



TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO DE MÉXICO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO

CLAVE 3079-25

“ANÁLISIS DE LA PRIORIDAD DE UNA MUJER
ADULTA ANTE LA DECISIÓN DE ADAPTARSE
A UN ROL SOCIAL O EJERCER SU PROFESIÓN
PARA EXPERIMENTAR LA
AUTORREALIZACIÓN.”

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

MONSERRAT DEL CARMEN RIVERA AMBRIZ

ASESOR DE TESIS: LIC. ISRAEL SALGADO CORONA



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	Páginas
- Resumen.	1
- Introducción.	2
- Capitulo 1. La mujer adulta.	
1.1. Definición de la mujer adulta.	4
1.2. Características de la mujer en la etapa adulta.	10
1.3. Necesidades de la mujer en la etapa adulta.	22
- Capitulo 2. Autorrealización.	
2.1. Definición de autorrealización	28
2.2. Características de las personas autorrealizadas.	35
2.3. La autorrealización de la mujer.	40
2.3.1. Roles sociales.	45
2.3.2. Mujer profesionista.	49
- Capitulo 3. Investigación.	
3.1. Definición de términos.	58
3.2. Objetivos.	58
3.3. Preguntas de Investigación.	58
3.4. Método.	58

3.4.1. Participantes.	59
3.4.2. Diseño.	59
3.4.3. Contexto.	60
3.4.4. Técnica de recolección de datos.	60
3.4.5. Procedimiento.	61
- Resultados.	63
- Discusión.	74
- Referencias.	81

Agradecimientos

A mis Padres

Por estar conmigo a lo largo de este camino dándome su apoyo, consejos y sabiduría incondicionales para salir adelante. A mi madre, por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor. Y a mi padre por los ejemplos de perseverancia y constancia que lo caracterizan y que me ha infundado siempre, por el valor mostrado para salir adelante y por su amor. Porque lo que han logrado a lo largo de su vida tiene y tendrá siempre eco en mi eternidad, este logro es de nosotros tres. Los amo!!

A mis tíos Teto y Mabicha

Por ese corazón tan noble que tienen, su cariño y sencillez características que todo ser humano debería tener, les agradezco infinitamente el apoyo que me brindaron para poder dar este gran paso en mi vida y me alegra compartirlo con personas tan especiales como ustedes.

A mis Abuelos

Por su infinito cariño y enseñanzas, porque para mí son un claro ejemplo de amor, compromiso e integridad y a los cuales siempre llevaré en mi corazón, gracias por todo su cariño.

A mi Asesora Begoña

Por apoyarme en el desarrollo de este trabajo, la orientación y paciencia hacia mi persona en todo este período, porque cuando parecía no iba a terminar aun así nunca dejaste de confiar en mí, este logro lo comparto con mucho cariño contigo.

A mis maestros

Por todo su conocimiento, paciencia, apoyo y orientación, porque sin ustedes no habría podido lograr llegar hasta este punto de mi vida, porque han sido el pilar de mi vida profesional y personal ya que ustedes son el claro ejemplo de la ardua labor que representa ser un educador. GRACIAS

En este lugar perdemos demasiado tiempo mirando hacia atrás, sin darnos cuenta que debemos caminar hacia el futuro, abriendo puertas y probando cosas nuevas, dejando que nuestra curiosidad nos gane, porque ella siempre nos conducirá por nuevos caminos y en este caso a la culminación de todo este proyecto, agradeciéndole a todos y cada uno de los que han sido parte de mi vida en este largo trayecto siempre regalándome una enseñanza, una sonrisa, palabras de aliento que me han llevado a ser quien ahora soy.

Resumen

En el transcurso de los años la vida y costumbres de la mujer se han ido modificando de modo tal que en un inicio la mujer se encontraba encasillada en un rol social de ser ama de casa, contraer matrimonio desde una temprana edad, encargarse de la educación de los hijos, atender a su marido y servir solo como la parte reproductora, pero muchos de estos estereotipos que se le inculcan al género femenino se han visto modificados en la búsqueda de una igualdad para ellas dando como resultado que en la actualidad podemos encontrar mujeres que laboran, son independientes, ahora ellas cuentan con un amplio abanico de posibilidades para desarrollarse en la vida aun cuando siguen existiendo ciertas limitantes.

El presente trabajo tuvo como objetivo explorar y conocer cuál es la prioridad de una mujer adulta ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para experimentar la autorrealización mediante el estudio de caso una mujer que se encuentra en la etapa justa para decidir cuál es su prioridad mediante la descripción de la educación que se le proporcionó en casa, su estilo de vida, y lo que ella considera necesario y más importante en su vida, dando como resultado que a pesar de que los roles sociales se han visto hasta cierto punto desplazados por la preferencia laboral y de superación que actualmente existe en la mujer, no son términos aislados sino por el contrario en la vida de una mujer se vuelven complementarios para generar su autorrealización.

Introducción

Hoy en día es muy común que en las familias mexicanas, trabajen fuera del hogar, tanto hombres como mujeres. En el amplio campo de estudio de los mercados y la fuerza de trabajo, ha adquirido ya un lugar importante como objeto de investigación la participación laboral femenina.

Como es sabido, en buena medida como consecuencia de la tradicional división sexual del trabajo, las mujeres generalmente se plantean el dilema, y a veces siendo opciones mutuamente excluyentes, el “tener” que elegir entre realizar un trabajo extra doméstico o dedicarse exclusivamente al cuidado del esposo y los hijos; no está de más recordar que tal situación prácticamente no se presenta en el curso de vida de los hombres, para quienes el papel del proveedor claramente ocupa el primer lugar dentro de su jerarquización.

Tanto hombres como mujeres pueden aportar su salario para la manutención de la familia, lo que evidencia igualdad de responsabilidades económicas para ambos. Sin embargo, en el ámbito del hogar no existe la equidad de género puesto que en la mayoría de las familias las labores domésticas son realizadas por las mujeres, por esto se habla de la doble jornada de trabajo femenino.

Las labores domésticas, la crianza y educación de los hijos, todo ello aunado a las presiones del trabajo asalariado, representan situaciones estresantes que pueden repercutir en la salud física y en la psicológica de muchas mujeres, dando como resultado el hecho de que una mujer debe priorizar y decidir lo que quiere entre adaptarse a un rol social o ejercer su profesión, de modo tal que esto le permita sentirse autorealizada al hacerlo y en el cual muchas de ellas deciden darle cierta prioridad a conseguir una estabilidad laboral y económica en su vida, para que posteriormente el adaptarse a un rol social sea un factor complementario en el desarrollo de su vida.

Así, el interés por realizar el presente estudio para conocer cuáles son las prioridades de una mujer en la etapa adulta que permitan conocer el motivo por el

cual ellas han postergado en cuanto a edad el hecho de contraer matrimonio, dedicarse a la crianza y educación de los hijos, atender a su esposo y llevar a cabo todas aquellas actividades domésticas que se le han visto impuestas a las mujeres por medio de la sociedad.

Dentro del primer capítulo se tomó en cuenta el concepto general de la mujer adulta, desde su definición, características y necesidades que tiene la mujer en la etapa adulta.

En el segundo capítulo se menciona lo que es la autorrealización, así como las características de una persona autorealizada y, ya más enfocado, lo que es la autorrealización de la mujer describiendo a que se refieren los roles sociales y analizando lo que es una mujer profesionalista.

El tercer capítulo se avoca completamente a la investigación, definiendo términos, objetivos, preguntas de investigación, método (participantes, diseño, contexto, técnica de recolección de datos y el procedimiento).

En el desarrollo de este trabajo existieron diferentes limitantes para el análisis como el hecho de que no se puede generalizar a todas las mujeres por el estudio de una sola, puesto que cada una lleva en su historia de vida, diferentes variables como la educación en casa, el nivel socioeconómico, expectativas de vida, etc., aspectos que darían diferentes resultados para este mismo estudio.

Sin embargo, el presente estudio de caso proporciona información importante la cual nos da una pequeña muestra de cómo es que la mujer ha ido cambiando sus prioridades en la actualidad y la importancia de estudiar fenómenos como este para así poder darnos una idea de hacia dónde se dirige el género femenino en estos tiempos, lo que les motiva y hace sentir autorrealizadas en el transcurso de su vida, de modo tal que nos amplía el panorama de las situaciones por las cuales la mujer atraviesa en su vida y que de esto dependa el sentirse felices o no con lo que hacen.

- Capítulo 1. La mujer adulta.

1.1. Definición de la mujer adulta.

Para hablar acerca de la definición de lo que es una mujer adulta es necesario tomar en cuenta toda nuestra cultura y civilización. A la mujer la podemos ubicar a lo largo de nuestra historia por ser una persona que se ve involucrada en muchos ámbitos de nuestra vida, puede ubicársele en los aspectos sociales, familiares y laborales de la actualidad. La mujer ha desempeñado diferentes roles a lo largo de la historia, en un principio ha sido simplemente un objeto sexual el cual podía levantar el deseo del género masculino pero sin la posibilidad de expresar su propio deseo, no se le veía contemplada dentro de los derechos humanos, ni tenían la posibilidad de que se le tomara en cuenta en algún grupo social, su papel siempre se vio enfocado hacia el ámbito de proporcionarle al hombre la satisfacción en lo que él quisiera, al cuidado de los hijos y de mantener una casa limpia.

A la mujer se le puede definir de diferentes maneras, como “madre”, “esposa”, “amante”, “la hija”, “la viuda”, “la dejada”, “la trabajadora”, etc., siendo implicaciones que atrapan a la mujer, al otorgarle una identidad relativamente delimitada, negándole su individualidad y la posibilidad de diferir, pero al final no dejando de ser mujer, la cual en la medida de sus posibilidades ha logrado cambios significativos dentro de nuestra sociedad y la cultura alrededor del mundo, esto nos sirve para comprender ciertos papeles que ha tenido que desempeñar la mujer los cuales a su vez nos muestran infinidad de definiciones respecto a cada una de ellas, y a pesar de que el tiempo pase, muchas de estas identidades persisten hasta nuestros tiempos.

La cultura ha sido el fruto permanente, siempre enriquecedor, del patrimonio de la humanidad. En muchas ocasiones alienta al ser humano hacia increíbles desarrollos y en otras lo ata a tradiciones y prejuicios, que encarecen su vida y dificultan su realización, en esta situación se ha encontrado la mujer. Se han hecho esfuerzos, se han ganado batallas, se han establecido derechos, se ha

arribado a la igualdad legal y una situación bastante cercana a una equivalencia de derechos, oportunidades y responsabilidades. La labor ha sido de siglos y han contribuido a la consecución de mujeres con gran inteligencia y sensibilidad.

Si aún ahora se vuelve la mirada hacia atrás, indiscutiblemente sobresale el siglo veinte como un siglo en que la mujer logra reivindicaciones significativas y se acerca a un estado de relativa justicia. Por otra parte, el principal problema de la mujer reside en las actividades de la sociedad misma, que por tradiciones, costumbres, reglas de observancia corriente, no admite aún los principios legales que la igualan. (Naranjo, 1981). Esto nos da la pauta para conocer que las mujeres siempre han sido parte de la sociedad y que con todo el trabajo que han realizado a lo largo de la historia ahora en nuestros tiempos han logrado que se les tome en cuenta dentro de diferentes círculos sociales, familiares y laborales al igual que poder tener un estatus mejor y hacer valer su pensamiento.

Cabe mencionar que definir a la mujer no es tarea sencilla, puesto que conforme van pasando las generaciones existe una mutabilidad respecto a lo que una mujer representa o es, y esto significa un cambio constante en cuanto a lo que quiere o desea, pero puede identificarse a la mujer como un ser humano con ideas, sueños, metas, ambiciones, deseos, capacidades y mucha sensibilidad. Sus características biológicas (órganos sexuales, aparato reproductivo, constitución física) y psicológicas le permiten cumplir funciones únicas distinguiéndola claramente de otro ser humano llamado hombre o varón.

Tiene capacidad de pensar, aprender, enseñar, crear, planificar, organizar, trabajar, ser protagonista en la historia, dar afecto, y a todo esto se le puede sumar el hecho de que tiene la capacidad de ser madre llevando en su ser a otro ser humano durante sus primeros meses de existencia para luego dar lugar a su nacimiento y destinar parte de su vida a cuidarlo, protegerlo, alimentarlo, educarlo y amarlo dentro de sus posibilidades. (Bravo M. A., 1998) También puede mencionarse que es un ser humano con necesidades como las afectivas, de pertenencia, seguridad, aprecio, superación, reconocimiento, respeto y libertad. Dentro del ambiente en el que se desarrolla desgraciadamente corre el riesgo de

sufrir violencia física, psicológica y sexual especialmente por parte del género masculino, se le ha visto discriminada de la esfera laboral, económica y política, pero en los últimos años gracias a su lucha por alcanzar niveles de igualdad ante los hombres, ha logrado su inclusión en estas esferas para de este modo conseguir roles protagónicos en la sociedad y la economía del mundo.

“Al igual pueden mencionarse una serie de palabras para definir a la mujer como las siguientes:

- **Fortaleza:** Las mujeres tienen una fuerza que las caracteriza y asombra a los hombres. Ellas cargan niños, penas y cosas pesadas; sin embargo, tienen espacio para la felicidad, el amor y la alegría.
- **Sensibilidad:** Ellas sonríen cuando quieren gritar, cantan cuando quieren llorar, lloran cuando están contentas y ríen cuando están nerviosas.
- **Preocupación:** Las mujeres esperan una llamada por teléfono avisando que llegó a casa sano y salvo un amigo o pariente que salió en tiempos de tempestad.
- **Caridad:** Tienen cualidades muy especiales. Se ofrecen para las causas nobles. Ellas son voluntarias en hospitales y llevan comida a los necesitados.
- **Dedicación:** Ellas trabajan como niñeras, ejecutivas, abogadas, amas de casa y solucionan disputas entre niños e infinidad de personas. Luchan por lo que ellas creen y se enfrentan ante la injusticia para hacer valer sus necesidades.
- **Visión:** Hablan y recorren largos caminos para conseguir la mejor escuela para sus niños y la mejor atención para la salud de su familia, procurando siempre obtener lo mejor para quienes las rodean.

- Incondicional: Ellas pegan una nota de Amor para sus maridos. Logran que sus niños tengan zapatos nuevos. Acompañan a algún amigo preocupado al doctor. Ellas aman incondicionalmente, en si se entregan más allá de lo que les es posible cuando hay personas a quienes quieren de por medio.
- Sabiduría: Son honradas, fieles y saben perdonar (en algunos casos, dependiendo la persona y las situaciones que se le presenten). Son inteligentes y conocen su poder; sin embargo, saben usar su lado más dócil cuando quieren conseguir algo.
- Ternura: Quieren y siempre buscan lo mejor para sus familias, sus amigos y por último para ellas mismas. Lloran cuando sus niños sobresalen y se alegran cuando sus amigos obtienen premios.
- Comprensión: Se alegran y lloran cuando se enteran de un nuevo nacimiento o un nuevo matrimonio. Sus corazones se rompen cuando fallece algún amigo. Sufren ante la pérdida de un familiar pero aún así sacan fuerzas cuando el resto ya no las tiene, cuentan con la capacidad de tener empatía por las personas que las rodean.
- Cariño: Ellas manejan, vuelan, caminan, corren o simplemente usan el e-mail para demostrarle cuanto se preocupan por usted, habitualmente encuentran el espacio para demostrar afecto a sus seres queridos.
- Compartir: Ellas hacen mucho más que solo dar una vida. Ellas traen alegría y esperanza. Comparten ideales, metas, sueños, deseos y reparten compasión. Todo lo que ellas quieren es un abrazo, una sonrisa, que muchas veces sea reconocido lo que hacen y compartidas sus emociones.

- Amor: Tienen mucho que decir y mucho que dar, la belleza de una mujer no está en la ropa que lleve, la figura que tenga o la manera en que se peine, su belleza debe conocerse por lo que ella es y demuestra a los demás.” (Greer, 2001, págs. 205-206)

La mujer se puede definir como un símbolo que representa el cuidado, cariño, preocupación, respeto, atención, fortaleza, valentía, entre una infinidad de cosas más, puesto que siempre ha sido una constante en la vida de las personas por esa capacidad de dar vida y cuidar de otro ser, normalmente se hace referencia a lo que es una madre, aquella persona que siempre está pendiente de los hijos, de su educación, alimentación, cuidado personal, pero detrás de esa madre es un ser humano complejo de entender, con sentimientos, defectos y virtudes que la hacen única en su forma de ser. Una mujer que debe luchar día a día para salir adelante, afrontar todas aquellas dificultades o limitantes que la misma sociedad genera e impone al igual que todos esos cambios que se generan debido a su fisiología, pero que sin embargo no la detienen para ser una mujer.

En este sentido podemos encontrar que en el diccionario de la Real Academia Española en su vigésima segunda edición se refiere que una mujer es:

- Persona del sexo femenino.
- Mujer que ha llegado a la pubertad o a la edad adulta.
- Mujer que tiene las cualidades consideradas femeninas por excelencia.
- Mujer que posee determinadas cualidades.
- Mujer casada, con relación al marido.

También refiere que un adulto es:

- Llegado a su mayor crecimiento o desarrollo.
- Llegado a cierto grado de perfección, cultivado, experimentado.
- Que posee plena capacidad reproductora.

Bajo estos conceptos podríamos deducir que una mujer adulta es una persona del sexo femenino que ha alcanzado su mayor crecimiento, la cual posee cualidades como ser experimentada, culta, femenina y tiene plena capacidad reproductora.

Al igual podría decirse que una mujer adulta es una persona que puede presentar experiencia, la cual le permitirá afrontarse a los problemas que la vida cotidiana le presenta y resolverlos de una mejor manera, también que podrá ser una persona que ya tendrá una pareja, un matrimonio e inclusive hijos a los cuales podrá educar en base a la experiencia que ha adquirido a través de los años que ha vivido.

Pero de igual manera al poner atención dentro de los significados que la Real Academia de la Lengua nos ofrece, podemos percatarnos de que a la mujer no se le define como una persona con la capacidad de desempeñar un trabajo e inclusive no se le define en algún otro ámbito mas que en el del hogar, estando casada, teniendo rasgos femeninos, y para la reproducción, siendo que en la actualidad la mujer es capaz de adquirir un puesto laboral bien remunerado, no solo dedicarse al trabajo doméstico y con la capacidad de decidir si es que prefiere o no formar un matrimonio o familia.

1.2. Características de la mujer en la etapa adulta.

En nuestro país la presencia generalizada de mujeres en aulas escolares, en la universidad, en el mercado laboral y en general, su creciente participación en múltiples ámbitos de la vida pública es un hecho que forma parte de la realidad cotidiana, aunque sabemos que tal realidad tiene una corta e irregular existencia, tal y como consta en los anales de nuestra memoria histórica. También, a lo largo de las últimas décadas, algunos roles masculinos se han flexibilizado, pero a pesar de esto la incorporación del género masculino en los espacios domésticos se ha venido dando de forma lenta, resulta menos visible que la presencia femenina en la vida pública y es percibida con frecuencia como una pérdida, una cesión o una claudicación resultante de un conflicto; casi nunca se vive como una ganancia personal o como un logro, a diferencia de los cambios de posición de las mujeres. Pero, tanto en un caso como en otro, las funciones prototípicas de género se van transformando y se acortan las distancias.

Desde mediados de la década de los setenta del siglo pasado la psicología desarrolla la androginia psicológica, concepto que se ha popularizado interpretándose, en la práctica, como el desarrollo simultáneo de características masculinas y femeninas por parte de una misma persona. Esta concepción ha contribuido a propagar la idea de que el desarrollo de rasgos masculinos y femeninos es relativamente independiente del hecho de ser varón o mujer. Características como la dulzura, la facilidad de comunicación o la expresividad pueden estar presentes en los comportamientos de los varones en menor o mayor medida que en las conductas de muchas mujeres.

Además, la investigación aporta resultados cada vez más abundantes que destacan las semejanzas comportamentales entre los hombres y las mujeres, especialmente cuando unos y otras comparten características formativas y laborales (nivel de estudios, profesión, etc.) y factores culturales (época, país de procedencia, creencias religiosas, etc.). Es razonable esperar que mujeres y

varones con la misma formación académica, semejantes intereses culturales y que comparten idéntica profesión, reaccionen de forma parecida ante un acontecimiento (Helgenson, 2002).

Por ejemplo, en un accidente de tráfico una persona médica, sea varón o mujer, reaccionará con una conducta de ayuda distinta a la del resto de transeúntes. Pero cabe mencionar que el hecho de haber nacido varón o mujer estimula ciertos comportamientos y actitudes paternas, por lo que basándonos en el mismo ejemplo ya no se esperaría que una mujer reaccione de la misma forma que un hombre ante un accidente o desarrollando las mismas cualidades que los caracterizan por pertenecer a su género, de tal modo que esto ha creado un acercamiento de la psicología al estudio de lo que son los estereotipos de género y como es que estos funcionan, ya que a pesar de haber tenido una educación igualitaria, la forma de reaccionar se mostrará diferenciada dependiendo el género de la persona, lo cual representa una base fundamental para diferenciar a la mujer del hombre.

Esto ha llevado a los investigadores a describir el contenido de los estereotipos de género (EG), a establecer procedimientos para medir esos contenidos y a desarrollar modelos que representen la relación e interacciones entre masculino (M) y femenino (F). Para conocer cómo es que funcionan los EG, la Psicología se ha servido del concepto clásico de esquema para explicar las diversas maneras a través de las cuales hombres y mujeres se representan socialmente el mundo y a sí mismos dentro de él, simplificando y distorsionando la realidad, pero pudiendo así ordenar y retener información que puede ser útil para afrontar nuevas situaciones, lo que comúnmente conocemos como experiencia de vida, la cual varía en todas las personas dependiendo de los acontecimientos que se les vayan presentando en el transcurso de su existencia.

Pero los sistemas de creencias no se limitan a describir lo observado aunque sea esquemáticamente (función descriptiva), ni tampoco son sólo

estructuras representativas de conocimiento (función explicativa), sino que sobre todo cumplen una función prescriptiva, referida a “lo que debe ser” y “lo que debe hacerse”. El comportamiento prescriptivo de un estereotipo esta siempre sostenido por la estructura social. Es la representación que cada cual se plantea de cómo los demás piensan que debe comportarse. Por ejemplo, es posible que una mujer no desee formar una familia ni tener hijos sino que quiera viajar y vivir de forma independiente. Sin embargo, existe una presión social que contribuye a no salirse de lo normativamente establecido, y entre dicha normativa está el deseo de que las mujeres a una determinada edad se establezcan con una pareja y tengan hijos.

De este modo, los estereotipos se ofrecen como modelos comportamentales, suscitadores de acuerdo o desacuerdo, que marcan la conducta a seguir. (Benllocka, 2004). Y es así que podemos comprender parte de que las características de una mujer son fundamentadas por la sociedad, la cultura y que independientemente a esto la mujer presenta ciertas características que la familia infunde como vienen siendo las costumbres dentro de este núcleo, los valores, la educación que es transmitida por los padres; y de lo que ella vive, como son las experiencias.

Por otra parte Erikson (1968) afirmaba que el ego se va desarrollando en diversas fases de la vida según un principio epigenético, término que tomó prestado de la embriología. El desarrollo epigenético implica un crecimiento paso a paso de los órganos fetales. Al principio el embrión no es simplemente una persona pequeña completamente formada que solo tiene que crecer, sino que se va desarrollando a un ritmo preestablecido y según una secuencia fija. Si los ojos, el hígado u otros órganos no evolucionan durante este periodo crítico para su desarrollo, nunca alcanzarán la madurez. De forma parecida, el ego sigue el camino del desarrollo epigenético y cada fase tiene lugar en el momento adecuado. (Feist, 2007).

Cabe mencionar que el ego es la parte psíquica del ser humano que le permite estar en contacto con el entorno que le rodea lo que le ayuda a poder satisfacer sus necesidades o adquirir experiencia en base a lo que vive día a día, a partir de eso se generan experiencias y al igual que en el principio epigenético requiere cierto proceso de maduración, desarrollo y todo a un ritmo aparentemente preestablecido puesto que se podría decir que cada persona tiene diferentes tiempos de maduración y adquisición de experiencia he aquí cuando uno puede percatarse de que no todas las mujeres adquieren roles sociales debido a que no se sienten listas para emprender esta nueva etapa en sus vidas o prefieren continuar ejerciendo su profesión debido a que esto les proporciona seguridad y mayor estabilidad dentro de sus vidas.

Para que la mujer consiga llegar a un punto donde logre decidir si adquirir roles sociales o ejercer su profesión, debe atravesar una serie de situaciones que le permitan formar una identidad, lo cual puede suceder mediante la experiencia y las diferentes circunstancias que se le puedan presentar y aporten hacia su desarrollo mental. De igual manera como afirma el principio epigenético que “todo ser vivo tiene un plano básico de desarrollo, y es a partir de este plano que se agregan las partes, teniendo cada una de ellas su propio tiempo de ascensión, maduración y ejercicio, hasta que todas hayan surgido para formar un todo en funcionamiento” (Bordignon, 2005, pág. 52). Y es así que a la mujer se le presenta un momento crucial en su vida donde se encuentra en el tiempo preciso para reproducirse, he aquí donde ella deberá decidir si adquirir la parte de ser madre, formar una familia, o bien, continuar ejerciendo su profesión para ir detrás de un éxito profesional.

Estas definiciones del principio epigenético que se mencionan nos son de gran ayuda para comprender que todo ser vivo lleva un proceso por el cual requiere pasar para llegar a ser un adulto o madurar, mientras que de igual manera el pensamiento de los seres humanos lleva un proceso de maduración en el cual la experiencia que adquiera cada uno conforme vaya creciendo y

madurando le ayudará a ver el mundo de una manera distinta y esto le permitirá tomar decisiones en base a su criterio. De modo tal, el principio epigenético como lo maneja Erikson nos plantea que el ser humano tendrá un desarrollo por etapas a partir de una idea básica a la cual se le van agregando nuevos conceptos, ideas y maduraciones que le permitan encontrarse listo para afrontar cada una de las siguientes etapas, pero que en dado caso de no madurarse de manera correcta en esta etapa psicológica por la que atraviesan las personas a la larga no podrá conseguir la capacidad de cambiar de etapa, este es otro factor que puede influir dentro de las decisiones que tome una mujer ya que si en alguna etapa no logra conseguirse la madurez suficiente para pasar a la siguiente etapa es ahí donde se estanca la mujer y no se siente con la capacidad de adquirir mayores responsabilidades tanto laborales, como dentro de una relación y esto a su vez genera que la mujer en la etapa adulta puede decidir no adquirir roles sociales y continuar ejerciendo su profesión, al igual que desarrollando simplemente relaciones superficiales con quienes la rodean sin involucrarse más allá como lo sería sentimentalmente hablando.

Una vez entendido el principio epigenético podemos adentrarnos a lo que son las fases del desarrollo psicosocial de Erikson, las cuales son ocho y en cada una de estas siempre se presentará una parte concordante (sintónico) entre las cuales existirá congruencia y una parte discordante (distónico) los cuales se encontraran en conflicto pero permitirán que se genere una cualidad o virtud del ego la cual Erikson denominó fuerza básica, pero principalmente se abarcará en este texto la etapa número seis que Erikson denominó adultez joven.

La adultez joven es la etapa mencionada por Erickson que nos compete, cuando después de alcanzar un sentido de la identidad en la adolescencia, se debe adquirir la capacidad de fusionar esa identidad con la identidad de otra persona pero manteniendo su individualidad. Esta fase puede radicar desde los 19 hasta los 40 años aproximadamente y se encuentra limitada no tanto por el tiempo sino por el logro de la intimidad al principio de la fase así como el desarrollo de la

generatividad al final. Los adultos jóvenes deberían desarrollar una genitalidad madura, para así vivir el conflicto entre la intimidad y el aislamiento para de esta forma adquirir la fuerza básica que sería el amor. Esta genitalidad sólo se puede desarrollar durante la adultez joven cuando se logra distinguir por la presencia de confianza mutua e intercambio estable de satisfacciones sexuales con la persona amada. Aquí cabe mencionar que es de suma importancia conocer tanto el principio como el final de esta etapa porque ahí es donde radica el hecho de que un adulto joven pueda o no conseguir una pareja estable, logre como comúnmente se dice “sentar cabeza ”y dar un paso hacia lo que formar una familia representa o por otra parte dedicarse a su éxito económico y social.

Como se mencionó anteriormente la intimidad es el principio de la adultez joven y por lo tanto es importante conocer cómo es que Erikson la define, y no es más que la capacidad de fusionar nuestra identidad con la de otra persona sin miedo a perderla lo que significa tener capacidad y voluntad de compartir una confianza mutua, que conlleve sacrificio, acuerdo mutuo y compromiso dentro de una relación de igual a igual. Mientras que por otro lado encontramos a la contraparte de la intimidad la cual es conocida como el aislamiento, que es la incapacidad de arriesgar la propia identidad a través de una intimidad verdadera, muchas personas consiguen tener éxito en el aspecto económico o social sin embargo mantienen su aislamiento ya que no se consideran capaces de asumir las responsabilidades adultas que conllevan un trabajo productivo, la procreación y un amor maduro (Feist, 2007). En este caso resulta que una mujer siempre estará en una serie constante de conflictos entre lo que concuerda y lo que no por ejemplo se encontrará en la encrucijada entre la intimidad, la cual podríamos ver cómo conseguir una relación estable y duradera, frente al aislamiento el cual vendría siendo el continuar ejerciendo su profesión, si dentro de este choque se realiza de la manera adecuada la fuerza básica que aparecerá es la del amor, que en este caso le proporcionará la capacidad de adquirir relaciones estables, duraderas, formar una familia, y a la par mantener su empleo y seguir ejerciendo

su profesión de manera satisfactoria pues el compromiso se vuelve mayor ya que no solo es el ver por ella misma sino ahora por una pareja o hijos.

Bajo estas definiciones que se mencionan puede decirse que la intimidad hacia una persona es la parte que implica un compromiso hacia las demás personas, he ahí cuando se logra tener una pareja estable, relaciones duraderas, mientras que por otro lado se menciona el aislamiento el cual no permite a la persona tener relaciones estables, duraderas y su capacidad de comprometerse con otras personas se ve más débil, por lo mismo podría decirse que esta etapa es un parteaguas importante en el caso de que una mujer adulta decidirá si adquirir los compromisos que conllevan los roles familiares o desarrollarse dentro de su profesión, estos últimos los retomaremos dentro del segundo capítulo con mayor amplitud.

Refiriéndonos a lo que es el pensamiento de una mujer en la etapa adulta después de pasar por estas etapas y adquiriendo experiencias nuevas puede decirse que a menudo parece ser flexible, abierto, adaptativo e individualista. Se basa en la intuición, la emoción y la lógica para ayudar a la gente a afrontar un mundo que parece caótico. Aplica los frutos de la experiencia a las situaciones ambiguas. Se caracteriza por la capacidad de manejar la incertidumbre, la inconsistencia, la contradicción, la imperfección y el compromiso. Esta etapa superior de la cognición adulta en ocasiones se denomina pensamiento posformal. El pensamiento inmaduro ve las cosas en blanco y negro (correcto frente a equivocado, intelecto frente a sentimientos, mente frente a cuerpo); en tanto, el pensamiento posformal ve tonos de grises. (Papalia, 2006)

Esto nos da a entender que una mujer dentro de la etapa adulta es alguien que tiene la capacidad en base a sus experiencias de afrontar las situaciones que se le presentan día con día y de esta manera resolverlas satisfactoriamente como podría ser el resolver situaciones laborales, tener la capacidad de aconsejar a sus hijos, saber dar una solución a posibles conflictos con la pareja pero, a final de

cuentas, mediante la experiencia que ha adquirido en el transcurso de los años, esto también la llevará a poder afrontar el momento que se presenta en su vida donde se le muestra la situación de elegir entre adquirir roles sociales o ejercer su profesión tomando en cuenta la cantidad de posibilidades que puedan presentarse de escoger una u otra pero que a final de cuentas esto le permitirá sentirse plena y con la convicción de haber acertado ante su decisión de modo tal que pueda continuar con su vida, sus actividades cotidianas y sentirse feliz con lo que realiza. Pero, si es de las personas que poseen un pensamiento inmaduro, se encontrará frente a esta misma disyuntiva de si elegir adquirir roles sociales o ejercer su profesión y solo podrá elegir entre una cosa u otra sin tomar en cuenta la cantidad de variables que pueden ayudarle a decidir y que esto a la larga le genere incertidumbre por no haber contemplado todas aquellas cosas que requería para sentirse plena en su vida.

Uno de los pocos investigadores que propuso un modelo de etapas del desarrollo cognitivo para todo el ciclo vital, desde la niñez hasta la edad adulta tardía, es K. Wagner Schaie. (Cesio, 2008) Este modelo se refiere a los usos del intelecto en desarrollo dentro del contexto social, describe siete etapas que considera objetivos muy importantes en varios momentos de la vida, los cuales van desde la adquisición de información y habilidades (lo que necesito saber) pasando por la integración práctica del conocimiento y las habilidades (cómo usar lo que sé) hasta la búsqueda de significado y propósito (por qué debo saber).

Las siete etapas son las siguientes:

1. Etapa adquisitiva (niñez y adolescencia). Niños y adolescentes adquieren información y habilidades que les serán útiles o les servirán de preparación para participar en la sociedad.

2. Etapa de logros (entre 18 a 21 años y los 30). Los adultos jóvenes ya no adquieren conocimientos sólo para utilizarlos sino que emplean lo que saben para conseguir objetivos, como estudiar una carrera y tener una familia.

3. Etapa responsable (39 a 60 años). Las personas de edad mediana emplean la mente para resolver problemas prácticos asociados a responsabilidades frente a los demás, como miembros de la familia o empleados.

4. Etapa ejecutiva (30 o 40 años hasta la edad adulta intermedia). Las personas situadas en la etapa ejecutiva, que puede coincidir con las etapas responsable y de logros, son responsables de sistemas sociales (por ejemplo, organizaciones gubernamentales o empresariales) o de movimientos sociales. Sostienen complejas relaciones en diversos niveles.

5. Etapa reorganizadora (fin de la edad adulta intermedia, comienzo de la edad adulta tardía). Las personas que se jubilan reorganizan sus vidas y las energías intelectuales alrededor de actividades significativas que remplazan el trabajo pago.

6. Etapa reintegradora (edad adulta tardía). Los adultos mayores, que pueden haberse apartado del mundo social y cuyo funcionamiento cognitivo puede estar limitado por cambios biológicos, con frecuencia son más selectivos con las tareas a las que dedicarán sus esfuerzos. Se enfocan en el propósito de lo que hacen y se concentran en tareas que tienen el máximo significado para ellos.

7. Etapa de legado (vejez avanzada). Cerca del final de la vida, una vez completada la etapa reintegradora (o simultáneamente), las personas ancianas pueden dar instrucciones para la disposición de sus posesiones más preciadas, hacer los arreglos para el funeral, contar historias orales o escribir las historias de su vida como un legado para sus seres queridos. Todas estas tareas involucran el ejercicio de competencias cognitivas en contextos sociales y emocionales. (Cesio, 2008)

Retomando la etapa de logros, se podría decir que una mujer en la etapa adulta se avoca a perseguir sus metas utilizando los conocimientos previos que ha adquirido a lo largo de su vida, vendrían siendo los recursos de los cuales hace uso para resolver problemas, conseguir pareja, pensar en el compromiso con otra persona, relaciones duraderas donde exista aprecio por la otra persona y no se vuelva una relación donde se deba ser dominante, más bien lograr una identidad en común, la procreación, la incursión al área laboral, relacionarse e interactuar con otras personas, construir y establecer un estilo de vida práctico y satisfactorio, sin perder su individualidad.

	Rasgos	Roles	Caracteres Físicos	Destrezas cognitivas
ESTEREOTIPO MASCULINO	<ul style="list-style-type: none"> -Activo -Decidido -Competitivo -Superioridad -Independiente -Persistente -Seguro de si -Fortaleza psíquica 	<ul style="list-style-type: none"> -Control económico -Cabeza de familia -Proveedor finanzas -Líder -Iniciativa sexual -Gusto deporte TV 	<ul style="list-style-type: none"> -Atlético -Moreno -Espaldas anchas -Corpulento -Muscular -Fuerza física -Vigor físico -Duro -Alto 	<ul style="list-style-type: none"> -Analítico -Exacto -Pensamiento Abstracto -Destreza Numérica -Capacidad para resolver problemas -Razonamiento Matemático -Destreza Cuantitativa
ESTEREOTIPO FEMENINO	<ul style="list-style-type: none"> -Dedicación a otros -Emotivo -Amabilidad -Consciente de los sentimientos de otros -Comprensivo -Cálido -Educado 	<ul style="list-style-type: none"> -Cocina habitualmente -Hace compra casa -Se ocupa de la ropa -Se interesa por la moda -Fuente de soporte emocional -Se ocupa de los niños -Atiende la casa 	<ul style="list-style-type: none"> -Belleza -Ser <<mono>> -Elegante -Vistoso -Gracioso -Pequeño -Bonito -Sexy -Voz suave 	<ul style="list-style-type: none"> -Artístico -Creativo -Expresivo -Imaginativo -Intuitivo -Perceptivo -Tacto -Destrezas verbales

Tabla 1. Características del estereotipo masculino y femenino. Tomado de la *Encyclopedia of Women and gender. Sex similarities and differences and the impact of society on gender.* (Worell, 2001)

Viendo la diversidad de contenido que se ofrece en esta tabla, se puede afirmar que la idea de feminidad se vincula con los rasgos de dulzura y comprensión, pero también con llevar la dirección en las tareas domésticas, con tener rasgos físicos suaves, con aficiones tales como salir de compras y con destrezas cognitivas de tipo verbal, expresivo o artístico. También han analizado diferencias en las creencias estereotipadas respecto a la expresión de la emocionalidad. Mientras que la expresión de emociones tales como la rabia o el

orgullo se asocia con “M”, una gran mayoría de expresiones emocionales comunes, tales como felicidad, culpa, miedo, amor o preocupación, se vincula más con “F” (Worell, 2001).

Aunque, por su propia definición, nunca un estereotipo se corresponde con la realidad, es razonable pensar que los cambios radicales producidos en la situación social de las mujeres y en las relaciones de género durante los últimos treinta años se haya dejado sentir, de alguna forma, en la evolución de las creencias estereotipadas. Interesa igualmente conocer los cambios acontecidos en la representación esquemática que cada cual construye sobre sí mismo. Es indudable que las autopercepciones siempre son más ricas, diversas y variadas que las que se desarrollan sobre las mujeres o los varones en general. Pero sin duda, no será la misma la idea que tienen sobre sí una mujer joven actual, profesional, independiente y con formación académica, a la que podía tener su madre o su abuela, cincuenta o sesenta años atrás, acerca de ellas mismas.

La Psicología ha hallado una cierta correspondencia entre las percepciones estereotipadas que las personas desarrollan sobre los demás y las que tienen sobre sí, aunque casi siempre los estereotipos de los otros suelen ser más extremos que la visión que cada cual tiene de sí mismo. Por regla general, muchas mujeres se autodescriben destacando sus rasgos femeninos, si bien su nivel de feminidad suele ser menor que el utilizado para describir el prototipo de mujer femenina. El desarrollo de la estructura mental humana va a estar marcado por una serie de etapas a través de las cuales se irán sucediendo procesos de descentralización mental cada vez más completos, que van a posibilitar un conocimiento más abarcador y más autónomo del entorno que habitan y de sí mismos dentro de él (Benllocka, 2004).

Por ende podemos decir que las características de las mujeres hasta cierto punto se encuentran encasilladas en relación a lo que la sociedad les ha impuesto; debe ser una persona frágil, que procura su aspecto físico, debe tener una dulce voz, ocuparse de las labores del hogar, etc., sin embargo en la actualidad la mujer a pesar de conocer hasta cierto punto de manera inconsciente las características

que debe tener, ha ido cambiando al grado de lograr adaptarse a las modificaciones de la cultura.

1.3. Necesidades de la mujer en la etapa adulta.

Los estudios de las mujeres y la investigación feminista en todas las disciplinas, son una realidad que se ha consolidado no sólo en el interior de instituciones culturales diversas sino en las mismas universidades. Los cambios en las costumbres son una constante que no se puede detener, puesto que se ven modificadas a la par de la sociedad. La gran entrada de las mujeres en campo de los estudios y el trabajo, así como la reducción de la maternidad, contribuyen a cambiar el pensamiento en que nos movíamos hace unos años. Tal y como se muestra en la Tabla 2 es un claro ejemplo de cómo han existido modificaciones en el pensamiento de la mujer ya que puede apreciarse como el índice de fecundidad se ha visto reducido en el transcurso de los años.

Año	Tasa	Año	Tasa
1976	5.7	2000	2.8
1981	4.4	2001	2.6
1987	3.8	2002	2.5
1990	3.4	2003	2.3
1991	3.3	2004	2.2
1992	3.2	2005	2.2
1993	3.1	2006	2.2
1994	3	2007	2.1
1995	2.9	2008	2.1
1996	2.8	2009	2.1
1997	2.7	2010	2.1
1998	2.7	2011	2
1999	2.7	2012	2

Tabla 2: Tasa de fecundidad, 1976 a 2012 (Hijos por mujer de 15 a 40 años) tomados de la encuesta nacional de fecundidad del Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (INEGI, 2012)

En esta tabla se muestran claramente los resultados por año desde 1976 hasta 2012 respecto a la tasa de fecundidad, puede observarse que ha existido un considerable descenso en cuanto a los índices de fecundidad en México, lo cual sirve para sustentar que muchas mujeres han optado por no embarazarse y dar

principal prioridad a otros aspectos existentes de su vida, como el trabajo, adquirir una estabilidad económica y continuar con sus estudios.

Los roles de género masculino y femenino están vinculados entre sí debido a que sus diferencias son en buena parte complementarias, lo que establece una dependencia mutua, aunque no recíproca (Sánchez, 2000). Podemos observar que a pesar de que en algún momento tanto hombres como mujeres dependían el uno del otro, a raíz de las modificaciones que se han dado dentro de la sociedad, las necesidades de las mujeres se han visto modificadas de manera que su dependencia en ciertos casos ya no se basa en conseguir marido que las mantenga y dedicarse al hogar, aunque esto no las exenta de continuar en la búsqueda de una pareja sentimental, o que exista el deseo de procrear, pero estos últimos son más el reflejo de lo que la sociedad en algún momento hacia obligatorio para las mujeres como un estereotipo de vida.

Los seres humanos tienden generalmente a vivir de acuerdo con lo que de ellos se espera, parece importante exponer el grupo particular de puntos de vista profesado por nuestra cultura con referencia al papel social de la mujer, sus rasgos característicos y sus facultades psicológicas. Tales puntos de vista, transmitidos por las costumbres, la posición social, la opinión pública, y otros conductos, constituyen el esqueleto sobre el cual se desarrollan las personalidades y al cual, de uno u otro modo, deben ajustarse. Pero esta misma pauta cultural está lejos de ser estática. En nuestra propia civilización se ha visto sujeta a cambios radicales, sobre todo durante el siglo pasado.

La observación de estos cambios y de sus efectos en el desarrollo de los rasgos de la personalidad es lo que permite formular suposiciones respecto a la influencia que ejercen sobre la formación del carácter factores tales como las tradiciones culturales, las ideologías predominantes, la aprobación o reprobación de ciertas formas de conducta, las recompensas otorgadas por una comunidad establecida a un comportamiento determinado, el pertenecer a un grupo con una posición social definida, las preocupaciones profesionales, etc. (Klein, 1961). Cabe mencionar que a pesar de que la mujer en la actualidad tiene derecho a satisfacer

sus necesidades, el peso de la sociedad, el de la familia, las críticas que se presentan cuando no se cumplen los estereotipos asignados a la mujer se convierten en una carga que a pesar de permitirle sentirse libre de elegir lo que quiere, la atan a cumplir con “lo que se debe”, como en algún momento lo llegó a ser la función de satisfacer las necesidades sexuales de un “macho” y la de cuidar su hogar.

La carga que le impone la sociedad es considerada como un servicio rendido al esposo, por la que éste le debe regalos, o una renta de viudez y se compromete a mantenerla; por medio de ese intérprete la comunidad se libera con respecto a la mujer que le destina. La mujer rompe más o menos brutalmente con su pasado y es anexada al universo de su esposo, a quien da su persona: le da su virginidad y le debe una fidelidad rigurosa. La mujer está destinada al mantenimiento de la especie y la conservación del hogar, es decir, a la inmanencia. (Beauvoir, 1981). Aspectos como estos se veían más que como una necesidad de la mujer, una obligación que debía cumplirse ya que de no ser así la mujer era marcada por la sociedad e incluso rechazada, sin embargo a pesar de esto las mujeres han logrado irse abriendo paso dentro de la sociedad haciendo valer sus derechos como persona, pudiendo decir qué necesitan, qué es lo que quieren, lo que les gusta o disgusta, y que esto les sea hasta cierto punto respetado, ya que aun en nuestra actualidad existen mujeres reprimidas por sus propias familias a continuar con esas tradiciones donde la mujer solo sirve para procrear y hacerse cargo de su hogar.

De alguna manera dentro de las características de la mujer se mencionaban las cosas que comienza a formar una mujer que se encuentra en la etapa adulta, puede notarse que actualmente las mujeres van en busca de algo más que tener una pareja, también existe la parte del autodesarrollo, la superación en el trabajo que se encuentra fuera del hogar al igual que la localización de un grupo de pertenencia.

Por lo general la edad adulta temprana es una época de grandes cambios en las relaciones personales que se dan en la medida que la gente establece,

renegocia o consolida vínculos basados en la amistad, el amor o la sexualidad. Conforme los adultos jóvenes ingresan a la universidad o al lugar de trabajo, es decir a medida que se responsabilizan de sí mismos y toman sus propias decisiones, deben completar la negociación de la autonomía iniciada en la adolescencia y redefinir la relación que presentan con sus padres, ya que si no logran resolver los posibles conflictos o analizar lo que en algún momento sus padres le han inculcado se corre el riesgo de que estas actitudes aparezcan en las nuevas relaciones como con amigos, colegas y parejas. Parte de este análisis que se realiza cuando se llega a este punto de la vida es lo que ha logrado a través del tiempo formar un cambio respecto a lo que las mujeres quieren y necesitan, al igual lograr que la mujer consiga una independencia la cual si miramos hacía el pasado, no existía la posibilidad de que la mujer llegara a conocer lo que es la libertad de la independencia en sus vidas.

Al ser independientes, las mujeres en la etapa adulta buscan intimidad emocional y física en las relaciones con los pares y parejas románticas, esas relaciones requieren habilidades como la conciencia de sí, empatía, la habilidad para comunicar emociones, toma de decisiones sexuales, resolución de conflictos y habilidad para mantener compromisos, dichas habilidades son fundamentales cuando las mujeres en la etapa adulta deciden casarse, vivir en unión libre o vivir solas y tener o no tener hijos (Vite, 2006).

Durante esta etapa las amistades tienden a centrarse en el trabajo, actividades de crianza de sus hijos y en compartir confidencias y consejo, en este caso las amistades se verán variadas dependiendo su carácter y calidad, así como pueden ser sumamente íntimas y brindar apoyo o amistades que solo tengan ciertas cosas en común, esto se verá reflejado sobre todo en lo que la mujer esté buscando o necesite en el momento oportuno. Con esto nos referimos a que la mujer puede que necesite hablar respecto a cosas que se refieren a su intimidad, como la relación de pareja o de familia y que debido a eso buscará a una persona con la que tenga demasiada intimidad y que sea de su total confianza, sabiendo que esta le proporcionará consejos o apoyo si es que lo requiere, tomando en

cuenta que no será lo mismo si llegara a comentárselo a una persona con la que su intimidad no es tan grande y que posiblemente no reciba el consejo o apoyo que se está esperando.

Por lo que se refiere a las relaciones amorosas la mujer en la etapa adulta necesita encontrar los elementos que son la intimidad que involucra autorrevelación que conduce a la conexión, calidez y confianza hacia la pareja, la pasión que es un elemento motivacional basado en pulsiones internas que se traducen en deseo sexual y el compromiso que es la decisión de amar y permanecer con el ser amado.

En la actualidad, las reglas actuales para la conducta aceptable son más flexibles que durante la primera mitad del siglo XX. Las normas actuales ya no dictan que la gente debe casarse, permanecer casada, o tener hijos y a qué edades. La gente puede permanecer soltera, vivir con una pareja de cualquier sexo, divorciarse, volver a casarse, ser padres solteros o no tener hijos, las elecciones que decida una mujer pueden ir cambiando durante la edad adulta y en base a las necesidades que se le vayan presentando. Esto da pie a que la mujer en la etapa adulta pueda decidir si prefiere permanecer soltera, vivir con una pareja, casarse, tener hijos, sin que exista la presión por cumplir con esos ideales que muchas veces se ven impuestos hacia las mujeres como si fuera un manual en el cual muestre los pasos para llegar a ser una verdadera mujer en la vida.

Existen diferentes razones por las cuales las mujeres en esta etapa permanecen solteras, unas puede ser porque no han encontrado a la pareja adecuada, otras son solteras por elección ya que en la actualidad más mujeres se sostienen por sí mismas y existe menos presión social para casarse. Algunas mujeres encuentran dentro de sus necesidades el ser libres para correr riesgos, experimentar y hacer cambios, mudarse a otras regiones del país o del mundo, seguir estudiando alguna otra carrera, ampliar su educación o hacer un trabajo creativo sin preocuparse por cómo afecta a otra persona su búsqueda de autorrealización; otras mujeres en esta etapa disfrutan la libertad sexual, encuentran excitante el estilo de vida, les gusta estar solas, y algunas posponen o

evitan el matrimonio por temor a que termine en un divorcio, o simplemente porque dentro de sus necesidades principalmente se encuentra el éxito en su profesión, el poder conseguir un buen empleo, que esté bien remunerado para de esta forma poder complacer todos aquellos gustos o caprichos que les plazcan como el viajar, comprar ropa, zapatos, maquillaje, un vehículo para transportarse, libros, alhajas, tener una casa la cual puedan decorar a su gusto y estilo, mantener a una mascota, entre muchas otras cosas que el dinero pone a su alcance (Papalia, 2006).

Cabe mencionar que la libertad actual ha favorecido para que la mujer pueda elegir dentro de su abanico de posibilidades lo que sienta adecuado para su vida y que esto le haga sentir feliz y motivada para continuar con las labores de la vida diaria. Al eliminar muchas de las presiones familiares que se presentan, la mujer logra con mayor facilidad la elección entre sí permanecer soltera, casarse, divorciarse, tener hijos, vivir sola, en pareja o simplemente lo que ellas consideran es mejor para sus vidas.

- Capitulo 2. Autorrealización.

2.1. Definición de autorrealización.

La autorrealización es un proceso dinámico que hace posible el desarrollo de la personalidad de manera gradual y constante hasta adquirir un mínimo de madurez que nos permite cierta habilidad y autoafirmación a la hora de enfrentarnos a los problemas reales, soportar y superar frustraciones, asumir las propias deficiencias y vivir en un equilibrio y paz relativa con nosotros mismos.

La autorrealización es el fin del hombre o felicidad según el eudemonismo de la ética aristotélica y ocupa el lugar más alto en la llamada Pirámide de Maslow. El pensamiento griego no podía concebir que el fin del hombre estuviera fuera de sí mismo o fuera trascendente, por lo cual todas las acciones humanas se realizan con un fin posible que a su vez se supedita a otros hasta llegar a un fin último tras el cual no hay ninguno más y que da la razón o justificación a los otros. Este fin último es la felicidad, y para Aristóteles todos los hombres están de acuerdo en perseguirla, pero en desacuerdo sobre en qué consiste.

Por eso propone que el fin del hombre o su felicidad es algo estrictamente individual y consiste en su autorrealización. Unos son felices haciendo dinero; otros, recibiendo honores. Cada cual posee el secreto de su propia felicidad. Pero para eso hay que conocerse bien a uno mismo, claro está, y saber qué se quiere. La autorrealización no es un estado perfecto, irreal, supremo, acabado y sobrehumano, cuyo logro supone trascender los problemas de cada día que nos afectan a todos los mortales, sino un proceso dinámico que hace posible el desarrollo de la personalidad de manera gradual y constante hasta adquirir un mínimo de madurez que nos permite cierta habilidad y autoafirmación a la hora de enfrentarnos a los problemas reales, soportar y superar frustraciones, asumir las propias deficiencias y vivir en un equilibrio y paz relativa con nosotros mismos. Quien únicamente está motivado por necesidades básicas de seguridad sólo disfruta en circunstancias muy especiales de triunfos, aciertos, suerte, éxitos y experiencias únicas. Pero la persona autorealizada, motivada por necesidades del

desarrollo, tiene la curiosa habilidad de transformar las actividades incompletas en experiencias finales, es decir, que el caminar se convierte en un disfrute no menos intenso que la consecución de la meta deseada. (Maslow A. H., 2003).

“Cabe mencionar que existen dos hechos importantes: primero, que el ser humano nunca está satisfecho, excepto de una forma relativa o como si fuese sólo el peldaño de una escalera, y segundo, esas necesidades parecen ordenarse en una especie de jerarquía de predominio. Dewey (1939) y Thorndike (1940) han destacado un importante aspecto de la motivación completamente olvidado por la mayoría de los psicólogos: la posibilidad. En conjunto, anhelamos aquello que se puede alcanzar en la práctica.” (Maslow A. H., 1991, pág. 17)

Según aumentan los ingresos la gente desea y se esfuerza activamente por cosas que nunca hubiera soñado tener años atrás. Por ejemplo, una persona en una situación económica media anhela coches, casa, televisores porque son posibilidades reales, pero no anhela yates ni aviones porque, en realidad, no están a su alcance. Es importante fijarse en este factor de posibilidad para entender las diferencias de las motivaciones entre diversas clases dentro de una población determinada, entre países y culturas diferentes.

La teoría de la personalidad de Maslow se apoya en varios supuestos básicos sobre la motivación. Primero, adoptó un enfoque holístico de la motivación, es decir, la motivación afecta a la persona en su totalidad y no a una sola parte o función de la misma.

Segundo, la motivación suele ser compleja, lo que significa que la conducta de una persona puede proceder de varios motivos distintos. Por ejemplo, el deseo de tener relaciones sexuales puede estar motivado no sólo por una necesidad genital sino también por una necesidad de dominación, compañía, amor y autorrespeto. Además, la motivación para una conducta puede ser inconsciente o desconocida para la persona, por ejemplo la motivación de una mujer por trabajar puede esconder una necesidad de dominación o poder.

Un tercer supuesto es que las personas están continuamente motivadas por una u otra necesidad. Cuando una necesidad queda satisfecha suele perder su poder de motivación y es remplazada por otra necesidad. Por ejemplo, mientras no se satisfagan las necesidades de alimento de las personas, estas lucharán por conseguirlo, pero cuando tienen suficiente, pasan a otras necesidades como la seguridad, la amistad y el autorrespeto.

Otro supuesto es que todas las personas en todas partes están motivadas por las mismas necesidades básicas. El modo por el que las personas de culturas diferentes obtienen alimento, construyen refugios, expresan amistad, etc., puede variar mucho, pero las necesidades fundamentales de alimento, seguridad y amistad son comunes a toda la especie.

El último supuesto sobre la motivación es que las necesidades se pueden clasificar según una jerarquía. El concepto de jerarquía de las necesidades de Maslow supone que es necesario satisfacer, al menos en gran medida, las necesidades de un nivel inferior, antes de que las necesidades de un nivel superior se conviertan en motivaciones. Las cinco necesidades que componen su jerarquía son necesidades connativas, lo que significa que tienen un propósito o intencionalidad. Estas necesidades, que Maslow solía denominar necesidades básicas, se pueden clasificar según la jerarquía, donde cada nivel superior representa una necesidad superior pero menos fundamental para la supervivencia.

Las necesidades de niveles inferiores prevalecen por encima de las necesidades de niveles superiores, es decir, se deben satisfacer al menos en gran medida, para que se puedan activar las necesidades de un nivel superior. Maslow enumeró las siguientes necesidades por orden de importancia: necesidades fisiológicas, seguridad, amor y pertenencia, respeto y autorrealización (Fesit,2007). La propuesta planteada por Maslow es un claro ejemplo de que las personas al cubrir sus necesidades más básicas hacen que surjan nuevas necesidades, por ejemplo una mujer que trabaja, no puede concentrarse en su trabajo si tiene hambre o está cansada las cuales vendrían siendo necesidades básicas incumplidas, pero una vez cubriendo estas, logra concentrarse en su

trabajo y puede pensar en dar su mejor esfuerzo en el trabajo para conseguir un aumento en su sueldo y que esto le de la seguridad de poder tener un techo donde vivir o ropa que vestir, que vendría siendo dentro de la jerarquía que plantea Maslow la segunda necesidad básica en orden de importancia.

Es necesario conocer en qué radican cada una de las necesidades que plantea Maslow puesto que esto nos llevará a conocer cuál es el proceso que debe llevarse a cabo para conseguir la autorrealización. Como inicio vamos a tomar las necesidades más básicas de cualquier persona que son las necesidades fisiológicas, entre ellas, el alimento, el agua, el oxígeno, la temperatura corporal, etc. Las necesidades fisiológicas prevalecen por encima de todo lo demás. Las personas que siempre tienen hambre están motivadas para comer, no para hacer amigos o respetarse a sí mismos. No ven más allá del alimento, y mientras esta necesidad sigue están insatisfechas, su motivación principal es conseguir algo para comer. (Coon, 2005).

Por ejemplo, en las sociedades ricas, la mayoría de las personas satisfacen sus necesidades de alimento por costumbre, ya que suelen tener suficiente alimento para comer, de modo que cuando dicen que tienen hambre, en realidad lo que están sintiendo es apetito. Hasta una persona realmente hambrienta no le importaría mucho el sabor, el olor, la temperatura o la textura de la comida, cosa que a personas que están acostumbradas a ingerir alimentos se dan la oportunidad de inclusive seleccionar que quieren comer y que sea de agrado a su paladar.

No hay duda de que estas necesidades fisiológicas son las más preponderantes de todas las necesidades. Esto significa concretamente que el ser humano que carece de todo en la vida, en una situación extrema, es muy probable que su mayor motivación fueran las necesidades fisiológicas más que cualesquiera otras. Una persona que carece de alimento, seguridad, amor y estima, probablemente sentiría con más fuerza el hambre de comida antes que cualquier otra cosa. Si todas las necesidades están sin satisfacer, y el organismo,

por tanto, está dominado por las necesidades fisiológicas, las restantes necesidades simplemente pueden ser inexistentes o ser desplazadas al fondo.

Las necesidades fisiológicas difieren de otras necesidades en, al menos, dos aspectos importantes. Primero, son las únicas necesidades que se puede satisfacer plenamente en exceso. Las personas pueden llegar a comer tanto que la comida pierde su poder de motivación, para alguien que acaba de terminar una comida copiosa, pensar en más comida puede tener incluso un efecto desagradable. Una segunda característica propia de las necesidades fisiológicas es su naturaleza recurrente.

Cuando las personas han satisfecho, en parte, sus necesidades fisiológicas, pasan a estar motivadas por las necesidades de seguridad, que incluyen seguridad física, estabilidad, dependencia, libertad y protección de fuerzas amenazadoras como la guerra, el terrorismo, la enfermedad, el miedo, la ansiedad, el peligro, el caos y los desastres naturales. La necesidad de legislación, orden y estructura también son necesidades de seguridad. Pero dentro de esto, las necesidades de seguridad difieren de las necesidades fisiológicas en el aspecto de que no se pueden satisfacer en exceso, lo que significa que las personas nunca pueden estar totalmente protegidas de meteoritos, incendios, inundaciones o actos de los demás que comporten peligro.

Una vez que las personas han satisfecho, en parte, sus necesidades fisiológicas y de seguridad, pasan a estar motivadas por las necesidades de amor y pertenencia; como el deseo de amistad, el deseo de tener una pareja o hijos, la necesidad de pertenecer a una familia, un club, un barrio pobre, nación, etc. Estas necesidades incluyen también algunos aspectos del contacto sexual y humano, así como la necesidad de dar y recibir amor. Las personas que han satisfecho adecuadamente aspectos como amor y pertenencia en periodos anteriores no se alarman cuando alguien les niega su amor. Y tienen confianza en que las personas que son importantes para ellas las aceptan, así que cuando otras personas las rechazan, no se sienten desconsoladas. Por otro lado, están las

personas que nunca han vivido la experiencia de amor y pertenencia, por tanto, son incapaces de dar amor.

Una vez que las personas están satisfechas en necesidades de amor y pertenencia, pueden ocupar las necesidades de respeto, que incluyen el amor propio, la confianza, la competencia y la percepción del aprecio de los demás. Maslow (1970) identificó dos niveles de necesidades de respeto: la reputación y la autoestima. La reputación es la percepción del prestigio o fama que una persona ha alcanzado a los ojos de los demás, mientras que la autoestima son sentimientos de valor y confianza de la propia persona. La autoestima se basa en algo más que reputación o prestigio, decir a un “deseo de virtud, de éxito, de conveniencia, de conocimiento y competencia, dé confianza ante el mundo, y de independencia y libertad”, en otras palabras, la autoestima que basa en una competencia real y no sólo en las opiniones de los demás. Una vez que las personas satisfacen sus necesidades de respeto, acceden a las de la autorrealización, el nivel más alto de las necesidades propuestas por Maslow.

Cuando estén satisfechas las necesidades de un nivel inferior, las personas pasan, de manera más o menos automática, al siguiente nivel. Sin embargo, una vez satisfechas las necesidades de respeto, no siempre pasan el nivel de la autorrealización. Las necesidades de autorrealización abarcan el logro personal, la realización del potencial de la persona y un deseo de creatividad en toda la extensión de la palabra.

Las personas que han alcanzado el nivel de autorrealización se hacen seres humanos plenos y logran satisfacer necesidades que otros sólo vislumbran o nunca llegan a percibir. Se comportan de manera natural en el mismo sentido en que lo hacen los animales y los niños, es decir, expresan sus necesidades humanas básicas y no permiten que la sociedad las reprima. Aunque las necesidades se satisfacen, por lo general, en el orden jerárquico mostrado, algunas veces este orden se invierte (Feist, 2007). La forma específica que tomarán estas necesidades varía mucho de persona en persona, desde luego. En un individuo estas necesidades pueden tomar la forma del deseo de ser una

excelente madre, en otro se puede expresar atléticamente, y otro se puede expresar pintando cuadros o inventando cosas. La característica común de las necesidades de autorrealización se basa en que aparecen después de conseguir la satisfacción de las necesidades anteriores.

2.2. Características de las personas autorrealizadas.

Maslow en algún momento de su vida al observar a la gente que él consideraba eran personas autorrealizadas se planteó una cuestión, la cual era saber qué cualidades poseían las personas autorrealizadas, y en base a un análisis observacional que realizó logró por fin llegar a las siguientes conclusiones.

Al igual sostenía que las personas autorrealizadas están motivadas por las “verdades eternas”, lo que llamó valores B. Estos valores “del ser” son indicadores de salud psicológica y se oponen a las necesidades insatisfechas, que motivan a las personas no autorrealizadas. Los valores B no son necesidades en el mismo sentido que el alimento, el refugio o la compañía. Maslow denominó a los valores B “metanecesidades” para indicar que son necesidades del nivel más elevado y distinguió entre la motivación que surge de necesidades normales y las motivaciones de personas autorrealizadas, que llamó meta motivaciones.

La metamotivación se caracteriza por una conducta expresiva más que reactiva y está relacionada con los valores B, distingue las personas autorrealizadas de las no autorrealizadas. La metamotivación fue la respuesta provisional de Maslow a la pregunta de por qué algunas personas que han satisfecho sus necesidades primarias, que pueden dar y recibir amor y tienen confianza y autoestima, no consiguen traspasar el umbral de la autorrealización. (Feist, 2007)

Según Maslow (1991) existen catorce “valores del ser” o, en inglés, “Being Values” (b-Values) que tienen las personas realizadas y, al conocerlos, nos ayudarán a trabajar cada día para acercarnos a nuestra propia autorrealización.

- Verdad. Significa una percepción de la realidad más objetiva o real. Es el don que tienen las personas para juzgar correctamente. Son personas que pueden descubrir la verdad o la mentira más fácilmente que otras. Pueden captar las realidades escondidas o confusas más rápidamente. Pueden predecir cosas porque pueden extraer implicancias de los hechos básicos. Se puede decir que son personas las cuales cuentan, en base a sus

experiencias, con esa capacidad de lograr discernir cuando alguien les dice la verdad o les está mintiendo, por lo que no es tan fácil engañarlos.

- **Bondad o tolerancia.** Personas que aceptan las diferentes ideas en diversos ámbitos: profesionales, de edad, de género, raciales, religiosos, etc. Por ejemplo, en la actualidad la gente se ha vuelto más tolerante hacia el hecho de que la mujer trabaje u obtenga algún puesto de poder como lo puede llegar a ser la presidencia de nuestro país.
- **Apreciación continua o belleza.** Se refiere a las personas que mantienen la capacidad de sorprenderse, de encontrar belleza e inspiración en cada situación sin importar que sea un acontecimiento que ya han vivido anteriormente.
- **Trascendencia.** Se trata de aquellas personas que integran cualidades opuestas. Disfrutan porque para ellas las diferencias no son estrictas. Pueden ser racionales e irracionales, actuar de modo infantil y de modo adulto. Por ejemplo, su trabajo lo ven no sólo como deber sino como diversión o juego. En este caso podría notarse a una mujer que a pesar de hasta cierto punto sentir la presión social al llegar a cierta edad en la que se espera deba contraer matrimonio y aun no hacerlo, en lugar de dar largas explicaciones al respecto de por qué no lo hace, toma como diversión decir que ningún hombre se encuentra a su altura.
- **Espontaneidad.** Se refiere a las personas con naturalidad. Son personas que se pueden describir como sencillas y naturales. No son víctimas de creencias culturales. Por ejemplo, una mujer que no elige adquirir los roles que se le imponen por cuestiones culturales, como el conseguir un marido, o dedicarse por completo al trabajo doméstico.

- Carácter único o aceptación de uno mismo y de los demás. Las personas realizadas aceptan la esencia de sí mismos y de los demás, sin sentimiento de culpabilidad o de duda. Al lograr pasar por encima de lo que las personas puedan criticar en cuanto a su forma de ser, vestir, actuar, inclusive su forma de vivir la vida.
- No superficialidad. Las personas realizadas distinguen entre fines y medios. Los fines tienden a ser permanentes mientras que los medios pueden cambiarse fácilmente. Los medios son valorados siendo gratificante no sólo alcanzar la meta sino el proceso de trabajar para lograrla. Por ejemplo, una mujer profesionalista, que se dedica a ejercer su profesión para poder irse a viajar por el mundo, requiere del medio del trabajo para de este modo ahorrar dinero y realizar su meta.
- Experiencia mística o cumbre. Las personas autorrealizadas se pueden describir como religiosas por tener convicciones firmes y experiencias cumbres. Las experiencias cumbres son situaciones límite que permiten un aprendizaje o un gozo intenso. Esto podría verse en el momento que una mujer disfruta ejerciendo su profesión sin importarle algo más, ya que al trabajar adquiere conocimientos y experiencias con las personas que se relaciona dentro de su ámbito laboral.
- Integridad. Son consistentes. No hay en ellos conflictos ni oposiciones.
- Lo esencial. Se refiere a la simplicidad de encontrar directamente lo más relevante y principal de cada aspecto de la vida, sin adornos y con total honestidad. Adquieren la capacidad de poder identificar cuáles son las cosas que le generan un bienestar y que muchas veces parte de estas cosas son el poder quedarse a descansar en casa, pasear por el parque, valorar las amistades que le rodean, el tener una pareja estable y probablemente formar una familia.

- Creatividad. Son personas con actitud de espíritu. Son personas más expresivas y más humanas. No necesariamente son personas con mucho talento sino las más originales por dar frescura a los enfoques.
- Esfuerzo. Tiene que ver con el sentimiento de misión, de propósito. Son personas que buscan alcanzar sus metas. Poseen la habilidad de concentrarse, de “perderse” en la actividad que realizan, buscando solucionar problemas.
- Sentido del humor filosófico. Las personas autorrealizadas tienen un sentido del humor diferente al de la mayoría de las personas. Es filosófico porque señalan lo que es y lo que debería ser. Por el contrario, el humor de la mayoría se centra en la hostilidad.
- Autonomía. Son personas que pueden soportar las presiones externas porque son relativamente independientes al medio ambiente. Son personas motivadas por el desarrollo y su satisfacción proviene más a nivel interno.

(Maslow, 1991)

Con base a todo esto podemos decir que una persona autorealizada es una persona que posee autonomía, no depende de lo que las personas a su alrededor digan para sentirse bien, no se la viven buscando la aceptación de otros puesto que saben lo que tienen y eso les hace sentirse bien con ellos mismos, cuentan con la capacidad de resolver problemas sin sentir que estos los ahogan, tienen plenitud, felicidad, les gusta lo que hacen, trabajan por conseguir lo que quieren, por superarse en la vida, no pierden la capacidad de asombro ante las cosas más simples como lo es un atardecer o apreciar una flor, eventos a los que cualquier otra persona no les daría importancia. Las personas que logran conseguir la autorrealización sobresalen del resto de las personas ya que siempre están en constante motivación por conseguir lo que quieren, lo que les gusta, mientras que

el resto de las personas se ven envueltos en la cotidianidad de la vida, en lugar de buscar hacer un cambio por todas aquellas cosas que no les parecen correctas o que les molestan, simplemente prefieren quejarse, conformarse con lo poco o mucho que tienen, critican a la gente y siempre esperan la aceptación de los demás sobre la de ellos mismos. Podría decirse que la persona autorealizada es alguien que tiene conciencia de quién es y lo que hay a su alrededor, se aceptan por lo que son y no por lo que tienen.

2.3. La autorrealización de la mujer.

Los problemas económicos de nuestras sociedades exigen la contribución de toda la mano de obra disponible. Hay un cambio real en la incorporación económica de la mujer, a través de su gestión empresarial, de su trabajo asalariado y de su múltiple desempeño utilitario. Sin embargo, la gran masa de mujeres se incorpora a puestos subordinados, resulta esporádica la participación femenina en la alta posición política, en la gerencia de una empresa o en la dirección de una institución.

En este campo de exigencias reales del mundo actual, en que la participación utilitaria de la mujer es vitalmente necesaria, también se nota la reserva con que se mira su actuación y la falta de estímulos verdaderos para que el trabajo productivo se propicie dentro de la mejor realización femenina. Hay una marcada tendencia a la explotación, que tampoco es ajena al hombre cuando está sometido a una relación de mayor productividad y de menor beneficio. Además, sobre esa tendencia hay un prejuicio social, indiscutiblemente de tipo cultural, que encierra a la mujer en el campo de menores posibilidades de creatividad y de participación. La cultura, que facilita el desarrollo del ser humano, que se traslada de una generación a otra con un aliento de estímulo y de nuevos horizontes, no resulta igualmente estimulante para las mujeres. También se han trasladado con esa cultura todos los factores que tradicionalmente la han limitado en su desarrollo y en su plena realización. (Naranjo, 1981).

Esto ha presentado una gran dificultad para la mujer puesto que si dentro de sus planes de vida se encuentra el considerar un puesto ejecutivo bien remunerado, las problemáticas que se presenten para conseguirlo serán mayores, al igual que el tiempo que invertirá para poderlo lograr, dado que la cantidad de esfuerzo y desgaste que esto le implique probablemente se vea reflejado en los demás aspectos de su vida. Cabe afirmar que la cultura no sólo define la personalidad de los pueblos, sino que también perfila comportamientos individuales y sociales. El residuo fundamental que implica, sobre el que se levantan la creatividad y el enriquecimiento, conlleva anclas que detienen y

parcializan la utilización plena de los mejores valores culturales y de todas aquellas capacidades que una mujer presenta.

En la vida cotidiana es evidente el problema de que el sustento cultural favorece todo el camino hacia la superación en el hombre y todo el detenimiento real de la mujer, enclaustrada en actitudes tradicionales que le han confiado un papel secundario dentro de la escena que enfoca la existencia completa de los grupos humanos. Por supuesto, siempre ha habido mujeres que rompen las tradiciones y logran un desenvolvimiento protagónico en la ciencia, la política, en el arte o la vida social. Sin embargo, esas mujeres son los casos de excepción y no han abierto una tradición cultural, la cual pueda seguirse completamente hasta nuestros tiempos. En su historia los sacrificios del rompimiento son notables y, muy heridas en su afán de realización propia, han podido situarse en esos lugares con una actitud de casi connotando heroísmo.

Sin embargo, no son estas mujeres las que nos han servido de patrones culturales, no sólo por ser casos de excepción, sino también porque su trascendencia se ha mirado como una especie de negación al papel tradicional que la mujer ha tenido en la sociedad. La excepción y la especialidad no les ha permitido abrir puertas a las demás mujeres. Sucede lo mismo todavía en nuestros días, cuando mujeres sobresalientes adquieren posiciones sobresalientes, y no por esto se logran generalizar las oportunidades para el sector femenino, ni cambian las tradiciones culturales.

Por esa razón, para adentrarnos en el medio cultural en que está envuelta la mujer, es necesario desentrañar mitos creados que han venido a representar patrones culturales y que son básicamente contruídos por el hombre y por la sociedad en que han vivido, una sólida síntesis de la estructura social, lo que son o se espera que sean las mujeres pues sus cualidades, defectos, virtudes o limitaciones resultan el filtro de la observación humana o el resumen de la perspectiva con que se han mirado o tratado las mujeres en una época o en todas las épocas, según sea la trascendencia del mito.

Por ejemplo el mito más moderno es el que algunos están levantando sobre la “mujer liberada”, en que se tiende a crear un prototipo, que entre el temible ridículo y la pérdida de cierta cordura, se le pone como alguien que atenta contra las tradiciones, contra el orden social y moral, y contra todo lo que se ha considerado “bueno.” Se trata de ridiculizar a la mujer simplemente porque tiene la valentía de hablar de sus derechos y de promoverlos, a final de cuentas es como un menosprecio hacia ésta por el simple hecho de atreverse hacer las cosas de un modo diferente al que la sociedad o las tradiciones le imponen como una regla que se debe seguir al pie de la letra.

Ese mito ha creado gran confusión sobre la situación de la mujer. No puede negarse, por temor al término, que la mujer está en vías de liberación. Pero liberación no conlleva el sentido de romper con lo que constituye su ser íntimo, sus características individuales, sus múltiples posibilidades de realizarse y su libre albedrío de escoger. En la tarea de liberarse no es necesario fijar líneas conductistas o patrones rígidos. La tarea de la liberación implica acabar con todo lo que hasta el momento ha sido limitación, dificultad, negación, para abrir un horizonte amplio en que sea factible el escoger entre una gama rica de posibilidades; el término liberación, gracias en parte al mito que se ha querido levantar de ese prototipo de mujer liberada, ha sido tan entendido que muchas mujeres hablan de no liberarse, pues han decidido que les gusta el papel tradicional que desempeñan.

Después de hacer un balance de los privilegios y desventajas que tienen, se manifiestan enemigas de todo lo que las separe de su situación actual, aun cuando estén conscientes de que es consecuencia de una historia en que se las ha concebido como propiedad de la familia y dentro de ella como ser poco deseado por las mismas limitaciones en que socialmente se sitúa. Esas mujeres que se oponen a la liberación, no tienen claro que no afectará sus intereses y sus gustos, ya que no se trata de alterar o modificar la vida de determinados grupos de señoras. (Bravo R. M., 2011).

Cabe mencionar que muchas mujeres, a pesar de lograr esta independencia que da la liberación, se sienten atemorizadas sobre el porvenir que les espera, lo que genera que aun en la actualidad muchas mujeres solo busquen mantener esos roles sociales, puesto que durante muchos años las mujeres han sido dependientes de los hombres y de lo que tanto la cultura como la sociedad les impone, por lo mismo el miedo que demuestran se enfoca hacia el lado de saber si realmente podrán hacer funcionar su vida individualmente y de lo que la sociedad diga puesto que dentro de este ámbito hemos sido testigos de cómo las mujeres han manejado el feminismo, al grado de tomar tal cual el papel del hombre en ese afán por conseguir una equidad de género, sin embargo no han logrado tomar en cuenta el hecho de que al procurar conseguir una igualdad de género pierden esa parte que caracteriza a las mujeres como femeninas, pero como mujeres autorrealizadas, logrando superar estos miedos que las atan a una sociedad donde el hombre sigue siendo el sexo fuerte, y luchan por conseguir todas aquellas cosas que las hacen sentirse felices y realizadas, como lo puede ser su realización profesional, el poder continuar con sus estudios, el no tener que depender de alguien para realizar las cosas, el lograr una independencia y estabilidad emocional, el tener libertad de expresión y decisión, para decidir si lo que quieren es casarse o al menos por el momento continuar en su soltería y disfrutarla.

La misión de liberar es más amplia y propicia al cambio social para que cada individuo, hombre o mujer, logre de sí mismo lo mejor posible dentro de la responsabilidad que significa vivir. Liberar, para la mujer, es encontrar la igualdad de facilidades, de oportunidades, es una práctica verdadera frente a la igualdad de deberes. Se busca con la liberación, con la independencia o con la oportunidad de realización, que se brinde a la mujer en todas partes del mundo y en toda la gama de la escala social, el ambiente que requiere para crecer, fortalecerse y realizarse como ser humano, en condiciones tales en que prive el respeto a las aficiones y a las vocaciones, a las curiosidades y las misiones o a cualquier desarrollo que la separe de las concepciones tradicionales.

En la búsqueda de la liberación, hay un principio fundamental, y es el de que cada persona tiene el derecho de desarrollar todas sus habilidades potenciales y a orientar su energía creadora en la forma en que logre los resultados más favorables para sí misma y para la sociedad. Las limitaciones, las discriminaciones, los prejuicios únicamente dan frustraciones y el imperio de una injusticia sustantiva que debemos contribuir a desarraigar de toda comunidad.

El mito del prototipo de la mujer liberada basada en los gestos impacientes de mujeres que queman maquillaje, ropa interior y demás armamento del atuendo femenino, así como hace gala de cierto desenfreno sexista, no corresponde a la realidad de los esfuerzos que hacen personas de ambos sexos por encontrar justicia en la situación de la mujer. La mujer ha heredado limitaciones en el traspaso cultural de una generación a otra. Sólo el reconocimiento profundo y detallado de esas limitaciones puede dar origen a otras tradiciones culturales que favorezcan a su igualdad, sus derechos, el cumplimiento de sus verdaderas responsabilidades. La cultura se modifica en primera instancia con el conocimiento y, en segunda instancia, con la participación dentro de la misma cultura (Galán, 1995).

Es cierto que en el transcurso de los años ha habido cambios significativos que le permiten a la mujer autorrealizarse, sin embargo a pesar del cambio en la forma de pensar de las nuevas generaciones, la mujer seguirá manteniendo la carga de la sociedad, de todos aquellos roles que siempre han sido significativos para la mujer pero, a pesar de esto, la mujer en la actualidad tiene la capacidad para decidir qué es lo que quiere y pretende hacer en esta vida; pero sobre todo a que sea escuchada y respetada por las personas respecto a sus decisiones, como lo puede ser el casarse, el tener hijos, el abortar, el continuar con sus estudios, el ejercer su profesión, a final de cuentas ser libre para conseguir sus propósitos, concluir sus metas de manera satisfactoria y de este modo conseguir su autorrealización.

2.3.1. Roles sociales.

Socialmente, el hombre es un individuo autónomo y completo; es considerado ante todo un productor, y su existencia se justifica por el trabajo que provee a la colectividad. La mujer, en cambio, integrada como esclava o vasalla a los grupos familiares que dominan padres y hermanos, ha sido dada en matrimonio a ciertos machos por otros machos. La mujer se presenta como una persona civil, pero la dote y la herencia la sujetan aún a su familia. El matrimonio es su único modo de ganarse la vida y la sola justificación social de su existencia, le es impuesto a doble título: debe dar hijos a la comunidad, pero son raros los casos. (Beauvoir, 1981)

Las creencias son en el campo científico verdades que la propia ciencia no puede demostrar pero que da por válidas dado su grado de intensidad y de divulgación. Son cuestiones a veces de apariencia ínfima, como que <<la lluvia moja>> o <<el sol sale todos los días>>. Socialmente hablando constituyen el acervo común de una sociedad, de un grupo o incluso de un individuo. Las creencias suelen tener larga duración y sólo son suprimidas o sustituidas cuando la realidad demuestra que eran falsas o bien alcanzan una explicación de orden superior.

Las creencias de género también existen y subsisten incluso cuando la ciencia ha podido demostrar que eran erróneas. Por ejemplo, se sabe desde mediados del siglo XX que es el varón el que aporta la diferencia sexual al poseer sendos gametos distintos, el X y el Y a pesar de todo, muchas personas atribuyen a la mujer que nazca niño o niña.

De este modo se piensa que los hombres son fuertes y las mujeres débiles, que ellos han nacido para vivir el riesgo y ellas para ser protegidas, que ellos son dominantes y ellas sumisas, y así sucesivamente. Los estereotipos son fijaciones de muchas de estas creencias. Pieron en su *Vocabulaire de la psychologie* define como estereotipo una opinión ya hecha que se impone como un cliché a los miembros de una comunidad. Los estereotipos son en parte exageraciones de la

realidad, pero que debidamente acuñadas sirven a las personas para orientarse socialmente y tener referentes de los desconocidos. Al igual, también se menciona que los estereotipos de género proporcionan modelos de comportamiento-tipo de lo que es un niño y lo que es una niña, y se añade que una sociedad que ve diferencias contribuirá a crear esas mismas diferencias en el espíritu de los padres.

Intercalados entre las creencias y los estereotipos están los roles. Estos son conjuntos de expectativas de comportamiento exigidas a quienes ocupan una posición determinada. Se trata de la expectativa que tienen los demás de cada cual en función del rol que representa; toda persona cumple un conjunto de roles que juntos, reunidos, configuran su estatus. El rol o papel a desempeñar en cada una de las situaciones para que esté definido siempre está en interacción entre la persona y el factor social. Una persona puede estar de acuerdo con todos los roles que representa o sólo con algunos de ellos, aunque el resto los lleve a cabo bien simplemente porque son asignados –conformismo- o porque no tiene otra alternativa. El rol femenino de ama de casa está pendiente de extinción. El reparto de las tareas del hogar entre todos los miembros que forman la familia y la incorporación de la mujer al trabajo fuera de casa hará que el término desaparezca. No importa que todavía queden muchas amas de casa, los cambios sociales, colectivos, requieren su tiempo pero la realidad se impone (Montagu, 2003).

Hasta el momento se puede observar que las mujeres siempre serán referidas al ámbito del hogar, es bien sabido que a pesar de que las educaciones van cambiando en el transcurso de los años, porque no es la misma educación la que recibieron nuestras madres a las que recibieron las madres de ellas, el estereotipo que siempre acompaña a la mujer como un grillete a su preso es el hogar, el formar una familia, casarse y tener hijos; sin embargo, dentro de este modo de pensar donde la mujer siempre debe procurar el hogar, las mujeres han logrado abrirse paso incluyendo dentro de sus actividades tanto el ejercer su profesión como hacerse cargo de las labores hogareñas.

El destino que la sociedad propone tradicionalmente a la mujer es el matrimonio. La mayor parte de las mujeres, aun hoy día, está casada, lo estuvo, se prepara para ello, o sufre por no serlo. La soltera, ya sea frustrada, rebelde o aun contraria al matrimonio, se define con relación a este último. La evolución económica de la condición femenina lleva camino de trastornar la institución matrimonial, que se transforma en una unión libremente consentida por dos individuos autónomos; los compromisos de los cónyuges son personales y recíprocos.

La identidad de género abarca mucho espacio de la identidad de las personas según Lagarde (2001); es el sentido psicológico del individuo de ser varón o mujer, con los comportamientos sociales y psicológicos que la sociedad designa como femeninos o masculinos. Por esto mujeres y hombres desarrollan actitudes, valores y modos de relación “complementarios” y diferentes: ellas con mayor tendencia establecer vínculos de apego y cuidar de los otros, ellos con mayor tendencia a la desconexión y la preservación de sí mismos en los vínculos que establecen. La identidad y los roles de género se interpenetran recíprocamente: la identidad hacia el rol, como éste al desarrollo de aquella. Los roles de género constituyen un repertorio comportamental y de valores que responden a criterios de deseabilidad social para cada cultura y momento histórico, delimitan el contenido de la masculinidad y la femineidad; se adquieren a través de mecanismos de control social y revelan cuanto se ajusta el sujeto a las expectativas; por lo tanto, sirven de criterio de adaptación al medio.” (Bravo R. M., 2011).

La mujer en la actualidad ya no es reducida a la función reproductora, que ha perdido en gran parte su carácter de servidumbre natural y se presenta como una carga asumida voluntariamente, que se asimila a un trabajo productor porque, en muchos casos, el tiempo de reposo que exige un embarazo debe ser pagado a la madre por el estado o por el empleador. Sin embargo es válido decir que se cambian unas cosas por otras y el cambio ha sido para bien, al grado que la mujer en la actualidad ya no presenta tan marcados todos esos roles que en algún

momento la sociedad le impuso y que estos no le sean tan marcados como una prioridad principal que debe cumplir sino por el contrario ya le es posible ejercer una profesión, vivir una vida de soltería y, en dado caso si es que lo prefiere, contraer matrimonio, procrear y hacer una familia.

2.3.2. Mujer profesionalista.

En la sociedad patriarcal en la que nos hallamos inmersos continúan existiendo marcadas relaciones asimétricas entre los sexos, de manera que el hecho de ser hombre o mujer sigue condicionando las posibilidades de acceder en igualdad de condiciones a derechos fundamentales como la educación, la salud, el trabajo o el poder. Pese a las grandes diferencias existentes entre las mujeres del mundo, todas ellas comparten un elemento que define al género femenino. La situación de no poder adquirir o tener un escaso nivel de empoderamiento marca la vida tanto de las mujeres que luchan diariamente por su subsistencia en países en vías de desarrollo, como de las mujeres cualificadas que intentan abrirse camino en el mercado laboral de los países desarrollados. Las formas y niveles que adopta esta carencia de poder son muy diversos, tanto como heterogéneo es el colectivo femenino. Sin embargo, su falta de autonomía personal y de poder de decisión sobre sus propios destinos y el de la sociedad es una realidad que escapa a la promulgación de leyes antidiscriminatorias.

Aunque ya es indudable que el mercado ha integrado en sus niveles bajos e intermedios el trabajo de las mujeres, la esfera pública continua dominada por los hombres, y el espacio privado/doméstico se sigue beneficiando de la servidumbre impuesta al género femenino. La abrupta caída de la tasa de fecundidad, los altos índices de divorcios y familias monoparentales, la creciente feminización de la educación y la actividad laboral, incluso en estudios y profesiones etiquetadas como masculinas, muestran la crisis de los roles y estereotipos de género prescritos tradicionalmente.

La segregación ocupacional por razón de género es un fenómeno presente en todos los países con independencia del nivel de desarrollo económico, e indiferente a la existencia de sus condicionantes religiosos, culturales y sociales particulares. Atendiendo a los cambios socioeconómicos acontecidos en los últimos años podemos decir que la situación está evolucionando. Es un hecho probado la incorporación de la mujer a la educación superior y al mercado de trabajo. Sin embargo, este avance no se ha producido por igual en todos los

empleos y sectores de actividad; de hecho, las mujeres siguen concentrándose en profesiones caracterizadas como femeninas, generalmente con menor valoración, mientras que los varones lo hacen en aquellas estereotipadamente masculinas, que gozan de mayor reconocimiento social y económico. (Benllocka, 2004)

La explicación sobre los motivos por los que existe esta clara situación de desventaja socio-laboral de las mujeres respecto a los hombres es muy compleja ya que, en la mayoría de las ocasiones, la discriminación no se ejerce de forma directa sino mediante múltiples mecanismos difíciles de analizar y demostrar. Los obstáculos que entorpecen e impiden el desarrollo profesional de las mujeres son tan difíciles de cambiar como lo es el poder en sí mismo. La invisibilidad de los factores que sustentan esta problemática llevó a las investigadoras/es del tema a bautizar el fenómeno con la metáfora del “techo de cristal”.

Se considera discriminatorio el hecho de que dos personas comparables no sean tratadas con igualdad, pero esto es lo que suele suceder en la mayoría de los procesos de selección y promoción a puestos de elevada responsabilidad. La no existencia de mujeres en puestos de poder ha sido achacada durante años a que no era “su sitio”, además de a su falta de interés, formación o, incluso, de capacidad. El acceso generalizado de las mujeres a los niveles educativos superiores es una prueba fehaciente que invalida las primeras hipótesis basadas en carencias de capacidad intelectual o formativa. La socialización se ejerce, fundamentalmente, a través de la familia de origen, los medios de comunicación y el “currículum oculto”. El proceso de socialización fomenta el desarrollo de características y actitudes asociadas a la identidad de género femenina que pueden ser negativas para su promoción y éxito profesional. La carrera profesional femenina tradicionalmente ha sido dirigida hacia puestos de cuidado y servicio relacionados con su rol de género, de menos estatus y valoración.

Desde los años noventa se comienza a relacionar las dificultades de las mujeres para lograr posiciones reales de poder con la cultura organizacional. Numerosos investigadores/as apoyan la hipótesis de que la cultura organizacional está dominada por valores vistos desde el parecer masculino, excluyentes de lo

femenino, lo que provoca serias trabas para el desarrollo profesional de las mujeres. Según Marshall, en las organizaciones predominan las características y valores asociados con el rol estereotipado masculino (independencia, control, competición, racionalidad y objetividad), por el contrario, las características asociadas al rol femenino (interdependencia, cooperación, receptividad, intuición, emocionalidad y sensibilidad) son rechazadas por la mayoría de organizaciones, a pesar de ir en contra de las exigencias socioeconómicas actuales.

La compatibilización del espacio doméstico y el laboral es uno de los factores con mayor peso en la explicación del “Techo de cristal”, el triple papel de las mujeres, esposa-madre-directiva, representa un problema crucial, puesto que el perfil directivo imperante está asociado a largas horas de permanencia y movilidad geográfica.

La asunción mayoritaria por parte de las mujeres de las responsabilidades familiares es un factor en el que los componentes de tipo interno y externo interaccionan provocando una complicada barrera que adopta varias vertientes. Por un lado, la asignación social de roles de género es interiorizada por las mujeres como parte integrante de su identidad, de manera que la maternidad es asumida por muchas de ellas como un “deber” prioritario. Este hecho puede provocar la autoexclusión del mundo laboral o la aceptación de empleos compatibles con su rol de género. Por otro lado, la falta de reparto equitativo entre los miembros de la familia, y la carencia de ayudas sociales y organizacionales imposibilita el desarrollo de carrera de muchas mujeres que desean promocionarse, puesto que se les “obliga” a desarrollar un doble rol (productivo y reproductivo) que las deja exhaustas y complica su ejercicio profesional. (Benllocka, 2004).

En este nuevo milenio la mitad de la población sigue con los ojos vendados, siendo necesario, para lograr una sociedad más justa e igualitaria y unas organizaciones más eficaces, que las mujeres ocupen el lugar que también les corresponde como ciudadanas del mundo, su cultura, y de su área laboral. Las mujeres no sólo han sido marginadas de la vida socioeconómica, sino que,

además, sus aportaciones nunca han sido valoradas y reconocidas. A pesar de los grandes avances en la incorporación de las mujeres al ámbito público, la discriminación de género sigue disminuyendo la actividad laboral femenina. Las mujeres trabajan bajo peores condiciones laborales y son excluidas de determinados sectores de actividad y de las esferas que puedan considerar un área de poder en todos los ámbitos laborales. Y por lo mismo de que todos aquellos obstáculos que impiden el adquirir poder a las mujeres, refiriéndonos a un nivel profesional, se les ha denominado “Techo de cristal”, ya que implica cierta complejidad e invisibilidad para que se puedan identificar.

Fomentar la incorporación de las mujeres a posiciones de responsabilidad requiere conocer la realidad existente en la sociedad y en los entornos organizacionales actuales, no sólo en relación con la estructura, normas de funcionamiento y elementos subjetivos que subyacen a esa realidad, sino también respecto a sus necesidades y demandas. Dicho conocimiento nos permitirá descifrar los obstáculos que todavía persisten basados en una cultura eminentemente masculina, pero también la posible apertura de vías de acceso a través de un nuevo discurso que elogia la diversidad humana y las habilidades femeninas de dirección. (Alles, 2005).

Dado que la mayoría de investigaciones coincide en señalar que las barreras internas tienen poco peso en la explicación de esta problemática, mientras que se evidencia el mantenimiento de estereotipos y roles de género que impregnan la cultura de las organizaciones, la propuesta más actual e innovadora en materia de igualdad de oportunidades es la de romper el “Techo de cristal” mediante la estrategia de la diversidad. De este modo, la gestión de la diversidad se convierte en una poderosa herramienta para lograr la incorporación de mujeres a puestos de poder, reivindicando con esto no solo un derecho sino generando el enriquecimiento que la diversidad de género ofrece a la sociedad en general y a las organizaciones en particular.

En México a través del INEGI, se implementó un apartado con el fin de dar cumplimiento a los compromisos establecidos en el Plan Nacional de Desarrollo,

relativos a garantizar la atención de las desigualdades de género y el respeto a los derechos sociales, políticos y cívicos de las mujeres. Frente a este escenario, el Instituto Nacional de las Mujeres, en concordancia con los organismos y acuerdos internacionales orientados a lograr la equidad de género, se ha planteado, como uno de los objetivos estratégicos del Programa Nacional para la Igualdad de Oportunidades y No Discriminación contra las Mujeres (PROEQUIDAD), el **“Fomentar la igualdad de oportunidades económicas entre hombres y mujeres a través de la promoción de medidas programáticas de carácter afirmativo desde la perspectiva de género”**, que contribuyan a eliminar los principales problemas y barreras que enfrentan las mujeres al integrarse en la actividad económica mediante la participación de la sociedad civil en los procesos de programación, ejecución y evaluación de las políticas públicas para el avance de las mujeres. (Rojas, Suárez, & Batres, 2007)

Dando así como resultado que actualmente la prioridad de una mujer profesionalista sea el tratar de romper con esa discriminación que existe laboralmente y esto se verá reflejado en base a los resultados que pretende conseguir dentro del lugar donde labora, a pesar de que el “Techo de cristal” se haga presente sin ser precisamente visto, existen muchas otras actividades dentro de la empresa que pueden llegar a representar un freno para el desarrollo pleno de la mujer en el trabajo y que si pueden ser percibidas como por ejemplo, el ver disminuidas sus oportunidades de crecimiento laboral por la discriminación de que si en algún momento llegase a convertirse en madre no podría dedicar su tiempo completamente al trabajo, o en dado caso la cuestión de que la empresa deba darle incapacidad por maternidad representando en este aspecto una inversión al conseguir una persona que la suplante durante este lapso de tiempo.

Cosas de este tipo son las que representan un freno laboral para la mujer y en las cuales pueden existir modificaciones para favorecer el crecimiento y desenvolvimiento dentro del área de trabajo.

Una mujer profesionalista mostrará una variante en cuanto a la manera de desempeñarse dentro del área laboral, puesto que siempre existirá la influencia de

las condiciones sociales, culturales, históricas y económicas que le rodeen. Dentro de su desempeño laboral puede hacerse referencia a un perfil que presentan las mujeres en el que se incluyen: la iniciativa para realizar alguna actividad, disponibilidad en cuanto al horario de trabajo (lo cual dependerá del puesto que se desempeñe, ya que no requiere la misma dedicación de tiempo una mujer que se encuentra en un nivel operativo a otra en un nivel gerencial). Así como competencia para superar el desánimo, principalmente a las posibles frustraciones que se puedan presentar, como lo son limitantes para obtener un ascenso o que por el simple hecho de ser mujer su trabajo, ideas o sugerencias puedan ser puestos en duda; afán por el trabajo bien hecho, debido a la dedicación que presentan para desempeñar las actividades laborales; gusto por la competencia; tener capacidad para asumir riesgos controlados, como el poder responsabilizarse de las decisiones que tome en caso de quedarse a cargo circunstancial o momentáneamente de algún proyecto; poseer la competencia para tomar decisiones meditadas, soportar la incertidumbre y la tensión, finalizar los trabajos que se emprenden.

Mentalidad abierta, planificación para poder llevar a cabo las labores en tiempo y forma, organización de tiempos y el cómo priorizar las labores, adaptación a los diferentes tipos de ambientes que se presentan dentro del área laboral, como lo puede ser trabajar rodeada de hombres o, por otra parte, conocer los métodos de trabajo que tienen las personas con las cuales puede llegar a tener algún tipo de interacción; tolerancia, capacidad para vender ideas y producto; negociación, preferentemente para lograr llegar a un acuerdo y conocer los modos en los que puede suavizar situaciones para beneficiar el trabajo que se esté realizando; perseverancia, optimismo, autoconfianza, facilidad de trato, espíritu independiente y gusto por el triunfo.

En su labor por adentrarse en el mundo empresarial la mujer busca, además de lograr una autonomía profesional, beneficiarse en un sentido personal. Lo primero, hace referencia a un beneficio económico, mientras que la satisfacción personal se logra al disfrutar de una flexibilidad de horarios y mediante la

oportunidad de romper tanto los estamentos empresariales dominados por los hombres como el posible trato machista. Entre los aspectos favorables que resultan de la participación femenina en la empresa destacan: la gran satisfacción laboral, la realización profesional, la autoafirmación y la constante actualización en cuanto a su preparación académica.

En nuestro país, la mujer trabajadora o empresaria, generalmente desempeña además otros roles, como son: el de ser madre, esposa o ama de casa, esto la lleva a ser una trabajadora con doble jornada. Aun cuando se han manifestado importantes esfuerzos a favor de la equidad de género, en la práctica sigue siendo muy común la discriminación salarial y la segregación ocupacional. Las mujeres desempeñan actividades consideradas tradicionalmente como femeninas, las cuales están ubicadas en el sector terciario de la economía (educación, comercio, servicios como salones de belleza y servicios profesionales como psicología, dentistas, etc). Estas actividades tienen una remuneración económica y un reconocimiento social menor.

Algunas de las características de las mujeres profesionistas son: el desarrollo de un estilo femenino, participativo y el otorgamiento de un gran valor a la comunicación interpersonal. Las mujeres se apoyan, al momento de dirigir, en el concepto de cooperación más que en el de competencia. Ellas fomentan el trabajo en equipo, buscan mayor participación y delegan más. A diferencia de los hombres, las mujeres tienen una estrategia empresarial orientada a la organización y las relaciones laborales, más que a las innovaciones tecnológicas. Se han identificado en las mujeres, competencias favorables como son: creatividad, visión, capacidad de planificación, tolerancia a la frustración, compromiso, determinación, liderazgo, seguridad, flexibilidad, adaptabilidad.

“También se considera que las mujeres profesionistas destacan por las siguientes actitudes:

- **Énfasis en la intuición más que el análisis metódico, lo cual permite detectar oportunidades que no son visibles a primera vista.**

- **La toma de decisiones utilizando tanto la creatividad como el proceso analítico.**

- **Reflexión sobre las decisiones y los resultados antes de actuar.**

- **Balance de diversas tareas y prioridades.**

- **Compartir conocimiento con base en las relaciones interpersonales y los contactos.**

- **Oportunas: muchas profesionistas empiezan por encontrar una necesidad y encuentran rápidamente la forma de satisfacerla.**

- **Independientes: las profesionistas saben cómo obtener ganancias y disfrutan de estas estableciendo su propio ritmo de trabajo.**

- **Trabajadoras: la mayoría de las profesionistas comienzan trabajando duro, muchas horas por poco dinero.**

- **Seguras de sí mismas: las profesionistas deben mostrar seguridad en sí mismas para poder hacer frente a todos los riesgos que implica estar a cargo de un puesto determinado.” (Rojas, Suárez, & Batres, 2007, págs. 374-376)**

La participación de la mujer en el ámbito laboral ha tenido un notable crecimiento en las últimas décadas. Actualmente, los datos que muestran diversos estudios e investigaciones realizadas por organismos gubernamentales y no gubernamentales demuestran que la mujer posee las características y competencias necesarias para incorporarse al mundo laboral. El crecimiento en los niveles de participación femenina, tiene su origen en la apertura ideológica resultante de la globalización y de las diversas transformaciones culturales de prácticamente todos los estados.

La capacidad de la mujer para poder desempeñarse en el área laboral no está más en tela de juicio, por el contrario, la mujer se ha dado a la tarea de reafirmar que posee las habilidades y aptitudes para el manejo de esta, sea cual

sea. Sin embargo, la mujer profesionalista aún se enfrenta con limitantes para llevar a cabo su participación en las actividades laborales, convirtiéndose estas en retos a superar. Con características personales y de comportamiento distintas a las del hombre, la mujer tiene también responsabilidades que orienta en una dirección distinta. La cuestión del género hoy en día, consiste en reconocer, aceptar y respetar las habilidades particulares de cada individuo; ya sea hombre o mujer. (Caballero & Guevara, 2007)

Es necesario que las empresas sean capaces de reconocer los procesos y mecanismos que le sean favorables, así como los que no lo son. La participación de la mujer en el ámbito laboral, por lo tanto, debe ser vista como una posibilidad que tienen las empresas de hoy en día para afrontar al mercado desde una nueva perspectiva, con nuevas herramientas.

Si bien lo señalado resulta pertinente, a pesar de todo esto la equidad de género es una batalla que aún no se gana: enfatizamos que las características y competencias propias de la mujer deben ser vistas como herramientas para hacer más eficaz y eficiente la labor de la empresa, deben ser un complemento a las características de disciplina, respeto y trabajo indispensables para el trabajador exitoso, sin importar la edad, género o actividad laboral.

- Capitulo 3. Investigación.

3.1. Definición de términos.

Mujer profesionalista: Es aquella mujer que posee estudios universitarios y desempeña su carrera laboralmente dentro de alguna organización.

Autorrealización: Consiste en que una persona logre desarrollar todo su potencial para sentirse plena con lo que realiza, es llegar al máximo punto de las capacidades con las que cuenta una persona.

Rol social: Es un conjunto de normas, comportamientos que son definidos por la sociedad y de los cuales se espera que la persona las cumpla en base a su estatus definido o género de pertenencia.

3.2. Objetivos.

Conocer y analizar la prioridad de una mujer adulta ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para experimentar la autorrealización.

3.3. Preguntas de Investigación.

¿Cuál es la prioridad de una mujer adulta en la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para experimentar la autorrealización?

3.4. Método.

El siguiente punto se divide en cinco apartados los cuales nos permitirán identificar desde la selección del participante para este trabajo, la metodología que se empleó para realizar la investigación del ambiente donde se desarrollaron las entrevistas y conocer más a fondo la vida del participante seleccionado como su desempeño laboral, educación en casa, su formación académica y modo de pensar respecto al tema en el que se basa este trabajo.

3.4.1. Participante.

Para seleccionar la muestra se requirió de una mujer soltera cuyo rango de edad radicara entre los 30 y 40 años, de nacionalidad mexicana, dedicada en esta etapa de su vida a ejercer su profesión, desempeñándose laboralmente dentro de una organización. Dentro del desarrollo de la vida de la participante seleccionada es conveniente saber que para conservar los fines de confidencialidad su nombre fue modificado siéndole asignado el de Alicia, sin embargo se sabe que es una mujer de 31 años, que apenas hasta hace un año se independizó de sus padres, su formación académica concluye hasta la licenciatura con la obtención de su título mediante la realización de una tesis, al igual que ha desempeñado labores dentro de varias empresas y actualmente se encuentra laborando.

3.4.2. Diseño: Estudio de caso

Se estudió la prioridad de una mujer adulta ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión a partir del estudio de caso ya que este puede ser utilizado intencionalmente y de manera puntual, para reflexionar acerca de los conocimientos, concepciones, creencias y de cómo es que la participante ha experimentado en su vida lo relacionado con este tema. Se entiende como estudio de caso, **“el estudio de la particularidad y la complejidad de un caso singular, para llegar a comprender su actividad en circunstancias importantes”** (Stake, 1998, pág. 11) es decir, **“el examen detallado, comprensivo, sistemático y en profundidad del objeto de interés”** (Rodríguez, Gil, & García, 1999, pág. 92)

El estudio de caso está encaminado a conocer y poder comprender desde la visión y en base a las experiencias de una mujer como es que decide omitir o postergar el hecho de adaptarse a los roles sociales, los factores que influyen desde la educación en casa o las circunstancias y cómo es que interactúan en conjunto para llevarla a tomar como prioridad

ejercer su profesión y que esto le permita experimentar la autorrealización, de igual manera nos permite la oportunidad de acercarse al pensamiento que puede presentar una mujer adulta ante esta decisión.

3.4.3. Contexto.

La entrevista se realizó en la casa de los padres de la participante, esto nos permitió conocer parte del ambiente en el que se desarrolló y fue criada a lo largo de su infancia y parte de su adultez. Puede decirse que es un lugar bastante tranquilo ya que por mucho la cantidad de sonidos que se llegan a percibir el canto de las aves o uno que otro ladrido de algún perro vecino o el mismo que vive en la casa, de ahí en fuera solo se percibe silencio o en su defecto sonidos que algún miembro de los familiares que habitan ahí lleguen a realizar, como cuando alguien desciende las escaleras, el abrir y cerrar de puertas, intercambios de diálogo entre ellos, en si el ambiente inspira demasiada tranquilidad

Dentro de esta casa se asistió dos veces, la primera fue para poder realizar la entrevista inicial y se permaneció ahí aproximadamente dos horas, y la segunda fue para realizar una entrevista que permitiera complementar la entrevista previa que se había realizado y en esta ocasión se permaneció un aproximado de tres horas y media, teniendo acceso sin problema alguno a cualquier parte de la casa por si es que se requería.

3.4.4. Técnica de recolección de datos.

La recolección de datos se hizo mediante dos entrevistas las cuales fueron semiestructuradas, durante la primera sesión se estableció un rapport con la participante para que de este modo se disminuyeran los niveles de ansiedad que pudieran llegarse a presentar ante la incertidumbre de la situación, al igual tuvo como finalidad conocer en su mayoría los

rasgos que eran de mayor importancia para este caso, posteriormente se realizó una segunda entrevista la cual sirvió para complementar algunos aspectos que quedaron inconclusos o que quedaron omitidos durante la realización de la primera entrevista, la cual abarcó desde la conformación de su familia, formación académica, educación en casa, aspectos de su vida laboral, estilo de vida, aspectos de salud, pareja, proyecto de vida y su forma de pensar en cuanto a lo que implican o son los roles sociales. Con un previo conocimiento de la participante cada una de las entrevistas fue grabada en su totalidad con un teléfono celular y posteriormente se transcribió en la computadora.

3.4.5. Procedimiento.

La inquietud por el análisis e investigación de este tema surge a raíz de que varias mujeres que conoce la tesista y las cuales radican en este rango de edad actualmente, no han asumido los roles sociales. Por el contrario, han priorizado el ejercer su profesión y conseguir una autorrealización en base a los beneficios que el trabajar puede ofrecerles.

Para acordar las entrevistas se hizo por medio de llamadas telefónicas; donde se en base a la disponibilidad de transportarse y tiempo, se acordó que lo más conveniente sería hacer la visita al domicilio de sus padres, donde se realizaron las entrevistas en un tiempo total aproximado de 5 horas y media, el promedio de duración para ambas sesiones empleadas con la participante fue de aproximadamente 165 minutos por sesión. Con base a que las respuestas de la participante fueron demasiado completas durante la primera sesión permitió dar la pauta a que sólo se realizaron un total de dos entrevistas para poder complementar todo lo que hizo falta dentro de la primera, dándonos así un parámetro para lograr dar respuesta a la pregunta de investigación al igual que lograr el objetivo de este trabajo el cual, como ya señalamos es conocer la

prioridad de una mujer adulta ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para experimentar la autorrealización.

En el transcurso de ambas sesiones surgieron temas emergentes de los cuales algunos dieron pauta para explorar más a fondo ciertas ideas o aclarar dudas; debido a que la información proporcionada durante el discurso de la participante se mostraba repetitiva, se consideró que existía una sobresaturación de información y, por lo tanto, esto permitió concluir con las entrevistas.

Como se mencionó en la sección anterior, las entrevistas se transcribieron para facilitar el análisis de los resultados, el procedimiento que se siguió para codificar la información consistió en leer la entrevista e identificar renglón por renglón el tema al que se refería y si era relevante de acuerdo con el objetivo de este trabajo.

Posteriormente se agruparon las categorías que surgieron en base a la relación que presentaban entre estas, donde surgieron cuatro temas: Familia, proyecto de vida, educación y ámbito laboral. Temas que a su vez se subdividieron en otros secundarios. De modo tal que esto permitió desechar información irrelevante para el estudio de este tema, además que facilitó la comprensión y análisis de la información que en el siguiente apartado referente a los resultados han sido desarrollados incluyendo algunos fragmentos mencionados en el discurso de la participante para emplearse como ejemplo.

- Resultados.

Como se ha mostrado en apartados anteriores para esta investigación se contó con la participación de solo una mujer la cual cubría los parámetros que se establecieron y de la cual en base a sus experiencias y relatos nos permitió obtener datos que son de suma importancia para este trabajo.

Cabe mencionar que actualmente para el género femenino se han abierto oportunidades laborales que tiempo atrás no existían, como el llegar a puestos de poder dentro de una empresa, pero ha sido un transcurso difícil debido a que hasta la fecha existe algo denominado roles sociales y de los cuales a la mujer se le ha estereotipado como una persona que se hace cargo de las labores domésticas, educación de los hijos y de procurar a su pareja, esto dando como finalidad que muchas mujeres en la actualidad y debido a la situación económica que se presenta dentro de nuestro país se vean enfocadas a conseguir un trabajo, mantener su independencia a base de una estabilidad económica y posteriormente pensar en adquirir los roles que la sociedad impone.

Los datos proporcionados por Alicia, permiten observar el modo en que experimenta encontrarse ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión, siendo divididos en temas que a su vez se subdividieron de acuerdo a los datos proporcionados.

Tabla 3

Temas emergentes dentro de la investigación

1. Familia
1.1 Relación familiar
1.2 Formación en casa

2. Ámbito Laboral

3. Proyecto de vida
3.1 Salud
3.2 Relación de Pareja

La división de temas emergentes se realizó con la finalidad de que se facilitara la exposición de los resultados al igual que durante este apartado se presentarán algunos fragmentos que la participante narró, lo que servirá como apoyo para así poder ejemplificar cada uno de los temas que surgieron durante las entrevistas.

1. Familia

A la familia se le puede considerar como aquel primer núcleo de contacto que tiene una persona para poder socializar, cada miembro de la familia de una u otra manera aporta algo dentro de la educación de cada individuo y a la vez se va aprendiendo de lo que nos muestran o como es que interactúan, desde valores, moral, saber diferenciar lo que está bien o mal entre muchas otras cosas como lo es el comportarse en sociedad, normas de convivencia, al igual que las expectativas de la sociedad hacia el ser humano como género; por ejemplo, muchas veces se ha visto a madres que simplemente dedican su vida a ser amas de casa, atender al marido, estar pendiente de los hijos, etc., es decir no se dedican a ninguna actividad laboral.

Alicia: “De mi papá, he tomado la parte de la perseverancia, la persistencia de seguir adelante ante las situaciones difíciles otro modelo a seguir ha sido mi madre, porque ella dejó de trabajar y desarrollo toda la capacidad de llevar toda una casa sola”

Muchas de las cosas de las que realizamos se vuelven el reflejo de lo que se vive y aprende dentro de casa volviéndose parte de ese concepto que muchos llegan a tener acerca de lo que es la autorrealización, ya que se convierte en una expectativa de vida y parte de una superación, como lo es el caso de los padres de Alicia, ambos terminaron una carrera, por una parte su padre es Ingeniero Arquitecto, su mamá Secretaria Bilingüe y los dos ejercieron, tuvieron un desarrollo laboral y se vuelve tanto un impulso de los padres que los hijos puedan tener una educación que a la larga les permita obtener una estabilidad para poder tener una mejor calidad de vida.

Alicia: “Tuve la oportunidad de estudiar primaria y secundaria, preparatoria y universidad en escuelas privadas, debido a que siempre procuraron mis padres darme lo mejor que estuviera dentro de sus posibilidades”.

1.1 Relación Familiar

Las relaciones familiares son de suma importancia ya que de estas se adquieren patrones posteriormente reflejados en el modo de relacionarse con otras personas, tanto en el ámbito social o laboral, de ahí que existirán quienes tengan relaciones conflictivas las cuales no sean funcionales para el desarrollo de la persona o, por el contrario, relaciones favorables, que apoyen al enriquecimiento de la persona donde se le aliente a realizar cosas que muchas veces no se creen capaces de realizar o inclusive en el apoyo a su autoestima.

Alicia: “Para mí una mujer debe ser decidida, con carácter, porque el hecho de que seas decidida no implica que seas alguien que tiene carácter y con ganas de ser, con hambre de ser, que no se quede con la idea de soy Licenciado y vivo de ser licenciado toda la vida sino ver más allá, ayudarte poco a poco con lo que vas aprendiendo a ser todavía mejor cada día aprender algo nuevo cada día y tener la capacidad de ver hacia futuro porque las mujeres hoy en día todavía existen las que se quedan en el estereotipo en la segregación social o se quedan encajonadas en ser amas de casa o profesionistas y la parte de ser mujeres lo dejan de lado”.

Al igual que las relaciones entabladas con aquellos que no pertenecen a la familia pueden ser “buenas” o “malas” en la familia se procura con los hijos en algunos casos alentarlos a que realicen cosas que muchas veces parecen imposibles, mediante una buena comunicación, el que puedan transmitir su forma de sentir y **pensar para que las personas adquieran confianza en sí mismos.**

Alicia: “Ellos siempre me brindaron su apoyo, desde pequeña ayudándome a realizar mis labores escolares, explicándome lo que no

entendía, trabajos, el proporcionarme las herramientas necesarias para poder trasladarme hacia el trabajo, comida, palabras de aliento cuando en algún momento me llegaba a sentir triste o que las cosas no salían como yo esperaba, siempre esperando que yo pudiese tener una mejor calidad en mi vida en cuanto a la que ellos me dieron.”

Por otra parte las relaciones familiares muestran los estereotipos mediante los cuales la sociedad se ve regida, como el hecho de que una mujer debe dedicarse a las labores del hogar como lo son el cocinar, planchar, lavar ropa, hacer el aseo de la casa, encargarse de la educación de los hijos, casarse, ser servicial, procrear.

Alicia: “Yo entiendo que los estereotipos son a lo que por sociedad exige o rige que yo deba ser como mujer de 30 años o que deba estar haciendo, que no vive con sus papas y que vive sola y se mantiene sola, la sociedad te exige que por la edad ya debes tener consciencia o planeado o pensado como mantenerte, tener hijos o formar parte de una familia, casarte”

1.2 Formación en casa

Es bien sabido que la mayoría de las personas tiene como primer aprendizaje a la familia, es de ahí donde se aprenden cosas como los valores, reglas bajo las cuales se rige la sociedad, cómo relacionarse con otras personas, hasta cierto punto los padres inculcan hacia los hijos un estilo de vida en base a lo que les ofrecen como lo puede ser una expectativa de una casa, tener auto, tipo de vestimenta e inclusive la educación ya que existen padres cuya meta es lograr que sus hijos estudien, tengan una carrera, sean exitosos en la vida para poderse mantener y adquirir una estabilidad, esto se encuentra relacionado al ámbito del estatus económico que muchas veces se llegaría a pensar o reducir estos a solo 3 niveles existentes (alto, medio y bajo) en cuanto a economía se refiere, sin embargo en la siguiente tabla se muestra que no es así:

Nivel	Ingreso Mínimo	Ingreso Máximo	Clase
A/B	\$85,000.00	Mayor a \$85,000.00	Rica
C+	\$35,000.00	\$84,999.00	Media Alta
C+	\$11,600.00	\$34,999.00	Media
D+	\$6,800.00	\$11,599.00	Media Baja
D	\$2,700.00	\$6,799.00	Pobre
E	\$0.00	\$2,699.00	Pobreza Extrema

Tabla 4: Los niveles socioeconómicos, tomados del artículo “Los Niveles Socioeconómicos y la Distribución del Gasto” de la Asociación Mexicana de Agencias de Investigación de Mercado y Opinión Pública A.C. (Romo, 2009)

Esto nos sirve para ubicar a Alicia en un nivel socioeconómico en base a la información que nos proporcionó:

Alicia: “Considero tener un estatus social medio, ya que de mis empleos se puede sacar un aproximado de \$15,000 pesos mensuales.”

Dentro de los diferentes aspectos que existen en la vida de las personas existe uno que es necesario y todo ser humano busca para satisfacer desde sus necesidades básicas como es la alimentación, vestido, calzado y vivienda, hasta necesidades que le pueden otorgar cierto estatus ante la sociedad, esto es referente a lo económico y el poder adquisitivo del ser humano.

El dinero se ha vuelto algo necesario para el ser humano y su supervivencia, el mundo actual se ve regido bajo diferentes estatus socioeconómicos que permiten definir en base a lo que se percibe el núcleo social al que se pertenece o las personas con las que se deben relacionar, esto agregado a que el ser humano es ambicioso y siempre irá en busca de tener algo más allá de lo que actualmente tiene, muestra que siempre se estará en una constante búsqueda por una mejora de este mismo, una competencia por ser o tener mejores cosas que las demás personas y que a su vez tiene relación con lo que se ha aprendido en casa o lo

que, cuando se es pequeño, los padres han acostumbrado darle a sus hijos para su bienestar.

Alicia: "En mi caso al buscar un puesto como una coordinación o una dirección se debe a que me gustaría poder viajar, tener una vivienda propia, una auto, conseguir una estabilidad, mejorar o de menos poder mantener un estilo de vida el cual durante muchos años estuve acostumbrada gracias a que mis padres siempre procuraron no nos faltara nada a mi hermana o a mí y que esto a la larga cuando decida tener hijos les pueda ofrecer una vida similar o mucho mejor a la que yo tuve, sin que tengamos problemas económicos".

2. Ámbito Laboral

En la actualidad la mujer se ha logrado abrir paso a través de los años en el ámbito laboral, dando muestras de independencia, capacidad para realizar ciertas actividades o labores que solo se consideraban exclusivas de los hombres, dando un giro a lo que la sociedad espera del género femenino.

Ahora ya se puede hablar de que una mujer puede terminar una carrera, ser profesionista, laborar y adquirir puestos de poder dentro de una empresa, sin embargo este proceso de avance que ha conseguido la mujer se puede decir que ha sido lento ya que en cierto modo existen algunas desventajas para la mujer y muchas veces los puestos altos dentro de una empresa demandan una extensa inversión de tiempo, cosa que muchas al tener muy marcado el rol social de una ama de casa, casada y con hijos a final de cuentas buscan o tienen la ilusión de conseguir esa persona ideal con la cual compartir el resto de sus días, porque no siempre van a poder procrear en caso de que quieran tener hijos, o no siempre se verán "jóvenes y bellas" como para conquistar el corazón de un hombre y serle atractiva.

Alicia: “Existe la discriminación desde la edad que manejan si es que eres superior o menor a 30 años, el sueldo varia, si tienes menos de 3 años de experiencia, si tienes hijos o no tienes la disponibilidad de horario es un problema porque actualmente consideran que los hombres no tienen todo ese tipo de aristas y pueden desempeñar cualquier trabajo”

Sin embargo cabe mencionar que existen mujeres cuya prioridad se vuelve el desempeñar su trabajo y dedicarse a este completamente. Por ejemplo en el caso de Alicia podemos ver esto de una manera muy clara, desde lo que es prioridad para ella pero que a final dentro de su plan de vida se encuentra el formar una familia:

Alicia: “El trabajo es el papel secundario ya que el primario es mi salud, siempre procuraré que mi salud se encuentre lo mejor posible porque de lo contrario no podría hacer algo más si yo no me siento bien para poder hacerlo, yo necesito actualmente contar con un trabajo o estar laboralmente activa para poder seguir con mis planes a futuro para así tener un ingreso, una estabilidad y posteriormente en un futuro buscar la parte de una pareja y una familia, mi plan de vida en 3 años es tener una casa propia, viajar, y posteriormente ya pensar a partir de esos 3 años o ya transcurridos esos 3 años hacia donde quiero ir, si quiero seguir trabajando o poner un negocio propio y ya formar una familia.”

3. Proyecto de vida

Cada persona al presentar diferentes metas o expectativas en la vida, obviamente sus proyectos de vida irán variando conforme al momento que se encuentren, las circunstancias y a lo que le den prioridad en ese momento, igualmente las mujeres podrían dar prioridad a lo que se les imponga dentro del núcleo familiar porque a pesar de que en la actualidad las mujeres han logrado cierta independencia en cuanto a la toma de decisiones respecto a su vida, a muchas otras se les sigue marcando de manera firme el hecho de que por ser

mujer deben acatar los roles sociales de casarse, tener hijos y atender a su marido.

En el caso de Alicia es evidente el hecho de que los roles sociales no han sido tan marcados dentro de su vida, que su proyecto de vida va más allá de ser una ama de casa, formar una familia, sino que su visión se ve modificada en base a su experiencia y diferente manera de ver las cosas, al igual que tener muy bien establecido un proyecto de vida a seguir.

Alicia: “las relaciones humanas no son tan sencillas, ya que el hecho de poder congeniar en horario y en tiempos y dedicarle tiempo a una relación no es fácil, te vas encontrando con personas que no tienen la disposición de cumplir con ese tipo de situaciones para que una situación funciones y eso llega al grado de tener un compromiso más allá, tomando en cuenta de que yo busco en este momento crecer de forma personal y tener una mejor posición a nivel laboral, pues obviamente las relaciones se hacen mucho más complicados y eso te genera un conflicto a nivel laboral, tuve dos relaciones en ese proceso y fue como me di cuenta que es más complicado buscar compromiso o una relación más formal en este momento y es por eso que preferí de momento decir que el matrimonio no es algo que este en mi vocabulario, no es falta de compromiso sino simplemente que a mí me gustaría tener la oportunidad de conocer a mi pareja de conocerla, de estar con ella, vivir con ella y aprender en este proceso si es posible la convivencia y la tolerancia que considero es algo muy importante en las relaciones humanas y de ahí puedes formar una familia y tener una estabilidad.”

3.1 Salud

La salud resulta ser un factor importante puesto que puede volverse favorable o en contra de lo que se decide o quiere hacer, muchas personas encuentran

limitantes cuando no presentan buena salud afectando esto en diferentes ámbitos de su vida como en lo social, familiar y laboral.

En este caso se puede resaltar un hecho respecto a la participante ya que su salud se vuelve un factor determinante para tomar la decisión de cambiarse de residencia, lo que trajo consigo consecuencias como el aprender a valerse por sí misma, el ya contar con las comodidades que se le otorgaban estando en casa de sus padres, como lo eran el tener comida preparada, ropa y casa limpias, la facilidad en cuanto a transporte se refiere.

En muchas situaciones la búsqueda de la autorrealización laboral implica un esfuerzo mayor por conseguir lo que se quiere ya que se amplían las jornadas laborales, la carga de trabajo aumenta y la gente sin darse cuenta va generando un deterioro en cuanto a su salud, haciéndola propensa a diferentes tipos de enfermedades.

Alicia: “Bueno que en principio las condiciones de trabajo eran buenas, refiriéndome a que estaba cerca de mi casa, la distancia para llegar al trabajo era muy corta y de casa también eran buenas, pues obviamente tenía el apoyo de mis papás, tenía el auto a mi disposición para transportarme y obviamente había el apoyo en cuestiones extra laborales. Posteriormente cuando cambio de lugar de trabajo y en este trabajo laboraba los fines de semana y horas extras, las distancias se volvieron largas para ir y venir, salía yo muy tarde por el trabajo que realizaba y era muy desgastante para mi salud, estar yendo y viniendo todos los días porque inclusive trabajaba sábados y domingos, y como iba hasta el centro histórico los trayectos en auto eran demasiado pesados y si no quería manejar o estresarme menos, debía salir muy tarde o más tarde de lo normal.

Pero después gracias a eso mi salud se ve mermada, ya que comencé con un cuadro de agotamiento que repercute en el funcionamiento cardíaco, me detectan una bradicardia que implica que mi corazón trabaja muy lento entonces yo lo tenía sobre forzado a trabajar y me generaba cuadros de

agotamiento prolongados, al grado de quedarme dormida manejando, entonces comienzo con el tratamiento médico que me recetan y pues por ende esto requería de periodos de descanso forzosamente más prolongados.

Decido independizarme y las condiciones de salud automáticamente logran mejorarse importantemente, mejora en el proceso dos años después con el hecho de que tengo la posibilidad de dejar de tomar medicamentos para regular el funcionamiento del corazón y a través de un cuadro de alimentación adecuado mi corazón recobró su funcionamiento normal, digo, lento pero suficiente para poder trabajar.”

Aquí se observa que para Alicia su salud representó un factor determinante que le permite tomar la decisión de independizarse a pesar de todas aquellas comodidades que tenía viviendo en casa de sus padres y que hasta la fecha representa el continuar teniendo cuidado respecto a lo que es su salud para que estos cuadros de agotamiento no se vayan agravar y llegue al punto en que se vea reflejado en todos los ámbitos de su vida.

3.2 Relación de Pareja

Es bien sabido que para el ser humano es imprescindible estar en constante contacto con otras personas, socializar, generar empatía, al igual que está presente el tener o encontrar a una pareja con la cual compartir alegrías, metas, o actividades que puedan realizar juntos.

Sin embargo las relaciones humanas no son un asunto sencillo ya que al ser cada persona un mundo distinto en cuanto a pensamientos, gustos y forma de ser, es complicado, más no imposible, encontrar alguien con quien se pueda tener cosas en común. En la actualidad igualmente se ha notado el fenómeno de la liberación femenina, esa búsqueda por la igualdad de sexos que ha llevado a la mujer al nivel de poder incursionar en diferentes aspectos que eran exclusivos del

hombre y hasta cierto punto permitir cierta independencia hacia el género femenino, logrando de tal modo que la mujer cambie en cuanto a su forma de pensar y respecto a lo que le gustaría conseguir a lo largo de su vida, mostrando en ciertos casos un cambio respecto a la prioridades de las mujeres.

Alicia: “Tengo una persona que está a mi lado, bueno a mi lado no más bien atrás de mí que me apoya que está conmigo, que me quiere el cual es mi pareja”

Esta búsqueda por la igualdad y reconocimiento ante los hombres ha desatado demasiada controversia en el transcurso de los años, al grado de que surgió un fenómeno llamado “*guerra de sexos o lucha de poderes*”, algo que se considera importante de mencionar puesto que por un lado cuando el género femenino decide buscar tener cierto poder adquisitivo, reconocimiento e inclusive la superación ante el hombre, se debe reconsiderar la idea de que el hombre siempre había sido el proveedor y la mujer quien dependía de este para su manutención, mostrando ciertos conflictos ante el hecho de que una mujer puede tener una mayor cantidad de ingresos económicos a diferencia del hombre, quitándole a este esa plusvalía por la cual hasta cierto punto le otorgaba la seguridad de que conseguiría una pareja y formaría una familia.

Esto en un principio dando a notar que las mujeres serian educadas para dedicarse a las labores del hogar y nunca a buscar una mejora en cuanto a su vida personal, como lo sería el encontrar alguien que le hiciera sentirse feliz, cómoda, con quien compartir su vida, alegrías y quien la comprendiera, debido a esto todo lo referente al ámbito laboral era exclusivo del género masculino y el género femenino se veía segregado hacia el ámbito de la atención, servicio y complacencia del hombre.

Alicia: “Me interesa tener hijos, obviamente compartiendo mi vida y su educación con alguien más, sin embargo encontrar a la persona ideal para mí ha representado un reto ya que las mujeres en la actualidad nos hemos vuelto más exigentes de lo que queremos en una pareja y esperamos de

ellos, el hombre con quien decida compartir mi vida debe poder darme algo más de lo que por mí misma puedo obtener, por mis propios méritos y esfuerzos.”

- Discusión.

A la mujer se le puede definir de diferentes maneras, como “madre”, “esposa”, “amante”, “la hija”, “la viuda”, “la dejada”, “la trabajadora”, etc., siendo implicaciones que atrapan a la mujer, al otorgarle una identidad relativamente delimitada, negándole su individualidad y la posibilidad de diferir, pero al final no dejando de ser mujer, la cual en la medida de sus posibilidades ha logrado cambios significativos dentro de nuestra sociedad y la cultura alrededor del mundo, pero esto nos sirve para comprender ciertos papeles que ha tenido que desempeñar la mujer y los cuales a su vez nos muestran infinidad de definiciones respecto a cada una de ellas, que a pesar de que el tiempo pase, muchas de estas identidades persisten hasta nuestros tiempos.

Si aún ahora se vuelve la mirada hacia atrás, indiscutiblemente sobresale el siglo veinte como un siglo en que la mujer logra reivindicaciones significativas y se acerca a un estado de relativa justicia. Por otra parte, el principal problema de la mujer reside en las actividades de la sociedad misma, que por tradiciones, costumbres, reglas de observancia corriente, no admite aún los principios legales que la igualan. (Naranjo, 1981).

Esto nos da la pauta para conocer que las mujeres siempre han sido parte de la sociedad y que con todo el trabajo que han realizado a lo largo de la historia ahora en nuestros tiempos ha conseguido que se le tome en cuenta dentro de diferentes círculos sociales, familiares y laborales al igual que poder tener un estatus mejor y hacer valer su pensamiento.

Con el transcurso del tiempo se podría pensar que una mujer en la actualidad no habría contemplado el hecho de ser madre, contraer matrimonio o llevar a cabo todas aquellas actividades que se le adjudican a este género, sin embargo no es así, debido a que este género ha incursionado en el ámbito laboral desplazando la adquisición de roles sociales a un segundo plano, pero a raíz de esta investigación se logró observar con base a los resultados que para esta una mujer siempre estará presente el anhelo de formar una familia, es decir adquirir parte de las expectativas que tiene la sociedad respecto al género femenino.

En su labor por adentrarse en el mundo empresarial, la mujer busca, además de lograr una autonomía profesional, beneficiarse en un sentido personal. Lo primero, hace referencia a un beneficio económico, mientras que la satisfacción personal se logra al disfrutar de una flexibilidad de horarios.

En nuestro país, la mujer trabajadora o empresaria, generalmente desempeña además otros roles, como son: el de ser madre, esposa o ama de casa, esto la lleva a ser una trabajadora con doble jornada. Aun cuando se han manifestado importantes esfuerzos a favor de la equidad de género, en la práctica sigue siendo muy común la discriminación salarial y la segregación ocupacional. Como ya se dijo anteriormente las mujeres desempeñan actividades consideradas tradicionalmente como femeninas, las cuales están ubicadas en el sector terciario de la economía (educación, comercio, servicios como salones de belleza y servicios profesionales como psicología, dentistas, etc.). Estas actividades tienen una remuneración económica y un reconocimiento social menor.

Si bien es sabido que al género femenino se le ha encasillado hacia ciertas actividades que debe realizar como lo es ser ama de casa, estar al cuidado de los hijos (Parte Reproductora), contraer matrimonio, procurar a su pareja, encargarse del aseo del hogar y en algunos casos llegar a ser un lindo adorno dentro de la casa, cabe aclarar que el estudio de caso nos demuestra algo diferente ya que en la actualidad una mujer al poder adquirir un rol social y ejercer su profesión de manera simultánea ha generado que el rol social de la mujer se vea modificado para adaptarse al nuevo contexto que está viviendo.

Cabe aclarar que muchas mujeres se ven influenciadas por la educación recibida en casa en el sentido de que durante su desarrollo van adquiriendo parte de lo que sus modelos a seguir realizan, la mayoría de estas su principal modelo a seguir o de quien adquieren mayor educación en casa es de la madre, siendo esta quien lleva el hogar y la educación de los hijos; a pesar de esto han existido grandes modificaciones en cuanto a cómo es que una mujer debe desarrollarse dado que en varios casos las madres, pretendiendo que sus hijos tengan lo mejor, les otorgan el empuje para conseguir una buena educación hasta concluir una carrera de la cual puedan valerse por sí mismas, pero nunca dejando de lado el hecho de que un rol social como el ser madres o en otros casos amas de casa es su ideal de vida.

Por otro lado el hecho de que las mujeres intenten generar un equilibrio entre lo que es adquirir un rol social y ejercer su profesión no ha sido nada sencillo, en este caso se puede observar que la participante ha decidido en primer plano dedicarse al ámbito laboral para poder generar una estabilidad económica, lo cual a futuro favorecerá para poderle ofrecer a sus hijos una estabilidad en cuanto a brindarles un modo de vida similar o mejor al que ella ha llevado en su vida. Posteriormente es notorio el hecho de que el adquirir roles sociales lo deja en un segundo plano, en este aspecto es necesario hacer un paréntesis para denotar que existe una parte de los roles sociales que a pesar de no ser tan notorios se llevan a cabo sin que sean impuestos sino más bien se adquieren por educación en casa, como lo es el lavar los trastes, realizar aseo doméstico, lavar ropa y cocinar, entre otras de las actividades que se pueden desempeñar, lo que nos da a entender que tanto los roles sociales como el ejercer una profesión no están del todo peleados para llevarse a cabo de manera simultánea.

La asignación social de roles de género es interiorizada por las mujeres como parte integrante de su identidad, de manera que la maternidad es asumida por muchas de ellas como un “deber” prioritario. Este hecho puede provocar la autoexclusión del mundo laboral o la aceptación de empleos compatibles con su rol de género. Por otro lado, la falta de reparto equitativo entre los miembros de la

familia, y la carencia de ayudas sociales y organizacionales imposibilita el desarrollo de carrera de muchas mujeres que desean promocionar, puesto que se les “obliga” a desarrollar un doble rol (productivo y reproductivo) que las deja exhaustas y complica su ejercicio profesional. (Benllocka, 2004).

Lo que nos obliga a pensar que al llevar a cabo estas dos actividades al mismo tiempo dentro de la vida de una mujer, el único momento que podría llegar a generar un conflicto para este género es cuando la maternidad se aproxima puesto que dentro del empleo que estén llevando a cabo se verá reflejado en el momento de que los tiempos que requiere el desarrollo profesional no empaten con el desarrollo y educación de los hijos. Es aquí donde la mujer llega a ver truncado su éxito profesional en el aspecto de que conseguir un ascenso dentro de su trabajo le implicaría mayores responsabilidades al igual que mayor tiempo a dedicar y es ahí donde debe decidir qué es lo que tiene más peso dentro de su vida, si su desarrollo y adquisición de un éxito profesional o la maternidad y todo lo que conlleva con el rol social que se desempeña. Una mujer profesionalista mostrará una variante en cuanto a la manera de desempeñarse dentro del área laboral, puesto que siempre existirá la influencia de las condiciones sociales, culturales, históricas y económicas que le rodeen.

En este punto retomamos a Erikson (1968) quien afirmaba que el ego se va desarrollando en diversas fases de la vida según un principio epigenético, término que tomó prestado de la embriología. El desarrollo epigenético implica un crecimiento paso a paso de los órganos fetales. Al principio el embrión no es simplemente una persona pequeña completamente formada que solo tiene que crecer, sino que se va desarrollando a un ritmo preestablecido y según una secuencia fija. Si los ojos, el hígado u otros órganos no evolucionan durante este periodo crítico para su desarrollo, nunca alcanzarán la madurez. De forma parecida, el ego sigue el camino del desarrollo epigenético y cada fase tiene lugar en el momento adecuado. (Feist, 2007)

Cabe mencionar que el ego es la parte psíquica del ser humano que le permite estar en contacto con el entorno que le rodea, lo que le ayuda a poder

satisfacer sus necesidades o adquirir experiencia en base a lo que vive día a día, a partir de eso se generan experiencias y al igual que en el principio epigenético requiere cierto proceso de maduración, desarrollo y todo a un ritmo aparentemente preestablecido puesto que se podría decir que cada persona tiene diferentes tiempos de maduración y adquisición de experiencia. Es aquí cuando uno puede percatarse de que no todas las mujeres adquieren roles sociales debido a que no se sienten listas para emprender esta nueva etapa en sus vidas o prefieren continuar ejerciendo su profesión debido a que esto les proporciona seguridad y mayor estabilidad dentro de sus vidas, por lo tanto aquí es más que claro que una mujer debe tener cierta madurez para poder tener una decisión sobre lo que tiene más peso en su vida y sus intereses propios para conseguir su autorrealización y sentirse satisfecha con lo que haga.

Retomando la etapa de logros, se podría decir que una mujer en la etapa adulta se avoca a perseguir sus metas utilizando los conocimientos previos que ha adquirido a lo largo de su vida, vendrían siendo los recursos de los cuales hace uso para resolver problemas, conseguir pareja, pensar en el compromiso con otra persona, relaciones duraderas donde exista aprecio por la otra persona y no se vuelva una relación donde se deba ser dominante, más bien lograr una identidad en común, la procreación, la incursión al área laboral, relacionarse e interactuar con otras personas, construir y establecer un estilo de vida práctico y satisfactorio, sin perder su individualidad.

Los seres humanos tienden generalmente a vivir de acuerdo con lo que de ellos se espera, parece importante exponer el grupo particular de puntos de vista profesado por nuestra cultura con referencia al papel social de la mujer, sus rasgos característicos y sus facultades psicológicas. Tales puntos de vista, transmitidos por las costumbres, la posición social, la opinión pública, y otros conductos, constituyen el esqueleto sobre el cual se desarrollan las personalidades y al cual, de uno u otro modo, deben ajustarse. Pero esta misma pauta cultural está lejos de ser estática. En este sentido nuestra propia civilización se ha visto sujeta a cambios radicales, sobre todo durante el siglo pasado. La

observación de estos cambios y de sus efectos en el desarrollo de los rasgos de la personalidad es lo que permite formular suposiciones respecto a la influencia que ejercen sobre la formación del carácter factores tales como las tradiciones culturales, las ideologías predominantes, la aprobación o reprobación de ciertas formas de conducta, las recompensas otorgadas por una comunidad establecida a un comportamiento determinado, el pertenecer a un grupo con una posición social definida, las preocupaciones profesionales, etc. (Klein, 1961).

Cabe mencionar que a pesar de que la mujer en la actualidad tiene derecho a satisfacer sus necesidades, el peso de la sociedad, el de la familia, las críticas que se presentan cuando no se cumplen los estereotipos asignados a la mujer se convierten en una carga que a pesar de permitirle sentirse libre de elegir lo que quiere, la atan a cumplir con “lo que se debe”, como en algún momento lo llegó a ser la función de satisfacer las necesidades sexuales de un “macho” y la de cuidar su hogar, como por ejemplo podemos observar en el siguiente caso el cual nos da muestra el hecho de no generalizar para todas las mujeres puesto que existen diferentes factores como el nivel socioeconómico, la familia y amistades que influyen al desarrollo y motivación de cada mujer.

Si bien es cierto que un factor de peso para que siga el estereotipo social de que la mujer debe hacerse cargo tanto del hogar como de los hijos cabe mencionar que este hecho llega a ser erróneo en el momento que una mujer decide simplemente dedicarse a ejercer su profesión para conseguir su éxito laboral, por ende dentro de este trabajo surge la inconsistencia al hecho de que no se puede generalizar a todo el género femenino dentro de lo que a una mujer en particular le esté sucediendo, al realizar este trabajo igualmente se pueden emplear los resultados para percatarnos de como se ha ido modificando el desarrollo de la mujer en el transcurso del tiempo y de igual forma conocer cuál será su curso en un futuro, igualmente se requeriría realizar un estudio con una muestra significativa para que de este modo los resultados sean un poco más concretos debido a que cada persona tiene diferentes intereses los cuales siempre

se verán regidos desde la educación que se les ha proporcionado en casa y, por lo tanto, las expectativas de vida se verán modificadas de una persona a otra.

Con base a este caso se logró llegar al resultado de que la prioridad de una mujer adulta ante la decisión de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para experimentar la autorrealización va enfocada principalmente hacia el ámbito de ejercer su profesión puesto que con ésto logra parte de una preparación, independencia, estabilidad y hasta cierto punto una autorrealización de la cual se puede decir que el siguiente paso es adaptarse a un rol social y he ahí donde una mujer adulta podría obtener una autorrealización llevando a cabo estas dos actividades ya de una manera simultánea, de igual manera cabe mencionar que en este caso ella le dio prioridad a su salud, por lo que podría ser un factor interesante a estudiar ya que en la actualidad las enfermedades por estrés son más recurrentes en el ámbito laboral y de este modo identificar si es que también representa un factor determinante para una mujer ante la decisión que debe tomar de adaptarse a un rol social o ejercer su profesión para de este modo experimentar la autorrealización, sin embargo el factor económico se resalta como uno de los fundamentales ya que este puede generar una estabilidad tanto para ella como para, en un futuro, a los hijos que decida tener otorgándoles una calidad de vida que considera buena respecto a lo que recibió estando en casa.

- Referencias.

- Alles, M. A. (2005). *La mujer y el trabajo*. Buenos Aires: Granica.
- Ana Artázcoz Colomo, A. J. (2003). Equipo Ágora. Valladolid, España.
- Beauvoir, S. d. (1981). *El Segundo Sexo*. Argentina: Ediciones Siglo Veinte Buenos Aires.
- Benlocka, I. M. (2004). *Psicología y Género*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Bordignon, N. A. (2005). El Desarrollo Psicosocial de Erick Erikson. El diagrama Epigenético del Adulto. *Revista Lasallista de Investigación* , 50-63.
- Bravo, M. A. (1998). *La Mujer en la Historia*. Madrid: Ediciones Encuentro.
- Bravo, R. m. (2011). *ENTRE EL DEBER SER Y EL DESEO Mujeres profesionales en busca de su autonomía*. Zaragoza: Prensas Universitarias Zaragoza.
- Caballero, M., & Guevara, P. G. (2007). *Curso de vida y trayectorias de mujeres profesionistas*. México D.F.: El Colegio de México A.C.
- Cesio, L. S. (10 de Mayo de 2008). *EnigmaPsi*. Recuperado el 27 de Abril de 2012, de <http://www.enigmapsi.com.ar/pensposformal.html>
- Coon, D. (2005). *Psicología*. México: Thompson.
- Feist, Jess, G. J. (2007). *Teorías de la personalidad* (Sexta edición ed.). España: Mc Graw Hill.
- Galán, M. J. (1995). *Mujer, Trabajo y Maternidad*. España: Universidad Pontificia Comillas.
- Greer, G. (2001). *La Mujer Completa*. Barcelona: Kairós.
- Hare Mustin, J. M. (1994). *Marcar la diferencia. Psicología y construcción de los sexos*. España: Herder Barcelona.
- Helgenson, V. S. (2002). *The psychology of gender*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- INEGI. (4 de Enero de 2012). *INEGI*. Recuperado el 10 de Junio de 2012, de <http://www.inegi.org.mx/sistemas/sisept/Default.aspx?t=mdemo16&s=est&c=17535>

- Klein, V. (1961). *El carácter femenino, Historia de una ideología*. Argentina: Paidós.
- Maslow, A. H. (2003). *El hombre autorrealizado: Hacia una psicología del ser*. Barcelona: Ediciones Kairós.
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y Personalidad*. Diaz de santos S.A.
- Montagu, A. (2003). *La mujer, sexo fuerte*. Madrid: Ediciones Guadarrama.
- Naranjo, C. (1981). *La mujer y El Desarrollo, La Mujer y La Cultura: Antología*. México: SEP Diana.
- Papalia, Diane E., S. W. (2006). *Desarrollo Humano* (Sexta edición ed.). Mc. Graw Hill.
- Pardo-Torres, M. P., & Núñez-Gómez, N. A. (2008). Estilo de vida y salud en la mujer adulta joven. *Aquichan* , Vol. 8, 266-248.
- Rodríguez, G., Gil, J., & García, E. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Alebrije.
- Rojas, L. R., Suárez, D. L., & Batres, C. M. (30 de Julio de 2007). *OCTI. Guanajuato*. Recuperado el 10 de Junio de 2012, de http://octi.guanajuato.gob.mx/octigto/formularios/ideasConcyteg/Archivos/2309_2007_CHARACTERISTICAS_COMPETENCIAS_MUJERES_EMPRESARIAS.pdf
- Romo, H. L. (11 de 2009). *Los niveles socioeconómicos y la distribución del gasto*. Recuperado el 15 de 11 de 2012, de <http://www.amai.org/NSE/NivelSocioeconomicoAMAI.pdf>
- Sánchez, J. F. (2000). *Aspectos psicosociales de la asimetría genérica: rupturas, cambios y posibilidades*. España: Ediciones pirámide.
- Stake, R. (1998). *Investigación con estudio de casos* (2da. ed.). Madrid, España: Morata.
- Vite, O. V. (Agosto de 2006). Tesis. *El trabajo de la mujer fuera del núcleo familiar* . Huejutla, Hidalgo, Hidalgo.

Worell, J. (2001). *Encyclopedia of Women and gender. Sex similarities and differences and the impact of society on gender*. San Diego, California: Elsevier.