



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

## **RESUMEN**

El presente estudio pretende investigar desde una visión cualitativa algunas características de la autoestima en mujeres con más de 25 años de matrimonio tales como el nivel de la misma, su expresión, su evolución en el tiempo de vida matrimonial, los factores culturales y sociales influyentes, la preservación o disminución de la autoestima y su relación con la pareja, familias y sociedad bajo los roles y relaciones de género prevalentes.

La motivación principal de este trabajo parte de la observación cotidiana en la que algunas mujeres con muchos años de matrimonio, expresan sentimientos y actitudes de baja autoestima.

Considerando que una buena autoestima es un elemento importante para complementar el desarrollo de una vida saludable de un ser humano y que aquella es susceptible de alterarse de acuerdo a los ciclos de vida personal y familiar, así como también a los cambios biológicos naturales por los que atraviesa una persona, es importante analizar la tendencia de la autoestima en mujeres para detectar sus falencias con el objeto de iniciar procesos de intervención e innovación de estrategias metodológicas que ayuden a las personas que demuestren una baja autoestima.

Por otro lado este estudio pretende observar las diferencias en la formación de la autoestima de acuerdo al género, puesto que al ser éste una construcción social, puede variar con la cultura y las relaciones interpersonales específicas de nuestro medio en el que se desarrollará esta investigación.

Se utilizará el método cualitativo trabajando con una muestra opinática intencional de 60 mujeres que cursen 25 o más años de matrimonio y pertenecientes a diferentes clases sociales con el fin investigar sus propias descripciones y reconstrucciones de la realidad que ellas viven.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Se han planificado dos etapas: En la primera se realizarán entrevistas a profundidad a las mujeres de los grupos antes mencionados, así como también historia de vida a tres de ellas. En la segunda etapa se desarrollarán grupos focales para inquirir sobre los pensamientos y sentimientos de grupos de no más de 10 mujeres de los grupos antes mencionados

### **Palabras Claves:**

Autoestima, Mujer, Género, Roles de Género, Relaciones de Género, Matrimonio, Ciclo Vital, Familia.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

**INDICE DE CONTENIDOS:**

ABSTRACT

TEMA

DEFINICIÒN DEL PROBLEMA

JUSTIFICACIÒN

OBJETIVOS

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÒN

MARCO TEÒRICO

ASPECTOS METODOLOGICOS

TALENTOS HUMANOS Y RECURSOS

PRESUPUESTO

CRONOGRAMA

BIBLIOGRAFÌA

ANEXOS



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE JURISPRUDENCIA

ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Y ORIENTACIÓN FAMILIAR

“EL AUTOESTIMA EN MUJERES CON MAS DE VEINTE Y CINCO AÑOS DE  
RELACIÓN CONYUGAL EN LA CIUDAD DE CUENCA, AÑO 2011”

AUTORA:

SILVIA ZAFRA VINTIMILLA

TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
ORIENTACIÓN FAMILIAR

DIRECTORA:

MASTER CECILIA CASTRO LEDESMA

CUENCA, FEBRERO 2011



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

Las ideas contenidas en este diseño de investigación, son de exclusiva responsabilidad de la autora.

Silvia Zafra Vintimilla



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### DEDICATORIA:

A Dios, mi guía espiritual, que por medio de su mensaje me ayudó a comprender que en el servicio y entrega a los demás esta la verdadera felicidad.

A mi Papi el Tatita Lucho y a mi Mami Magucha quienes hicieron posible mi vida y han estado a mi lado incondicionalmente.

A Hugo mi esposo, quien es mi complemento y ayuda idónea en este trabajo de servicio a las familias. A mi hijo Cristian quien ha estado junto a mí en este proceso de preparación y estudio.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### AGRADECIMIENTOS:

Deseo expresar un especial agradecimiento a mi maestra y amiga Cecilia Castro, quien con su apoyo, enseñanzas y conocimientos me ha guiado a través de esta carrera y en este trabajo final.

De igual forma a la Facultad de Jurisprudencia, la Escuela de Trabajo Social y Orientación Familiar por darme esta oportunidad de estudio.

A todas y todos mis profesores durante estos cuatro años quienes depositaron en mí sus conocimientos y su confianza y amistad.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

## DISEÑO DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

### **1. TEMA:**

“El autoestima en mujeres con más de veinte y cinco años de relación conyugal en la ciudad de Cuenca, año 2011”

### **2. DEFINICION DEL PROBLEMA:**

El ser humano permanentemente busca en la vida su bienestar y mejorar su calidad de vida desde lo material, lo psicológico y lo espiritual. Desde esta perspectiva la autoestima constituye un elemento fundamental para su realización y superación como persona, pues determina la manera como percibimos la realidad, como manejamos nuestras relaciones con los demás, el éxito y bienestar que podemos conseguir, los logros y metas que somos capaces de alcanzar. La autoestima es tener la capacidad para vivir la vida con éxito, poder decidir por uno mismo, poder elegir, para crecer y ser mejores.

Virginia Satir utiliza una metáfora muy sencilla pero practica para referirse a la autoestima, la compara con una “olla”<sup>1</sup> y afirma que cuando la autoestima es alta o llena nos encontramos en un estado en el cual nos sentimos amados, valiosos, capaces y competentes, pero si nuestra autoestima esta baja o vacía podemos vernos a nosotros mismos como inútiles, débiles, dependientes, angustiados y con miedo. Estas sensaciones van a determinar ya sea de forma positiva o negativa la satisfacción personal y la capacidad de manejar las diferentes situaciones a las

---

<sup>1</sup> Satir V. “Relaciones humanas en el núcleo familiar” Editorial Pax México 1978 página 21





## UNIVERSIDAD DE CUENCA

que se enfrenta el ser humano, de allí la importancia de profundizar en los factores y vivencias que forman nuestra propia autoestima.

En nuestra cultura y sociedad patriarcal la autoestima de las mujeres ha estado, históricamente disminuida debido a los roles y relaciones inequitativas de género que subvalorizan lo femenino y en cambio valoran lo masculino en la cotidianidad de la vida. La situación de subordinación y sumisión con respecto al hombre, en la que la cultura ha colocado tradicionalmente a las mujeres ha generado una gran población con muy baja autoestima.

En nuestra sociedad ecuatoriana se ha educado a la niña como un ser dependiente, incapaz de valerse por sí misma en muchos asuntos de la vida, dando como consecuencia que la autoestima de la mujer está en función de la opinión y aceptación de los demás. Si bien en las últimas décadas se ha avanzado notablemente gracias a los hombres feministas y a los estudios de género sin embargo a pesar de encontrarnos en el siglo XXI existen todavía tabúes y mitos que afectan el desarrollo de las mujeres y su capacidad de amarse a sí mismas.

De acuerdo a los estudios realizados sobre la autoestima se ha visto que ésta tiene su origen y formación en los primeros años de vida del individuo, y que es en el seno familiar donde se aprende y se refuerzan determinadas conductas en los procesos de socialización que allí se generan. Cuando el niño o la niña nacen, su mundo no tiene pasado ni experiencias y carece por lo tanto de una escala para valorarse a sí misma. Tiene que depender de las experiencias que adquiere con las personas que lo rodean y de los mensajes que le comunican respecto a su valor como persona, de allí que la cultura con sus múltiples expresiones, normas, valores, tradiciones, va a influir decididamente en la autoimagen y autopercepción según se es hombre o mujer.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Existen también otros múltiples factores que afectarán la formación de la autoestima, algunos de origen interno propios de la personalidad, como el temperamento, el carácter, la herencia, pero también existen otros externos que están estrechamente relacionados con las etapas del ciclo vital por el que atravesamos las personas y que están conformadas por todas aquellas experiencias y eventos que se irán presentando a lo largo de nuestra vida y que ayudan o alteran nuestra autoaceptación.

En la mujer su autoestima está ligada a una forma específica de percibir, entender y vivir sus emociones. Cuando una niña recibe la aceptación, la afirmación de parte de los miembros más cercanos como son su padre, su madre, hermanos y hermanas, ella se dice a sí misma que la manera como ella es, es la adecuada, pero si al contrario durante esta etapa la niña recibe el rechazo y la crítica constante, internamente su concepción es “yo no valgo” afectando directamente su auto valor y seguridad.

Después, cuando se asiste a la escuela, intervienen otras influencias en procesos de interacción más amplios: compañeros, compañeras y maestros; sin embargo la familia sigue siendo importante durante toda su adolescencia. En la juventud otros factores tienden a reforzar los sentimientos de valor o falta de ella caracterizados por múltiples experiencias vitales hasta llegar a la etapa de adultez y madurez.

La pregunta es ¿qué pasa entonces, cuando la mujer ha llegado a su vida de adultez donde trae un bagaje de vivencias y ahora se plantea nuevos retos, nuevos roles, nuevas dificultades?, ¿cómo se sentirá con respecto a ella misma?, ¿satisfecha por haber cumplido exitosamente sus aspiraciones personales, ha sido su pareja una ayuda o un factor negativo para mejorar o disminuir su autoestima? ¿Cómo se mirará a sí misma en esta nueva etapa?



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cuando la pareja ha cumplido sus 25 años de matrimonio generalmente los hijos e hijas han alcanzado la edad adulta y en muchos casos se ha dado ya la emancipación de los mismos. Este es un buen momento para dedicarse a todo lo que no fue posible realizar durante la etapa de crianza, y tener más tiempo para sí misma y para la relación de pareja.

Esta nueva etapa puede generar en la mujer una sensación de vacío y soledad sobre todo en aquellas madres dedicadas exclusivamente a los roles domésticos, ya que al no haber desarrollado una vida profesional fuera del hogar, de pronto se encuentran con que la actividad a la que se dedicaron durante más de veinte años esta terminando y apenas pudieron desarrollar un sentido de identidad personal. En otros casos también se puede poner de manifiesto un distanciamiento entre la pareja que para algunas es causa de gran estrés. Quizá en otras surge el deseo de pensar en ellas mismas, de dedicar tiempo para sí, pues por lo mucho que se dedicó a “los otros”, puede surgir una autoconciencia de su propio valor.

Por otra parte, coincide además que en esta época comienzan a aparecer los primeros síntomas de la menopausia, como son irregularidades en los ciclos menstruales, calores, cierta irritabilidad, insomnio, depresión, disminución de la libido, que de alguna forma puede desencadenar lo que se ha llamado “*la crisis de los 50*”<sup>2</sup>, observándose que en mujeres que están incorporadas a la vida laboral, este periodo es más tolerable frente a aquellas mujeres que han permanecido en el hogar, las que suelen presentar mayores dificultades en su estado de ánimo y autorealización.

Por consiguiente entendiendo a la autoestima como un pilar fundamental en el desarrollo de una vida saludable de toda persona y en el caso de este estudio de la mujer, es necesario mirar con una visión analítica para conocer en la realidad

---

<sup>2</sup> Belart A. Ferrer M. “El ciclo de la vida, una visión sistémica de la familia” Editorial Desclee de Brouwer. S.A. 1998. Bilbao pagina.192



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

cómo se construye la autoestima en nuestra sociedad caracterizada como patriarcal y androcéntrica. Para propiciar un mayor cuidado en la conservación y mejoramiento de la autoestima, se trata de favorecer espacios y maneras para crear la buena imagen de la mujer madura, positiva, dinámica, que acepte esta etapa de la vida con los problemas que conlleva pero con la capacidad de enfrentar nuevos retos y amarse a sí misma.

### **3. JUSTIFICACION**

El interés de este estudio sobre “la autoestima de las mujeres con mas de 25 años de relación conyugal” surge de la motivación, producto de algunas conversaciones en las aulas de clase durante mi carrera de licenciatura de orientación familiar, en donde se cuestionaba la situación y condición de las mujeres en una sociedad machista como la nuestra, así como también de las practicas preprofesionales en donde tuve la oportunidad de tener contacto y relación con varias mujeres, esposas y madres que consultaron por diferentes problemáticas familiares y personales.

Ha sido muy importante y me llamó mucho la atención el empeño e interés que tenían algunas de ellas en solucionar sus propios conflictos, pero de igual manera observé como muchas de ellas ponían como prioridad el beneficio y necesidades de otros de los miembros de la familia frente a los suyos propios. Esta situación les hacía sentir cansadas, agotadas, tristes, deprimidas y sin saber qué hacer. Esta realidad me hizo pensar que ellas habían enterrado y olvidado la importancia que tiene su autoestima para orientarse hacia una vida más digna y humana.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

La realización de este estudio, traerá varios beneficios que se indican a continuación:

- **Conveniencia:**

En la práctica profesional es común observar mujeres con muchos años de matrimonio que demuestran y expresan sentimientos y actitudes de inconformidad de su autoestima. Por lo regular la motivación de la consulta no es justamente el problema personal de ellas sino otras situaciones familiares o con su pareja.

Este estudio nos permitiría primeramente identificar a las mujeres que están atravesando por situaciones conflictivas y las causas y factores que han ocasionado el deterioro de su autoestima.

Luego de determinar el problema se podrán plantear alternativas terapéuticas que mejoren y refuercen su autoestima para que de esta manera ellas manejen herramientas que les ayudarán además a enfrentar y encontrar soluciones para sus dificultades familiares y personales.

No se conocen en nuestro medio estudios cualitativos sobre este tema, que hayan contribuido a desarrollar una cultura de mejoramiento y atención a la autoestima de las mujeres, a pesar de que existe una violencia doméstica elevada.

- **Relevancia social:**

La falta de una buena autoestima afecta directamente a la salud mental y a las relaciones interpersonales, incrementando los factores de riesgo para situación de depresión y estrés individual y colectivo.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Al ser las mujeres quienes participaran en este estudio serán las beneficiarias directas pero de igual manera todas aquellas personas que comparten espacios e interacción con ellas.

- Importancia practica:

Este estudio nos permitirá definir estrategias para mejorar la calidad de vida de las mujeres de nuestra ciudad pues conoceremos los factores que están afectando o mejorando la autoestima, lo cual podría generar cambios adecuados tendientes a modificar hábitos y costumbres de una cultura inequitativa hacia una cultura de respeto y equidad de género.

- Valor teórico:

El tema de la autoestima ha sido motivo de estudio e investigación desde diversos ejes de la psicología; sin embargo el abordaje científico de la autoestima en relación al ciclo vital y la pareja no ha sido investigado en nuestra ciudad.

Esperamos que a través de esta investigación se pueda generar algunas teorías sobre como fortalecer la autoestima en las mujeres que mantienen una relación conyugal prolongada y requieren en su etapa madura de su vida sentirse bien consigo mismas y fortalecer su autovaloración.

- Utilidad Metodológica:

A través de la sistematización de los resultados se espera aportar con formas metodológicas de intervención que constituyan instrumentos prácticos acordes a los requerimientos de nuestro entorno socio-cultural



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

que permitan evaluar, analizar y modificar actitudes tendientes a elevar la autoestima de las mujeres adultas.

### 4. OBJETIVOS

#### Objetivo General:

- Determinar cómo se manifiesta la autoestima en mujeres que mantienen más de veinte y cinco años de relación conyugal, dentro del contexto socio-cultural de la ciudad de Cuenca, Ecuador.

#### Objetivos Específicos:

- Identificar como se expresan las principales categorías inherentes a la autoestima en las mujeres motivo de estudio estudio: autoaceptación, relaciones con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.
- Conocer la evolución de la autoestima de la mujer desde la formación de la pareja hasta la actualidad.
- Establecer los factores culturales que inciden en la autoestima en las mujeres con más de veinte y cinco años de relación conyugal.
- Conocer como se vinculan las mujeres con más de veinte y cinco años de relación conyugal en la sociedad cuencana y con sus familias respecto a los roles y relaciones de género.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### 5. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN:

A fin de precisar muy bien este estudio y orientar las distintas actividades a seguir, la metodología, y el equipo pertinente, se han formulado las siguientes preguntas de investigación:

1. ¿Qué es la autoestima para las mujeres casadas que tienen veinte y cinco años o más de relación conyugal?
2. ¿Cuáles son los pensamientos, sentimientos y actitudes de las mujeres que mantienen veinte y cinco años o más de relación conyugal con relación a su autoestima?
3. ¿Cuáles son las diferencias y similitudes de la autoestima entre las mujeres casadas que tienen veinte y cinco años o más de relación conyugal?
4. ¿La autoestima de los primeros años es igual a la actual?
5. ¿Qué situaciones importantes se han dado en el matrimonio para reforzar o disminuir la autoestima?
6. ¿Qué situaciones se han dado en el contexto social para reforzar o disminuir la autoestima?
7. ¿Cuáles son los roles y relaciones de género que tienen en la sociedad cuencana las mujeres que tienen veinte y cinco años o más de relación conyugal?





## 6. MARCO TEÓRICO:

A fin de contar con una referencia conceptual sobre este estudio, su misión, se procede a trabajar algunas categorías y ejes temáticos vinculantes con la posibilidad de ampliarlos de acuerdo a los requerimientos que se presenten en el proceso.

### Autoestima:

Los estudios sobre la autoestima se remontan al año 1862 en la psicología, donde pensadores como Herbert Spencer, Alexander Bain (1868), Baldwin (1895) establecieron la importancia de la aceptación de sí mismo.

Dentro de algunos autores que han resaltado la importancia al estudio de la Autoestima tenemos a Carl Rogers (1961), luego a Rosenberg (1965) Maslow (1979) De Nevares (2002) quienes dieron varias definiciones de autoestima pero es Zamorano (2003) quien acertadamente define a la autoestima “como un conjunto de actitudes del individuo hacia sí mismo”

Tenemos otros autores y autoras que también la definen de la siguiente manera:

“Un sentimiento de capacidad personal, y un sentimiento de valor personal, la autoestima, es la suma de la confianza y el respeto por si mismo. Refleja el juicio implícito que cada persona hace respecto de su habilidad para enfrentarse a los desafíos de su vida (para comprender y superar sus problemas) y acerca de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades)”

*Nathaniel Branden. "El poder de la Autoestima" Editores Barcelona Paidós Ibérica 1993 España*



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

“Es el conjunto de percepciones, calificativos e imágenes que una persona tiene de si misma en términos valorativos”.

*Linda Field.* “Autoestima para la mujer” Editores Kairòs 1997 España

“Es un concepto, actitud, sentimiento e imagen, que se representa a través de la conducta. Por tanto la autoestima es la capacidad de valorar el yo y tratarse con dignidad, amor de manera realista.”

*Virginia Satir.* “Relaciones humanas en el núcleo familiar” Editorial Pax Mexico 1978 Mexico

Por lo tanto se considera que la autoestima es un fenómeno psicológico y social, es una actitud favorable o desfavorable que el individuo tiene hacia sí mismo. La persona con autoestima elevada expresa el sentimiento de que uno es lo suficientemente bueno y capaz, y al contrario la baja autoestima implica la insatisfacción, el rechazo, y el desprecio hacia sí mismo.

Cuando hablamos de autoestima o autoconcepto nos referimos a un conjunto de pensamientos, sentimientos, sensaciones que tenemos sobre nosotros mismos, que se han ido acumulando a través de las experiencias que pueden dar como resultado por un lado un sentimiento positivo que favorece el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el cual interpretamos la realidad externa y las propias vivencias y que influye en nuestra calidad de vida, en el área personal, profesional, espiritual, laboral y social o por el contrario un sentimiento negativo al no llegar a hacer lo que esperábamos, que provocará como resultado un malestar, inconformidad, infelicidad, desmotivación en nuestra propia vida.

Brander uno de los pioneros en el estudio de la autoestima, por los años 50 manifiesta su interés por conocer y detectar los efectos nocivos de la falta de autoestima que incide en su carácter como en manifestaciones de ansiedad, depresión, fracaso, rendimiento laboral, miedo a la intimidad, la relación con el



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

consumo de alcohol y drogas. Además determina la importancia que se debe dar a nuestro valor propio y es así como en su libro “Los seis pilares de la autoestima” (1994) hace referencia a que la misma tiene algunas formas de manifestarse y observarse a través de ciertas dimensiones, entre las cuales tenemos:

- **Auto aceptación**: criterio de bienestar, se relaciona con experimentar una actitud positiva hacia sí mismo y hacia la vida pasada.
- **Relaciones positivas con otros**: Se define como la capacidad de mantener relaciones estrechas con otras personas, basadas en la confianza y empatía.
- **Autonomía**: Es la cualidad que permite mantener la propia individualidad y autonomía personal, relacionada con la autodeterminación. Las personas con autonomía saben enfrentar de mejor manera la presión social.
- **Dominio del entorno**: Es la capacidad individual para crear o elegir ambientes favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias.
- **Propósito en la vida**: Toda persona necesita marcarse metas, definir sus objetivos, que le permitirán dar a su vida un cierto sentido.
- **Crecimiento personal**: Se relaciona con el desarrollo de las potencialidades, seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus potencialidades.

La autoestima de la mujer será la valoración de sí misma, tomando en cuenta “*sus características físicas, sociales y emocionales*”<sup>3</sup> como el papel que desempeña en su relación con los demás y de los demás hacia ella.

La formación de la autoestima se da fundamentalmente en la familia, que es el espacio donde se observan, aprenden y repiten hábitos, modelos y valores que

---

<sup>3</sup> Ortiz J. Castro M “Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y autoficiencia” Revista Ciencia y Enfermería No. XV-2009



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

determinaran la imagen que tenemos de nosotros mismos; las etapas más importantes para la formación de la autoestima son la infancia y la adolescencia. De allí parte la visión que tiene la persona de sí misma y va a estar determinada por la valoración que han hecho las personas más importantes de su vida: padres y maestros ( Bujalance, 1999).

El desarrollo de la autoestima comprende la aceptación de la identidad del individuo. Esto permite que el individuo reflexione sobre él y las relaciones con los demás. En la medida en que el individuo se desarrolle tendrá la capacidad de hacer frente a las diferentes situaciones que se le presenten a lo largo de la vida.

### **Mujer:**

Mujer viene del latín *mulier* que hacer referencia a la persona de sexo femenino en oposición a aquellos de sexo masculino y que se lo denomina hombre. Dentro de la categoría mujer se encuentran las niñas, adolescentes, adultas y ancianas.

Desde el punto de vista biológico, una mujer es aquel ser humano que, producto de la fertilización del ovulo por parte de la célula espermatozoide, porta los cromosomas XX. Sus características biológicas (órganos sexuales, aparato reproductivo, constitución física) y características psicológicas le permiten cumplir funciones únicas distinguiéndola claramente de otro ser humano como es el hombre.

Si hablamos de la mujer con una visión integral y social, encontramos que todas sus capacidades, sentimientos, emociones y comportamientos la hacen un ser especial con necesidades diferentes que abarcan las afectivas, el sentido de pertenencia, de seguridad, de aprecio, superación, de reconocimiento, de respeto y de libertad.

Sanford y Donovan (1985) explican que cuando el niño o la niña se hacen conscientes de que “se es hombre” o “se es mujer”, inmediatamente se aprenden



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

las definiciones y roles que la cultura nos ofrece frente a esa realidad, y se da la creencia de que hay un juego de características y comportamientos apropiados para los hombres y para las mujeres.

Es la cultura y el medio donde vivimos que en muchas ocasiones alientan al ser humano hacia su desarrollo y en otras lo atan a tradiciones y prejuicios que limitan y dificultan su realización, probablemente esta es la situación en la que se ha encontrado y se encuentra la mujer, pues desde los estudios de género se conoce que tradicionalmente en la gran mayoría de culturas del mundo, las mujeres han sido relegadas a un segundo plano en relación a los varones quienes por desenvolverse en el ámbito público han utilizado el poder con un sentido de dominación a las mujeres que se desenvuelven en el ámbito restringido y subvalorado de lo privado.

En nuestra sociedad la mayoría de las mujeres han sido reprimidas y limitadas de sus potencialidades para ajustarse a un papel netamente doméstico, mientras que el hombre ha incursionado en la vida pública, de producción haciéndolo poseedor del poder. Es por esta perspectiva del hombre y de la mujer que no se le ha permitido conocer su verdadera condición de feminidad y sus verdaderas capacidades, dejando postergada su realización personal.

En la actualidad esta realidad ha sufrido un giro importante cuando en los años ochenta surge el movimiento de mujeres que luchan para legitimizar sus demandas y derechos. La mujer empieza a ocupar nuevas posiciones, ingresa en las actividades laborales, aumenta su nivel educativo e inclusive comienza a participar en la vida política de nuestro país.

Los cambios esenciales en la identidad de las mujeres se deben plasmar a través de esa motivación personal e intrínseca de cada una de nosotras, a ser dueñas de nuestra existencia, de hacer, de saber, de cumplir nuestros deseos de bienestar y trascendencia.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### **Género:**

La autoestima del ser humano está relacionada con todo lo que hacemos, de allí que tiene una conexión directa con el sexo y el género del mismo.

Ha sido el movimiento feminista el mismo que comienza desde la época de la Modernidad conjuntamente con las grandes transformaciones ideológicas que trajo la Revolución Francesa e Industrial y que se extendió a lo largo del Siglo XIX. Desde esa época entonces el feminismo ha promovido un cambio en las relaciones sociales que han permitido una igualdad de la mujer y del hombre a través de eliminar jerarquías y desigualdades entre los sexos. De igual manera esto ha promovido un nuevo sistema de ideas que ha permitido un análisis de la condición de la mujer en diferentes ordenes como son la familia, la educación, la política, el trabajo, etc. que han logrado transformar las relaciones basados en la igualdad de oportunidades para todas y todos, y que ha puesto en el debate público y social una nueva interpretación de cómo la sociedad ha sido estructurada, aportando una nueva visión de análisis sobre el tema del género, sus roles y relaciones de la mujer en la sociedad.

El término género se ha utilizado desde hace algunos años, concretamente en la psicología con John Money (1955), que la refirió como ese conjunto de conductas determinadas por la sociedad tanto a hombres y a mujeres.

Angela Maria Quintero la define como: *“Construcción cultural y social para revisar críticamente la identidad de hombres y mujeres, que es diferente y cambiante de acuerdo con la época y el contexto histórico, económico y político.”* Igualmente analiza las relaciones que se dan entre hombres y mujeres y que están *“evidenciadas en roles, comportamientos, valores, gustos, temores, rasgos de personalidad, red de creencias, actitudes, conductas, autovaloraciones y posiciones, todo lo cual se va incorporando a través de la socialización temprana como pautas de crianza en el ámbito familiar y termina internalizado como*



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

*prácticas sociales, produciendo entre los géneros femenino y masculino diferencias culturales.*<sup>4</sup>

El género al ser una construcción social va a variar de una cultura a otra y va a estar influenciada por varios factores como económicos, sociales, históricos, políticos, religiosos, etc.

El género produce a su vez roles y relaciones que marcan la identidad y comportamiento del individuo.

**Roles de género:** Son los comportamientos aprendidos en una sociedad, comunidad o grupo social determinado, que hace que sus miembros estén condicionados para percibir como masculinas o femeninas a ciertas actividades, tareas y responsabilidades y a jerarquizarlas y valorizarlas de manera diferenciada.

Igualmente se define a los roles de género como: *“conjunto de funciones, tareas, responsabilidades y prerrogativas que se producen como expectativas, exigencias sociales y culturales que son asignadas según el género, ordenando la estructura de las relaciones, las expectativas y las normas que una familia tiene con respecto a la función, la posición, las actitudes y las conductas de hombres y mujeres como miembros de ésta*<sup>5</sup>”

Estos roles de género han determinado expectativas diferentes para hombres y para mujeres, marcando una diferencia a como se sienten, cómo son y cómo

---

<sup>4</sup> Quintero A. M. “Diccionario especializado en familia y género” Grupo editorial Lumen Humanitas Buenos Aires-México 2007

<sup>5</sup> Quintero A. M. “Diccionario especializado en familia y género” Grupo editorial Lumen Humanitas Buenos Aires-México 2007



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

actúan. Esta constante asignación de funciones para las mujeres y hombres ha naturalizado estos roles condicionando su identidad, su visión y proyectos de vida.

Reconocer que estas características no son fijas e inamovibles, son solo asignaciones culturales y es eso lo que nos permite transformarlas, hay que desnaturalizar la percepción que se tiene del ser varón o mujer y reconocer que sus roles y capacidades que fueron socialmente impuestas pueden ser replanteadas y permitirán que ambos puedan ocupar diferentes funciones y roles.

**Relaciones de género:** Las relaciones de género se establecen a través de los procesos de la comunicación y de la relación de poder y que se transmiten por medio de la educación, de la familia y del medio social donde se desenvuelve el ser humano.

Ángela María Quintero igualmente define a las relaciones de género como: *“la forma como la cultura define los derechos, las responsabilidades y las identidades de las mujeres con relación a los hombres y viceversa”*, y afirma que todavía existen escenarios sociales formales e informales donde continúan vigentes algunas inequidades en las relaciones de género.

Las relaciones de género han sido y son influenciadas por algunos factores como:

-Factores culturales: que han condicionado las relaciones del individuo de acuerdo a la raza, la religión, la cultura y las tradiciones a lo largo de la historia del ser humano.

-Medios de Comunicación: Los mismos que han mostrado esquemas y estereotipos predeterminados para el género masculino y femenino, encasillando al individuo a un comportamiento fijo.

-Sistema Económico: el cual en la actualidad ha favorecido la incorporación de la mujer al ámbito de la producción y mercado laboral.





## UNIVERSIDAD DE CUENCA

-Sistema Político: A través de los cambios y reformas políticas se ha permitido la participación de la mujer en la vida pública y política del país.

-Factores demográficos: Por medio del control de la natalidad se le ha permitido a la mujer tomar la decisión conjuntamente con el hombre en el número de hijos e hijas que ellos desean tener.

-La educación: ha permitido la disminución progresiva de los índices de analfabetismo en los que se encontraba la mujer, lo que ha permitido una mayor participación de la misma en el acceso a la educación y su preparación intelectual, que le ha abierto nuevas oportunidades de desarrollo profesional y laboral.

### **Matrimonio:**

El matrimonio es una experiencia humana que se da en la mayoría de culturas y sociedades, pero cada una de ellas tiene una manera de entender al mismo. El matrimonio es una institución social que establece una relación entre dos individuos, un hombre y una mujer. Por ser ésta una institución sumamente extendida en el mundo sus definiciones han sido motivo de varios análisis.

Según nuestra legislación ecuatoriana el Matrimonio es: *“un contrato solemne por el cual un hombre y una mujer se unen con el fin de vivir juntos, procrear y auxiliarse mutuamente”*.<sup>6</sup>

Igualmente hay que señalar que los cónyuges gozan dentro del matrimonio de los mismos derechos y obligaciones. El Artículo 37 de nuestra Constitución expresa: *“El matrimonio se fundará en el libre consentimiento de los contrayentes, y en la igualdad de derechos, obligaciones y capacidad legal de los cónyuges”*

---

<sup>6</sup> Código Civil Ecuatoriano Artículo 81



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Vildarich (1992) menciona que la raíz natural de la familia es el matrimonio, y la raíz del matrimonio es la naturaleza personal del hombre y mujer, y de acuerdo como sean ellos entonces así será el matrimonio.

La relación de pareja en el matrimonio no solo supone la búsqueda de amor, de seguridad, de compartir, sino que incluye una relación donde se resuelven los propios conflictos, Rogers (1980) dice que el matrimonio es un proceso y no una institución en la cual constantemente la pareja está cambiando y transformándose para la realización de cada uno de sus miembros.

Maslow (1954) sostiene que las personas se autorrealizan también como compañeros de sexo y amor, puesto que abarca a las personas en su totalidad y que dentro de esta totalidad se encuentra el matrimonio.

El matrimonio ocupa generalmente la edad adulta del individuo y es un proceso que se encuentra en constante evolución y movimiento, cumple etapas con sus conflictos y problemas, en los cuales los cónyuges deben adoptar ciertas conductas que los ayuden a mantenerse unidos, Minuchin (1988) menciona que “la familia es un sistema sociocultural abierto en proceso de transformación, que muestra un desarrollo, desplazándose a través de un cierto número de etapas”.

El matrimonio es el fundamento de la familia, es la unión de dos vidas separadas, pero también es la unión de dos historias y situaciones. Es una asociación de dos personas que van a convivir con una idea en común. Entonces en el matrimonio se debe tener en cuenta la conciencia del precio y beneficio para alcanzar los logros esperados.

### **Ciclo Vital:**

Al contraer matrimonio la pareja atravesará por diferentes etapas evolutivas (conformación de la pareja, nacimiento de los hijos, la escolaridad, la



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

adolescencia, la emancipación de los hijos, el nido vacío) que se conocen como el ciclo vital, el mismo que esta socialmente regulado. Es un proceso donde se da la sucesión de diferentes status asociados a la edad y que tiene una serie de derechos, deberes y obligaciones específicos.

Cada período tiene sus características propias y plantea diferentes necesidades y exigencias, el paso de una etapa del ciclo vital a otra es siempre un momento crítico que trae consigo una serie de cambios. Frente a estos cambios y transformaciones sus miembros necesitan flexibilidad, y capacidad de adaptación, pero si esto no ocurre, la familia puede quedarse estancada, sufrir tensiones y estrés con la consecuente generación de conflictos.

Desde una visión sistémica y circular el ciclo vital plantea una relación de reciprocidad y de complementariedad entre los miembros. Este ciclo de vida de los individuos *“son los hilos con los que se teje el contexto familiar, el cual a su vez le da forma a los cambios del curso de la vida individual.”*<sup>7</sup>

Cuando en la familia los hijos e hijas inician la etapa de adultez, la madre se encuentra alrededor de los 50 años de edad. En nuestra sociedad ecuatoriana muchos de los hijos e hijas adultos permanecen en el hogar junto a sus padres mientras logran su emancipación que generalmente se da por el matrimonio de los mismos.

En esta etapa muchas parejas que han centrado su atención en los hijos pueden presentar conflictos y distanciamiento, mientras que otras desarrollaran un mayor afianzamiento de su relación de pareja que les permitirá disfrutar de experiencias nuevas para ellos.

---

<sup>7</sup> Hernandez A. Familia Ciclo Vital y Psicoterapia sistémica Breve Editorial el Buho Ltda. Bogota 1997



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### **Familia:**

*“La familia es el fundamento de la vida social y el principal vehículo de trasmisión de la cultura”*<sup>8</sup>. Nos comportamos como aprendimos a hacerlo en nuestra familia de origen. En ella se va formando la imagen que cada uno tiene de sí mismo, el sentimiento de valor interno, la personalidad y nuestras expectativas de vida.

Desde el punto de vista antropológico se podría ampliar el concepto de familia como una unidad biológica, social y psicológica, formada por un número variable de personas ligadas por vínculos de consanguinidad, matrimonio y/o unión estable y que conviven en un mismo hogar.

Es así que la familia es percibida como una institución social donde se da un sistema de normas, valores y creencias que tienen el carácter de reglas de comportamiento para sus miembros.

A la familia le corresponde garantizar:

- 1) El adecuado funcionamiento biológico de los individuos en la sociedad.
- 2) La reproducción de sus miembros
- 3) Su adecuada socialización
- 4) La provisión y distribución de los bienes y servicios
- 5) El mantenimiento del orden dentro del grupo y en su relación con el resto del sistema social
- 6) La definición del sentido de la vida y la motivación para preservar la supervivencia individual y del grupo (Collins, 1987)

---

<sup>8</sup> Belart A. Ferrer M. “El ciclo de la vida, una visión sistémica de la familia” Editorial Desclee de Brouwer S.A. 1998 Bilbao pagina 19



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

La familia tiene un rol determinante en la vida de los individuos tiene una naturaleza especial y única. Se caracteriza por ser sistémica, al ser un conjunto de personas que se afectan recíprocamente, también está en constante transformación, en cada etapa se modifican las relaciones de sus miembros, las reglas, las formas de comunicarse, y de igual manera es un sistema que interactúa con otros, están relacionados con la familia extensa, grupos de amigos, una cultura, una sociedad que influye en ella.

De allí que lo que una persona experimenta de sí misma está afectado por los diferentes momentos de su existencia. El contexto donde actúa, la elección de su pareja, el matrimonio, la familia y los acontecimientos de su vida están formados en parte por lo que ella piensa de sí misma. La autoestima es una necesidad básica en el ser humano, es necesaria para el desarrollo de una salud normal para su crecimiento psicológico, afectivo y social equilibrado.

La autoestima es tener esa capacidad, para pensar, decidir, aunque haya equivocaciones, aprender también de ellas, pero sobretodo decidir sobre la propia vida

### **7. ASPECTOS METODOLÓGICOS:**

#### Enfoque Utilizado:

Para esta investigación se ha planteado un estudio con el enfoque cualitativo, que busca una descripción y reconstrucción clara de la realidad tal y cual la perciben las actoras de este proyecto en relación con el tema de la autoestima.

La investigación cualitativa según Regalado Luis: *“consiste en descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones, y comportamientos que son observables. Además incorpora lo que los participantes dicen, sus*



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

*experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones tal como son expresadas por ellos mismos.”<sup>9</sup>*

Se escoge este enfoque porque en el estudio de la autoestima es necesario adentrarse a sus sentimientos, sus proyecciones, sus angustias, sus deseos, sus expectativas en fin a su vida íntima. Es necesario pues esclarecer como se ha venido configurando su autoestima en su vida de relación de pareja para lo cual se debe analizar los roles y relaciones de género dentro del contexto socio-cultural específico.

Es necesario por tanto recurrir a sus relatos experienciales que describan sus vidas en sus cotidianidades específicas.

### Etapas del estudio:

- En la primera etapa del estudio se realizarán entrevistas a profundidad a un grupo de mujeres que tengan 25 años o más de matrimonio en la ciudad de Cuenca, con el fin de conocer a través de sus propias palabras, sus pensamientos, sentimientos y experiencias a lo largo de su vida matrimonial, su forma de percibir y vivir su autoestima.
- Se escogerán del grupo entrevistado tres mujeres que estén más motivadas e interesadas en compartir sus experiencias con las cuales se elaborará las historias de vida respectivas.
- En la segunda etapa se trabajarán con grupos focales para intercambiar y conocer las diferentes formas de pensar y sentir del mismo grupo de mujeres.

---

<sup>9</sup> Castro C. Investigación Cualitativa. Facultad de Jurisprudencia. Universidad de Cuenca 2010 página 44



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Muestreo:

La muestra es opinática intencional a criterio del investigador.

Considerando el criterio opinático que ofrece este enfoque de investigación, he considerado trabajar con una población de 60 mujeres con más de veinte y cinco años de relación conyugal. La flexibilidad de esta investigación permitirá aumentar o disminuir este número tomando en cuenta la riqueza de la información obtenida y el nivel de saturación de los datos.

Para que refleje variabilidad se tomarán 20 mujeres de niveles de clase alta, 20 mujeres de niveles de clase media y 20 mujeres de niveles de clase baja. Se utilizará la estrategia de la bola de nieve, que nos permitirá que personas participantes identifiquen a otras posibles informantes.

### Alcance de la investigación:

La presente será una investigación eminentemente cualitativa y que características exploratorias, descriptivas y explicativas.

Al ser un tema poco estudiado en nuestra ciudad, realizaremos entrevistas personales a fin de conocer más a fondo sus historias de vida, que nos permitirán explorar, describir y explicar el porqué de sus sentimientos y experiencias así como la relación que puede tener la autoestima con los roles, actividades que ellas desempeña, como también la influencia de la interrelación con su pareja, familia y sociedad en la que viven.

Para el conocimiento cabal del tema y la obtención de datos basado en criterios de validez y confiabilidad se tomará en cuenta los siguientes aspectos.

- a) Información analítica: Es decir un acercamiento y descripción detallada de los hechos, para descubrir aspectos específicos y generales en torno a



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

cómo se configura la autoestima en mujeres que mantienen un tiempo prolongado de relación conyugal determinado por el proyecto.

- a) Proximidad: Una de las condiciones de la investigación cualitativa es precisamente ese acercamiento y esa interacción directa con los y las actoras sociales. En el caso de esta investigación será posible mantener un vínculo directo con todas y cada una de las mujeres consideradas para la investigación en un ambiente de respeto, libertad de expresión, frente a sus experiencias y problemas manteniendo niveles altos de confidencialidad basados en la ética de la investigación.
- b) Comp. Ordinario: El autoestima como autosentimiento de valor y percepción sobre lo que uno es no puede ser detectado sino nos adentramos a la vida misma de la persona, a su cotidianidad. Es necesario entonces mantener un comportamiento espontaneo, sincero que genere un ambiente de confianza, seguridad para que la mujer relate con sinceridad.
- c) Estructura: Sera preciso una organización que permita como ... *“descubrir el contexto o contextos en donde se producen las situaciones tratando de entender sus significados”* <sup>10</sup>
- d) Foco descriptivo: En una sociedad machista como Cuenca será necesario determinar los diversos factores culturales que le ubican a la mujer en una posición de subordinación y que pueden incidir directamente en el desarrollo de la persona. Estos y otros elementos vinculados a la vida de las mujeres en el ámbito de la relación de pareja, de su desenvolvimiento en la familia y sociedad será motivo de estudio de esta investigación.

---

<sup>10</sup> Castro C. Investigación Cualitativa. Facultad de Jurisprudencia. Universidad de Cuenca 2010 página 55





## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Técnicas a utilizar:

Entrevista a profundidad: Se realizarán las entrevistas a profundidad con el grupo de mujeres que participarán en este estudio, donde tendremos una conversación profesional y abierta para descubrir y adentrarnos en la realidad de cada una de ellas, hasta lograr una saturación de la información.

Grupos focales: *“Conocida también como entrevista exploratoria, es una discusión colectiva donde con responsabilidad se obtienen diversas opiniones, se pasa a la discusión y profundización de un tema, para que sirva como material de análisis”.*<sup>11</sup>

Se realizará con ocho a diez mujeres interesadas en compartir sus experiencias y eso nos va a permitir contextualizar que cosas son afines a ellas y posibles formas de cómo romper esos paradigmas pasados.

Historia de vida: Se realizarán tres historias de vida, una con una mujer de clase alta, otra con una mujer de clase media, y otra con una mujer de clase baja que han tenido veinte y cinco años o más de relación conyugal y que han participado en dicho estudio.

### Análisis de resultados:

Luego de obtener la información se procederá al análisis respectivo, siguiendo las fases del enfoque cualitativo, tanto manual como en forma electrónica. Se cruzará la información de la siguiente manera:

Empleo de diversas técnicas

Participación de varios investigadores e investigadoras

---

<sup>11</sup> Castro C. Investigación Cualitativa. Facultad de Jurisprudencia. Universidad de Cuenca 2010 página 223



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### 8. TALENTOS HUMANOS Y RECURSOS:

- Talentos Humanos:

Una Investigadora

Dos auxiliares de investigación

Un digitador

- Materiales:

Equipos: Computadora, impresora, cámara, filmadora, grabadora.

Oficina: papel, carpetas, esferos, etc.

- Financieros:

A definir



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### PRESUPUESTO

RUBROS	VALOR INDIVIDUAL	VALOR TOTAL
Gastos de Personal:		
Investigadora (1)	\$ 200,00 (mensuales)	\$ 2.400,00
Digitador(1)	\$ 600,00	\$ 600,00
Auxiliares de investigación (2)	\$ 100,00 (mensuales)	\$ 2.400,00
Transporte:		
Investigadora		\$ 200,00
Auxiliares de investigación		\$ 400,00
Equipos:		
Computadora	\$ 1.000,00	\$ 1.000,00
Impresora	\$ 200,00	\$ 200,00
Grabadora	\$ 120,00	\$ 120,00
Filmadora	\$ 300,00	\$ 300,00
Cámara	\$ 250,00	\$ 250,00
Material de Oficina (papel, esferos, etc)		\$ 500,00
Subtotal:		\$ 8.370,00
Imprevistos: 10%		\$ 830,00
<b>TOTAL:</b>		<b>\$ 9.200,00</b>



UNIVERSIDAD DE CUENCA

**CRONOGRAMA**

	Responsable	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Elaboración del proyecto de investigación	Investigadora	x											
Lecturas bibliográficas Gráficos de soporte		x	x										
Definición del grupo meta (muestra)			x										
Ubicar geográficamente a las participantes(muestra)				x									
Elaboración de guía de entrevista a profundidad y grupo focal.	Investigadora			x									
Validación de estos instrumentos	Investigadora				x								
Recolección de información: entrevistas a profundidad Grupos focales Historias de vida	Investigadora					x	x	x	x				
Transcripción de entrevistas, grupos focales, e historias de vida.	Investigadora						x	x	x	x			
Ingreso de información (programa sistemas)	Digitador						x	x	x	x			
Análisis cualitativo de la información	Investigadora								x	x	x		



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Elaboración del informe final	Investigadora												<b>x</b>	<b>x</b>
Socialización de resultados a instituciones interesadas en el tema.	Investigadores													<b>x</b>
Diseño de una propuesta de intervención														<b>x</b>



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### **BIBLIOGRAFIA:**

- BELART Ascensión FERRER Maria (1998) “El ciclo de la vida: una visión sistémica de la familia” Editorial Desclee de Brouwer S. A. Bilbao España
- BOWEN Murray (1991) “De la familia al individuo, la diferenciación del si mismo en el sistema familiar” Editorial Paidòs España
- BRANDEN Nathaniel (1993) “El poder de la autoestima” Editores Barcelona Paidès Ibérica España
- BURNS David D. (1995) “Sentirse bien” Editorial Paidòs Autoayuda
- CASTRO L. Cecilia (2010) “Investigación Cualitativa, visión teórico y técnicas operativas” Facultad de Jurisprudencia, Universidad de Cuenca Cuenca Ecuador
- CRAIG Grace J. BAUCUM Don (2001) “Desarrollo Psicológico” Pearson Educacion Mexico
- FIELD Lynda (1997) “Autoestima para la mujer” Editores Kairòs España
- GRACIA F. Enrique (2002) “Las victimas invisibles de la violencia familiar” Ediciones Paidòs Iberica S. A. Barcelona España
- HERNANDEZ C. Angela (1998) “Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve” Editorial El Buho Ltda. Santafè de Bogota Colombia
- MINUCHIN Salvador (1974) “Familias y Terapia Familiar” Editorial Gedisa España



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- NORWOOD Robin (2003) "Las mujeres que aman demasiado"
- QUINTERO V. Angela M. (2007) "Diccionario Especializado en Familia y Género" Editorial Lumen Humanitas Buenos Aires-Mexico
- RETAMAL Pedro (2005) "Enfermedad depresiva, guía para el paciente y la familia" Editorial Mediterráneo Ltda. Chile
- SATIR Virginia (1981) "Relaciones humanas en el núcleo familiar" Editorial Pax México.
- WILLI Jurg (1985) "La pareja humana: relación y conflicto" Ediciones Morata S.A. Madrid España

### REVISTAS, ARTICULOS Y TESIS

- CAVERO Reme M. (2008) "La relación de pareja, apego, dinámica de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación" Universitat de Valencia Servci de Publicacions España
- FREIXAS Anna (1997) "Envejecimiento y género: otras perspectivas necesarias" Anuario de Psicología No. 73 Paginas 31-42 Facultad de Psicología Universidad de Barcelona España
- GOMEZ O. Viviola (2004) "Estrés y salud en mujeres que desempeñan multiples roles". Avances en psicología Latinoamericana Universdiad de los Andes Colombia Volumen 22 PaginaS 117-128
- TROYA P. Estela (2008) "Sexo, género, subjetividad, Objeto del deseo- amor" Revista del Instituto Chileno de Terapia Familiar Año 16 No. 26



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- VALSAMMA Paul (2006) “Análisis Cualitativo de la autoestima de mujeres casadas, separadas y madres solteras en la ciudad de Oaxaca. Universidad Iberoamericana. México DF.
- [www.infoley.blogspot.com](http://www.infoley.blogspot.com)
- <http://www.psicologiapopular.com/matrimonio.htm>
- <http://www.cop.es/colegiados/M-00451/Pareja.htm>
- <http://www.laautoestima.com/>





UNIVERSIDAD DE CUENCA

**ANEXO**

**GUÍA DE ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD A LAS MUJERES QUE PARTICIPARAN EN ESTA INVESTIGACIÓN**

**GUÍA DE ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD**

**DIRIGIDA A MUJERES QUE TIENEN MAS DE 25 AÑOS DE RELACIÓN CONYUGAL-CUENCA 2011**

**1.- Fase Introductoria.-**

**a.-) Explicación sobre los objetivos de la entrevista:**

Es un gusto conversar con usted (nombre) sobre algunas experiencias, vivencias, sentimientos, percepciones, situaciones y etapas que durante su vida conyugal ha tenido que pasar. El objetivo principal de esta entrevista es conocer a través de sus experiencias como mujeres, cómo se ha manifestado y desarrollado su autoestima, su autovaloración, que factores han influido para mejorar o disminuir la misma a lo largo de su matrimonio.

Igualmente profundizar sobre los roles que usted ha desempeñado a lo largo de su vida y si estos han afectado su autoestima, como también las relaciones que se han forjado con la familia, el esposo, con los hijos e hijas, con la sociedad, y también su desenvolvimiento en el campo laboral y profesional.

A través de este proyecto queremos fomentar y crear espacios donde la mujer madura y adulta pueda compartir y reforzar su autoestima como también mejorar si este fuera el caso para lograr una satisfacción personal y familiar que le permita disfrutar en esta etapa de una mayor estabilidad y tranquilidad.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### **b.-) Motivación:**

Toda la información y respuestas que usted me facilite tendrán gran valor para el propósito de esta investigación, me gustaría solicitarle que conteste con sinceridad todo lo que piensa, cree y vive sobre la autoestima, cualquier inquietud al respecto la puede comunicar.

### **c.-) Confidencialidad:**

Es importante destacar que toda la información que usted pueda compartir con nosotros será manejada con absoluta confidencialidad, no se mencionará su nombre sino solamente en este espacio de dialogo. Cuando se sistematice la información y respuestas que ustedes nos entreguen en las entrevistas no se utilizarán nombres.

### **d.-) Grabación:**

Deseo solicitarle (nombre) su autorización para poder grabar esta entrevista, caso contrario no lo haremos.

## **2.- Guía de preguntas.-**

### **a) Etapa de Ambientación.-**

Nombre:

Edad:

¿Cuántos años de matrimonio?:

Actividad laboral o profesional:

Número de hijos e hijas:

Número de nietos y nietas:

¿Están los hijos e hijas viviendo con ustedes todavía?:

¿Viven sus padres todavía?:

¿Cuántos hermanos y hermanas son?:

¿Su esposo está trabajando todavía o esta jubilado?:

**AUTORA:**

SILVIA ZAFRA VINTIMILLA



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

¿A qué se dedica?:

### **b) Profundización del tema:**

#### Satisfacción personal:

¿Cómo se siente con su aspecto físico?

Si pudiera cambiar algo de su aspecto físico ¿Qué cosa la haría y porque?

¿Es para usted importante la apariencia física, porque?

¿Le preocupa la impresión que causa a los demás?

¿Tiene miedo a ser rechazada por los demás por su apariencia física?

¿Cree que necesita la aprobación de los demás para sentirse feliz y satisfecha consigo misma?

¿Se siente querida por las personas que le rodean?

¿Cómo se siente consigo misma?

¿Cómo se ve a sí misma?

¿Se considera una persona introvertida o extrovertida?

Si pudiera cambiar de su carácter ¿qué cambiaría y porque?

¿Qué cambiaría de su personalidad y porque?

¿Le gusta ser usted misma y se acepta tal como es?

¿Ha logrado cumplir sus proyectos y sueños?

¿Siente que no vale la pena y que todo lo que hace esta mal?

¿Algunas veces ha sentido que nadie le quiere?

¿A dónde cree que le ha llevado su forma de ser?

¿Se ve a sí misma como alguien especial y merecedora de la atención y afecto de las demás personas?

¿Cree que podría lograr cualquier cosa que se propusiera?

¿Se siente dependiente de otros u otras?

¿Cuando las cosas salen mal que piensa, que hace, que siente?

¿Cómo acepta las críticas de los demás?



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

¿En algún momento de su vida necesito alguna ayuda profesional para fortalecer su autoestima?

¿En algún momento de su vida necesito alguna ayuda profesional para sobrellevar una depresión?

### Trabajo:

¿Siente que el trabajo que realiza tiene valor?

¿Al realizar un trabajo siente que necesita la aprobación y reconocimiento de los demás para sentirse satisfecha?

¿No se siente segura de haber hecho un buen trabajo al menos que alguien se lo comente y reconozca?

¿Si no puede hacer algo bien cree que no tiene sentido intentarlo nuevamente?

¿Cree que ha logrado algo significativo en su vida?

¿Ha sentido en algunas circunstancias que es una fracasada?

¿Alguien que se enfrenta y tiene discrepancias con usted, puede aun después de este inconveniente, respetarla y percibirla como agradable?

¿Se siente útil y satisfecha con sus ocupaciones?

¿Cree que sus jefes y familia aprecian lo que usted hace?

### Relaciones:

¿Cuando está en un grupo le cuesta tomar decisiones?

¿Cuando discute con alguien siempre cree que tiene la razón?

¿Le preocupa lo que los demás piensen de usted o de sus actos?

¿Es fácil herir sus sentimientos?

¿Ha tenido complejos en algún momento de su vida? ¿Cómo los superó o qué pasó para que aumenten más?

Quando tiene desacuerdos con las personas con las que se relaciona ¿qué es lo que hace?

¿Siente que puede equivocarse sin perder el amor y respeto de los que la rodean?

### **AUTORA:**

SILVIA ZAFRA VINTIMILLA



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ¿Siente que ha defraudado a la gente que le aprecia?
- ¿Puede confiar en los demás?
- ¿Tiene paciencia para escuchar los problemas de los demás?
- ¿Le es fácil o difícil hacer amistades?

### Comunicación:

- ¿Puede comunicarse y dialogar con las personas con facilidad?
- ¿Puede expresar lo que está sintiendo o lo que desea y en qué circunstancias y con qué personas?
- ¿Puede llegar a acuerdos, o le cuesta trabajo ceder?
- Cuando ha tenido una discusión y no se ponen de acuerdo ¿se enoja por mucho tiempo o cómo soluciona las diferencias?
- ¿Se siente escuchada?

### Familia:

- ¿Se siente a gusto en las relaciones con cada uno de los miembros de su familia?
- ¿Disfruta de su vida de hogar?
- ¿Cómo se siente dentro del rol que desempeña en su familia?
- Si pudiera cambiar algo de su familia ¿qué sería y porque?
- ¿Qué situaciones familiares han hecho que usted se sienta querida, valorada, apoyada o aceptada?
- ¿Qué situaciones familiares han hecho que usted se sienta triste, sola, sin apoyo, no valorada?
- ¿Qué persona o personas dentro de su familia le han fortalecido para aumentar su autoestima?
- ¿Qué persona o personas dentro de su familia han dañado su autoestima y autovaloración?
- ¿Puede expresar sus verdaderos sentimientos y opiniones dentro de su familia sin temor a ser criticada o rechazada?



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ¿Se han dado situaciones en las que ha querido dejar el hogar y la familia?
- ¿Se ha sentido maltratada o discriminada por ser mujer dentro del hogar o en otro espacio?
- ¿Ha perdido contacto con amigas, amigos, compañeras, compañeros, familiares para evitar dificultades con su esposo?
- ¿Cómo se siente en su relación de pareja?
- ¿Qué situaciones han sido las más difíciles de afrontar como familia y como pareja?
- ¿Se ha sentido apoyada y escuchada por su esposo?
- ¿Siente que cuenta con el apoyo de sus hijos e hijas?

Nota: Se debe profundizar en eventos importantes a lo largo del ciclo vital de la entrevistada para identificar eventos individuales y familiares que pueden haber afectado o incrementado su autoestima.

### **Conclusiones finales.-**

- ¿Cómo se sintió en esta reunión?
- ¿Ha tenido otras entrevistas similares sobre este tema?
- ¿Con quién ha conversado con detalle?
- ¿Tiene facilidad de conversar de este tema con otras personas?
- ¿En qué momento conversa sobre esto?
- ¿Le interesaría seguir hablando del tema?

Le agradezco muchísimo por haberme dado la oportunidad de compartir con usted sus diferentes situaciones, vivencias, sentimientos. Toda la información que usted nos ha brindado será de gran utilidad para crear espacios de dialogo que fomenten el cuidado de la autoestima en las mujeres.

Nota: Se solicitará su dirección telefónica y electrónica para futuras acciones.