

UNIVERSIDAD DON VASCO A.C.

Incorporación No. 8727-25

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

PERCEPCIÓN DE LA FELICIDAD EN MUJERES CASADAS

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

Jacqueline Delgado Caballero

Asesor: Lic. Blanca Hortencia Duarte Oropeza

Uruapan, Mich; 10 de marzo de 2010.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

Introducción.....	1
Antecedentes	2
Planteamiento del problema	6
Objetivos de la investigación.....	8
Objetivo general.....	8
Objetivos particulares.....	8
Hipótesis	9
Justificación	10
Marco de referencia	12
Capitulo 1 Percepción de la felicidad	13
1.1 Concepto de percepción	13
1.2 Definición de felicidad	17
1.3 Expresiones de felicidad	23
1.4 Tipos de felicidad	28
1.5 Componentes de la felicidad.....	31
1.5.1 Componente cognitivo	32
1.5.2 Componente afectivo.....	33
1.5.3 Componente social.....	33
1.6 Origen biológico de la felicidad	37
Capitulo 2 Soltería y matrimonio en la mujer.....	42
2.1 Definición de mujer	42
2.2 Percepción social de la mujer	43
2.1.1 Percepción del rol femenino de antaño.....	44
2.2.2 Percepción del rol femenino en la actualidad	48
2.3 Tipos de mujeres.....	51

2.4 Definición de soltería.....	61
2.5 Definición de matrimonio.....	62
Capitulo 3 Metodología, análisis e interpretación de resultados.....	66
3.1 Metodologia	66
3.1.1 Enfoque cuantitativo	67
3.1.2 Estudio transversal	68
3.1.3 Investigación básica.....	69
3.1.4 Estudio no experimental	70
3.1.5 Investigación exploratoria	71
3.1.6 Técnica de recolección de datos	71
3.2 Descripción de la población	72
3.3 Descripción del proceso de investigación	73
3.4 Análisis e interpretación de resultados.....	75
3.4.1 Autorrealización de la mujer	76
3.4.2 Expresiones de felicidad	78
3.4.2.1 Palabras de afirmación.....	78
3.4.2.2 Tiempo de calidad.....	79
3.4.2.3 Recibir regalos	80
3.4.2.4 Actos de servicio	80
3.4.2.5 Toque físico.....	81
3.4.3 Componentes de la felicidad.....	82
3.4.3.1 Cognitivo	82
3.4.3.2 Afectivo	83
3.4.4 Soltería y matrominio en la mujer	84

Conclusión	85
Bibliografía	89

Anexos

RESUMEN

El objetivo general de la investigación realizada, consistió en establecer el nivel de felicidad presentado por las mujeres casadas a partir de su matrimonio, considerando la posibilidad de que éste nivel aumentara o disminuyera según el caso de las investigadas, las cuales fueron tomadas de la sociedad de padres de familia del grupo de 1° de primaria de la Escuela Francisco J. Mújica de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

La metodología utilizada fue bajo enfoque cuantitativo, estudio transversal, investigación básica, estudio no experimental, investigación exploratoria. La técnica de recolección de datos fue una escala tipo Likert.

Se concluye que las mujeres casadas madres de familia del grupo de 1° de primaria de la Escuela Francisco J. Mújica de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, se perciben más felices cuando eran solteras que actualmente, lo cual significa que se corrobora la hipótesis de investigación.

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo de investigación se abordó la percepción que tiene la mujer casada, de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, respecto a la felicidad que experimenta actualmente con su pareja, en comparación con la que sentía en su soltería.

Las expectativas de las mujeres casadas, en tiempos pasados, estaban puestas con mayor frecuencia en la vida matrimonial. Sin embargo, en algunos casos, se daban cuenta de que no era lo que ellas imaginaban y sufrían una crisis de identidad que ya no les satisfacía.

Actualmente, y de acuerdo con algunos estudios realizados al respecto, se han aportado resultados que muestran que las mujeres más felices son las casadas que trabajan fuera de la casa, esto debido a que su estima no se sustenta sólo en el matrimonio o en los hijos, sino que dividen ese valor en distintas áreas como la profesión, la casa y la vida matrimonial, teniendo así un cambio en la percepción que la mujer tiene de sí misma.

Hoy la soltería pasó a ser pues un espacio de elección y solidez en donde hay un cambio de valores. Antes, la realización de la mujer pasaba por casarse y tener hijos y ahora puede variar y dividirse, existiendo así una gran controversia en investigaciones sobre la felicidad de las mujeres casadas con respecto a las solteras y viceversa, por lo que a lo largo de esta investigación se irán abarcando todos los

aspectos, para finalmente llegar a una posible conclusión y conocer si las mujeres casadas perciben una disminución en el índice de felicidad a partir del matrimonio.

Antecedentes

Existe una gran cantidad de investigaciones respecto a la correlación entre la felicidad y el matrimonio. Una de ellas, citada en la página www.tmfhs.org/115980.cfm; 2005 y realizada en la Universidad de Cornell, E.U.A. encontró que las mujeres comprometidas en una relación son más felices que las otras personas.

Investigadores de dicha universidad analizaron información recopilada de 691 personas y encontraron que mientras más fuerte era el compromiso, mayor era la sensación de felicidad y bienestar.

Lo cual significa que las personas casadas tenían la mayor sensación de bienestar, aunque estuvieran o no felizmente casadas. Lo siguiente en la escala de felicidad eran las personas que vivían juntas, después las que tenían relaciones estables y finalmente aquéllas en relaciones casuales.

Kamp (2005) becaria posdoctoral del proyecto de temas de la familia en evolución, del instituto de ciencias sociales en Cornell, E.U.A. menciona que el hecho de que, incluso las personas con matrimonios infelices, tuvieran una mayor

sensación de bienestar y felicidad podría deberse a los beneficios derivados de la estabilidad, el compromiso y el estatus social del matrimonio.

Tal como menciona Kamp "tener algo de compromiso parece ser algo bueno, pero tener un compromiso mayor parece incluso mejor". (Kamp; www.tmfhs.org ; 2005)

Lo anterior hace referencia al hecho de que estar casado es asociado generalmente con mayor autoestima, satisfacción en la vida, felicidad y menos angustia, mientras que las personas que no tienen relaciones de pareja estables tienden a reportar menor autoestima, menor satisfacción en la vida, menor índice de felicidad y más angustia.

Sin embargo, Lucas (2003) llevó a cabo una investigación similar tomando en cuenta las mismas variables y encontró que los matrimonios producen un aumento en la felicidad, pero que no es probable que afecten sus niveles a largo plazo.

Esto significa que el matrimonio puede generar un estado de bienestar momentáneo, más sin embargo, no garantiza que ello pueda influir positiva o negativamente en estados posteriores.

Para comprobarlo, Lucas y su equipo analizaron las respuestas de más de 24,000 personas residentes en Alemania que fueron entrevistadas anualmente durante 15 años.

En las investigaciones, los encuestados valoraron su nivel de satisfacción con la vida entre un 0 (totalmente infeliz) y un 10 (totalmente feliz). Finalmente, las conclusiones de esta exhaustiva investigación corroboraron la llamada teoría de la rutina hedónica propuesta por Brickman y Campbell (1971), la cual menciona que los individuos experimentan niveles estables de placer-bienestar y felicidad, gracias a la capacidad innata que posee el ser humano para adaptarse a las circunstancias, es decir, que reacciona a los eventos de la vida pero vuelve rápidamente a su estado anterior, en este caso específicamente de felicidad.

Una evidencia más citada en la página www.elmundo.es/elmundosalud; 2003 que apoya la teoría de la rutina hedónica, fue el estudio realizado durante 15 años con más de 30,000 alemanes en 42 países, revelando que las personas casadas suelen ser más felices que las solteras, sin embargo en el caso de muchas personas, su grado de satisfacción después de casarse vuelve al nivel original, pero al decir de los investigadores, esto no significa que un buen matrimonio no pueda tener un efecto positivo permanente.

Finalmente, la investigación realizada por Veenhoven encontró que “las mujeres casadas son generalmente más felices que las solteras, las viudas y las divorciadas tienden especialmente hacia la infelicidad”. (Veenhoven; www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad; 1984) Hasta ahora pues esta diferencia se ha empleado siempre para mostrar que la presencia de una pareja hace la vida más satisfactoria, es decir, que el matrimonio aporta felicidad.

Sin embargo, no para todos significa lo mismo la presencia de otra persona, pues mientras que para algunos individuos el matrimonio es una fuente de felicidad permanente y adaptable, también existen los que son más infelices casados que cuando eran solteros.

Es por ello que resulta de gran importancia el estudio de las relaciones románticas, ya que éstas pueden afectar la salud mental y física, la sexualidad y el estatus financiero de las personas.

Planteamiento del problema

Hoy en día resulta cada vez más difícil para muchas mujeres, encontrar al hombre apropiado para establecer una relación de pareja íntima y madura.

Es tal el miedo y la desesperación de quedarse solas y el no tener muchas oportunidades de encontrar pareja, que hasta mujeres casadas que contemplan la posibilidad de divorciarse debido a problemas maritales serios, llegan a quedarse en matrimonios que ya no funcionan arriesgando la felicidad y el crecimiento personal.

Como menciona Kamp (2005), el hecho de que incluso las personas con matrimonios infelices tuvieran una mayor sensación de bienestar y felicidad podría deberse a los beneficios derivados de la estabilidad, el compromiso y el estatus social del matrimonio.

Si bien la mujer de hoy ha alcanzado los niveles más altos en la historia en lo que respecta al desarrollo profesional, educacional y personal, sigue sintiéndose incompleta si no está casada o en una relación seria. En pleno siglo XXI la creencia de que una mujer soltera es defectuosa y neurótica tiene todavía peso en la sociedad. Racker citada por su homóloga Belmonte (2007) menciona que se presume el hecho de que una mujer soltera en sus treinta o cuarenta años que no se encuentra en una relación seria y comprometida con un hombre, sufre de alguna

psicopatología y que muchos analistas diagnostican la ausencia de una relación de pareja como sintomatológica, producto de conflictos sexuales, agresivos o intimidad.

La idea del matrimonio se encuentra asociada pues a la idea de la familia, los hijos, la estabilidad social y emocional, es decir, la mayoría de las mujeres cree que si no se casa quedará truncada, carente de algo fundamental en su vida; de ahí que el matrimonio sea su ilusión y, en torno a esto, se estructure y proyecte la felicidad de la mujer.

Sin embargo cuando ya están casadas, muchas mujeres constatan que con el tiempo aquel sueño se ha convertido en desilusión y desencanto, asociando su matrimonio a conceptos como tolerar, aguantar y desafiar, dejando de lado el crecimiento, la entretención, la felicidad y el amor.

Por ello, se considera de gran importancia el estudio de la percepción en mujeres casadas, para así mismo dar respuesta a la pregunta de investigación:

¿Las mujeres casadas de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, perciben una disminución de felicidad a partir de su matrimonio?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Establecer el nivel de felicidad percibido por las mujeres casadas a partir de su matrimonio.

Objetivos particulares

1. Describir el concepto de percepción de la felicidad desde diferentes perspectivas teóricas.
2. Explicar los distintos componentes que intervienen en la percepción de la felicidad de la mujer.
3. Diferenciar las formas de percepción del rol femenino en tiempos pasados y actuales.
4. Identificar la percepción que la mujer casada tiene sobre su estado actual en comparación con el anterior (soltería).
5. Verificar la relación existente entre felicidad y estado civil.

Hipótesis

Hipótesis de investigación:

Las mujeres casadas de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, perciben una disminución de felicidad a partir de su matrimonio.

Hipótesis nula:

Las mujeres casadas de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, perciben un aumento en el nivel de felicidad a partir su matrimonio.

Justificación

La felicidad ha sido un tema generalmente polémico y cuestionado empezando por su definición, debatiendo entre si es un estado o un sentimiento, si es momentánea o alcanzable, sin embargo diferentes teorías e investigadores se han dedicado al estudio de este complejo y subjetivo estado tratando de explicar lo qué es, cómo se manifiesta y si es posible alcanzarla.

Son múltiples las investigaciones que se han realizado al respecto, sin embargo, se pretende estudiar el fenómeno en un contexto diferente como lo es la Ciudad de Uruapan, Michoacán a fin de conocer si las mujeres casadas de 25 a 29 años de edad, perciben una disminución de felicidad a partir de su matrimonio, pues es importante tomar en cuenta que a pesar del alto índice de divorcios, las parejas continúan casándose sin considerar cuáles podrían ser los posibles factores que están llevando a esas rupturas.

Es bien sabido que en tiempos pasados, los matrimonios eran más duraderos, tenían muchos hijos y permanecían juntos por el resto de sus vidas, pero aquí la pregunta es si esas mujeres eran realmente felices. En cambio ahora, sigue habiendo noviazgos, matrimonios, hijos, pero en ocasiones el tiempo que permanecen juntos como pareja es muy corto, lo cual lleva a pensar que es el matrimonio lo que termina con la felicidad de la mujer.

El presente estudio se considera parte del campo de la Psicología, en función de que esta ciencia se enfoca a estudiar los diversos procesos psíquicos, siendo los factores afectivos como la percepción de felicidad, parte importante de su objeto de estudio.

A continuación se indagará el tema con mayor profundidad desde diferentes perspectivas, considerando la vinculación existente entre las variables del matrimonio y la soltería en relación con la felicidad de la mujer, a fin de que la presente investigación beneficie a través de la información, a las mujeres de manera general, para que conociendo cuáles son algunos de los motivos más recurrentes, puedan tomar las medidas necesarias o precautorias para evitarlas en lo posible y así tener mujeres y matrimonio duraderos y felices.

Marco de referencia

El lugar en el que se llevó a cabo la aplicación del cuestionario para evaluar la percepción de la felicidad en mujeres casadas de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, fue la Escuela Francisco J. Mújica ubicada en la calle Prolongación Sinaloa S/N de la Colonia. Francisco J. Mújica.

Dicha institución cuenta con una sociedad de padres de familia, de la cual cabe mencionar, fue tomada la muestra representativa para el estudio de la investigación. Esta sociedad realiza una junta mensual para informar sobre el trabajo que se está llevando a cabo con los alumnos, propuestas, sugerencias, quejas y sobre todo, mantener el contacto entre la institución y los padres de familia.

La escuela tiene todos los servicios básicos. Está construida en una sola planta con 14 aulas de las cuales solo 12 están en servicio, las dos restantes permanecen cerradas con butacas y material escolar.

Cada salón cuenta con 20 o 25 butacas dependiendo del número de alumnos, el escritorio y la silla del profesor y algunos muebles necesarios para guardar el material y los útiles, además tienen un garrafón de agua para uso exclusivo del grupo, el cual es comprado con la cooperación semanal de los padres de familia, además de contribuir para la reconstrucción de los baños que se encuentran en muy mal estado, sin embargo como refiere la directora del plantel, ya se trabaja en ello para brindar una educación de calidad integral al alumnado.

CAPÍTULO 1

PERCEPCIÓN DE LA FELICIDAD

Hoy en día es más frecuente escuchar que las personas desean ser felices, sin embargo, convendría primeramente preguntar qué es la felicidad para posteriormente saber el cómo conseguirla.

Algunos mencionan que es un estado, una emoción, un bienestar, incluso una cualidad innata, sin embargo, no se ha podido concluir en ello y por este motivo se ha decidido reunir la percepción y la felicidad en la presente investigación, pues al ser ambas variables subjetivas, permiten tener un concepto más certero de la felicidad desde la perspectiva personal, individual, sin dejar de lado los componentes tanto cognitivo como afectivo y social, así como su origen biológico y los tipos existentes.

A lo largo de este capítulo se abordarán los puntos anteriormente mencionados a manera de reunir los principales conceptos y concluir con una visión generalizada de lo que es la felicidad.

1.1 Concepto de percepción

De acuerdo al empirismo el ser humano es como una tábula rasa al nacer, es decir, no posee conocimiento alguno sobre el mundo, sino que va adquiriéndolo a

través de la experiencia, de ahí pues que se diga que el hombre no nace con una imagen de sí mismo, pero sí con la capacidad de discriminar en el propio campo perceptual una imagen más o menos integrada, dependiendo de las circunstancias del ambiente y especialmente del medio social. “La experiencia de percibirse a sí mismo y además de percibir el proceso de la propia percepción hace que el organismo humano tenga un desarrollo diferente del de otros organismos, y que este desarrollo esté no solamente influido por factores biológicos y estímulos ambientales, sino por el factor psicológico de la conciencia” (Rogers; 1992: 15)

Por ello, en la presente investigación se abordará la percepción desde el punto de vista social, a modo de conocer la percepción que tienen las mujeres casadas con respecto al índice de felicidad que experimentan, tomando en cuenta la visión de la mujer en tiempos pasados y presentes.

En los años recientes los psicólogos sociales se han interesado en el estudio de la percepción, la cual puede ser tanto social como sensorial, pues para que se genere un cambio en la percepción y por tanto en la conducta, pueden haber ocurrido procesos fisiológicos o haber existido alteraciones en las relaciones familiares, en las fuerzas sociales o en el marco educacional.

La percepción social se distingue con claridad de la percepción sensorial ya que la primera se refiere a la cuestión afectiva o emocional, mientras que la segunda se enfoca únicamente al aspecto sensorial o físico.

Por lo cual se podría definir el término percepción social como un “fenómeno intelectual que supone una experiencia por parte del sujeto y una interpretación que éste hace del estímulo presente a la luz de esa experiencia” (Velázquez; 1969: 119)

Dicho fenómeno intelectual es el resultado de dos componentes, natura y nurtura. El primero está constituido por los factores innatos de mecanismos biológicos y el segundo por el efecto de las experiencias y el ambiente. Ambos son de gran importancia, puesto que las funciones entre natura y nurtura están sujetas a influencias recíprocas.

De acuerdo a Howard (1969) se piensa que existen dos tipos de influencia social que afectan directamente en la percepción del sujeto:

1. Es la influencia que sobre las percepciones del sujeto ejercen otras personas al ofrecer ejemplos, los deseos que manifiestan o el prestigio que otros tienen.

Un claro ejemplo de este tipo de influencia y retomando el tema de investigación, podría ser cuando una mujer decide casarse y recibe múltiples consejos y sugerencias para su matrimonio, qué debe hacer, cómo, porqué y para qué, dejándose influenciar tanto de manera positiva como negativa por los comentarios de las demás personas.

2. Es la influencia que responde a propiedades significativas que socialmente se encuentran en su origen. Como ejemplo, existe la respuesta inmediata guiada

por un concepto ideal social, como lo era el matrimonio en tiempos pretéritos en que era considerado el mayor satisfactor para la mujer.

Sin embargo, es importante mencionar que pese al tipo de influencia social al que se esté sujeto, la percepción es una cuestión personal, es decir, el significado que se atribuye a las situaciones dependerá en cada caso de los intereses que predominen en la vida de la persona, por ello una misma situación cambia de significado según sea el sujeto que lo experimente. “El proceso de la percepción explica en parte la diversidad de reacciones en distintos individuos ante los mismos acontecimientos” (Rogers; 1992: 18)

Por ejemplo, en el matrimonio una persona verá una oportunidad para marcharse de las responsabilidades de su casa, otra lo tomará como un paso para formar su propia familia o incluso una más como una seguridad emocional o económica.

La percepción es ya, por consiguiente un “acto intelectual, que va aumentando en riqueza, finura y complicación, a medida que van siendo mayores las experiencias y la cultura del sujeto” (Velázquez; 1969: 120) Por ello la percepción que el individuo tenga con respecto a la felicidad, será una cuestión subjetiva, evaluada desde su propia perspectiva y experiencia, teniendo la capacidad de reorganizar su campo perceptual, incluyendo la manera en la que se percibe a sí mismo. “Parecería que cuando todas las formas en que el individuo se percibe a sí mismo – todas las percepciones de las cualidades, las habilidades, los impulsos y las actitudes de la

persona, y todas las percepciones de sí mismo son aceptadas en la organización consciente del concepto del self, el logro se acompaña de sentimientos de comodidad y libertad que se experimentan como adaptación psicológica” (Rogers; 1992: 73)

A continuación se presentará un análisis sobre la felicidad, para poder conocer más acerca del bienestar que la mayoría de la gente anhela alcanzar, abarcando su definición, tipos, componentes y estudios.

1.2 Definición de felicidad

Existen muchas hipótesis sobre qué es la felicidad y quizá aún más sobre cómo conseguirla, sin embargo no se ha podido concluir en algo específico puesto que cada persona cuenta con su versión particular de lo que significa ser feliz, es decir, cada uno la interpreta a su manera. Sin embargo es de vital importancia partir de un concepto predefinido para entender con mayor claridad el significado de la palabra felicidad.

El Diccionario de la lengua española en su vigésima segunda edición, define el vocablo felicidad en los siguientes términos:

- Estado del ánimo que se complace en la posesión de un bien.
- Satisfacción, gusto, contento.
- Suerte, feliz.

Mientras que el diccionario enciclopédico Santillana edición 2000, la define como:

- Estado de la persona para quien su vida es como ella desea.
- Satisfacción que experimenta una persona cuando logra algo que le agrada.
- Cosa o acción que produce esta satisfacción o contribuye a ese estado.
- Falta de acontecimientos desagradables.

Como es posible observar, las definiciones que proponen los diccionarios aquí citados, expresan propiedades fundamentales de la conducta feliz como lo son la satisfacción personal, la posesión de un bien, el logro de algo que agrada a la persona y finalmente la ausencia de estados afectivos negativos.

Algunos investigadores enfocados al estudio de la psicología positiva, Diener (1994), Oishi (2000) y Lucas (2003) han encontrado una equivalencia entre los vocablos bienestar subjetivo y felicidad, pues señalan que los componentes del primero son la satisfacción con la vida y la evaluación de los afectos positivos y negativos, es decir, la gente hace una evaluación de su vida en el momento y en largos periodos pasados para finalmente hacer un juicio global acerca de la satisfacción con la vida y valorar así su índice de felicidad.

Para estos autores el bienestar subjetivo coincide con lo que la mayoría de la gente llama felicidad y es de ahí de donde parte la idea de establecer la equivalencia

entre ambos conceptos, además de que el término bienestar subjetivo facilita el análisis científico de la conducta feliz.

Por su parte, la perspectiva humanista de Maslow citada por Dicaprio (1995) introduce el concepto de jerarquía de necesidades para la autorrealización, que se refiere a una estructura organizacional con diferentes grados de potencia y prioridad.

Esta jerarquía se traduce al concepto de felicidad, puesto que cuando el ser humano satisface su máximo nivel de necesidades, experimenta un estado de felicidad o bienestar subjetivo que tiempo después, se verá alterado por la demanda de nuevas necesidades, las cuales son únicas y varían de un individuo a otro.

La jerarquía está integrada por las necesidades fisiológicas, de seguridad, amor – pertenencia, estima y autorrealización, las cuales se refieren a la satisfacción de las propias capacidades, desarrollo del potencial personal y necesidad de hacer aquello para lo cual se tiene más aptitud.

Las necesidades fisiológicas son las que tienen menos significado para la persona autorrealizada. Cuando se priva de estas necesidades durante un periodo relativamente largo, todas las otras necesidades se retraen o dejan de presentarse.

Las necesidades de seguridad incluyen todas las relacionadas con conservar y mantener el orden y la seguridad, estabilidad, protección y dependencia.

La necesidad de amor y pertenencia incluye el deseo de una relación íntima con otra persona, ser aceptado como miembro de un grupo organizado, tener un ambiente familiar y participar en un grupo trabajando para el bien común con otros.

Las necesidades de estima pueden subdividirse en dos clases:

- Las que se refieren al amor propio, al respeto a sí mismo.
- Las que se refieren al respeto de otros, reputación, condición, éxito social y fama.

Algunos de los rasgos que poseen las personas autorrealizadas según Maslow, citado por Dicaprio (2005) son:

- Una percepción más eficaz de la realidad y una relación más cómoda con ella.
- Aceptación de sí mismo, de otros y de la naturaleza.
- Espontaneidad, sencillez, naturalidad; hacen sus propios grupos de valores que verdaderamente tienen influencia sobre su conducta.
- Son autónomos y autosuficientes, siendo independientes de las condiciones ambientales.

“Cuando las personas se sienten cómodas respecto de sus necesidades inferiores básicas, pueden experimentar más adecuadamente y actuar sobre sus necesidades superiores” (Maslow; 2005: 367) Dicho autor, creía que las

necesidades superiores son mucho más importantes para la felicidad que las necesidades inferiores.

Para algunas personas la felicidad o la adaptación son sinónimos de una vida plena, definida por Rogers como “el proceso de movimiento en una dirección que el organismo humano elige cuando interiormente es libre de moverse en cualquier sentido; las cualidades generales de la orientación elegida parecen tener cierta universalidad” (Rogers; 1992: 167) y los sociólogos a menudo se han referido a la reducción de la tensión o a la consecución de la homeostasis como si estos estados constituyeran la meta del proceso de vivir.

Sin embargo, también es importante tomar en cuenta una postura filosófica, ya que términos tan subjetivos como lo es la felicidad, parten de las concepciones planteadas por filósofos griegos como Aristóteles, Epicuro y Schopenhauer, los cuales contribuyeron apoyando la correlación anterior al definir la felicidad como “un estado afectivo de satisfacción plena, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado” (Suárez; 1999: 43) lo cual hace referencia a que la felicidad es un sentimiento de satisfacción que vivencia una persona en la medida en que posee un bien deseado, su naturaleza puede ser material, ética, estética, psicológica, religiosa o social, sea cual sea, es importante para el individuo puesto que le ha asignado un valor personal y por ello es probable que un mismo bien no genere la felicidad de todos los individuos, es decir, que sea una felicidad o un bienestar subjetivo.

Como menciona Schopenhauer “un mismo estímulo o unas mismas circunstancias provocan reacciones distintas en personas diferentes” (Suárez; 1999: 147)

Por lo anterior, se ha llegado finalmente a pensar que la felicidad es una función interior, un mecanismo implantado que aporta optimismo aun en circunstancias desfavorables, pues aunque la felicidad parece venir acompañada del triunfo personal, social y de la ausencia de problemas, a veces con todo a favor se siente la tristeza y en otras ocasiones, en medio del dolor y de las dificultades, se percibe la alegría.

Por ello Schopenhauer comparte esta idea al mencionar que “la felicidad completa no existe” “la mejor manera de no ser infelices es no esperar ser muy felices, pues es “extremadamente fácil” ser muy infeliz mientras que ser muy feliz es “imposible” (Suárez; 1999: 156)

Sin duda, los puntos de vista de diferentes autores y pensadores son variados, pues mientras que para algunos la felicidad es una cuestión alcanzable, para otros resulta imposible, para unos es una cuestión interna y para otros externa, pero sea cual sea la perspectiva que se tenga con respecto a la felicidad, es importante tomar en cuenta ambos aspectos para tener una visión mayor con respecto al tema.

1.3 Expresiones de felicidad

Como ya se revisó anteriormente, la percepción es un fenómeno intelectual único de cada individuo, pues mientras una persona puede percibir un estímulo de alguna manera, otra la interpretará diferente; es ahí donde radica la importancia de las distintas expresiones de felicidad.

Aún con todos los libros, revistas y ayuda disponible, parecen ser pocas las personas que han encontrado la fórmula, por decirlo de alguna manera, para mantener la felicidad, el problema es que se ha pasado por alto un hecho fundamental, las personas hablan diferentes lenguajes, es decir, perciben de manera distinta la felicidad.

Cada persona utiliza generalmente un lenguaje para expresarla, aunque al igual pueden ser varios pero con el predominio de alguno, es decir, una persona puede percibir principalmente su felicidad a través de las palabras de afirmación, pero también por medio de los actos de servicio, el problema por decirlo de alguna manera, radicaría en el hecho de que a esta persona le obsequiaran regalos, pues para ella no resultaría significativo puesto que la percepción de su felicidad está en las palabras de afirmación.

Si se habla solamente el idioma principal y se encuentra con personas que hablan otro lenguaje de felicidad, la comunicación será limitada. “Si queremos ser

efectivos comunicadores de felicidad, debemos estar dispuestos a aprender el lenguaje de felicidad más importante de nuestra pareja” (Chapman; 1996: 8)

Por ello, el autor citado anteriormente, habla de cinco tipos de lenguajes a través de los cuales se pueden expresar manifestaciones de felicidad:

- Palabras de afirmación.
- Tiempo de calidad.
- Recibiendo regalos.
- Actos de servicio.
- Toque físico.

Las palabras de afirmación se refieren a los cumplidos verbales o las palabras de aprecio que se expresan mejor en afirmaciones directas como, te ves muy bien con ese vestido, quiero que sepas que lo aprecio mucho, sabe excelente lo que preparaste, por mencionar algunos ejemplos, pues “cuando recibimos palabras estimulantes nos sentimos mucho más gustosamente motivados para retribuir” (Chapman; 1996: 39)

El presentar cumplidos verbales también podría expresarse mediante palabras de ánimo, como por ejemplo, ánimo, tú puedes, yo sé que lo vas a lograr. “El animar requiere simpatizar y ver el mundo desde la perspectiva del otro. Debemos primero saber qué es lo importante para nuestra pareja” (Chapman; 1996: 43)

Sin embargo, es necesario tomar en cuenta también el tono y la manera con la que va dirigida la expresión, pues si vienen como demandas cabe la posibilidad de que la otra persona las interprete como una orden y se alejen, o bien, se exprese como una petición y se asuma con gusto y voluntad. “Las palabras de afirmación se concentran en lo que estamos diciendo, mientras que la conversación de calidad se concentra en lo que estamos oyendo” (Chapman; 1996: 63)

El psicólogo William James citado por Chapman (1996) refiere que la necesidad más profunda del hombre es la de sentirse apreciado y que las palabras de afirmación llenarían por ello esa necesidad en muchos individuos, sin embargo, es sugerible considerar los cuatro lenguajes restantes como una posibilidad para saciar lo anteriormente mencionado.

El tiempo de calidad incluye una atención completa física y psicológica, no solamente por el hecho de estar cercanos o juntos, ya que se puede estar en el mismo lugar pero sin compartir el mismo interés.

Un aspecto central del tiempo de calidad es la unión, la cual no se refiere únicamente a la proximidad, sino que “unión tiene que ver con una atención completa entre los dos” (Chapman; 1996: 61)

Las personas inclinadas por esta expresión, disfrutan el conversar largo tiempo mientras el otro escucha atentamente, le mira a los ojos y realiza preguntas al respecto. Es importante dejar las actividades mientras se habla con estas personas,

pero si no es posible hacerlo, es preferible decirlo asertivamente en ese momento y posteriormente retomararlo con toda su atención e interés.

Pues “una conversación de calidad es un diálogo comprensivo, donde los individuos están comunicando sus experiencias, pensamientos, sentimientos y deseos en un contexto amistoso e ininterrumpido” (Chapman; 1996: 63)

El recibir regalos es una manifestación visual de felicidad, éstos pueden ser de todos los tamaños, colores y formas, algunos son costosos y otros gratuitos, sin embargo, para algunas personas más que lo material el significado que le otorgan a esta expresión es el sentimental y a través de ello demuestran y perciben su felicidad.

Los actos de servicio son aquellas actividades que de antemano se sabe le gustan al otro, es decir busca agradarlo sirviéndolo, por ejemplo cocinando, sirviendo una mesa, lavando los platos, quitando las manchas del espejo, pintando una casa, entre otras.

Anteriormente, la idea que una persona tenía de lo que la mujer debía hacer y cómo debía relacionarse para demostrar su felicidad, estaba influida principalmente por los propios padres, pero con el paso del tiempo, el cambio en las ideologías y la proliferación de las familias con un solo padre, han contribuido en la modificación de estos roles.

Pues “nuestras acciones son influidas por el modelo de nuestros padres, por nuestra propia personalidad, nuestra percepción de felicidad, nuestras emociones, necesidades y deseos” (Chapman; 1996: 106)

El toque físico es el contacto corporal existente entre dos personas, por ejemplo el tomarse de las manos, besarse, abrazarse y tener relaciones sexuales para expresar felicidad.

Cabe mencionar que generalmente a las personas les agradan esas manifestaciones, aunque puede no representar el principal lenguaje de su felicidad, por ello es importante comunicarlo al otro sin insistir en tocarlo a su manera o a su tiempo.

Dentro del matrimonio, sin embargo, “lo que es apropiado e inapropiado en cuanto al contacto físico está determinado por la pareja, dentro de amplias directrices” (Chapman; 1996: 118)

Por lo cual, es recomendable considerar las cinco expresiones a fin de conocer cada una de ellas y ubicar a través de cuál manifestación es que una persona percibe como mayor o menor el índice de su felicidad.

1.4 Tipos de felicidad

Después de haber revisado algunas definiciones de felicidad, así como las expresiones de la misma, es importante identificar de manera general los tipos que existen. Como es sabido, las clasificaciones son múltiples y muy diversas, sin embargo se tomará en cuenta el enfoque que maneja la psicología positiva citado en la página, <http://cociepsi.blogspot.com/psicologia%20positiva>; 2007, pues es un enfoque estudiado a detalle por sus creadores, además de que considera los principales factores que repercuten en la felicidad desde varias perspectivas.

Los investigadores de esta rama, comenzaron por realizar una exhaustiva revisión de las grandes obras filosóficas, antropológicas, históricas, religiosas y literarias tanto de Occidente como de Oriente y entre muchos textos, estudiaron el Código Samurai, la Biblia, los escritos de Confucio, de Aristóteles, Epicuro y Tomás de Aquino. Posteriormente, analizaron los resultados del cuestionario que elaboraron para delimitar cuáles eran los principales factores asociados a la sensación de felicidad y concluyeron finalmente que existían tres tipos:

1.- **Vida placentera** (Emociones positivas): es el nivel más superficial de felicidad y el de más corta duración. Se remonta a los epicúreos y se refiere al bienestar producto del disfrutar de la comida, del sexo, de la bebida o de una buena película, lo que desde el punto de vista de Maslow, citado por Cloninger (2003) sería alcanzar la felicidad a través de la satisfacción de las necesidades básicas. Sin embargo, esta saciedad podría ser solo temporal, pues al terminarse o disminuir estos placeres, también podría hacerlo la sensación de felicidad. Tal es el caso de las relaciones de

pareja, que mientras tienen acceso a esta vida placentera, todo es felicidad, pero conforme avanza la rutina, la confianza y el conocimiento mutuo, ya no se experimenta esa sensación que se tenía en un principio.

2.- **La buena vida** (Involucrarse comprometidamente): es el nivel intermedio que se refiere a la felicidad que surge cuando se disfruta haciendo algo en lo que se siente que se es bueno, lo cual fue llamado por Aristóteles eudaimonía, “término preferido y absolutamente clave para designar esa cualidad difícil de alcanzar, la felicidad” (McMahon; 2006: 23) Para llegar a ella, es necesario identificar cuales son las aptitudes o talentos de la persona y encontrar dónde usarlos de una manera comprometida, de modo que no solo se logre una satisfacción pasajera, sino que se alcancen periodos mayores y continuos de felicidad.

3.- **La vida con sentido o significado**: es el estado superior y más duradero de felicidad que trata de poner las habilidades y virtudes al servicio de alguna causa, es decir, ir más allá de un sentido narcicístico para aportar algo que se sienta más grande y más allá de uno mismo. Para ello, es necesario identificar las propias creencias y valores para después ponerse al servicio.

Esto puede observarse claramente en las parejas que deciden dejar la soltería para dar paso a una relación más comprometida, en la que ya no sólo son ellos mismos, sino que ahora tienen una responsabilidad con su cónyuge y dejan de pensar aisladamente en el propio bienestar, es decir, trabajan en conjunto por un bienestar común.

Por su parte, Seligman elaboró una definición tripartita de felicidad tomando en cuenta los tres componentes y mencionó que “los tres elementos son importantes, pero los dos que pueden brindar una felicidad duradera son los segundos. Sin embargo, la gente construye sus vidas en torno al primero”. (Seligman; www.cociepsi.blogspot.com; 2007) Lo cual significa que las personas generalmente, prestan mayor atención a la satisfacción de sus necesidades placenteras, es decir, basan su felicidad en situaciones externas o materiales, dejando de lado así la parte interna y emocional del ser humano, como lo es el reconocimiento de las propias aptitudes y habilidades.

Contrario a las perspectivas anteriores, se encontró una propuesta diferente hecha por Schopenhauer, citado por Suárez (1999) al decir que solo son dos los tipos de felicidad, la relativa y la absoluta, otorgando mayor peso a la segunda.

La felicidad relativa es la que depende de las cosas que están fuera de la propia persona, como la familia, los amigos y el ambiente. Es el sentimiento que se produce cuando se satisface un deseo o se logra algo que se anhelaba, sin embargo es un tipo de felicidad que termina o cambia cuando las condiciones externas se alteran.

Por otra parte, la felicidad absoluta es algo que se encuentra dentro de la persona y que persiste sin importar lo que suceda al exterior; es eterna e inagotable.

Schopenhauer menciona que “lo de afuera de nosotros tiene sólo una influencia indirecta o mediata en nuestra felicidad” “el principal elemento de nuestra felicidad es aquello de lo que estamos hechos, nuestra constitución interna”. (Suárez; 1999: 146)

lo cual significa que la felicidad del ser humano está dentro de sí mismo y que es él quien tiene la capacidad para guiar su vida, ya que las situaciones externas únicamente proporcionan una felicidad momentánea.

1.5 Componentes de la felicidad

El ser humano ha tendido con frecuencia a perseguir la felicidad como una meta o un fin, como un estado de bienestar ideal, basado en sus propios intereses y necesidades, sin embargo, se podría decir que la felicidad se compone de pequeños momentos, de detalles vividos en el día a día y quizá su principal característica sea la futilidad, su capacidad de aparecer y desaparecer de forma constante a lo largo de la vida, “la felicidad es algo que sucede y sobre lo que no tenemos ningún control” (Mcmahon; 2006: 35) pues “podemos sentirnos felices en un momento determinado, pero minutos después nuestro estado mental puede cambiar como respuesta a otros acontecimientos” (Lazarus; 2000: 123).

Algunos investigadores como Veenhoven (1984) opinan que la felicidad está formada por dos tipos de componentes, el cognitivo y el afectivo, ya que ambos están relacionados en cierta medida. Por ejemplo, una persona que tenga experiencias emocionales placenteras, es más probable que perciba su vida como deseable y positiva, mientras que las personas con predominio de ideas negativas, serían más propensas a los acontecimientos perjudiciales. “sabemos que afectos y cogniciones tienden a estar en armonía y que si uno de esos elementos cambia, quizá cambie el otro” (Rodríguez; 1995: 271)

Sin embargo, se considera necesario anexar el componente social a esta clasificación para conocer la repercusión que tiene el contexto, las características de la persona que percibe, los estereotipos, los prejuicios, entre otros aspectos, en la percepción que tiene la mujer con respecto a la felicidad.

Schopenhauer dice “el tener una buena salud y un alegre y tranquilo temperamento, feliz en el disfrute de una saludable psique, así como un intelecto claro, vívido penetrante, que vea las cosas como son; una fuerte voluntad y, por tanto, una buena conciencia son privilegios que ninguna riqueza o posesión pueden igualar y son los componentes de la felicidad humana” (Suárez; 1999: 148)

A continuación se abordarán dichos componentes para conocer a qué se refiere cada uno de ellos y así determinar el probable origen de la felicidad.

1.5.1 Componente cognitivo

El componente cognitivo según Rodríguez (1995) se refiere a las categorías cognoscitivas que el ser humano ha aprendido para simplificar sus tareas perceptuales como pensamientos y convicciones, que a su vez pueden influir en el estado emocional del individuo, es decir en la forma en que percibe y procesa la información. Incluye además lo conductual, ya que no basta con procesar la información para ser feliz, sino que se debe tener fuerza de voluntad para empeñarse tras un objetivo a largo o mediano plazo.

1.5.2 Componente afectivo

El componente afectivo contiene el agrado experimentado por la persona con respecto a sus sentimientos, emociones y estados de ánimo más frecuentes, tomando en cuenta las circunstancias presentes y/o pasadas que haya experimentado el individuo. “Se forma el componente afectivo por los contactos que hayan ido ocurriendo entre la categoría y circunstancias placenteras o desagradables. A partir de allí se generalizará la emoción asociada con la categoría que concuerde con esta última” (Rodríguez; 1995: 244)

1.5.3 Componente social

La percepción social es la que hace referencia a la valoración que un individuo hace de una determinada situación social.

Una definición más explícita del término, menciona que “es la imagen que un sujeto o grupo social tiene de la realidad social en función, principalmente, de su posición, de las funciones que desempeña y de los roles que representa, lo que mediatiza tanto su experiencia como su conducta” (Diccionario de Sociología; 2004: 1068)

Por lo cual, es importante además prestar atención al ambiente social en que se desenvuelve el individuo, como la familia, los medios de comunicación y las amistades, pues al ser entes sociales que conviven diariamente con múltiples

personas, éstos se ven influenciados de manera directa o indirecta por las actitudes, cogniciones y comportamientos de los demás.

A continuación se mencionan y explican algunos factores adicionales a los antes mencionados en la percepción social, de acuerdo a Morales (1996) :

- El contexto.
- El primer contacto.
- Las características del perceptor.
- Las características de la persona percibida.
- El contenido.
- La distancia interpersonal.

El contexto se refiere a la ubicación temporal y espacial en la que se presentan los acontecimientos, pues de acuerdo a Myers (2005) es ahí donde se engloban las formas de comportamiento, ideas, actitudes y tradiciones duraderas compartidas por un grupo de personas que puede trascender de generación en generación.

Como se revisará en el capítulo 2, la percepción social que se tenía en tiempos pasados con respecto a la mujer era muy distinta a la concepción actual, además ésta percepción varía dependiendo del lugar en el que se suscite el evento, por ejemplo en países en donde predomina el matriarcado o bien, donde la figura

masculina representa la mayor autoridad. Por ello, es necesario ubicar cuál es el contexto presente.

El primer contacto es la impresión que se tiene como su nombre lo indica, en un primer momento, ya que ésta será decisiva para la percepción que se tenga al respecto; Aunque posteriormente pueda modificarse, causa un fuerte impacto que marca la relación entre dos o más personas.

Las características tanto del perceptor como de la persona percibida son sumamente relevantes, puesto que dependiendo de esas individualidades será la manera en que éstos perciban la información y a su vez reaccionen a ella.

Tal es el caso de lo revisado en el subtema 1.3 sobre las expresiones de felicidad, pues si tanto el perceptor como el que es percibido manejan una misma expresión, resultará para ambos más sencillo el hecho de expresar y de percibir la felicidad a través de alguna de éstas manifestaciones, pero si son distintas sus expresiones, tanto la percepción como la interpretación, serán diferentes.

El contenido significa la información del mensaje, es decir, si es precisa, clara, ambigua, confusa, positiva, negativa, imperativa etc... Éstas características del contenido son necesarias para que pueda haber una adecuada percepción de la información.

La distancia interpersonal se refiere a qué tan inmerso se está en la situación percibida socialmente, es decir, cuanto más involucrado se esté, menor será el efecto percibido y cuanto menor participe sea, mayor impacto ocasionará el evento.

Aunado a esto, se pueden mencionar algunos efectos distorsionadores de la percepción como lo son los estereotipos, los prejuicios, la proyección y el efecto de halo, citados en la página www.webpersonal.uma.es

Los estereotipos según Myers son “creencias acerca de los atributos personales de un grupo de individuos que en ocasiones se generalizan en exceso, son inexactos y son resistentes a información nueva” (Myers; 2005: 335) dicho de otra manera es un “tipo de atajo, una forma de abstraer un número de características de una persona o de un grupo, organizándolas dentro de un modelo de expectativas y reaccionando hacia la persona como si ella exhibiera realmente esas pautas” (Lindgren; 1991: 282), lo cual podría ser el origen para la formación de prejuicios.

De acuerdo a Allport citado por Myers “los prejuicios comprenden afectos, tendencias conductuales y cogniciones basadas en una generalización incorrecta e inflexible” (Myers; 2005: 335).

De este modo, las ideas preconcebidas influyen poderosamente en la forma en la que se interpretan y recuerdan los sucesos, por ello, los prejuicios de la gente tienen efectos en la manera en que perciben e interpretan la información “Así como

los juicios previos a los hechos sesgan nuestras percepciones e interpretaciones, también los juicios posteriores a los hechos desvían nuestros recuerdos” (Myers; 2005: 108).

Además la proyección, concepto de origen psicoanalítico, juega un papel importante tanto en los prejuicios como en los estereotipos, que se refiere a la “tendencia a hacer inferencias y llegar a una impresión incorrecta del otro, suponiendo que es igual que nosotros” (Lindgren; 1991: 291), es decir al efecto de las propias emociones al evaluar personas o situaciones.

El efecto de halo se produce cuando se singulariza por un rasgo positivo o negativo, utilizándolo para conformar una percepción dada. Su acción es mayor frente a las evaluaciones de orden personal o moral e influye fuertemente en las situaciones en que intervenga centralmente la percepción interpersonal.

1.6 Origen biológico de la felicidad

Después de haber revisado algunas definiciones de felicidad, podría decirse que depende de la perspectiva que posea cada persona para entender dicho término, pues mientras que para algunos es cuestión de factores internos, para otros es externa y para otros tantos es una combinación de ambos, sin embargo resulta de vital importancia conocer dichas concepciones para tener un punto de partida y así poder responder a la pregunta que durante miles de años se ha hecho la humanidad

en busca de la fórmula para encontrar la felicidad, tomando en cuenta a su vez el origen biológico que ésta tiene.

Krigelbach, colaborador de la BBC en el Reino Unido, refiere que "la búsqueda de la felicidad ha sido una preocupación para los seres humanos desde los comienzos de la historia. Sin embargo, son pocos los que alcanzan este estado deseado, e incluso cuando lo hacen, sólo se dan cuenta más tarde" (Krigelbach; www.news.bbc.co.uk; 2006) lo cual significa que durante largo tiempo, los seres humanos se han empeñado en saber qué es la felicidad y cómo encontrarla, pero han estado tan pendientes por contestar a esas interrogantes que si han experimentado la felicidad alguna vez, ha pasado desapercibida.

Hasta el momento, el foco de la investigación neuronal de acuerdo a la página anteriormente mencionada, la felicidad se centra en dos aspectos: el placer y el deseo.

El primero fue estudiado durante los años cincuenta por Olds y Milner de la Universidad McGill, los cuales descubrieron que las ratas se acostumbraban a tocar una palanca que generaba una pequeña descarga eléctrica, a través de microelectrodos implantados en sus cerebros. Cuando la corriente estimulaba ciertas zonas cerebrales, los roedores repetían la maniobra para recibir nuevos estímulos eléctricos y lo hacían hasta 2000 veces por hora, dejando de lado otras rutinas habituales como la actividad sexual o la alimentación. Estos datos hicieron que Olds y Milner (1954) anunciaran que habían encontrado el centro del placer en el cerebro.

Con lo anterior se puede rescatar la idea de que la felicidad es en parte una cuestión de placer, que puede motivar e impulsar al sujeto a realizar acciones por el simple hecho de experimentar una sensación de bienestar, sin embargo quedaba la duda en el hecho de que hubiese placer a través de los electrodos y de la repetición observable y compulsiva de conductas. Por ello, se llevó a cabo un estudio en la Universidad de Michigan que indica que los electrodos podrían activar las regiones anatómicas vinculadas con el deseo, más que con el placer.

Estas investigaciones impulsaron a crear una fórmula para medir la felicidad, siendo una ecuación que incluye varios parámetros, entre los que están el bienestar, el amor y el incentivo laboral.

La fórmula está representada por la siguiente ecuación:

$$\text{Felicidad} = P + (5 \times E) + (3 \times N)$$

"P" representa las características personales, incluyendo filosofía de vida, capacidad de adaptación y resistencia.

"E" representa la existencia y se multiplica por un factor de cinco, que abarca la salud, estabilidad financiera y amistades.

"N" vale por tres y representa las necesidades prioritarias, cubre la autoestima, las expectativas que se tienen de la propia vida, la ambición y el sentido del humor.

Cabe mencionar que el resultado obtenido de dicha ecuación no es totalmente objetivo, puesto que los conceptos o interpretación de las preguntas puede variar, además de que la felicidad es en sí un concepto sumamente subjetivo, de ahí la comparación con el término bienestar subjetivo.

Sin duda, no es tarea fácil evaluar el bienestar, pues si se les pregunta a algunas personas sobre qué tan felices se sienten, generalmente no tienen una respuesta fácil porque no existen normas claras en las cuales basar una evaluación así. Por esta razón, es posible que gran parte de los datos para este juicio, sean dudosos.

Sin embargo, Lazarus (2000) habla sobre un marco de referencia interindividual e intraindividual en el cual basar los juicios del bienestar o la felicidad.

El marco de referencia interindividual, es decir, entre personas, se refiere a decidir si el bienestar propio es mayor o menor que el de los demás, sin embargo, no se tiene una base fiable sobre la que hacer esta comparación, pues generalmente las personas tienden a valorar su felicidad por encima del nivel que poseen los demás. En ocasiones puede ser que en realidad así lo perciban o que sea simplemente para convencerse a sí mismos.

Pues “lo que contamos a otras personas, puede que tenga más que ver con cómo queremos que nos vean que con si nos sentimos realmente bien o mal por nuestras vidas” (Lazarus; 2000: 129)

En cambio si se utiliza un marco de referencia intraindividual, es decir dentro de la misma persona, ésta juzgará su vida comparando una época con otra. Este juicio es mucho más sencillo puesto que la persona se conoce más a sí misma y tiene una base fiable de comparación.

Tal es el caso de la presente investigación en la que se pretende conocer si las mujeres casadas perciben una disminución en el índice de felicidad a partir del matrimonio, pues se está comparando su nivel de felicidad de una época a otra.

Por lo cual, se puede concluir que la percepción es un fenómeno intelectual propio del ser humano que se refuerza a través de la experiencia. Está conformada tanto por el componente natura y nurtura, los cuales hacen referencia a la información innata y adquirida respectivamente, además de considerar el componente cognitivo, afectivo, social y biológico de la felicidad.

Desde el punto de vista de la psicología positiva, hay un equivalente entre el bienestar subjetivo y la felicidad, la cual, puede entenderse como un estado de ánimo que se complace por la posesión de un bien o la satisfacción experimentada al lograr algo agradable para la persona. Esta satisfacción puede obtenerse de manera general mediante los tres tipos de felicidad o de manera concreta, con las cinco expresiones o lenguajes.

En el siguiente capítulo se hablará sobre la soltería y el matrimonio en la mujer, para así mismo conocer cómo se vive la felicidad desde cada estado, si ocurren cambios en la percepción y si uno es mejor que otro.

CAPÍTULO 2

SOLTERÍA Y MATRIMONIO EN LA MUJER

Una vez revisadas algunas de las definiciones de felicidad, tipos, componentes y origen biológico, es importante hablar de la felicidad tanto en mujeres solteras como casadas.

Para ello, es necesario primeramente conceptualizar lo que es una mujer desde diferentes perspectivas, para posteriormente ubicar la percepción social que se tiene con respecto a la mujer en tiempos pasados y cómo ello ha influido en la concepción general que hoy en día se tiene.

Serrano (1995) ofrece una amplia y variada clasificación sobre los tipos de mujeres, considerando lo que buscan en una pareja, el papel que asumen, el tipo de hombre al que atraen y el tipo de familia de la que provienen.

Finalmente se presentan algunas definiciones de soltería y matrimonio a modo de poder integrarlas al contenido total de la presente investigación.

2.1 Definición de mujer

El diccionario de la real academia española en su vigésima segunda edición refiere que una mujer es:

- Persona del sexo femenino.
- Fémica que ha llegado a la pubertad o a la edad adulta.

- **Señora** casada, con relación al marido.
- Sujeto que con diligencia se ocupa de los quehaceres domésticos y cuida de su hacienda y familia.
- Individuo valorado exclusivamente por su belleza o atractivo sexual.

Estas definiciones son solo algunas de las diversas que existen en libros, revistas, enciclopedias, manuales entre otras fuentes. Sin embargo, es necesario considerar la idea y definición que tiene cada una de las personas, ajustándola a su contexto y forma de vida.

2.2 Percepción social de la mujer

El papel social de la mujer ha evolucionado significativamente a través del tiempo, ya que en tiempos pasados sobre todo en el contexto social, a las mujeres solteras se les consideraba como personas amargadas, depresivas y sin motivos para vivir, que tenían como principal meta el casarse y formar una familia, esto debido a la educación tradicional que durante miles de años se ha inculcado como signo de feminidad.

Sin embargo como menciona Serrano (1995) muchas mujeres pese a seguir las normas de conducta aceptadas socialmente, no eran felices ni realizaban sus aspiraciones.

Aunado a ello, la falta de oportunidades era un factor adicional que impedía de alguna manera el desarrollo personal y laboral de la mujer, dejándole como opciones el matrimonio o la soltería.

Por su parte las mujeres casadas en tiempos pretéritos, eran concebidas únicamente como amas de casa que estaban para servir a sus maridos y educar a sus hijos, y en función de eso, es que se les catalogaba como mujeres.

Sin embargo, hoy en día la soltería es tomada más como una decisión que como una situación, puesto que la mujer soltera tiene la opción de desarrollarse en múltiples áreas de su vida sin necesidad de adquirir un compromiso como lo requiere el matrimonio.

A su vez, la mujer casada en tiempos actuales también tiene la oportunidad de desempeñar actividades tanto fuera como dentro del hogar sin que esto sea considerado como algo fuera de lo común.

Por ello, resulta importante retomar los antecedentes acerca de la percepción que se tenía con respecto a la mujer, para comparar la evolución que ha tenido ésta en el contexto social.

2.2.1 Percepción del rol femenino de antaño

La inherente necesidad de las mujeres por romper las cadenas que durante mucho tiempo han condicionado su identidad y actuación parecen ser las primeras impulsoras de un llamado a la transformación, ya que son quienes han tenido que luchar por la misma, en busca de obtener mayores y mejores oportunidades.

Entre 1950 y 1970 el papel que jugaba la mujer era el de la sumisión, el de prepararse para la vida de amas de casa, el de autosacrificio, abnegación y el dedicarse al cuidado de los hijos, ya que la preparación académica y laboral era

considerada como innecesaria para ellas, pues eran los hombres los portadores de la economía. “La visión de la mujer se vincula a las actividades afectivas encaminadas al cuidado de los hijos, del hogar y la pareja, así como a la posesión de características como sumisión, abnegación y dependencia” (Díaz; 2008: 77)

No fue sino hasta el siglo XIX que las parejas comenzaron a formarse con base en la propia elección de sus miembros dejando claro que la elección de pareja es un proceso complejo en el que la gente considera factores personales, psicológicos, sociales y emocionales.

Pues “a partir de lo que es socializado por los padres, la familia, la escuela y todos los medios socializadores se van moldeando los pensamientos, los sentimientos, las actitudes y los comportamientos de los hombres y mujeres” (Díaz; 2008: 81)

Sin embargo, los prejuicios han sido un factor importante para el desarrollo de la mujer a nivel profesional, pues anteriormente no tenía ni voz ni voto en la elección de su pareja, cuando solo los hombres eran quienes podían preferir y muchas veces a quien ellos elegían no tenía más opción que aceptarlo o correr el riesgo de quedarse solteras. De modo que las mujeres no elegidas eran las que se quedaban sin casarse y significaba por la tanto que nadie las había escogido para esposa por no ser lo suficientemente buenas, entendido el término como poco atractivas y sin aptitudes para el hogar. “La mujer tenía que adquirir características que favorecieran su futuro casadero, como ser limpia, bien vestida, conocer ampliamente las labores femeninas como el bordado, el tejido, alejándose de juegos masculinos o bruscos

que pusieran en riesgo su fertilidad y, lo peor, pusieran en duda su femineidad” (Díaz; 2008: 79)

Generalmente, esos prejuicios son más frecuentes en comunidades pequeñas, pues se considera solterona a una muchacha que pasa de los 19 años de edad sin haberse casado, en cambio en ciudades medias, las presiones comienzan cuando se pasa de los 25 años de edad y en ciudades grandes, disminuye con las mujeres que después de los 30 años de edad no se han casado. Estas edades fijadas fueron establecidas tiempo atrás cuando el promedio de vida de las personas era menor que ahora, pues antes la gente vivía hasta pasados los 40 años de edad de manera que no podían extenderse de los 20 años de edad si querían casarse y formar una familia. Ahora, gracias a los adelantos de la medicina moderna, al ejercicio físico y a los alimentos nutricionales es que ha aumentado a 80 años la expectativa de vida. (www.inegi.gob.mx/inegi/default.aspx; 2008)

Aunado a ello, la mujer desde pequeña era enseñada y preparada para ser esposa, ama de casa y madre, de hecho eran consideradas como las únicas opciones que tenía y a través de las cuales obtenía su máxima satisfacción, aún si ésta no había sido su propia elección, aprendía a sobrellevarlo y a vivir con ello. “Aprende de los otros un gran número de valores concebidos y conceptualizados y los adopta como propios, aunque sean discrepantes de lo que él está experimentando. A causa de que estos conceptos no están basados en su propia valoración, tienden a ser rígidos, en vez de flexibles y cambiantes” (Rodríguez; 2001: 65)

Según Serrano (1995) las opciones que tenían las mujeres era el matrimonio, quedarse solteras, hacerse monjas, convertirse en prostitutas o amantes y vivir en unión libre.

Casarse era considerada la mejor y única forma válida de tener relaciones sexuales, tener hijos, conseguir un patrimonio y convertirse en mujeres decentes y respetables. A veces ni siquiera podían elegir con quien hacerlo, pues sus padres les imponían a la persona que creían más conveniente para sus intereses económicos. “En la antigüedad no había forma de elegir pareja, ya que la unión de hombres y mujeres se daba como negocio, en busca de los intereses de los padres de los desposados” (Díaz; 2008: 79)

Quedarse solteras era un verdadero fracaso porque nadie se había fijado en ellas y generalmente se les trataba con lástima. La mujer soltera era “despreciada por la sociedad y por la propia familia al no ser “casadera” y quejarse continuamente por ser solterona y amargada” (Díaz; 2008: 112)

Optar por el camino religioso era una cuestión vocacional en algunas y en otras, por esconder un embarazo, una decepción amorosa o como castigo por desobedecer a sus padres.

Convertirse en prostitutas o amantes lo hacían aquellas que habían sufrido una violación, otras lo hacían por falta de recursos económicos, por ignorancia o decepción.

Y finalmente, vivir en unión libre era la opción para compartir con la pareja, pero sin tener un compromiso formal o estar unidos por el matrimonio. Sin embargo, esto no era bien visto por la sociedad, pues iba en contra de los principios y valores que se habían inculcado en la mayoría de las familias.

Se podría pensar que esas ideas son del siglo pasado, pero todavía en estos tiempos continúan presentándose situaciones como esas, en las que las mujeres son sometidas a estilos de vida denigrantes, sin embargo es necesario recalcar que la mujer de hoy no solo es víctima de lo que vive, sino que también es partícipe de ella al permitirlo. “Hay muy pocas mujeres realmente felices y satisfechas con su vida y una inmensa mayoría se encuentra en un rango que va desde una ligera insatisfacción hasta el daño psicológico, que sufren abusos y humillaciones o adoptan conductas destructivas para sí mismas y para quienes las rodean” (Serrano; 1995: 27)

La infancia y a través de toda esta ideología que se construye en la familia, “la mujer va desarrollando una identidad centrada en el bienestar de otros, dedicada a las labores domésticas, en muchos casos una identidad devaluada y con poca estima personal” (Díaz; 2008: 79)

2.2.2 Percepción del rol femenino en la actualidad

En tiempos pasados los padres elegían a la pareja que consideraban adecuada para su hija o incluso para ellos mismos por cuestiones económicas, asegurando así su posición, otras tenían el derecho y la decisión para hacerlo de

propia voluntad buscando un marido con buena solvencia económica que les proporcionara lo que no podían alcanzar de otra manera.

De cualquier forma seguían el patrón establecido de casarse o al menos unirse con un hombre que les previera sus necesidades, entendiéndolo como su rol de mujeres. Sin embargo, “debido a los cambios sociológicos de los últimos treinta años, ya no hay un estereotipo común del papel masculino y femenino occidental” (Chapman; 1996: 108)

Desafortunadamente, a menudo se define la feminidad basándose en ciertas condiciones. Y cualquier mujer que no cumple con ellas es vista con lástima, e instintivamente apartada para convertirse en protagonista de una condición femenina inferior, desestimándola por no tener un hombre en su vida. “Hoy nos presionan con que debemos tener pareja para hasta entonces poder comenzar a ser felices” (Becerril; 2004: 15)

Hoy en día esto ha cambiado, pues a lo largo del tiempo la percepción y situación de la mujer a nivel social, ha tenido grandes cambios logrando progresar de manera favorable, sin embargo esta evolución ha sido hasta cierto punto relativa, pues la mujer ha tenido la posibilidad de alcanzar grandes oportunidades sociales y laborales, pero a la vez, ajustarse a las demandas que ello requiere.

Actualmente la mujer puede estudiar, trabajar, escribir, actuar y desarrollarse en múltiples áreas de su vida sin necesidad de renunciar a ello por cumplir en otros aspectos, sino que por el contrario, puede combinarlos y alcanzar así un desarrollo integral pero, “aun con los logros profesionales, parece existir un enorme vacío difícil

de llenar” (Serrano; 1995: 26) y es que el desarrollo profesional no supe de ninguna manera el terreno sentimental, sino que es complementario para lograr la autorrealización misma.

Pues con el hecho de ser muy exitoso en el trabajo “no podrás llenar la carencia si te falta el amor de tu familia, o el amor de nuestra pareja no puede llenar el vacío que ocasiona el no sentirte realizada personal o profesionalmente” (Becerril; 2004: 26)

Algunas mujeres han optado por realizarse como personas a través de una familia o de una relación estable, mientras que otras han decidido dedicar su tiempo para alcanzar sus metas profesionales y ser exitosas o incluso mezclar ambas sin dejar de lado alguna.

Y es que cualquier forma de inclinación responde a las necesidades particulares de la mujer, pues es la manera en que ella ha elegido vivir, tomando en cuenta que cada mujer es diferente y por lo tanto tiene aspiraciones distintas que pueden permanecer sujetas a la educación recibida o adaptarse a las exigencias sociales, las cuales serán determinantes en la percepción que tengan con respecto a su felicidad.

Cabe mencionar que “el matrimonio tiende a asociarse en los sectores de mayor educación e ingresos con funciones principalmente subjetivas: ser feliz y lograr la realización plena” (Rodríguez; 2001: 32)

2.3 Tipos de mujeres

De acuerdo a Serrano (1995) se pueden ubicar de manera general los distintos tipos de mujeres que existen así como lo que buscan en una pareja, el papel que asumen, el tipo de hombre al que atraen y el tipo de familia de la que provienen.

Esta clasificación se considera importante, puesto que de acuerdo a las características de personalidad que se presenten con mayor frecuencia, dependerá el índice de felicidad que perciba la mujer. “Estos tipos influyen en su autoconcepto, la forma como establece relaciones con otros, la forma en la que se siente y se reconforma y la forma como sufre también sus relaciones amorosas” (Díaz; 2008: 164)

Los tipos de mujeres se presentan a continuación así como una breve descripción de las mismas.

- La abnegada.
- La pseudofeminista.
- La salvadora de hombres.
- La princesita soñadora.
- La chica moderna comunicativa.
- La autosuficiente decepcionada.
- La tímida, acomplejada, solterona.
- La vanidosa, caprichosa, manipuladora.
- La mujer madura y equilibrada.

La abnegada busca un papá, un protector que le de el cariño y apoyo que no recibió de niña. Está dispuesta a darlo todo, a obedecer, a someterse completamente y a renunciar a sí misma por lograrlo.

El papel que asume es el de la hija complaciente y sacrificada, es muy insegura y le tiene miedo a su pareja, a la vida y sobre todo, a salir adelante sin un hombre. No piensa en sí misma, siempre está dando o atendiendo a los demás, sin exigir reciprocidad. Está llena de culpas creyendo que por más que se esfuerce, no cumple adecuadamente con su papel de esposa y madre.

De acuerdo a la clasificación que hace Díaz (2008) el tipo pasivo obediente – afiliativo, sería el correspondiente a la abnegada citada por Serrano (1995) pues menciona que este tipo se caracteriza por ser un individuo obediente, afectuoso, ordenado, disciplinado y poco autoafirmativo, además de tranquilo y con una percepción lenta del paso del tiempo.

Generalmente tienden a ser personas conformistas y complacientes para ser agradables y aceptadas por el grupo.

Sin embargo, también podría clasificarse en la misma tipología de Díaz (2008) como tipo de control externo pasivo ya que son como veletas controladas por el ambiente, pues sus conductas, pensamientos, afectos y decisiones se ven constantemente alteradas por los eventos que suceden a su alrededor, es decir, no poseen voluntad propia, sino que esperan a que los demás decidan por ellas mismas.

El tipo de hombre al que atrae es prepotente, inseguro, grosero, golpeador, alcohólico, dominante, posesivo, celoso, conflictivo, incapaz de valorar, respetar o darle su lugar a la mujer.

Proviene generalmente de hogares en los que el padre es macho y la madre abnegada. La mayoría de estas mujeres se casan jóvenes y dejan de trabajar o estudiar porque crecieron pensando que el papel de la mujer es aguantar y luchar por su matrimonio aunque sea un desastre. Se les ha condicionado a tal grado que creen que no valen nada, que no tienen derecho a opinar o a pensar, a tener iniciativa y que deben soportar toda clase de abusos, humillaciones y menosprecios.

Por ejemplo, hasta hace pocos años en México al casarse, era obligatorio oír al juez leer la Epístola de Melchor Ocampo en la cual se citaba “La mujer, cuyas principales dotes son la abnegación...debe dar y dará al marido obediencia... con la delicadeza de quien no quiere exasperar la parte brusca, irritable y dura de su propio carácter” (Serrano; 1995: 47)

Y es que las mujeres del pasado, como madres y abuelas se veían bombardeadas además por películas donde se ponía como modelo admirable a la mujer sufrida, callada y sumisa que todo lo soportaba, reforzando de manera general y distorsionada la imagen de lo que una mujer es y lo que debería hacer para lograr una vida armoniosa y estable.

Son mujeres generalmente sin preparación, alguien que creyó escapar de un hogar conflictivo y como cuando era niña no recibió cariño, protección o halagos, en

el momento en el que siente que un hombre la trata bien, está dispuesta a todo por su pareja.

Buscan inconscientemente un hombre que abuse de ellas, pues tienen la tendencia a seguir el patrón que presenciaron en su infancia, con los mismos y trágicos resultados.

La pseudofeminista busca igualdad con el hombre en todos los aspectos. Algunas manejan resentimientos, coraje, frustraciones y miedos ocultos.

Según la clasificación de Díaz (2008) el tipo rebelde activamente autoafirmativo, sería el correspondiente a la pseudofeminista citada por Serrano (1995) pues menciona que suelen ser personas muy independientes, que discuten las ordenes que se les dan, además de ser dominantes. Tienen cualidades que pueden ser muy negativas, como ser vengativas, peleoneras, irritables y conflictivas.

El papel que asume es el de enemiga de los hombres. Quiere atacar, menospreciar o defenderse. Generalmente no encuentra pareja o tiene relaciones intrascendentes o fracasadas.

El tipo de familia de la que proviene puede ser que en algunos casos, al ver a sus madres que todo lo aguantaban y a sus padres comportarse de manera abusiva, actúen de la misma manera en sus relaciones de pareja o bien, se van al otro extremo, creyendo erróneamente que así se salvaran de la abnegación. “Al tener acceso la mujer al campo laboral, se hizo evidente que era un mito sostener que antes había muchos menos divorcios porque los matrimonios formaban hogares

felices y estables. La realidad es que las mujeres los soportaban por no tener estudios ni preparación para mantener a sus hijos, y, si osaban atentar contra las reglas establecidas, la religión y la sociedad se ponían ferozmente en su contra, sin importar cuánto estuviera sufriendo” (Serrano; 1995: 54)

La salvadora de hombres busca un hijo, pues su motivación principal es ser necesitada y apreciada. Trata de solucionarle al hombre todos sus problemas creyendo que él le va a responder de la misma manera.

El papel que asume es el de mamá. Apoya demasiado a la pareja o trata de corregirlo o controlarlo.

El tipo de hombre al que atrae es inmaduro, conflictivo, irresponsable, manipulador, mentiroso, abusivo e infantil.

Proviene de una familia conflictiva o con padre ausente. En algunos casos se trata de hijas mayores que cuidaron de sus hermanos menores y que asumieron demasiada responsabilidad a temprana edad.

Son mujeres inteligentes, preparadas, con gran éxito en el nivel profesional, que en otras áreas de su vida se manejan con cordura e inteligencia, pero en su yo más profundo llevan oculta a una niña solitaria, herida y vulnerable.

La princesita soñadora busca el hombre ideal que venga a darle lo que ella considera su plena realización como esposa y como madre.

Es soñadora y sentimental, con deseos de vivir un idealizado gran amor que vencerá todos los obstáculos, aunque tenga que sufrir.

Por ingenua e idealista, puede caer con cualquiera de los mencionados anteriormente. Tiende a evadirse en fantasías y negarse rotundamente a ver las cosas tal cual son.

Puede provenir de una familia bien avenida, donde fue muy consentida y protegida o de una conflictiva que se ven precisadas a construir su propio mundo interior, diferente y feliz, para evadirse de tanto sufrimiento.

Se casa muy inmadura y cree que el amor es suficiente para ser feliz. De modo que cuando se presentan los problemas de la convivencia diaria, se desmorona, sufre y se deprime porque no sabe cómo manejarlos.

La chica moderna comunicativa busca un compañero. Puede terminar frustrada porque su pareja no reacciona como ella esperaba, o cambia por completo después del matrimonio, no cumpliendo con lo que se había acordado de novios.

El papel que asume es el de novia cariñosa y comprometida con la relación y a la vez, amiga abierta, justa e igualitaria.

El tipo de hombre que atrae es sumamente variable. Al principio es muy solicitada, pero con el paso del tiempo y ante los problemas que se presentan en la relación, ella cambia, pierde esa seguridad y acaba confundida porque, en un vano intento de mejorar la relación, dejó de ser ella misma.

Proviene de una familia un tanto más moderna, donde sí se apoya a la mujer para que estudie y se desenvuelva, sin embargo se deja presionar por las opiniones ajenas, renunciando a sus propios ideales.

Son aquellas mujeres profesionales que desempeñan una actividad bien remunerada y con cierto grado de cultura, son independientes económicamente, tienen buena autoestima y creen que debe existir igualdad en la pareja.

La autosuficiente decepcionada por lo general ya no cree en los hombres, considera que no existen los varones que valgan la pena. Tiene miedo de volver a entregar sus sentimientos y sufrir nuevamente.

El papel que asume puede ir en dos direcciones:

- La distante y desconfiada que prefiere alejarse de los hombres creyendo que está mejor sola.
- Y la interesada en tener pareja con la idea consciente o inconsciente de herir emocionalmente o explotar económicamente a los hombres.

La del primer tipo, ahuyenta a los hombres porque se muestra demasiado autosuficiente, lejana e inaccesible.

La del segundo tipo tiene mucho éxito, pues por momentos se muestra misteriosa y encantadora pero con una mezcla de actitudes arrogantes, despóticas y manipuladoras.

La familia de la que provienen varía, pero el síntoma clave es haber tenido una o varias decepciones anteriores familiares o emocionales.

Es un tipo de mujer que ha alcanzado cierta independencia, tanto en lo económico como en lo social y ha logrado sobrevivir sin el apoyo y protección de una pareja. Aunque parece muy autosuficiente y segura, en el fondo tiene una enorme soledad y vacío y no se siente plenamente realizada. “No podemos negar que tener una buena pareja con quien compartir la vida y satisfacer nuestras necesidades afectivas y sexuales es una opción mucho más agradable” (Serrano; 1995: 79)

La tímida, acomplejada, solterona busca cualquier tipo de hombre con tal de no quedarse sola. Puede asumir dos tipos de papeles, el de la chica complaciente y desesperada o el de la triste y deprimida.

La del primer tipo repele a los hombres por insegura, negativa y acomplejada. La del segundo grupo intenta tanto, que asusta a los hombres, pero si finalmente logra que alguien establezca una relación con ella, no le importará que se trate de un hombre inadecuado y conflictivo, pues prefiere tolerarlo a quedarse nuevamente sola.

Proviene de una familia en la que el principal valor de la mujer radica en casarse, sin embargo puede ser que la chica se haya enfocado tanto en otros intereses, excluyendo el aspecto romántico, que no se percató del tiempo y ha dejado pasar múltiples oportunidades para entablar una relación o quizá ha exigido demasiada perfección en la pareja. Además de la preocupación por encontrar

marido, sienten que la edad condiciona su reloj biológico y su fertilidad, lo cual aumenta su frustración y desesperación.

En la categoría de la **vanidosa, caprichosa, manipuladora**, existen dos subtipos muy diferentes:

- Busca tener admiradores que halaguen su vanidad y que pueda utilizar y manipular fácilmente. Es seductora, interesante y con un físico bien cuidado por lo que atrae a casi todos los hombres, pero en particular a los abnegados y a los conquistadores. Proviene de una familia variable, pues algunas sufrieron mucho cuando eran niñas pero aprendieron a usar su atractivo físico para conseguir lo que querían en la vida, por lo que tampoco se preocupan mucho por el aspecto físico del hombre, les basta con que tenga una buena posición económica y profesional que les proporcione una agradable compañía. Esas actitudes pueden ser originadas por una fuerte decepción amorosa, abuso sexual o figura materna dominante y padre sumiso.
- Busca conseguir un marido que satisfaga todas sus necesidades, actúa como la esposa perfecta y tradicional, muy preocupada por las apariencias y queriendo proyectar la imagen de una familia ideal. Atrae a hombres convencionales que desean lucir una esposa bien arreglada y educada como complemento de su vida social. Proviene de familias tradicionales, que ante todo guardaban las apariencias, por lo cual fueron educadas con sobreprotección e inconsciencia de la realidad.

Finalmente, **la mujer madura y equilibrada** busca una buena relación consigo misma y con los demás. Puede percibir sus sentimientos y vivirlos subjetivamente, tal como existen en ella, tiende a alejarse del ser lo que debe ser, sin importar quien ha impuesto ese imperativo.

Su autoestima es muy sólida y tiene criterio para detectar y no involucrarse emocionalmente con personas conflictivas. Es sencilla e íntegra, congruente en su forma de ser y de pensar, se entrega plenamente a una relación y está dispuesta a adaptarse de manera recíproca a otra persona. Aprende de los errores cometidos en las relaciones pasadas y trata de superarlos, pues comprende el efecto en ella de las influencias culturales y familiares pero, al mismo tiempo, toma conciencia de su responsabilidad por el futuro. En pocas palabras, mantiene un sano equilibrio entre todas las áreas de su vida. “La mujer completa no es perfecta. Tiene defectos y vulnerabilidades, pero está consciente de ellos y sabe cómo manejarlos sin necesidad de reprimirlos o disfrazarlos para conservar su imagen ante los demás” (Serrano; 1995: 208)

De acuerdo a Díaz (2008) el tipo de control interno activo podría considerarse el equivalente al citado por Serrano (2005) al mencionar que son personas capaces, afectuosas, ordenadas, obedientes, educadas, cordiales, responsables que evitan las exageraciones y los pensamientos negativos.

O bien, lo que comenta Rogers (1992) como la persona que funciona en plenitud, es decir, la persona que es capaz de vivir totalmente en y con todos sus sentimientos y reacciones, que permite que su organismo total funcione en toda su

complejidad para seleccionar, de las múltiples posibilidades, la conducta que en ese momento será, por lo general, la más genuinamente satisfactoria. Que está abierta a las consecuencias de cada una de sus acciones y corregirlas si es que prueban ser menos que satisfactorias. Es un organismo que funciona completamente y a causa del conocimiento de ella misma, fluye con libertad en y a través de sus experiencias.

2.4 Definición de soltería

La soltería ha sido definida por la real academia española en su vigésima segunda edición como el estado de la persona que no se ha casado, que está suelto o libre, en otras palabras, el estado natural de la persona que se encuentra sin una pareja con la que mantener una convivencia el resto de su vida o durante un período relativamente largo o corto, el cual variará dependiendo de la educación obtenida y el entorno cultural. “Ser soltera es más que un estado civil, una etapa de la vida, una etapa de búsqueda, autorreflexión y realización” (Becerril; 2004: 23)

La soltería es un tiempo para desarrollar una independencia y autosuficiencia, para tener la capacidad de valerse por sí misma y quedar satisfecha de alguna manera, sin la necesidad de depender de una pareja para realizar una actividad, lo cual, llevará generalmente a un aumento de autoestima.

Sin embargo, estadísticamente se sabe que las personas que viven solas presentan un porcentaje de suicidio más elevado que la gente casada, lo mismo, estos viven más tiempo que los solteros y se consideran más felices.

Socialmente la mujer ha sido adiestrada para creer que sin pareja no será una persona feliz ni totalmente realizada, puesto que desde la infancia se le ha inculcado que debe prepararse para ser una buena madre, ama de casa y esposa, pero cuando las expectativas de la familia o la sociedad no son satisfechas, son objeto de prejuicios, tachándolas de mal carácter, reprimidas e inmaduras.

Una de las consecuencias de no tener pareja y estar solo, da tanto miedo que muchas personas prefieren continuar una vida de pareja insatisfactoria antes que separarse, sin embargo, vivir en pareja no es tampoco una garantía de felicidad ni de vida pacífica. “si no tienen pareja, se sienten muy solas; si la tienen, les causa conflicto o no las satisface plenamente” (Serrano; 1995: 23)

Según el punto de vista que se mire, se dice que la persona soltera padece de soledad o disfruta de libertad. Los psicólogos consideran que alguien está solo cuando no mantiene comunicación con otras personas o cuando percibe que sus relaciones sociales no son satisfactorias y definen la libertad como el derecho del ser humano para actuar sin obstrucciones de acuerdo a su voluntad, sin dañar los derechos de los demás. Aplicando el término ningún como ausencia de la pareja masculina, pues sin duda, las mujeres solteras pueden obtener placer por medio de diferentes manifestaciones y no únicamente a través del matrimonio.

2.5 Definición de matrimonio

El matrimonio aparece como una experiencia que contribuye a lograr la felicidad. “Es un estado de vida en el que se supone operan de manera directa sentimientos y valores subjetivos como el amor, el respeto, la comprensión y el

apoyo, ente otros y como medio para obtener un hogar, hijos una familia” (Rodríguez; 2001: 150)

De acuerdo a Rodríguez (2001) desde la dimensión de la sociedad el matrimonio puede definirse como una institución civil y como una institución religiosa. Como institución civil el matrimonio es una instancia que regula la aceptación de los roles de marido y mujer y que supone la adquisición de derechos y obligaciones correspondientes.

En términos culturales el matrimonio puede definirse como “un conjunto de saberes (creencias, normas y valores) jerarquizados que tienden a regular la unión de dos personas del sexo opuesto” (Rodríguez; 2001: 33)

Y el matrimonio como institución religiosa supone la adhesión a una serie de normas, símbolos y significados que dan un sentido sagrado a la unión.

En las sociedades occidentales el matrimonio es la forma legítima de vivir en pareja y para la constitución de una familia, por lo cual puede definirse como “una relación culturalmente aprobada entre un hombre y una mujer de la que se supone generalmente nacerán hijos” (Rodríguez; 2001: 17)

Hay parejas que en su vida de casados, consideran que por pertenecer a ese estado, han perdido el derecho de realizar sus propias actividades en solitario y no han encontrado su propia independencia, aunque así lo deseen, pues persiste el temor de dejar sin padre a sus hijos, por la dependencia económica o simple y sencillamente porque no se sienten capaces de poder llevar una vida aparentemente

normal sin tener a su lado a un hombre. “Si solamente se ven las renunciaciones que el matrimonio implica y no se toman en cuenta los beneficios que la relación de pareja aporta, entonces se tiene una visión parcial o distorsionada y desde esa perspectiva, se podría llegar a sentir que se está viviendo una esclavitud” (Rodríguez; 2001: 97)

En cambio, si el objetivo de las personas es tener una relación matrimonial que lleve a mejorar, a complementar mutuamente la relación, entonces se convierte en un poderoso medio para desarrollar un sentimiento de libertad, es decir, la capacidad para elegir, de entre lo bueno, lo mejor. “Para lograr que el matrimonio se convierta en un proceso de crecimiento y no de esclavitud, se tiene que aprender a hacer equipo con el cónyuge, uniendo esfuerzos y canalizando el entusiasmo, anhelos e ilusiones hacia un objetivo común” (Rodríguez; 2001: 102)

Como menciona Attié citada por Barragán (2003), lo que pierde una pareja más que un sentimiento de seguridad, es la eficacia y el rendimiento en la búsqueda y alcance de la felicidad, pues no se trata de sobrevivir juntos, sino de estar felices juntos. “Muchos de nosotros estamos entrenados para analizar problemas y buscar soluciones. Olvidamos que el matrimonio es una relación no un proyecto para ser completado ni un problema para ser resuelto” (Chapman; 1996: 65)

Pese a lo citado anteriormente, es importante ahondar en la percepción de la felicidad a modo de comprender con mayor claridad eso que la mayoría de las personas anhelan ser, para poder brindarles alternativas que favorezcan dicho bienestar.

Sin embargo como ya se revisó a lo largo de los capítulos anteriores, tanto la percepción como la felicidad son variables que dependen de la interpretación propia que le da el sujeto a cada evento de su vida, por lo cual, resulta casi imposible concluir en algo específico, de cualquier forma fue necesario revisar algunos conceptos y definiciones para poder tener un punto de partida que sustentara la presente investigación.

Para ello además, se llevó a cabo un proceso metodológico que representa la parte complementaria de la teoría, con la cual podrán obtenerse los datos requeridos para corroborar lo planteado inicialmente.

A continuación se abordará dicho contenido, así como la descripción de la población y el análisis e interpretación de resultados.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Una vez revisado el marco teórico que da sustento a esta investigación, se procederá en este capítulo a presentar los resultados obtenidos en la investigación de campo. Con ello se verificará alguna de las hipótesis planteadas al inicio de este trabajo.

Sin embargo, antes de proceder al análisis, se dará cuenta de la metodología utilizada, así como una breve descripción de la población estudiada y del proceso que se llevó a cabo.

3.1 Metodología

En este apartado se describirá detalladamente el proceso que se siguió para llegar a los objetivos establecidos en la presente investigación.

Primeramente, tuvo lugar una investigación bibliográfica gracias a la cual se logró obtener toda la información que se requería de los dos capítulos, en los cuales se aborda la percepción de las mujeres casadas, con respecto al índice de felicidad que experimentan a partir del matrimonio.

Así, con esta primera información teórica se logró dar contenido a los puntos esenciales de la temática a estudiar y por lo tanto se delimitó a ciertos aspectos que

en un futuro colaborarán de manera efectiva y significativa en el sustento de la investigación.

Cabe mencionar que la presente investigación cumple con los siguientes parámetros:

Enfoque cuantitativo

Estudio transversal

Investigación básica

Estudio no experimental

Investigación exploratoria

Escala tipo Likert

3.1.1 Enfoque cuantitativo

Según su enfoque metodológico es una investigación cuantitativa porque “usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernández; 2008: 5)

Tal es el caso de la presente investigación en la que se aplicó un cuestionario para obtener de manera numérica el índice en la percepción de felicidad de las mujeres casadas, pues aunque “la realidad no cambia por las observaciones y mediciones realizadas, tiene como meta el describir, explicar y predecir los fenómenos” (Hernández; 2008: 11)

La estrategia normalmente usada en las encuestas es la de aplicar el cuestionario sólo a una parte de la población, a la cual se denomina muestra, que debe ser representativa y contener características semejantes a la población. En este caso, se tomó una muestra de 25 personas de las cuales solo 23 se consideraron para el análisis e interpelación de resultados. Posteriormente, se recolectaron los datos numéricos de los participantes estudiados y se analizaron mediante procedimientos estadísticos. “Desde luego, en el enfoque cuantitativo, lo subjetivo existe y posee un valor para los investigadores; pero de alguna manera este enfoque se aboca a demostrar qué tan bien se adecua a la realidad objetiva” (Hernández; 2008: 7)

3.1.2 Estudio transversal

Es un estudio transversal puesto que únicamente se hizo la aplicación del cuestionario para la obtención de resultados sin darle un seguimiento posterior. “Los estudios transversales recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández; 2008: 208)

Por su parte Munich (2002) los define como aquellos que se efectúan para estudiar determinado fenómeno en un periodo específico, lo cual coincide con la definición propuesta por Hernández (2008) mencionada anteriormente.

Desde el punto de vista de Cozby (2002) este método puede estudiar personas de diferentes edades en un punto del tiempo y es más común que el método longitudinal porque es menos costoso y produce resultados útiles de manera inmediata.

3.1.3 Investigación básica

De manera frecuente, estos estudios se diseñan para tratar aspectos teóricos sobre fenómenos como la cognición, la emoción, la motivación, el desarrollo de la personalidad y la conducta social. “La característica fundamental de la investigación básica está en el tipo de objetivo que se desea alcanzar: obtener conocimiento por el conocimiento mismo, sea empírico (de algún aspecto de la realidad) o formal” (Olivé; 2006: 167) es decir, donde el interés predominante es el de la generación del conocimiento que permita entender, explicar o comprender los distintos fenómenos.

Por ello, se ha elegido realizar la presente investigación bajo el estudio básico, ya que sólo pretende conocer de manera descriptiva la percepción que tienen las mujeres casadas de 25 a 29 años de la ciudad de Uruapan Michoacán, con respecto al índice de felicidad a partir del matrimonio, “Sólo así será posible emprender la tarea de diseñar estrategias efectivas para intervenir y transformar esa realidad social” (...) sin generar ninguna solución al respecto. “las aplicaciones no constituyen el interés dominante” (Olivé; 2006: 169)

“El estudio del testimonio de testigos reales produce un conocimiento más rico y preciso de los procesos perceptivos y cognoscitivos básicos” (Cozby; 2005: 13)

3.1.4 Estudio no experimental

La presente investigación se desarrolló como un estudio no experimental ya que “las relaciones se estudian haciendo observaciones o medidas de las variables de interés; es decir, la conducta se observa tal como ocurre de forma natural” (Cozby; 2005: 77) sin modificar las condiciones de los sujetos participantes, sino únicamente analizando sus respuestas para interpretarlas y obtener los resultados correspondientes.

De acuerdo a Hernández (2008) son estudios que se realizan sin manipulación de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.

Dicho de otra manera, en un estudio no experimental no se construye ninguna situación, sino que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente en la investigación por quien la realiza. Las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, es decir, no se tiene control directo sobre dichas variables ni se puede influir sobre ellas porque ya sucedieron, al igual que sus efectos.

3.1.5 Investigación exploratoria

Por su nivel de alcance es una investigación exploratoria que tiene como objetivo el “examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes” (Hernández; 2008: 101)

En este caso la felicidad ha sido un tema sumamente estudiado, sin embargo aunado a la variable percepción y ubicado en el contexto de la investigación, difiere considerablemente para la obtención e interpretación de los resultados. “Los estudios exploratorios generalmente identifican áreas, ambientes, contextos y situaciones de estudio: se caracterizan por ser más flexibles en su método y son más amplios y dispersos” (Hernández; 2008: 102)

3.1.6 Técnica de recolección de datos

Para la presente investigación se utilizó un cuestionario con escalamiento tipo Likert, el cual es definido como “un conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías” (Hernández; 2008: 341)

Las afirmaciones califican al objeto de actitud que se está midiendo y pueden tener dirección positiva o negativa. Si la afirmación es positiva, califica favorablemente al objeto de actitud, es decir, significa que se está más de acuerdo con la afirmación y que apoya la hipótesis de investigación. (Anexo 1)

“Una escala Likert se construye con un elevado número de afirmaciones que califiquen al objeto de actitud y se administran a un grupo piloto para obtener las puntuaciones del grupo en cada afirmación. Estas puntuaciones se correlacionan con las del grupo a toda la escala y las afirmaciones, cuyas puntuaciones se correlacionen significativamente con las puntuaciones de toda la escala, se seleccionan para integrar el instrumento de medición” (Hernández; 2008: 348)

3.2 Descripción de la población

La población en la cual se llevó a cabo la aplicación del cuestionario para evaluar la percepción de la felicidad en mujeres casadas de la ciudad de Uruapan Mich, fueron las madres de familia del grupo de primero de primaria de la Escuela Federal Francisco J. Mújica.

Cabe mencionar, que todas ellas tienen entre 25 y 29 años de edad, están actualmente casadas y tienen entre 1 y 2 hijos en la escuela. Su nivel económico es bajo y la mayoría de estas mujeres se dedican al hogar, pues como refieren algunas de ellas, solo concluyeron la secundaria y no tienen la preparación suficiente para conseguir un buen empleo, además deben encargarse de las labores domésticas y de sus hijos.

La población estuvo conformada por 25 mujeres de las cuales solo se consideraron 23, que eran las que cumplían con los parámetros requeridos para la

investigación, es decir, que se ubicaban entre el rango de 25 a 29 años de edad y que estaban legalmente casadas.

3.3 Descripción del proceso de investigación

El proceso que se llevó a cabo para realizar la presente investigación consistió inicialmente en buscar un tema de interés, después se establecieron los antecedentes, planteamiento del problema, objetivos, hipótesis, justificación, marco de referencia.

Una vez esclarecido, se dio paso a formular el índice con los capítulos correspondientes, abordando los temas y subtemas de interés que comprendieran la totalidad del fenómeno de estudio.

Posteriormente cuando se concluyó el marco teórico, se inició con el procedimiento estadístico para corroborar la teoría previamente planteada. Cabe mencionar que después de realizar una prueba de confiabilidad mediante el método de división por mitades y por el índice Alfa de Cronbach, se verificó que el cuestionario contaba con un alto índice de confiabilidad, obteniendo un puntaje de .82 y .85 respectivamente, por lo que no fue necesaria una aplicación adicional.

La aplicación fue el día 12 de noviembre de 2008 a las 9:00 hrs en la institución antes mencionada y tuvo una duración aproximada de 20 minutos,

considerando el tiempo total desde el momento en el que se les dieron las indicaciones pertinentes, hasta que regresaron el cuestionario concluido.

Con estos resultados, se procedió a realizar una matriz de datos obteniendo las medidas de tendencia central y desviación estándar, mismas que serían de utilidad en el análisis e interpretación de resultados.

Finalmente y con la información previa se hizo una triangulación, que consistió en unificar los fundamentos teóricos, empíricos e interpretativos para concluir el proceso de investigación.

3.4 Análisis e interpretación de resultados

Para llevar a cabo el análisis y la interpretación de resultados de esta investigación, es importante mencionar que se requirió hacer una triangulación para tomar en cuenta tanto los datos teóricos y empíricos, para después concluir con la interpretación.

Primeramente se agrupó en cuatro categorías los reactivos del instrumento aplicado, las cuales fueron:

3.4.1 Autorrealización de la mujer.

3.4.2 Expresiones de felicidad.

3.4.2.1 Palabras de afirmación.

3.4.2.2 Tiempo de calidad.

3.4.2.3 Recibir regalos.

3.4.2.4 Actos de servicio.

3.4.2.5 Toque físico.

3.4.3 Componentes de la felicidad

3.4.3.1 Cognitivo.

3.4.3.2 Afectivo.

3.4.4 Soltería y matrimonio en la mujer.

Posteriormente se llevó a cabo el análisis de cada una de las categorías correspondientes así como los datos obtenidos estadísticamente, considerando que

los reactivos presentados en la encuesta, tenían un valor de 5 (totalmente de acuerdo) 4 (de acuerdo) 3 (ni de acuerdo ni en desacuerdo) 2 (en desacuerdo) y 1 (totalmente en desacuerdo), lo cual era aplicable en este orden para las preguntas 1,2,3,4,6,7,8,9,10,12,13,14,17,18,21,22,24 y 26, el resto se calificaron de manera inversa puesto que iban en contra de la hipótesis de investigación, es decir asignando el mayor puntaje (5) a la opción totalmente en desacuerdo y así sucesivamente. De manera que a mayor puntuación obtenida en cada afirmación, menor índice de felicidad percibida a partir del matrimonio.

Para una mayor comprensión de lo anteriormente mencionado, a continuación se presenta a detalle en cada categoría.

3.4.1 Autorrealización de la mujer

La perspectiva humanista de Maslow citada por Dicaprio (1995) introduce este concepto en su jerarquía de necesidades, haciendo referencia a una estructura organizacional con diferentes grados de potencia y prioridad, puesto que cuando el ser humano satisface su máximo nivel de necesidades, experimenta un estado de felicidad o bienestar subjetivo que tiempo después, se verá alterado por la demanda de nuevas necesidades, las cuales son únicas y varían de un individuo a otro.

La jerarquía está integrada por las necesidades fisiológicas, de seguridad, amor – pertenencia, estima y autorrealización, las cuales se refieren a la satisfacción

de las propias capacidades, desarrollo del potencial personal y necesidad de hacer aquello para lo cual se tiene más aptitud.

Algunos de los rasgos que poseen las personas autorrealizadas según Maslow, citado por Dicaprio (2005) son:

- Una percepción más eficaz de la realidad y una relación más cómoda con ella.
- Aceptación de sí mismo, de otros y de la naturaleza.
- Espontaneidad, sencillez, naturalidad; hacen sus propios grupos de valores que verdaderamente tienen influencia sobre su conducta.
- Son autónomos y autosuficientes, siendo independientes de las condiciones ambientales.

Por ello, se ha clasificado en esta categoría los reactivos 3, 5, 19 y 20, dentro de los cuales se encontró una media de 3.0, 2.8, 2.7 y 2.3 respectivamente, que coincide con los puntajes obtenidos en la mediana de los mismos, teniendo 3.0 en los tres primeros ítems y 2.0 en el último, lo cual significa que las mujeres encuestadas se muestran neutrales con respecto a la autorrealización obtenida mediante su matrimonio, sin embargo, de acuerdo al reactivo 20, la mayoría refiere haber conseguido en su matrimonio las cosas que para ellas resultan de importancia.

3.4.2 Expresiones de felicidad

3.4.2.1 Palabras de afirmación

Las palabras de afirmación se refieren a los cumplidos verbales o las palabras de aprecio que se expresan mejor en afirmaciones directas, “cuando recibimos palabras estimulantes nos sentimos mucho más gustosamente motivados para retribuir” (Chapman; 1996: 39)

Sin embargo, es necesario tomar en cuenta también el tono y la manera con la que va dirigida la expresión, pues si vienen como demandas, cabe la posibilidad de que la otra persona las interprete como una orden y se alejen, o bien, se exprese como una petición y se asuma con gusto y voluntad. “El animar requiere simpatizar y ver el mundo desde la perspectiva del otro. Debemos primero saber qué es lo importante para nuestra pareja” (Chapman; 1996: 43)

Para el análisis de esta expresión únicamente se consideró el ítem 10 que tiene una media de 3.5 y mediana de 4.0, esto representa la importancia que tiene para las mujeres el hecho de que su pareja tenga constantes palabras que afirmen sus conductas o comportamientos. William James citado por Chapman (1996) refiere que la necesidad más profunda del hombre era la de sentirse apreciado y que las palabras de afirmación llenarían por ello esa necesidad en muchos individuos, mas sin embargo es necesario considerar las cuatro expresiones restantes como una posibilidad de llenar esa necesidad anteriormente mencionada.

3.4.2.2 Tiempo de calidad

El tiempo de calidad incluye una atención completa física y psicológica, no solamente al hecho de estar cercanos o juntos, ya que se puede estar en el mismo lugar o habitación pero sin compartir el mismo interés.

En esta categoría se tomó en cuenta el reactivo 8 que obtuvo una media de 4.1 y una mediana de 4.0, lo cual sugiere que el tiempo de calidad es un factor que repercute en el índice de felicidad que se percibe dentro del matrimonio.

Un aspecto central del tiempo de calidad es la unión, la cual no se refiere únicamente a la proximidad, sino que “unión tiene que ver con una atención completa entre los dos” (Chapman; 1996: 61)

Es importante dejar las actividades mientras se habla con estas personas, pero si no es posible hacerlo, es preferible decirlo asertivamente en ese momento y posteriormente retomarlo con toda su atención e interés.

Pues “una conversación de calidad es un diálogo comprensivo, donde los individuos están comunicando sus experiencias, pensamientos, sentimientos y deseos en un contexto amistoso e ininterrumpido” (Chapman; 1996: 63)

3.4.2.3 Recibir regalos

De acuerdo a lo revisado en el marco teórico, esta es una manifestación visual de felicidad, pues los regalos pueden ser de todos los tamaños, colores y formas, algunos costosos y otros gratuitos, sin embargo, para algunas personas más que lo material el significado que le otorgan es el sentimental y a través de ello demuestran y perciben su felicidad.

Para evaluar el impacto que esto tiene en la felicidad del matrimonio, se tomó en cuenta la pregunta 2. El resultado de la media fue 3.2 y de la mediana 3.0, que indica neutralidad, es decir, ni de acuerdo ni en desacuerdo con el hecho de que el recibir regalos repercuta en la felicidad experimentada actualmente.

3.4.2.4 Actos de servicio

Los actos de servicio son aquellas actividades que de antemano se sabe le gustan al otro, es decir, busca agradarlo sirviéndolo, por ello se consideró necesario conocer qué tanta importancia le otorgan las mujeres al hecho de que sus parejas se muestren atentas y realicen actividades de manera cooperativa.

Anteriormente, la idea que una persona tenía de lo que la mujer debía hacer y cómo debía relacionarse para demostrar su felicidad, estaba influida principalmente por los propios padres, pero con el paso del tiempo, el cambio en las ideologías y la

proliferación de las familias con un solo padre, han contribuido en la modificación de estos roles.

Pues “nuestras acciones son influidas por el modelo de nuestros padres, por nuestra propia personalidad, nuestra percepción de felicidad, nuestras emociones, necesidades y deseos” (Chapman; 1996: 106)

Por ello se consideró el resultado del reactivo 4 que presenta una mediana de 3.0, que significa no ser relevante para ellas el que sus parejas tengan o no ese tipo de atenciones, al menos no con respecto a su felicidad.

3.4.2.5 Toque físico

El toque físico es el contacto corporal existente entre dos personas. Cabe mencionar que generalmente a las personas les agrada este tipo de manifestaciones, aunque puede no representar la principal expresión de su felicidad, pero para conocer si el toque físico tiene que ver con la experimentación del bienestar subjetivo, se evaluó la pregunta 6.

El resultado obtenido fue una media de 3.6 y una mediana de 4.0 que representa el valor tan importante que tiene para las mujeres casadas el tener contacto físico con sus parejas.

Dentro del matrimonio, sin embargo, “lo que es apropiado e inapropiado en cuanto al contacto físico está determinado por la pareja, dentro de amplias directrices” (Chapman; 1996: 118)

Por lo cual, es recomendable considerar las cinco expresiones a fin de conocer cada una de ellas y ubicar a través de cuál manifestación es que una persona percibe como mayor o menor el índice de su felicidad.

3.4.3 Componentes de la felicidad

3.4.3.1 Cognitivo

De acuerdo a lo revisado en teoría, el componente cognitivo hace referencia a las categorías cognoscitivas que el ser humano ha aprendido para simplificar sus tareas perceptuales como pensamientos y convicciones, es decir en la forma en que se percibe y procesa la información, lo cual se refleja en las preguntas 12 y 27 del instrumento aplicado.

Sus medias corresponden a un puntaje de 3.9 y 3.2 respectivamente, así como una mediana de 4.0 en ambos ítems que significa una inconformidad en cuanto a los aspectos que cambiarían las mujeres en su matrimonio, sin embargo consideran a su vez, que la felicidad es una cuestión meramente de suerte.

3.4.3.2 Afectivo

Aunado al anterior, este componente es de suma importancia en cuanto a la felicidad percibida, ya que dependerá ampliamente de los afectos el cómo se viva dicho bienestar.

Para ello se consideraron las respuestas de los reactivos 14, 15, 17, 18, 21, 22, 23, 25, 26 y 28.

Los reactivos 14, 21, 22 y 25 obtuvieron una mediana de 3.0, que representa un estado de neutralidad con respecto a la idea de que desde que se casaron su vida ha sido un fracaso, que han disminuido los acontecimientos desagradables, que se sienten vacías y que por ello nunca serán felices, lo cual da indicio por una parte en no estar de acuerdo con las anteriores afirmaciones, pero tampoco negarlas, dejando así una incógnita al respecto.

En cuanto a los ítems 15, 23 y 28 la mediana fue de 2.0, esto refleja la conformidad en cuanto a que el matrimonio ha resultado ser lo que la mujer esperaba, que se siente feliz y que actualmente está satisfecha con su matrimonio, indicando concordancia de alguna manera en los resultados.

Finalmente en las preguntas 17, 18 y 26 se obtuvo el mayor puntaje en la mediana, éste fue de 4.0, evidenciando las constantes discusiones en la vida marital de las encuestadas que han influido a su vez en la disminución de felicidad experimentada y que por ello refieren estar más contentas cuando eran solteras.

Cabe mencionar que las medias de éstos reactivos varían un poco entre sí, por lo que se agrupó respecto al puntaje de la mediana, sin embargo el valor obtenido entre media y mediana es muy similar y no se observan diferencias significativas que alteren los resultados.

3.4.4 Soltería y matrimonio en la mujer

En esta categoría se engloban los reactivos de ambos estados, ya que al favorecer a uno se descarta inmediatamente al otro, obteniendo de esa manera un indicador. Los ítems correspondientes fueron el 1, 7, 9, 11, 13, 16 y 24.

El reactivo 1, 7, 9 y 24 tienen una mediana de 4.0 y medias superiores a 3.3, lo cual significa que las mujeres casadas se perciben más felices cuando eran solteras, por lo que consideran que el estado ideal de la mujer es cuando está soltera y desearían por ello regresar el tiempo atrás y volver a ese estado, además mencionan haberse perdido algunas atenciones o detalles porque sus parejas han cambiado actitudes de manera negativa para con ellas.

El ítem 13 se ubica con una media de 3.1 y una mediana de 3.0 que indica neutralidad en cuanto a la idea de que el divorcio sea una idea constante.

Y el resultado de la pregunta 11 y 16 son puntajes más bajos con una media de 2.5 y 1.8 respectivamente así como una mediana de 2.0 y 1.5, refiriendo que si pudieran elegir se volverían a casar y que además les gustaría que su matrimonio durara para toda la vida.

Ahora, una vez revisadas todas las categorías en cuanto a su parte teórica, empírica e interpretativa, se procederá finalmente a concluir con la presente investigación a través de la corroboración de la hipótesis planteada en un comienzo.

CONCLUSIÓN

Después de haber realizado un proceso sistematizado de investigación tanto teórica como práctica, se puede concluir que la percepción es un fenómeno intelectual propio del ser humano que se refuerza a través de la experiencia.

Dicha definición fue abordada en los subtemas 1.1 y 1.2, considerando la descripción conceptual de percepción y felicidad respectivamente, desde diferentes perspectivas, cumpliendo así el primero de los objetivos planteados.

A su vez, la felicidad está conformada por distintos componentes que intervienen en ella, tales como el componente natura y nurtura, los cuales hacen referencia a la información innata y adquirida, además de considerar los componentes cognitivo, afectivo, social y biológico, revisados y explicados a detalle en el capítulo 1, cubriendo de esta manera el segundo de los objetivos.

Desde el punto de vista de la psicología positiva, hay un equivalente entre el bienestar subjetivo y la felicidad, la cual puede entenderse como un estado de ánimo que se complace por la posesión de un bien o la satisfacción experimentada al lograr algo agradable para la persona. Esta satisfacción puede obtenerse de manera general mediante los 3 tipos de felicidad (vida placentera, la buena vida, la vida con sentido o significado) o de manera concreta, con las cinco expresiones (palabras de afirmación, tiempo de calidad, recibir regalos, actos de servicio y toque físico).

La percepción y la felicidad son variables que dependen de la interpretación propia que le da el sujeto a cada evento de su vida, por lo cual resulta sumamente complejo el concluir en algo específico, sin embargo, es necesario considerar las diferencias existentes en cada época y contexto. Pues como ya se revisó en el capítulo 2, la percepción social de la mujer en referencia al rol representado, es distinta en tiempos pasados y actuales, tal es el caso de la presente investigación en la que se puede concluir que las mujeres casadas, madres de familia del grupo de 1º de primaria de la Escuela Francisco. J. Mújica, de 25 a 29 años de edad de la ciudad de Uruapan, Michoacán, se perciben más felices cuando eran solteras que actualmente, lo cual significa que se corrobora la hipótesis de investigación y se cubren con ello el tercer y cuarto objetivo.

Dicha comprobación se obtuvo mediante el análisis y la interpretación de resultados previamente revisados, para lo cual también fue necesario seguir todo un proceso de verificación que apoyara la relación existente entre la felicidad y el estado civil, cumpliendo a su vez el quinto de los objetivos.

Los reactivos que tuvieron un mayor puntaje y que son representativos para la investigación fueron el 1, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 17, 18, 24, 26 y 27 que a su vez tienen concordancia entre sí.

Se podría afirmar según los resultados que, como ya se mencionó anteriormente, las mujeres casadas se perciben más felices cuando eran solteras que actualmente, puesto que desde que se casaron se han perdido algunas

atenciones o detalles con su pareja, además de que éstas han cambiado de manera negativa para con ellas, siendo demasiados los aspectos que cambiarían de su matrimonio.

A su vez las investigadas, refieren tener una vida llena de constantes discusiones con su pareja, haciendo que la percepción de su felicidad se vea disminuida considerablemente, lo cual trae consigo múltiples consecuencias que influyen y afectan aún más la relación.

Finalmente, consideran que las mayores satisfacciones y autorrealización se obtienen cuando la mujer está soltera, pues ellas mismas así lo experimentaron. Y agregaron además que el contacto físico, el tiempo de calidad y las palabras de afirmación son expresiones necesarias e importantes para mantener el nivel estable y adecuado de felicidad.

Sin embargo, dichos resultados sólo representan a una pequeña muestra y por lo tanto son aplicables únicamente para la misma, debido a que las variables estudiadas son subjetivas y dependen del propio individuo, impidiendo así su generalización a otros contextos o poblaciones.

BIBLIOGRAFÍA

- BARRAGÁN, Ma. Antonieta (2003)
“Soltería: elección o circunstancia”
Ed. Norma, Colombia.
- BARTLEY, Howard (1969)
“Principios de percepción”
Ed. Trillas, México D.F.
- BECERRIL, Patricia (2004)
“Soy Feliz, Soy Soltera”
Ed. Panorama, México D.F.
- BERK, Laura E. (1999)
“Desarrollo del niño y del adolescente”
Ed. Prentice Hall, Madrid.
- CARR, Alan (2007)
“Psicología Positiva: La ciencia de la felicidad”
Ed. Paidós, México D.F.
- CHAPMAN, Gary (1992)
“Los cinco lenguajes del amor”
Ed. UNILIT, Colombia.
- CLONINGER, Susan C. (2003)
“Teorías de la Personalidad”
Ed. Prentice Hall, México D.F.
- COZBY, Paul C. (2005)
“Métodos de investigación del comportamiento”
Ed. Mc Graw Hill, México D.F.
- GOLDSTEIN, Bruce (1999)
“Sensación y Percepción”
Ed. Trillas, México D.F.
- HERNÁNDEZ, Roberto, et al (2008)
“Metodología de la investigación”
Ed. Mc Graw Hill, México D.F.

- LAFARGA, Juan, et al (1992)
“Desarrollo del potencial humano” Vol. 1-4.
Ed. Trillas, México D.F.
- LAZARUS, Richard, et al (2000)
“Pasión y Razón”
Ed. Paidós, Barcelona.
- LINDGREN, Henry C. (1991)
“Introducción a la Psicología Social”
Ed. Trillas, México D.F.
- MCMAHON, Darrin M. (2006)
“Una historia de la felicidad”
Ed. Santillana, México D.F.
- MORALES, J. Francisco. (1996)
“Psicología Social”
Ed. Mc Graw Hill, Madrid.
- MUNCH, Lourdes, et al (1990)
“Métodos y técnicas de investigación”
Ed. Trillas, México D.F.
- MYERS, David G. (2005)
“Psicología Social”
Ed. Mc Graw Hill, México D.F.
- OLIVÉ, León (2006)
“Metodología de la investigación”
Ed. Santillana, México D.F.
- RODRIGUES, Aroldo (1995)
“Psicología Social”
Ed. Trillas, México.
- RODRIGUEZ, Tania (2001)
“Las razones del matrimonio”
Ed. CUCSH-UdeG, Jalisco México.
- ROGERS, Carl (1991)
“El proceso de convertirse en apersona”
Ed. Paidós, México D.F.

- RUSSELL, Bertrand (2007)
“La conquista de la felicidad”
Ed. Tomo, Barcelona.
- SERRANO, Lucy (1995)
“El precio del amor: ¿es necesario sufrir para amar?”
Hoja Casa Editorial, México D.F.
- UÑA, Octavio, et al (2004)
“Diccionario de Sociología”
Ed. ESIC, Barcelona.
- VELÁZQUEZ, et al (1969)
“Curso elemental de Psicología”
Ed. Minerva, México D.F.

Otras fuentes de información:

- <http://www.tmfhs.org/115980.cfm>
- http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/science/newsid_4970000/4970448.stm
- <http://webpersonal.uma.es/~JMDOMINGUEZF/asignaturas/psocial/tema2.pdf>
- <http://www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/sociedad/sociedad28.htm>
- <http://www.cociepsi.blogspot.com/>
- <http://cociepsi.blogspot.com/search/label/psicologia%20positiva>
- <http://lasexologa.blogspot.com/>
- http://www.elmundo.es/elmundosalud/2003/03/21/salud_personal/1048243197.html

Anexo 1

PERCEPCIÓN DE LA FELICIDAD

ENCUESTA PARA MUJERES EN EDAD DE 25 A 29 AÑOS.

La presente información tiene fines estadísticos por lo que los datos aquí recabados serán de uso confidencial.

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de afirmaciones. Señala la opción que concuerde más con tu experiencia, recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas. Gracias.

Opciones de respuesta:

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

1. Me percibo más feliz cuando era soltera que actualmente:
a) b) c) d) e)
2. Considero que las cosas materiales influyen en la felicidad de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
3. Desde que me casé, la mayoría de las cosas se han alejado de mi ideal:
a) b) c) d) e)
4. Considero que los actos de servicio influyen en la felicidad de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
5. Para mí, el matrimonio es una de las opciones que tiene la mujer para ser feliz:
a) b) c) d) e)
6. Considero que el toque físico influye en la felicidad de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
7. Desde que me casé, se han perdido algunas atenciones o detalles con mi pareja:
a) b) c) d) e)

8. Considero que el tiempo de calidad influye en la felicidad de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
9. Mi esposo ha cambiado actitudes de manera negativa para conmigo desde que nos casamos:
a) b) c) d) e)
10. Considero que las palabras de afirmación influyen en la felicidad de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
11. Si pudiera elegir, me volvería a casar:
a) b) c) d) e)
12. Son demasiados los aspectos que cambiaría de mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
13. La idea de divorciarme, es muy constante:
a) b) c) d) e)
14. Desde que me casé mi vida es un fracaso:
a) b) c) d) e)
15. Mi matrimonio ha resultado lo que yo esperaba:
a) b) c) d) e)
16. Me gustaría que mi matrimonio durara para toda la vida:
a) b) c) d) e)
17. Mi vida está llena de constantes discusiones con mi pareja:
a) b) c) d) e)
18. Siento que mi felicidad ha disminuido desde que me casé:
a) b) c) d) e)
19. Me siento una persona realizada en mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
20. En mi matrimonio he conseguido las cosas que para mi son importantes:
a) b) c) d) e)
21. Siento que mi vida matrimonial está vacía:
a) b) c) d) e)
22. Pienso que nunca seré feliz en mi matrimonio:
a) b) c) d) e)

23. La mayoría del tiempo me siento feliz con mi matrimonio:
a) b) c) d) e)
24. Considero que el estado ideal de la mujer es cuando está soltera:
a) b) c) d) e)
25. Desde que me casé, han disminuido los acontecimientos desagradables:
a) b) c) d) e)
26. Estaba más contenta cuando era soltera:
a) b) c) d) e)
27. Considero que la felicidad en el matrimonio es una cuestión de suerte:
a) b) c) d) e)
28. Actualmente estoy satisfecha con mi matrimonio:
a) b) c) d) e)

Anexo 2
Cálculo de la confiabilidad del instrumento

PERSONAS	REACTIVOS																												Total	e	o
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
1	4	2	2	5	1	5	4	5	2	4	2	5	2	2	1	2	3	4	4	2	2	2	2	5	5	5	2	2	87	36	50
2	2	2	2	3	2	4	3	4	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	5	2	57	27	28	
3	3	4		4	3		4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	5	4	3	4	4	5	5	4	5	4	4	107	50	54
4	5	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	106	51	51
5	5	5	2	2	1	5	5	5	5	5	1	5	3	3	1	1	5	3	3	1	5	5	1	1	5	1	1	1	91	43	43
6	5	5		2	4	5	5	4	5	5	1	5	5		1	1	5	5	1	1	5		1	5		4		1	87	38	43
7	4	3	2	3	4	3	3	5	3	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	67	30	30
8	5	5	5	5	1	5	5	4	5	4	2	4	5	5	2	2	5	5	2	2	5	5	2	5	2	5	1	2	113	47	58
9	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	2	3	4		3	2	2	90	39	42
10	5	2	2	1	2	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	125	56	59
11	4	3	4	3	5	4	4	3	4	3	5	3	1	4		2	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	111	52	48
12	4	3	4	4	1	5	5	4	5	5	5	1	5	4	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	5	117	52	53
13	2	1	4	4			4	4	5	5	1	5	5	5	2	2	5	5	2	1	5	5	2	5	1	5	1	2	101	39	49
14	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	2	4	5	2	2		2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	2	99	43	42
15	3	1	3	3	5	1	4	4	3	1	3	3	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	4	1	5	1	5	3	90	47	28
16	5	1	5	4	1	5	5	1	5	5		5	3	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	5	1	5	1	1	99	37	46
17	5	2	3	2	5	2	4	3	4	2	4	5	3	3	3	1	3	3	3	1	4	4	3	3	3	5	1	3	104	48	39
18	4	5	4	3		4	5	4	3	3	5	5	1	3	1	1	4	3	3	3	3		3	3	5	3	5	3	107	46	43
19	3	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	4	2	91	36	36
20	1	2	1	5	3	2	2	5	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	66	21	25
21	5	5	4	4	1	2	5	5	5	4	1	5	5		4	1	4	4	4	2	2	2	1	2	2	2	4	2	108	47	40
22	4	3	2	5	5	3	5	5	5	2	4	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	4	3	5	4	2	120	52	46
23	2	4	2	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	101	40	38
S_i^2	1.5	1.9	1.3	1.2	2.4	1.8	0.8	0.8	1.7	1.6	2.2	1.7	2.4	2.1	2.0	1.1	2.0	2.0	1.7	1.7	2.4	2.3	2.2	2.6	2.1	2.6	2.7	1.5	294.5	= S_i^2	

$\Sigma S_i^2 =$ **52.2**

Confiabilidad por el método alfa de Cronbach
$\alpha =$ 0.85

Confiabilidad por mitades
Correl = 0.69 r = 0.82

Anexo 3 Medidas estadísticas por reactivo

PERSONAS	REACTIVOS																												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
1	4	2	2	5	1	5	4	5	2	4	2	5	2	2	1	2	3	4	4	2	2	2	2	5	5	5	2	2	
2	2	2	3	2	4	3	4	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	5	2		
3	3	4		4	3		4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	5	4	3	4	4	5	5	4	5	4	4	
4	5	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	
5	5	5	2	2	1	5	5	5	5	5	1	5	3	3	1	1	5	3	3	1	5	5	1	1	5	1	1	1	
6	5	5		2	4	5	5	4	5	5	1	5	5		1	1	5	5	1	1	5		1	5		4		1	
7	4	3	2	3	4	3	3	5	3	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	
8	5	5	5	5	1	5	5	4	5	4	2	4	5	5	2	2	5	5	2	2	5	5	2	5	2	5	1	2	
9	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	2	3	4		3	2	2	
10	5	2	2	1	2	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	
11	4	3	4	3	5	4	4	3	4	3	5	3	1	4		2	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	
12	4	3	4	4	1	5	5	4	5	5	5	1	5	4	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	5	
13	2	1	4	4			4	4	5	5	1	5	5	5	2	2	5	5	2	1	5	5	2	5	1	5	1	2	
14	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	2	4	5	2	2		2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	2	
15	3	1	3	3	5	1	4	4	3	1	3	3	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	4	1	5	1	5	3	
16	5	1	5	4	1	5	5	1	5	5		5	3	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	5	1	5	1	1	
17	5	2	3	2	5	2	4	3	4	2	4	5	3	3	3	1	3	3	3	1	4	4	3	3	3	5	1	3	
18	4	5	4	3		4	5	4	3	3	5	5	1	3	1	1	4	3	3	3	3		3	3	5	3	5	3	
19	3	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	4	2	
20	1	2	1	5	3	2	2	5	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	
21	5	5	4	4	1	2	5	5	5	4	1	5	5		4	1	4	4	4	2	2	2	1	2	2	2	4	2	
22	4	3	2	5	5	3	5	5	5	2	4	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	4	3	5	4	2	
23	2	4	2	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2
Media	3.8	3.2	3.0	3.4	2.8	3.6	4.1	4.1	3.8	3.5	2.5	3.9	3.1	2.8	2.4	1.8	3.3	3.3	2.7	2.3	3.0	2.9	2.5	3.3	3.2	3.5	3.2	2.4	
Mediana	4.0	3.0	3.0	3.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	2.0	4.0	3.0	3.0	2.0	1.5	4.0	4.0	3.0	2.0	3.0	3.0	2.0	4.0	3.0	4.0	4.0	2.0	
Moda	5.0	4.0	2.0	3.0	1.0	5.0	4.0	4.0	5.0	4.0	1.0	5.0	5.0	2.0	1.0	1.0	4.0	4.0	4.0	1.0	1.0	2.0	2.0	5.0	5.0	5.0	4.0	2.0	
Desv. Estándar	1.2	1.4	1.2	1.1	1.5	1.3	0.9	0.9	1.3	1.3	1.5	1.3	1.6	1.4	1.4	1.1	1.4	1.4	1.3	1.3	1.6	1.5	1.5	1.6	1.4	1.6	1.6	1.2	

