

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
QUETZALTENANGO, GUATEMALA

**NIVEL DE FRUSTRACION EN MUJERES
ACADEMICAMENTE SUPERIORES A SU ESPOSO**

The seal of Universidad Rafael Landívar is a circular emblem. It features a central figure, possibly a person or a symbol, surrounded by text. The outer ring of the seal contains the name 'Universidad Rafael Landívar' and the year '1961'. The inner part of the seal also contains text, including 'Facultad de Humanidades'.

TESIS
PRESENTADA AL CONSEJO DE
LAS FACULTADES DE QUETZALTENANGO
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR

POR

Naty Reina Fidelia Archila Leal

PREVIO A OPTAR EL TITULO DE

PSICOLOGO

EN EL GRADO ACADEMICO DE

LICENCIADA

QUETZALTENANGO, MAYO DE 1996.

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR

Rector:	Lic. Gabriel Medrano Valenzuela
Vice - Rector General:	Licda. Guillermina Herrera
Vice - Rector Académico:	Lic. Luis Achaerandio, S.J.
Secretario:	Lic. Jorge Guillermo Arauz .
Director Financiero:	Lic. Luis Felipe Cabrera Franco
Director Administrativo:	Lic. Tomás Martínez Cáceres

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

Decano:	Dr. Oswaldo Salazar de León
Vice - Decano:	Licda. Lilian de Rodríguez
Secretaria del Consejo:	Licda. Yadira Barrios de Barrios
Director del Depto. de Educación:	Lic. Bayardo Mejía Monzón
Directora del Depto. de Psicología:	Licda. Lilian de Rodríguez
Director del Depto. de Filosofía y Letras:	Dr. Oswaldo Salazar de León
Directora de la Carrera de Ciencias de la Comunicación:	Licda. Genoveva Deutschamaun
Representantes de Catedráticos:	Lic. Ernesto Burgos Fepzer Lic. Benjamín Moscoso Valencia
Representante Estudiantil:	Carmen Larra

CONSEJO DE LAS FACULTADES DE QUETZALTENANGO

Director General	Dr. Alfonso Loarca Pineda
Vice - Director	Lic. Orlando Sacasa Sevilla, S.J.
Secretaria General	Licda. Laura Ronquillo de Mazariegos
Vocales	Lic. Javier Martínez
	Lic. José H. Mijangos Morales
	Ing. Francisco Roberto Gutiérrez
	Dr. Francisco Alfredo Molina P.
Representantes	Lic. Juan Morales
de catedráticos	Lic. Francisco Moscoso Osorio

QUETZALTENANGO, 19 DE AGOSTO DE 1995.

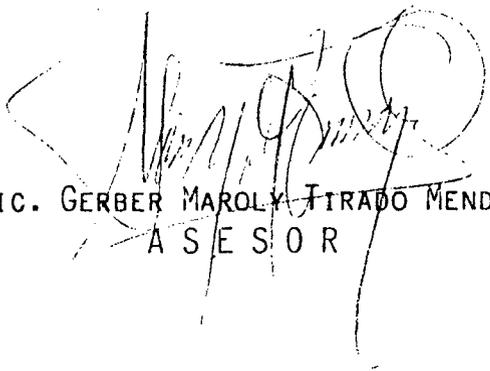
SRA. DIRECTORA ACADÉMICA
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR
LICDA. MARÍA VICTORIA DE ORDOÑEZ
CIUDAD

APRECIABLE LICENCIADA:

POR ESTE MEDIO ME ES GRATO COMUNICARLE, QUE DE ACUERDO AL NOMBRAMIENTO QUE SE ME HICIERA PARA ASESORAR EL TRABAJO DE TESIS TITULADO "NIVEL DE FRUSTRACION EN MUJERES ACADÉMICAMENTE SUPERIORES AL ESPOSO", DE LA P.E.M. NATY REINA FIDELIA ARCHILA LEAL, CON NO. DE CARNET 262-90, PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGO, EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA.

ME ES SATISFACTORIO INFORMAR A USTED QUE DICHO TRABAJO ESTÁ REALIZADO DE ACUERDO A LOS REQUERIMIENTOS ACADÉMICOS ESTABLECIDOS POR LA UNIVERSIDAD, POR LO QUE LE RUEGO SE SIRVA NOMBRAR A LA TERNA REVISORA CORRESPONDIENTE.

ATENTAMENTE:



LIC. GERBER MAROLY TIRADO MENDOZA
A S E S O R

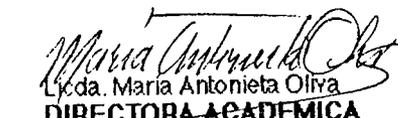


UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR
FACULTADES DE QUEZALTENANGO

DA- 023-96

DIRECCION ACADEMICA DE LAS FACULTADES DE
QUETZALTENANGO, UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR.
Quetzaltenango, 21 de Mayo de mil novecientos noventa y seis.

De acuerdo con el dictamen recibido del Licenciado Gerber Maroly Tirado Mendoza, asesor de la tesis denominada: **"Nivel de frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo"** de la estudiante **Naty Reina Fidelia Archila Leal**. Y el resultado del examen Privado de Tesis, la Dirección Académica de las Facultades autoriza la impresión de la misma, previo a su graduación profesional.


Licda. Maria Antonieta Oliva
DIRECTORA ACADEMICA



MAO 1 km.

NOTA: Únicamente el Autor es responsable del contenido, doctrinas y criterios sustentados en esta **TESIS**

**TRIBUNAL QUE PRACTICO EL EXAMEN
PRIVADO DE TESIS**

Licda. Amalia Isabel Bethancourt Baidés

Licda . Elízabeth Carranza Umaña

Licda. María Antonieta Oliva

DEDICATORIA

A **DIOS**

Fuente de vida, verdad y amor.

A **María**

Humilde ejemplo de mujer y de cristiana

A **Héctor y Dorita**

Mis padres:

Su amor y confianza han sido decisivos en mi vida.

A **Mis hermanos y abuelitos**

Con mucho cariño

De manera especial a Mary, por estar siempre ahí,
por compartir y crecer juntas.

A ***La Universidad Rafael Landívar***

A ***Mis catedráticos, en especial a:***

Lic. Alejandro Aguirrezabal

Lic. Rocael Carrillo

Licda. Elizabeth Carranza Umaña

Lic. Carlos Yllescas

Con admiración y respeto.

A ***Mi asesor:***

Lic. Gerber Maroly Tirado Mendoza

Por su acertada asesoría.

A ***La Terna Revisora***

Por su valiosa orientación.

A Srita. María Eugenia De León y al Lic. Oswaldo Soto

Por su amistad y apoyo incondicionales.

A ***A mis amigos y compañeros***

Por marcar la diferencia en muchos momentos, en
especial a:

Normita de Leiva, Víctor Mérida y Oscar Minera.

Y

muy especialmente,

Al Despertar de la Mujer guatemalteca reflejado en
un intento diario de avanzar hacia su realización personal y
profesional basada en el respeto a sí misma y a los demás.

*Cada día se hace más necesario
aprender a vivir con las
frustraciones
y renunciar a vivir de ellas.*

INDICE

	PAG.
I. INTRODUCCCION	1
1.1. Autorrealización	9
1.1.1. Definición	9
1.1.2. ¿Quién es una persona autorrealizante?	11
1.1.3. Cómo realizarse más a sí mismo	12
1.2. Frustración	14
1.2.1. Definición	14
1.1.2. Agentes frustrantes	15
1.2.3. Reacciones a la frustración	17
1.2.4. Tolerancia a la frustración	20
1.2.5. ¿Qué hacer?	21
1.3. Mujer	24
1.3.1. ¿Qué es ser mujer?	24
1.3.2. La mujer: sus valores y su dignidad	26
1.3.3. La mujer en el ámbito familiar	27
1.3.4. La mujer y su necesidad de superación	29
1.3.5. Condiciones de su perfeccionamiento personal	31
1.4. Matrimonio	33
1.4.1. Definición	33
1.4.2. Convergencia y divergencia en el matrimonio	34
1.5. Cultura	38
1.5.1. Definición	38
1.5.2. Funciones de la cultura	40
1.5.3. Estereotipos en relación a los roles masculino y femenino	41
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	45
2.1. Objetivo	46
2.2. Hipótesis	46
2.3. Variables de estudio	49
2.4. Definición de variables	49
2.5. Alcances	50
2.6. Límites	50
2.7. Aportes	50
III. METODO	53
3.1. Sujetos	42

3.2. Instrumento	53
3.3. Procedimiento	54
3.4. Diseño	55
3.5. Metodología estadística	55
IV. PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS	57
VI. DISCUSION	63
VI. CONCLUSIONES	67
VII. RECOMENDACIONES	69
BIBLIOGRAFIA	71
ANEXOS	75
Propuesta	77
Boleta de opinión	79
Resumen estadístico	81

I. INTRODUCCION

Cuando en la segunda mitad del siglo XVIII el movimiento feminista se reconoce como un fenómeno de fuerte impacto social, la mujer toma conciencia de que puede hacer mucho más que permanecer en casa cumpliendo con las funciones tradicionales que la sociedad le encomienda, exige y controla. Es así como sus necesidades, especialmente las económicas y las de superación, influyen para que se introduzca en otros campos de la actividad humana, hecho que, con el tiempo, le ha permitido realizarse en otros sentidos y en muchos casos, destacar como profesional.

Como resultado de la adopción de una responsabilidad por la propia preparación académica, la mujer vio y actualmente ve ante ella una fuerte cantidad de oportunidades que le permiten ser "algo más", mejor dicho, "alguien más" en relación a sí misma, a pesar de la presión de estereotipos sociales que la han relegado a un segundo plano.

Esa no trascendencia de su vida, en muchos casos vida de mujer casada, esa inconformidad con el tradicional rol femenino y, por otra parte, las medidas tomadas para afrontar su situación, han influido en el aspecto social de la humanidad y en la vida misma del hombre.

La observación de los fenómenos sociales y su impacto psicológico en la vida de los protagonistas ha motivado la realización de esta investigación. En especial, han llamado la atención los matrimonios de mujeres con una preparación académica superior a la de su compañero de hogar. Este fenómeno indirectamente tiene sus orígenes en la cantidad innumerable de esfuerzos que se ha hecho para reconocer los derechos a la mujer. Uno de esos derechos es el de la educación y aunque en muchos casos no se le reconoce plenamente, ella ha logrado hacer valer su capacidad y desarrollar sus potencialidades con miras al logro de sus metas, entre éstas las académicas. Por diferentes motivos muchas de estas mujeres han contraído matrimonio con hombres que no han terminado una carrera universitaria, o quienes simplemente se ven aventajados por la esposa en cuanto a preparación académica. Este fenómeno que no se puede negar, unido al despertar de muchas mujeres casadas por buscar algo más que un quehacer meramente doméstico e incursionar en la vida profesional, conforma un grupo de personas que, atendiendo a inquietudes y necesidades de realización personal, viven en un cierto nivel de frustración que tiene su origen en la influencia negativa, aunque a la larga puede ser positiva, de una serie de factores: conflictos de tipo social,

familiar y personal, entre otros.

La frustración es un fenómeno presente en todas las áreas del quehacer humano, no ha existido alguien que no se haya sentido frustrado en algún momento. A menudo, el ser humano no llega a alcanzar sus metas, a veces la realidad es muy distante de la que se concibió en un momento dado. Esta frustración afecta la estabilidad de las personas, o las sucumbe en un estado de total inactividad e incursión en el medio social y en otras áreas, o las reta a demostrarse a sí mismas y a los demás que siempre hay algo por hacer, que hay forma de enfrentar los obstáculos y continuar.

Generalmente, cuando se habla de un matrimonio en el que la esposa está más preparada académicamente hablando, la "víctima" resulta ser el esposo. Así, se piensa que el frustrado es él y no ella; con esta investigación no se pretende negar la frustración sentida por el hombre en tal situación, sino simplemente explicar que la mujer también se siente frustrada por diversos aspectos y factores que están presentes en su vida.

Ideas importantes y resultados de investigaciones acerca del tema se presentan a continuación:

Bonino, S. (1984), en su libro *La frustración en la dinámica del desarrollo*, concibe la idea de que la frustración está siempre presente en la vida infantil y adulta, pues el hombre, a pesar de sus fantasías de omnipotencia, es limitado y experimenta cada día el choque con la realidad. Asimismo, en líneas posteriores, establece que, considerar que la frustración puede tener una función positiva, significa rechazar una concepción de la persona como ser pasivo, motivado únicamente por el deseo de reducir las tensiones que se originan en su espacio vital.

Ander-Egg, E. (1987), en su libro *La mujer irrumpe en la historia*, explica que, cuando una mujer empieza a preguntarse: ¿quién soy?, es porque comienza a tomar conciencia de que no es, comienza a sentir la necesidad de ser. Pero es aquí que ha internalizado de tal modo lo que es ser mujer que está como amputada e imposibilitada a rechazar y enfrentar muchos de los convencionalismos acerca de lo que es la mujer. Apenas conscientes de condicionamientos y predisposiciones culturales, que no siempre se conocen y controlan, mujeres y hombres, están poco

pertrechados para concebir de manera diferente el "rol" de la mujer en la familia y en la sociedad.

Janeway, E. (1978), en su libro *El despertar de la mujer*, se refiere a que es indudable que la condición social de la mujer moderna es distinta de la que guardaba hace unas décadas. Los cambios ocurridos en la sociedad le han conferido mayor libertad y más independencia, pero también un grado de responsabilidad muchísimo mayor.

Augustinovich, A. (1975), en su obra *La mujer en el proceso de la liberación*, hace notar que el problema de la mujer, respecto al trabajo y a su papel en la sociedad, considerado desde un punto de vista general, ha cambiado totalmente en el transcurso de las últimas décadas. Ya no se trata de lo que las mujeres son capaces, física y mentalmente, de hacer; la experiencia ha puesto punto final a la larga controversia sobre la capacidad femenina y ha demostrado palpablemente que las mujeres encajan a la perfección en un número de actividades mucho más amplio que las compatibles con la idea, comúnmente aceptada, de que son el "sexo débil". En realidad, no se trata de saber lo que pueden hacer las mujeres, sino lo que deben hacer. Esto nos lleva a un interés bivalente: el del bienestar individual de la mujer conciliado con la prosperidad de la sociedad.

La Confederación Interamericana de Educación Católica (1976), en el documento, *La formación de la mujer en el mundo actual*, señala que, últimamente ha alcanzado notable importancia la problemática en torno a los roles que tiene la mujer en la construcción del mundo. Los estudios antropológicos y sociológicos han avanzado singularmente y tratan de fijar la identidad de la mujer y los distintos factores que la implican y afectan.

Jongeward, D. y Scott, D. (1976), en su obra *Mujer triunfadora*, citando a D.S./D.S. se refieren a que, preparadas o no, conscientes o no, las mujeres están enfrentando cambios rápidos. La vida compleja de hoy, las obliga a ir más allá para lograr lo que sean capaces de lograr. Más adelante, citando a M.E.G., indican que existe la esperanza que las mujeres aprendan temprano en sus vidas que pueden decidir por sí mismas quiénes son o quiénes quieren ser.

Balmaseda, C. (1986), en su libro *La mujer frente a sí misma*, afirma que es necesario colocar a la mujer frente a sí misma, ante el espejo de su interioridad, y al mismo tiempo, hablar de la desolación posible de quienes se ven en el espejo "rotas", de cada mujer hecha añicos. Se encuentran muchas mujeres agobiadas por la sensación de estar "rotas" por dentro, y en la mayor parte de los casos se trata de mujeres normales, en cuyas vidas no hay casi nada que no se pueda considerar común: un marido con cualidades y defectos similares a los de los demás seres humanos, unos hijos con problemas no mayores que los de otro cualquiera, quizás un trabajo no del todo grato, preocupaciones económicas, quebrantos de salud, añoranzas quizás, pequeñas o grandes frustraciones, renunciadas obligadas, alegrías entreveradas de tristezas, constatación del peso de los años. Es decir, lo normal, lo que para otras muchísimas mujeres se traduce simplemente en malos ratos más o menos duraderos pero que no les impiden ser felices en la medida en que es posible serlo en este mundo y que, desde luego, no las "rompen".

Domínguez, J. (1983), en su tesis *La frustración en el adolescente*, realizó un estudio profundo de este fenómeno psicológico en 400 sujetos, entre 12 y 17 años, el 50% de ellos, hombres, y el otro 50%, mujeres. Utilizó el test de Frustración de Rosensweig. A través de la investigación realizada en establecimientos educativos públicos y privados de la ciudad de Quetzaltenango, trató de comprobar la validez de tres hipótesis, encontrándose lo siguiente:

- Las situaciones operantes de nuestro medio frustran al adolescente. Resultado: sí se da la frustración de acuerdo a las influencias que se reciben y que provienen del medio en que se vive.
- Las diferencias de padres, hermanos y familiares lleva a crisis de inadaptación. Resultado: de acuerdo a las situaciones operantes que se dan en nuestro medio y que se caracterizan por las diferencias que existen entre los padres, hermanos y familiares del adolescente, éste se halla influenciado de tal manera que, esas diferencias hacen dificultosa la adaptación operándose una crisis.
- La timidez, el miedo, fallos de memoria, olvido y depresión, son distintos grados de inhibición patológica en el adolescente. Resultado: no se dieron casos especiales que manifestaran un exceso de inhibición patológica. Lo que revelaron los datos es que, tanto los varones como las mujeres tienden a defender su yo.

Una de las conclusiones del estudio en cuestión señala que la frustración en el adolescente, como en toda persona, es inevitable debido a la contrariedad constante que se da en el medio y porque cualquier secuencia de conducta es interferida.

González, M. (1985), en su tesis *La frustración y la agresividad en los alumnos del nivel medio*, estudió la correlación de estos fenómenos en la vida de la persona, específicamente en 300 alumnos de institutos oficiales de la ciudad capital y de las cabeceras departamentales de Quetzaltenango y Retahuleu, 150 hombres y 150 mujeres, 50% de los cuales pertenecían al ciclo básico y el otro 50% al ciclo diversificado. Para dicho estudio utilizó el Test de Rosensweig, el cual le permitió comprobar la siguiente hipótesis: la frustración y la agresividad se manifiestan en los alumnos del nivel medio. De acuerdo a ello concluyó:

- Existe frustración y agresividad en grado significativo en la muestra analizada.
- Un ambiente cargado de frustración y agresividad limita las posibilidades de alcanzar el éxito personal; lo que a nivel individual generará mayor frustración y agresividad.
- La mujer, por los condicionamientos socio-culturales a los que se ve sometida desde su nacimiento, adopta actitudes más pasivas que los hombres ante los problemas.
- La frustración y la agresividad son generales en el nivel medio.

Además, recomienda que la escuela, cualquiera que sea su fundamento ideológico, estimule la expresión de la interioridad de la mujer como una de las muchas formas de liberar las represiones que se traducen en actitudes que evidencian frustración.

López, J. (1986), en su tesis titulada *La frustración y el rendimiento académico en el adolescente*, estudió la influencia positiva y negativa de la frustración en el trabajo escolar de un grupo de 125 estudiantes del tercer grado básico de tres establecimientos de educación media de la ciudad de Quetzaltenango. Administró el test de Frustración de Rosenzweig y se planteó las siguientes hipótesis:

- La frustración influye en el bajo rendimiento académico del adolescente.
- Existe correlación positiva entre el nivel de frustración y el bajo rendimiento académico del adolescente del tercer grado básico de los establecimientos de Educación Media de Quetzaltenango.
- Existe correlación positiva entre el nivel de frustración y el bajo rendimiento académico de las mujeres del tercer grado básico de los establecimientos de Educación Media de Quetzaltenango.
- Existe correlación positiva entre el nivel de frustración y el bajo rendimiento académico de los hombres del tercer grado básico de los establecimientos de Educación Media de Quetzaltenango.

A través del estudio se comprobó que la frustración no influye en el bajo rendimiento académico de los adolescentes, al contrario, lo favorece porque a medida que el estudiante aprende a convivir con la frustración, busca los mecanismos para superarla, estas vivencias hacen que en oportunidades posteriores resuelva los problemas con mayor facilidad, produciendo en su proceso de razonamiento, mayor amplitud y capacidad para ver la problemática que la vida a diario le presenta.

Entre sus conclusiones aparece que la variabilidad de acción ante situaciones frustrantes, puede favorecer el desarrollo personal, logrando con más facilidad sus objetivos o metas. Por otra parte, la rigidez de acción ante situaciones frustrantes puede desfavorecer el logro de los objetivos y metas propuestas.

Soto, L. (1993), en su investigación sobre Tolerancia a la frustración, estudió los factores que influyen en el individuo para que éste manifieste mayor tolerancia a la frustración. Para el efecto, administró el Test de Rosensweig a 50 jóvenes mujeres y a 50 jóvenes hombres que no hubieran tenido un padre en su niñez; y, 50 jóvenes mujeres y 50 jóvenes hombres que sí lo hubieran tenido. Todos, estudiantes de quinto diversificado, comprendidos entre los 16 y 18 años, de los establecimientos educativos públicos y privados de la ciudad de Quetzaltenango. Las hipótesis que se planteó fueron las siguientes:

- Los hijos sin figura paterna tienen poca tolerancia a la frustración.

- Existe diferencia estadísticamente significativa al 5% del nivel de tolerancia de la frustración que presentan las personas de sexo femenino con respecto de los de sexo masculino sin figura paterna.

Entre las conclusiones a las que llegó, aparece que las mujeres tienden a afectarse en mayor porcentaje, en cuanto a su tolerancia a la frustración, si les hace falta el padre en su niñez.

Godoy, M. (1991), en su tesis, *La madre trabajadora y trastornos en su vida afectiva*, realizó un estudio completo de los problemas emocionales de la mujer que trabaja. Su muestra consistió en 200 mujeres, madres, casadas, con un mínimo de educación media. Su objetivo fue comprobar la hipótesis siguiente: el exceso de atribuciones en la madre asalariada provoca trastornos afectivos que repercuten en su vida normal. En una de sus conclusiones señala que la madre también se traza metas y objetivos en su profesión, luchando constantemente por alcanzarlas, pese a los grandes obstáculos que encuentra, pero ella necesita dejar marcada su historia para mejorar el status y rol de sus hijos.

Mazariegos, R. (1993), en su tesis, *El manejo y control de la agresión en el adolescente*, estudió las manifestaciones agresivas en esta etapa de la vida. Al final del estudio estableció que la frustración tiene como consecuencia una conducta de agresión, en la cual la intensidad de la frustración es proporcional a la de agresión. La frustración, según su opinión, se usa para identificar acontecimientos que una persona anticipa y en los que termina desilusionada. Vale la pena señalar que, aunque su investigación no se refiere en sí a frustración, la trata indirectamente a través de una de las reacciones que provoca: la agresión.

1.1 AUTORREALIZACION

1.1.1 DEFINICION

Definir este término es cuestión de adentrarse propiamente en el terreno de las corrientes psicológicas meramente humanistas, en las cuales el hombre y la confianza en su enorme capacidad de ser, llegar a ser, y hacer, son el punto clave. Al hablar de humanismo, se habla de los aportes psicológicos de Maslow y de Rogers, especialmente, en su afán de establecer el significado de la autorrealización o autoactualización; ambos científicos de la conducta tienen su punto de vista particular pero no por ello contradictorios, ni uno menos valioso e importante que el otro.

Rogers, C. (1973), considera que la autorrealización se refiere a la dinámica que describe al hombre como un niño que se transforma en adulto, es en una palabra "crecer", es el mayor de los crecimientos que un ser humano experimenta en su vida. Esta dinámica incluye todos aquellos procesos que diferencian a un individuo de los otros, a sus funciones orgánicas de las sociales y que se dirigen hacia la autorresponsabilidad. Efectivamente, no puede haber autorrealización sin antes no existe una autorresponsabilidad.

Esa personalidad que se autorrealiza debe necesariamente haber comenzado a existir, haber partido de lo sencillo y llegar a lo complejo. La autorrealización se inicia en la concepción y continúa durante la madurez, de modo que es una lucha y búsqueda constantes por parte del hombre desde siempre.

El mismo Rogers, C. (1973), hace ver que este proceso de autorrealización se justifica por una meta eminentemente humana: la meta que el individuo ha de desear lograr, el fin que, sabiéndolo o no, persigue, es el de volverse él mismo. Hay una urgencia en cada persona de crecer, es algo innato, y por ser una urgencia, una necesidad, se deduce que el mayor logro del ser humano es crearse en su vida a sí mismo, en medio de todo y de todos; realmente, el hombre ha de crearse un yo antes de poder crear cualquier otra cosa.

Maslow, A. (1988), explica que la autorrealización o autoactualización como él y Rogers frecuentemente la llaman, implica la existencia de un yo a realizar. El que un ser humano llegue a ser lo que es, no es cuestión de suerte o casualidad, no es un accidente, es producto de un proceso que llega a su punto cumbre cuando el hombre no sólo llega a "ser", sino a ser lo que debe porque quiere ser, porque se ha escuchado

a sí mismo más que a las voces introyectadas de autoridades presentes en etapas tempranas de su vida, y ha descubierto que es la mejor manera de sentirse realizado. Esta escucha activa de sí mismo lo conduce a subir peldaño tras peldaño en la búsqueda de su realización personal; no se trata de un momento aislado en el tiempo: aunque se crece en momentos, se trata de grados.

El crecimiento personal implicado en este proceso puede planificarse, o al menos es planificable, en él se aprende a elegir cómo se actuará, a tomar la responsabilidad de lo que se hace, en vez de depender de las reacciones de los demás como único parámetro de lo que está bien. Todo ésto, por lo tanto, implica una palabra mayor: libertad. Y, a su vez, la libertad exige responsabilidad. Entonces, es claro que aquí, como en todo lo que el hombre hace, es necesaria la responsabilidad, una autorresponsabilidad capaz de justificar, sin engañar ni engañarse, los pasos dados hacia el ser alguien más en relación a sí mismo.

Fuster, J. (1977), se refiere a la autorrealización como un crecimiento personal que es, al mismo tiempo, un proceso interpersonal. Afirma que el ser humano al aceptar el reto de este proceso se compromete consigo mismo para alcanzar una mayor autocomprensión de su mundo interior, y también, una comprensión de los demás más profunda. Según él, se crece en la medida en que se abren los ojos para observar lo que se tiene y se decide cambiar, y cuando, a través de la observación y conocimiento de los otros y de su conducta se reflexiona sobre la propia. Sin duda alguna, el hombre está en un medio físico y social que lo influye y que afecta positiva o negativamente su proceso de autorrealización, por lo tanto, es necesario saber, estar consciente de dónde se está parado, y luego agenciarse de los mejores y más adecuados medios que ayuden a la persona en su realización personal.

Dicaprio, N. (1990), citando a Rogers, define la autorrealización como una tendencia innata dentro del yo que realza y promueve su desarrollo y expresión. Siguiendo a Maslow explica que la autoactualización constituye una serie de necesidades difíciles de describir debido a que estas necesidades son tan únicas y varían de un individuo a otro. En general, autoactualización significa satisfacer nuestra naturaleza individual en todos los aspectos, sea lo que sea. Aquí no caben imitaciones de personas que se creen autorrealizadas, en el sentido de querer ser como ellas y de hacer como ellas, cuando realmente no nace del individuo y de sus necesidades la forma de actuar. La regla de que si funciona en ellas,

funcionará en todos, es autoengañarse y no reconocer que se tiene un valor y unas capacidades muy particulares; si se opta por ésto, no tardará en hacerse presente el fracaso y, a la par, la frustración.

Las necesidades de autoactualización son:

- Desarrollarse, crear belleza, descubrir la verdad, producir orden, fomentar la justicia.
- Hacer aquello para lo cual se está en mejor aptitud.
- Desarrollar el propio potencial.
- Satisfacer las propias capacidades personales. (Maslow, citado por Dicaprio, N. 1990). El autoconocimiento es esencial: quien no se conoce no sabe lo que tiene ni con qué cuenta para avanzar.

1.1.2 ¿QUIEN ES UNA PERSONA AUTORREALIZANTE?

Fácilmente se distinguen unas personas de otras por sus características particulares, entre ellas las físicas, pero también se pueden dividir, al estilo de Maslow, A. (1988), en: personas autorrealizantes y personas comunes, estas últimas no se animan a “despegar”, ni a ser ellas mismas con todo lo que tienen.

Las personas autorrealizantes están, sin excepción, involucradas en una causa exterior a su propio cuerpo, en algo externo a sí mismas, pero que les sirve como proyector de su universo interior. Están dedicadas a trabajar en algo que es muypreciado por ellas; en algo llamado vocación en el viejo sentido, en el sentido sacerdotal. Están trabajando en aquello que aman y a lo que dedican su esfuerzo porque responde a sus valores: la verdad, tal vez la belleza, la bondad, la perfección, o simplemente la comprensión.

Ahora bien, puede surgir una interrogante: ¿qué características concretas hacen que una persona se califique como autorrealizadora de su yo? Maslow, citado por Bischof, L. (1973), establece los siguientes rasgos de una persona totalmente autorrealizada:

- Realista, percepción eficiente, buen juez de los otros y rápida al juzgarlos.
- Se acepta a sí misma y acepta a otros y al mundo en lo que realmente son, no como desearía que fueran; no es hipócrita.
- Alto grado de espontaneidad, sencilla en su conducta, actúa con naturalidad y puede parecer poco convencional.

- Se centra en los problemas, no en el yo; trabaja en los problemas, no en el yo; es poco introyectiva.
- Se inclina a apartarse; a veces necesita mucho estar sola; puede apartar a su yo y comunicarse con él; los demás pueden considerarla altiva.
- Autónoma dentro del yo e independiente; serena.
- Fresca apreciación de la gente y del mundo.
- En cierta forma, vive experiencias místicas y profundas, a veces parece no estar en este mundo (experiencias cumbre).
- Se identifica mucho con su prójimo, pero no se le une de modo empático; en verdad interesada en el bienestar del hombre.
- Sólo con unos cuantos tiene relaciones hondas e íntimas.
- Sus valores se orientan mucho a lo democrático.
- Entiende la diferencia entre los medios para obtener una meta y los fines justos a lograr; muy ética y sumamente moral, aunque sus ideas del bien y del mal se diferencian de las que son populares.
- Tiene un sentido del honor filosófico y caprichoso.
- Tremenda capacidad para crear, siendo ésta una de las características universales entre la gente autorrealizada.
- Nada contra corriente, abierta a las experiencias nuevas: se resiste a la conformidad.

¿Es posible lograr esto en la sociedad actual, en la cultura en la que se está inmerso?

El que la persona posea todas esas características no quiere decir que sea por completo feliz, ni tiene éxito total, ni está sumamente bien ajustada; sencillamente ha autorrealizado su personalidad al máximo de su habilidad. Cualquiera diría que quien se siente autorrealizado es 100% feliz, curioso, no lo es, porque el llegar lejos en la realización personal significa despegarse del grupo, alejarse de la media, y ésto provoca choques que afectan especialmente el área emocional de dichas personas; se sienten incomprendidos y obstaculizados por su mismo grupo que, ni toma su ejemplo ni lo deja continuar: es un verdadero reto.

1.1.3 COMO REALIZARSE MAS A SI MISMO

El ser humano busca realizarse más a sí mismo, la misma naturaleza humana insiste en la no conformidad y, por ser el hombre, un ser dinámico, no puede contentarse con una estaticidad vital. Ante esta

realidad de ir hacia adelante y hacia el fondo para luego exteriorizarse, Fuster, J. (1977), refiere algunos puntos de los que puede echar mano la persona que quiera descubrir su potencial y “explotarlo”.

- a. Es necesario despojarse o cambiar de ciertos modos de comportamiento y ensayar otros que nunca se han probado. Esto es riesgoso en algunos casos, pero si no se arriesga nunca se sabrá si lo que se pretendía, funcionaba o no,
- b. Decidirse y comprometerse con una mayor autocomprensión, lo que implica una seria reflexión sobre la propia vida.
- c. Darse por completo a lo que se está haciendo con plena concentración de todas las fuerzas, lo cual significa vivir el “ahora” sin malgastar energías en el pasado, ni dedicarse a planear obsesivamente el futuro, situaciones que conducen a vivir superficialmente el presente.
- d. La vida es un proceso de decisiones, una después de otra. Decidir, he ahí, la función más común que por serlo pasa desapercibida. El hombre necesariamente decide, dejará de hacerlo cuando muera. De acuerdo a ésto, uno puede escoger lo que le mejora o lo que le empeora. Ahora bien, al hablar de autorrealización se percibe una exigencia: elegir siempre lo que mejora al individuo, y lo que mejora, cuesta. Cada día es prácticamente una oportunidad para desarrollarse, aunque sería, cada momento de la vida bien vivido es ocasión de autorrealización.
- e. Escuchar a los impulsos naturales, y no sólo al superyo. No a cualquier impulso, por supuesto, sino a aquellos que llevan a quien les prestan atención a acciones creadoras y a desarrollar habilidades que se poseen y que a veces no se han descubierto.
- f. Asumir la responsabilidad de todo lo que se hace. Esto conduce a la persona a reconocer como suyos estos o aquellos actos, y el estar consciente de dichos actos, permite que sean criticados como favorables o desfavorables para la autorrealización. Este análisis crítico de la propia conducta encamina a un crecimiento personal.
- g. Hacer bien lo que se está haciendo, sea lo que sea, y ser competente en ello. No basta con hacer las cosas, es necesario hacerlas bien, que lo que se realice vaya de acuerdo a los recursos que se poseen y que refleje capacidad.
- h. Gozar intensamente los momentos de éxtasis que a veces sorprenden al ser humano. Hay derecho de extasiarse ante lo que sucede, lo que no hay, pareciera ser, tiempo. El hombre está envuelto en un mundo que hace todo por atraerlo, por distraerlo, y así, no vive a plenitud esos momentos que, aunque parecen estáticos y propios de soñadores, le

- permiten profundizar y ser más sensible a sí mismo y a los demás.
- i. Darse cuenta de los mecanismos de defensa que se emplean y, en la medida de lo posible, despojarse de ellos. Esto llama a una aceptación de sí mismo, una aceptación que no es sinónimo de conformidad, sino que es el inicio de amarse verdaderamente y de luchar por lo que se ama: el propio yo; estas situaciones pondrán al hombre en el camino de un continuo perfeccionamiento personal.

1.2 FRUSTRACION

1.2.1. DEFINICION

Toda conducta humana por más sencilla que parezca, siempre está dirigida al logro de una meta, y como puede ser que se alcance esta última, puede ser que sea imposible su consecución. En esta realidad, presente en todos los ambientes y de la que no escapa absolutamente nadie, cabe hablar de Frustración.

Frustración es un bloqueo de una persona en su camino hacia la meta, meta es aquí: el objeto que la persona actualmente debe alcanzar. (Vinacke, W. 1972). Quien se siente frustrado se considera bloqueado, sin contemplar la posibilidad de avanzar en dirección a lo que se pretendía. El mismo autor califica la frustración como un sentimiento de fastidio, de desamparo, de ira u otro estado debido a la incapacidad de lograr la meta. De acuerdo a ésto, pareciera ser que la frustración se desarrolla en dos momentos: el primero es darse cuenta de la imposibilidad de lograr algo, y luego, la reacción del yo del individuo que se hace presa de un sentimiento que lo lleva, como se verá posteriormente, a asumir una postura. No cabe duda, que la barrera que se interponga entre una persona y su meta provocará este complejo fenómeno.

La frustración viene a ser el aspecto psicológico del fracaso (Varona, C. 1984). Aquí aparece otro término: fracaso. Prácticamente el hecho en sí de no poder alcanzar un objetivo en la vida, lleva a un darse cuenta de que se ha fracasado; el fracaso lo pueden ver los demás, es externo; la frustración que es el resonar de ese fracaso en la mente del individuo es sentido por éste a su manera, es vivido individual y muy subjetivamente proyectándose en alguna forma en su conducta. Según Varona (1984), para que haya frustración debe haber existido antes un fracaso, grande o pequeño, eso no importa, el individuo lo considera en la dimensión en que, en ese momento es capaz de percibir. Lo peor de todo es que, esta frustración es tratada como si fuera una realidad objetiva, en vez de ser, como es, un sentimiento negativo basado en juicios de valor,

que al mismo tiempo son producto de un proceso de asimilación de la influencia social y cultural.

En la frustración se presenta un obstáculo, el individuo se ve amenazado y se ve vencido por no haber sabido, no haber podido o no haber querido superarlo. Quizá lo peor de esta situación frustrante sea que, en vez de aceptar que se ha fracasado en un empeño o propósito, se cree que se ha fracasado como persona y se culpa por ello. Si tan sólo se percibiera lo contrario, el individuo reaccionaría de manera diferente; pero para el ser humano el fracasar en una batalla parece ser perder la guerra y valer nada. Esta frustración se torna más amarga cuando la persona acumuló grandes expectativas y luego no consigue realizarlas; se hace más aguda cuando no se logra una expectativa de gran importancia, y son particularmente dolorosas cuando se deben a la propia condición de la persona y cuando no desaparecen.

La misma idea de fracaso es apoyada por Dorsch, F. (1981), al definir la frustración como una vivencia de fracaso, de no consecución de lo que se esperaba, de perjuicio, de injusticia (reales o sentidos como reales por el sujeto). El individuo ve la frustración como una injusticia, al haber hecho lo que se podía, poco o mucho, o el estar luchando, sería suficiente para “ganar” lo que tanto se anhela; pero en la vida no es así, a veces se hace muy poco o casi nada, y se tiene lo que se quiere; a veces parece ser una lucha interminable, un avanzar más y más lejos y el objetivo aún sigue distante.

1.2.2 AGENTES FRUSTRANTES

Al definir la frustración se mencionó la presencia de obstáculos que vienen a ser los agentes frustrantes, los cuales pueden actuar abierta o encubiertamente. Agente frustrante puede ser todo, incluido el ser humano mismo, ya que todo está presente en el contexto vital del individuo y, su calificación de frustrante o no, es relativo, ya que hay que considerar el momento y la situación en general que se está viviendo.

Varona, C. (1984), expresa que los obstáculos generan la frustración, aunque a decir verdad sería que generan el pensamiento de fracaso en un momento dado y luego viene el sentirse frustrado. Según él, los agentes frustrantes se dividen en:

- a. **Físicos:** como la distancia. Es decir que, el individuo no experimenta la satisfacción de la meta lograda, debido a que su meta (objeto o persona) se encuentra físicamente muy alejada; variable, en muchos

casos, inevitable. Dentro de estos podría hablarse de agentes puramente materiales como el económico.

b. **Sociales:** como los procedentes de las numerosas normas que regulan la conducta y que, a veces, impiden hacer lo que se anhela. Frecuentemente, en su intento de lograr algo, el individuo se ve frenado por su mismo grupo social y, no es necesario que lo presionen físicamente para hacerlo desistir o impedir su avance, basta con que las palabras pronunciadas o enseñanzas mal encaminadas hagan eco en el individuo e indirectamente la sociedad influye en él.

c. **Personales:** aquí se incluyen las propias características físicas y mentales. En este inciso se contempla al ser humano en sí como agente frustrante de sí mismo; si alguien se considera así, es porque se ha exigido más de lo que sabe que puede dar; en vez de ser motivamente, resulta ser frustrante.

Whittaker, J. (1977), por su parte, afirma que al vivir en un mundo de frustraciones, éstas son un hecho común durante toda la vida. Las fuentes que la provocan pueden ser de dos clases: físicas y sociales. Las primeras pueden adoptar diversas formas, el perder el bus, por ejemplo. En cuanto a las sociales, explica que, el mismo proceso de socialización conduce inevitablemente a la frustración porque un individuo debe sacrificar algo de su libertad personal para vivir en la sociedad humana. El mismo autor enumera como fuentes de infelicidad humana, producto indirecto de una situación frustrante, las siguientes:

- a. Demandas conyugales
- b. Demandas educacionales
- c. Ritmo de vida moderna
- d. Demandas de ocupación
- e. Complejidad de la vida moderna
- f. Competencia.

Todos estos aspectos, de alguna forma, influyen en la motivación de la conducta humana, unos más que otros, pero todos contribuyen a que, en un momento dado, el individuo se califique como frustrado e infeliz. Parece que el mundo físico y social exige mucho al ser humano y, por momentos, éste se siente vacío, sin tener ya nada que dar, ya nada que hacer porque, o es muy difícil lo poco que se le pide, o es demasiado lo fácil que se le exige.

McKeachie, W. (1978), considera que la causa usual de la frustración es una barrera, un impedimento a la satisfacción de un motivo. Esta barrera puede pertenecer a las siguientes clases:

a. **Situacional:** a su vez se subdivide en dos:

- Bloqueo físico que impide claramente alcanzar el objetivo.
- Ambigüedad situacional: si la situación no proporciona indicios claros puede que sea imposible alcanzar los objetivos trazados. Esto puede hallarse en los indicios del ambiente o puede estar en la retroacción provista por la situación sobre la conducta de la persona.

b. **Interpersonal:** es aquella en la cual la satisfacción de motivos es impedida por una persona o por un grupo de personas. Muchos de los motivos son sociales y requieren otras personas para ser satisfechos.

c. **Intrapersonales:** es la barrera que se interpone a la satisfacción de los propios motivos: barrera aceptada como parte de la propia personalidad. Cabe distinguir dos tipos:

- No poder alcanzar los motivos por alguna deficiencia, una limitación física o la falta de una habilidad.
- Presencia de otro motivo conflictivo.

Frecuentemente, la barrera es una combinación de la situación física, el ambiente social (cultural, laboral, etc.) y los factores dentro de la persona.

1.2.3 REACCIONES A LA FRUSTRACION

A lo largo de la vida, el ser humano se sorprende olvidando algo importante que repercute en su realidad; lo mismo sucede con la frustración. Suele ocurrir que se olvida que la posibilidad de fracaso está potencialmente presente en todo acto, y se reacciona de manera negativa ante el fracaso; la persona se siente desalentada, triste deprimida y en vez de analizar los errores de cálculo o los incidentes azarosos que han impedido el éxito, se sienta a quejarse de su frustración. Pero no llega hasta aquí, a partir de este momento se generan sentimientos hostiles que, generalmente, se convierten en deseos de agredir o en agresiones reales a otras personas, e incluso a animales y cosas. Las mismas personas se culpan a sí mismas y entonces aparece la autoagresión, llegando al suicidio, o simplemente se entristecen, se recluyen en el aislamiento y la soledad, y dicen que están deprimidas. En sí, hay una tensión emocional

e insatisfacción con gran desasosiego.

Vinacke, W. (1972), enumera las siguientes reacciones a situaciones de frustración:

- a. **Sumisión:** la persona sucumbe bajo condiciones frustrantes y es incapaz de adoptar medidas definidas; se caracteriza por inactividad y apatía. En casos de extrema y frecuente frustración, el individuo puede adoptar un patrón permanente de aguante dentro de la situación.
- b. **Ataque directo:** la persona trata de destruir o eliminar, o en su caso, actuar directamente contra la barrera. Es una lucha frente a frente.
- c. **Logro indirecto:** el individuo trata de dar una vuelta o un rodeo a la barrera. Esta estrategia presenta un carácter planeado, racional, puesto que refleja un afrontamiento eficaz de la fuente de frustración. Ni se conforma con no conseguir lo que quiere, ni lucha abiertamente por lograrlo, pero hace algo.
- d. **Objeto-meta sustituto:** buscar, o al menos, aceptar un objeto en lugar de otro que originalmente fue deseado. La desviación de los esfuerzos de un objeto a otro se llama Desplazamiento; éste será eficaz cuanto más parecido sea el otro objeto a la meta original, o cuanto más adecuadamente sirva de blanco al impulso en cuestión.
- e. **Retirada o evasión:** el individuo responde tratando de apartarse totalmente de la situación.

El tipo de reacción se adoptará de acuerdo a la personalidad de cada individuo. A pesar de que dos reacciones generalizadas en la sociedad moderna sean el ataque directo y la retirada, algunos todavía piensan en buscar un objeto-meta sustituto que les impida verse a sí mismos sin nada de lo que pretendían. Por otra parte, la elección del propio comportamiento después de una frustración está regida por los mismos principios que controlan otras respuestas socialmente aprendidas.

Rosenzweig, citado por Vinacke, W. (1972), habla de los siguientes tipos de respuestas:

- a. **Respuesta ante una necesidad persistente:** es aquella que insiste en la solución del problema. Característica de la persona tenaz y perseverante o de una persona terca. Aquí se hace hincapié en la meta.

- b. **Respuesta ante el obstáculo dominante:** es aquella en que la fuente de frustración constituye el foco de malestar para la persona. Se hace hincapié en la condición frustrante.
- c. **Respuesta defensiva del yo:** se pone de manifiesto la amenaza que se cierne sobre la persona. El sujeto trata de defenderse y mantener sus propios intereses.

Las reacciones que, según Rosenzweig, se adoptan son:

- a. **Extrapuntiva:** la persona dirige su ira, resentimiento o reproche, contra otra persona o cosa externa.
- b. **Intrapuntiva:** el individuo atribuye su frustración a sus propias deficiencias, debilidad o desgracia. Se reprocha a sí mismo, dirige la agresión contra su propia persona. Posee un superego muy fuerte y arraigado.
- c. **Impunitiva:** se esfuerza por neutralizar la situación. Evita el reproche hacia sí mismo y hacia los demás. El predominio de este tipo de respuesta en una persona determinará un menor nivel de frustración, caso contrario se marcaría un nivel mayor.

Cuando un individuo reacciona a la frustración que le ha provocado una tensión interna, y, ésta a su vez, lo hace experimentar ansiedad y angustia, es imposible que viva así, esa dosis de ansiedad debe ser canalizada, y es aquí donde se siente la necesidad de liberarla, más bien de liberarse de ella. Para el efecto, la persona afectada presenta reacciones orientadas a la realidad (ataque directo, por ejemplo) o utiliza determinados mecanismos de defensa socialmente aceptados. Para White, citado por McKeachie (1978), dichos mecanismos se dividen en:

- a. Los que incluyen un bloqueo total de algún proceso psicológico: negación, represión.
- b. Los que incluyen sustitución o distorsión: desplazamiento, proyección, identificación, racionalización, intelectualización, sustitución, sublimación, fantasía.

El elegir uno u otro depende de la situación, la motivación, el tipo de frustración, las habilidades cognoscitivas, la experiencia de aprendizaje del individuo en su niñez.

1.2.4 TOLERANCIA A LA FRUSTRACION

Todos los individuos experimentan frustraciones, pero ¿será que todos responden de manera similar en estos momentos difíciles? Así como nadie se repite en la historia de la humanidad, así nadie reacciona de igual manera a una frustración.

McKeachie, W. (1978), define la tolerancia a la frustración diciendo que es una resistencia general a la ansiedad excitada por la aparición de barreras.

Kramer, Ch. (1969), la define como la aptitud de un individuo para soportar una frustración sin pérdida de su adaptación psicobiológica, es decir, sin apelar a modos de respuestas inadecuadas. Como se ve, esta tolerancia es un mecanismo vital, presente en diversos grados en todos los seres vivientes, e implica una aptitud para demorar la satisfacción de necesidades y aclara el papel de un proceso inhibitorio capaz de desviar la tensión sobre otros modos de resolución.

A menudo, el ser humano se percata de que puede tener bastante tolerancia a la frustración en la mayoría de las situaciones, pero es particularmente vulnerable a situaciones que envuelven la confrontación con figuras autoritarias, en este caso podrían ser el padre, la madre, el esposo, o alguna otra persona que se haya ganado esa imagen. Sin embargo, la tolerancia a la frustración parece descubrir una característica relativamente general y duradera de un individuo, aunque en el mismo individuo existan diferencias de tolerancia.

¿Qué factores influyen en el desarrollo de la tolerancia a la frustración? McKeachie, W. (1978), cita los siguientes:

- a. Diferencias hereditarias y otras prenatales.
- b. Trauma del nacimiento.
- c. Experiencias que incluyen situaciones frustrantes en la niñez.

Indudablemente, la madurez del organismo determina esa tolerancia y lleva a la persona a elegir la reacción más compatible destinada a garantizar la subsistencia humana. Aparentemente, la tolerancia a la frustración es aprendida por el éxito al confrontar diversos tipos de problemas, ésto lleva a dividir a los individuos incapaces de tolerar la frustración, en dos grupos:

- a. Aquellos que tuvieron que confrontar demasiados problemas insolubles en su niñez.
- b. Aquellos que se confrontaron con muy pocos problemas. Con lo anterior se comprueba que, el ser humano no se hace fuerte cuando se aísla y aleja de aquello que le puede influir negativamente, sino cuando, siendo realista, lo enfrenta y transforma su carácter negativo en positivo en beneficio propio.

1.2.5 ¿QUE HACER?

Cuando la frustración entra en la vida del ser humano para quedarse, su permanencia depende de la actitud que asuma la persona. En algún momento se dijo que, el verse fracasado por no haber conseguido un objetivo no debe traducirse en un sentirse fracasado como persona. Quien se siente frustrado ha perdido las energías para levantarse y continuar, no es capaz de ver las muchas posibilidades que tiene, las que quizá existen a la par de la puerta que se le ha cerrado. No tiene oídos para escuchar, al menos lo poco positivo proveniente de los demás, escucha, sí, pero las apreciaciones negativas que se dirige a sí mismo y que son reflejo de una supuesta percepción social respecto a su persona.

El individuo es libre de permanecer hundido en su situación, atascado en ella, pero también es libre de elegir cambiar su actitud y, en lugar de autocondenarse porque todo ha ido en su contra, reconocerse como humano con derecho a equivocarse, a fracasar, y en medio de tal situación, capaz de volver a empezar con más experiencia. Cualquiera dirá que es algo sencillo, pero aunque se reconozca que se debe salir de allí para no seguir hundiéndose, es difícil dar el primer paso porque esto conlleva un cambio de esquemas que se han manejado por mucho tiempo. Este cambio vale la pena, porque de lo contrario, el individuo comenzará compadeciéndose de sí mismo y terminará culpándose por no haber llevado a la práctica sus planes. Esto no hace más que agravar la situación, pues las frustraciones se van acumulando.

Si la persona analiza objetivamente su situación, sabrá que, de ahora en adelante, sus expectativas deben ser realistas y para ello se necesita conocer las habilidades y las limitaciones que se poseen. Al darse cuenta de la presencia desagradable de una frustración, es bueno marcar un alto y, más que buscar culpables, conviene analizar el porqué de la frustración, hacer una evaluación detenida, lo más apegada a la verdad, del empeño puesto en la consecución de la meta. Repetidas veces, lo que causa la frustración escapa al control de la persona, ¿por qué, entonces, sentirse frustrado? Se hizo lo humanamente posible, pero hubo variables

intervinientes que no dejaron avanzar. Aunque para los demás sea un fracaso y la persona en algún momento lo llega a concebir así y lo acepta, no debe afectar su vida hasta paralizarla. Pareciera ser que el peso de la opinión ajena, se trate de quien se trate, refuerza el sentimiento de frustración; preocupa mucho, aunque se niegue, la imagen que los demás se formen; preocupa el hecho de que los demás están al tanto de los actos realizados esperando siempre lo mejor, sin dejar espacio a un ligero resbalón.

En momentos de frustración, el pensamiento corre y fácilmente surgen ideas negativas. ¡Cuidado!, como se piensa se vive, lamentablemente ésto pesa más en cuanto a lo negativo. Siendo el pensamiento la más poderosa de las herramientas del ser humano, conviene saber que lo que se genera en la práctica dependerá de cómo se piensa. (Villanova, citada por Franco, N. 1995). Por lo tanto, si se quiere estar bien, se ha de mejorar la calidad de los pensamientos. Las experiencias negativas también dejan un saldo positivo porque fortalecen al poner a prueba a la persona; lo positivo que sucede se vive, se goza y con el tiempo se aleja del campo consciente y se olvida; lo negativo llama a la reflexión a quien quiere crecer porque no se reflexiona por el simple hecho de hacerlo, sino porque de ella se abstraerá algo que ayude al individuo a profundizar en su conocimiento personal y a contar con nuevas armas para seguir viviendo.

Es necesario mantenerse con una mente positiva, a pesar de todo, aunque siempre habrá algún motivo para sentirse mal: si no son los hijos, es el trabajo, la casa, la pareja, la oficina, el tránsito. Y algo más, si se culpa a una situación externa, nunca se eliminará el malestar porque éste es interno y subjetivo y es aquí donde debe registrarse la curación; en el plano de la salud mental, más que de culpa se habla de responsabilidad. Hay que aprender a responder a cualquier hecho de manera que no haga sufrir, para lo cual es vital la voluntad de generar pensamientos positivos.

Quien se siente frustrado no se niegue el derecho de guardar silencio, de callar esas voces internas y ese ruido externo, y hablarse a sí mismo teniendo en cuenta los contenidos mentales que están afectando su bienestar personal. En medio de este diálogo interior, se descubrirán los recursos que se poseen y se aprovecharán todos para lograr sentirse bien y ser feliz, se valorarán esos recursos porque son los propios y duplicándolos mentalmente bastarán para recomenzar. A través de ese diálogo se descubre que, quizá el haberse aferrado obsesivamente a un rol (madre,

profesional, padre, etc.) provocó el sentirse desvalido en algún momento. El rol lo desempeña el individuo pero no es él mismo, en el rol no se agota la persona como tal.

Como la frustración genera tensión y, como ésta es imposible de evitar pero sí se puede controlar, valdría la pena considerar los siguientes puntos:

- El control depende mucho de las personas y de la determinación que tengan para cambiar sus actitudes.
- Una de las armas más efectivas para combatir la tensión es separar completamente el valor que se adjudica la persona como persona, de su habilidad para tener éxito en sus relaciones con los demás o para sobresalir en su trabajo.
- Todas las personas tienen el mismo valor, y se sentirán así mientras traten de vivir siendo lo mejor que su capacidad les permita.
- Ser como se dijo anteriormente, una persona positiva. Aprender a ver el lado bueno de las personas y los sucesos, aunque resulte difícil en algunos casos.
- Ser tolerante. La intolerancia hacia los demás conduce a una cadena de frustraciones y al mal humor.
- Aprender, incluso, a saber respirar y relajarse, hacer ejercicio y dormir lo suficiente. (Franco, W. 1995).

Algo de todo esto, ayudará a la persona que experimenta tensión como producto de una frustración. La persona, aunque lentamente, conocerá los aspectos de sí misma que más le ayudan, los que le son desfavorables serán modificados en la medida de lo posible, y, sobre todo, elevará su autoestima.

Por otra parte, es importante saber asumir que, los accidentes y las casualidades no existen, toda situación que experimenta el ser humano es necesaria para seguir avanzando. Con esta visión, todo obstáculo no será considerado como tal, sino como una oportunidad para hacer o saber algo, aunque en el preciso momento no se tenga una idea de qué. La pregunta más común en una persona frustrada es “¿por qué me suceden estas cosas sólo a mí?”, sería mejor preguntarse “¿para qué me puede servir esta experiencia?”. Como se ve la situación es la misma, pero la actitud marca la diferencia.

Si la frustración ha sido provocada por barreras interpersonales, no cerrar para sí mismo la posibilidad de optimizar las relaciones con los demás. Es conveniente darse una nueva oportunidad con aquella

autoconfianza que caracteriza la mente positiva fundamentada en el poder interior.

Morales, citado por Colmenares, B. (1994), explica que, organizar la vida para el combate, disminuye a la persona. Utilizando sus palabras, “es más fácil dar de comer a la gente, que ponerse en contra del hambre”, ya que este problema es mucho más frustrante y difícil de resolver. Según él, luchar por lo que se está a favor y no luchar en contra de lo que no se acepta, es mejor, porque todo aquello que se defiende proporciona fuerza, y todo aquello que se combate debilita. Como se ve, es un simple cambio de enfoque y el problema, parece no ser un problema. Sería bueno aplicar lo anterior en los casos de frustración.

Entonces, ¿qué hacer con la frustración? Analizar las ideas que la alimentan en el fondo, y reconocer su valor para provocar un cambio que, en definitiva, beneficia al ser humano. Si a pesar de ello persiste un sentimiento de frustración, bueno, aceptarlo, con eso se quita un gran peso de encima y, ya sin él, es más fácil seguir el viaje. No cabe duda que, para recomponer el “alma rota”, es preciso, ante todo, afrontar y no negar la realidad del propio ser y de la propia vida, mirarles frente a frente; sólo así será posible colocar en el lugar debido cada pieza. Balmaseda, C. (1986), insiste en que ninguna situación de ruptura interior puede darse como definitiva, si con paciencia, se procura cada día actuar cada vez con más prudencia o sentido común, y se ejercita, en las pequeñas cosas, la fortaleza.

1.3 MUJER

1.3.1 ¿QUE ES SER MUJER?

Cada ser humano, como cada mujer en particular, tiene una especial definición de lo que es SER MUJER; para algunas mujeres no es necesario usar palabras porque la definición de sí mismas se proyecta en su forma de participación en el medio donde se desenvuelve. Otras viven su “ser mujer” como bien les va; otras más, viven en el mundo con la definición que el ambiente social generosamente les ha regalado, y tras haberla dejado intacta a lo largo de la vida, esa definición es tomada ahora como una ley. Por lo tanto, cada ser humano femenino tiene una explicación, propia o ajena, de su ser mujer, sabe lo que es serlo, o al menos cree saberlo.

Balmaseda, C. (1986), define a la mujer como un ser humano y

como tal, es una totalidad integrada de cuerpo y espíritu, inteligente y libre, elevada a un destino trascendente, dotada de una personalidad individual, y es y ha de ser su vida en el mundo, en un contexto circunstancial concreto. La mujer es, ante todo, un ser humano: idea fácil de comprender pero difícil de hacer valer en una sociedad que, a pesar de todo, peca de ser machista. El valor de ser humano debe ser reconocido y defendido en primer lugar, por la misma mujer, desde el momento en que se concibe como tal. Muchas veces no sucede esto y, al contrario, se ve como la mujer se siente mal, psicológicamente hablando, por ser menospreciada; su autoestima baja, su autoimagen es de las más defectuosas.

Castro, C. (1979), dice que ser mujer no es, ni un privilegio ni una maldición, es una criatura puesta en el mundo, creada por Dios a imagen y semejanza suya, como el varón; tan exactamente humana como el varón, y por lo tanto, digna de respeto. Ser mujer no es un privilegio en el sentido de sentirse superior al varón por ser precisamente mujer, por ocupar un lugar especial en la humanidad, porque si ella es especial en el mundo, lo es también el hombre. Ser mujer no es una maldición: lo contrario pasó por la mente de muchas mujeres en épocas pasadas y, posiblemente en pleno siglo XX es idea fuerte en algunas de ellas. El principal motivo de ese pensamiento fue el sentirse reprimidas, coaccionadas, limitadas para participar en el mundo que también es de ellas.

Si la mujer quiere entenderse a sí misma debe conocerse, saber quién es, y considerar muchos de los rasgos propios, genuinamente femeninos, como excelentes bienes que le han sido conferidos con vistas a su responsable participación en el mundo; esto influirá a que no sea, ni se deje manipular como un objeto.

La Gran Enciclopedia Rialp (1984), define a la mujer como un ser especialmente abocado a la intimidad y al diálogo, con grandes capacidades y valiosas aportaciones en ámbitos distintos al hogar. Siendo así, y reconociéndose como tal, Castro, C. (1979), citando a Rilke, dice que llegará un día en que, será Mujer un nombre que no signifique cosa opuesta al varón, sino algo independiente y propio. Nada que haga pensar ni en complemento ni en límite, sino únicamente en un ser: el ser humano femenino.

1.3.2 LA MUJER: SUS VALORES Y SU DIGNIDAD

La mujer aparece en todo lo que el mundo es capaz de involucrar; indiscriminadamente la mujer está y, a menudo, su estar se limita a servir de algo, no a ser alguien; ésto es porque a pesar de todo, sus valores y su dignidad, lejos de ser reconocidos en la realidad, son simples palabras.

Pío XII (1960), afirmó que a la mujer le ha sido confiado en parte, el futuro del mundo. La mujer, expresión de cuanto hay de bueno, amable y gentil aquí abajo, es, sin embargo, y a pesar de una aparente exaltación engañosa, objeto de desestima y, a veces, de un sutil desprecio por parte del mundo. Por lo tanto, es necesario iniciar un camino que conduzca a afirmar y defender el valor de la mujer, determinando junto a sus deberes, también sus derechos; un camino en el que su dignidad sea plenamente reconocida, dignidad que se fundamenta exactamente en la misma verdad en que descansa la dignidad del hombre: el uno y el otro, hijos de Dios, redimidos por Cristo.

Se ha visto con el paso del tiempo que la mujer ha roto tímidamente el silencio en el que había permanecido, y ahora, debe continuar involucrándose dentro de la sociedad, siendo partícipe de la realidad de su país al descubrir nuevas oportunidades, experiencias, y sobre todo, con la mentalidad de ser siempre lo que es, frente a cualquier circunstancia de la vida. Ella tiene una razón de ser, una razón de estar, aquí y ahora, por lo tanto, el proceso de la valoración de su dignidad con todo lo que ello implica, debe comenzar en su mundo interior, cambiando los esquemas que tras haber asimilado, han guiado su conducta y estilo de vida; el cambio, el reconocimiento debe ser primeramente intrínseco, debe ser un despertar que le permita ver lo que debe, porque sólo de esta forma dejará de ser un objeto estético, un ser limitado en su actividad funcionando sólomente en el ambiente familiar, donde incluso, está a veces en peligro su salud física y psicológica. La mujer necesita que le sea reconocida su libertad, necesita sentirse autónoma, porque sólo quien se siente libre es capaz de actuar, y de actuar de acuerdo a las propias convicciones.

En los tiempos modernos es justo, como hubiera sido justo en el pasado, admitir que la mujer tiene grandes valores como parte de su personalidad; además del valor supremo que le es inherente por ser un ser humano, es capaz de una gran intuición, es creativa, sensible, comprensiva, competente, inteligente, portadora de vida, y sumamente espiritual.

¿Cuánto de ello se le reconoce? No se insiste en que se haga por

el hecho de ser mujer, simplemente porque es un ser humano, porque sus logros bien logrados, más que alimentar un orgullo arrogante, le permiten darse cuenta que es capaz de mucho, de que su dignidad fundada en el ejercicio ordenado de su libertad, le hace comprender que su relación con el varón no debe ser de menor-mayor a mayor-menor, sino debe ser de igual a igual.

Ander-Egg, E.(1987), afirma que si se penetra con la mirada más allá de los velos, encubrimientos y mitificaciones, la mujer ha sido - sigue siendo - “sombra del hombre”, “ama de casa”, “esposa domesticada”, “amiga comprensiva”, “madre abnegada”, por lo tanto, la sociedad machista la concibe en sólo dos dimensiones: simple objeto de placer y animal reproductor. Hay pues una historia de marginalidad, de subordinación, de cosificación, de confinamiento al hogar, de permanente situación de minoridad que ha sufrido - y sufren aún - las mujeres impedidas de ser plenamente personas. Se hace, entonces, necesario que la mujer intuya la posibilidad de nuevos caminos donde su dignidad y sus valores, lejos de tomarse como un arma para atacar al varón, reciban la importancia que merecen; ella debe, por lo tanto, aceptar sin temor su libertad, aceptar el reto de ser libre.

1.3.3 LA MUJER EN EL AMBITO FAMILIAR

La familia responde a la necesidad que han sentido los seres humanos de unirse para ayudarse recíprocamente; es la agrupación primera, la más sencilla pero a la vez la más fuerte, y aquí, como en todo, la figura femenina está presente.

En este contexto, la mujer, aunque a veces se siente defraudada en su convivencia familiar (Gran Enciclopedia Rialp, 1984), se muestra como un ser abnegado, dispuesto a escuchar aunque a veces no sea escuchado, dispuesto a solucionar todos los problemas, desde los más simples y triviales hasta los más complejos e importantes, aunque los demás lleguen a ignorar que ella tiene sus propios problemas; siempre está allí, dispuesta a servir aunque a ella nadie le sirva, y, aunque sus esfuerzos sean poco recompensados.

Ciertamente, cuando se piensa en la mujer, fácilmente vienen a la mente imágenes referentes a unos hijos, a un esposo, a un hogar, en una palabra: una familia. Por mucho tiempo, y desde un principio, se concibió como función primordial de la mujer, el estar en casa al cuidado de la familia, tanto así que, Pío XII (1960), declaró que, la mujer es el corazón

de la familia, y no se equivocó. Así, aunque Montesanto, L. (1975), argumenta que, la familia debe ocupar siempre el primer puesto en los pensamientos y sentimientos femeninos, esto no le impide que vea más allá de la muralla familiar. La mujer se siente realizada en su familia, entre obligaciones, manifestaciones de amor y cansancio laboral, la mujer está allí, dispuesta a todo por todos, aunque a veces esto implique cierto nivel de frustración. A pesar de esa aparente realización personal, con el paso del tiempo, se ha dado cuenta que hay un mundo de oportunidades afuera, un mundo que no puede ignorar y que, el mismo ambiente social, se encarga de recordárselo. Y es así como en el presente siglo, muchas de las mujeres-esposas juegan un triple papel: son madres, son esposas y son trabajadoras o estudiantes. En cuanto a este último aspecto, han sido varias y diversas las razones que la han impulsado a involucrarse en el terreno laboral o educacional. Este triple papel le exige que multiplique sus actividades y su tiempo para cumplir en todos los ámbitos en donde se desenvuelve, lo cual requiere mayores esfuerzos.

En este ambiente familiar, la mujer necesita ser comprendida, debe ser reconocida su labor por parte de todos los miembros, comenzando por el esposo; y, más aún, si en nombre de su misión de madre y esposa, de ama de casa, ha tenido que abandonar una carrera o ha dejado de ejercer una profesión, situación que la ha llevado a hacer a un lado sus inquietudes, sus preocupaciones, sus ideales, su vocación. (Ander-Egg, E. 1987). Claro que su papel de esposa y madre es fundamental para la sociedad, pero, ¿será justo que renuncie, o indirectamente la hagan renunciar a actividades en las que puede participar en forma paralela? En definitiva, la mujer tiene libertad de elegir, dicha libertad debe ser respetada por los demás y asumida con responsabilidad por ella misma.

En muchas familias la situación es diferente, aunque no del todo, debido a que la esposa tiene la característica de estar más o mucho menos preparada que su compañero para el ejercicio de una profesión; esto como es lógico tiene consecuencias fuertes en la vida de ambos en caso de que no se sepa manejar la situación, ya que el hogar puede hasta convertirse en un campo de batalla en donde la competencia por demostrar poder, conduce a la destrucción psicológica de uno, aunque a decir verdad, los dos, y si hay hijos, todos, se ven y se sienten afectados. En estos casos, se hace necesaria una reflexión, más que egocéntrica, basada también en los demás y en el bienestar de todos. Esta sería la única forma de vivir verdaderamente una vida en y de familia.

1.3.4 LA MUJER Y SU NECESIDAD DE SUPERACION

Aunque una de las mayores satisfacciones de la mujer como tal, es verse realizada como madre y esposa, no puede callar dentro de sí esa voz que le anima a superarse y convertirse en el ser que en potencia es. Como a todo ser humano, a la mujer se le han otorgado distintos dones, y es, en la realización de éstos, donde se descubre como alguien activo, útil, promotor de cambio.

Así como se hace presente en su vida, una infinidad de necesidades, la de superación, no es la excepción. Al autoconocerse, se da cuenta que posee tanta capacidad como la necesaria para dedicarse a una profesión, o para alimentar su vida intelectual que no puede quedarse al margen de todo crecimiento. Aunque se reconoce que ella es voluntad, afecto y mente, se ha notado que ha sido objeto de un desequilibrio en su personalidad. La historia y la sociedad, por mucho tiempo, le negaron la posibilidad de manifestarse intelectualmente; ahora, en el presente, la mujer ha comprendido que, el hecho de hacer valer una necesidad de superación que afecta positivamente su intelectualidad, no le quita nada de lo que es ser mujer; por lo tanto, ha buscado, e incluso creado, las oportunidades para adentrarse en este nuevo campo. Tanta ha sido su motivación que, actualmente, van más mujeres a la universidad que en cualquier otra época.

La necesidad de superación está relacionada indudablemente con el estudio y, aunque sus metas en este campo no son menos que las de los hombres, no tienen que llevar la misma presión de llegar al éxito como ellos, simplemente la presión de estar realizando una función, una actividad que de alguna manera, las llena. (Loarca, M. 1995). Ahora bien, la mujer sí siente cierto tipo de presión social debido a que está incursionando en áreas no tradicionales y de alguna forma, la sociedad está a la expectativa, quizá no exigiendo un éxito, pero esperando tal vez un fracaso, situación que, hasta cierto punto, desestabiliza psicológicamente.

Si la mujer estudia y se supera, ésto no sólo tiene trascendencia para ella como ser humano capaz, sino como decía Loarca, M. (1995), si las mujeres quieren salir del dominio de los hombres tienen que independizarse, y si quieren independizarse, tienen que estudiar. Así también, una mujer estudiada tendrá mayores elementos para orientar en mejor forma a sus hijos. Por lo tanto, el impacto no sólo es a nivel personal sino también a nivel social.

A lo largo de la historia, las mujeres han cargado con la mayor parte de la responsabilidad en el hogar, por lo que un alto porcentaje de ellas ha visto truncadas sus aspiraciones y deseos de superación en una sociedad marcada por el machismo. Ahora, las mujeres están más allá de las barreras tradicionales y modelos de comportamiento social, e intentan desempeñar papeles que no estén involucrados con ningún sexo en particular; no cabe duda que las nuevas generaciones las constituyen mujeres creadoras, emprendedoras y con una fuerte autovaloración que no esperan que se les den más oportunidades en las áreas donde siempre han estado, sino que se abran nuevos campos donde ellas demuestren lo capaces que son.

Ahora bien, no basta con que ellas deseen incursionar a otros niveles, es necesario que los países y sus gobiernos promuevan la realización plena de la mujer mediante la educación, el desarrollo de sus actitudes y el empleo. (Franco, N. 1994).

Esta necesidad de superación no es característica de una edad en particular, incluso, muchas mujeres mayores, están reconsiderando la forma y el contenido de su vida. Esto no significa que menosprecian sus experiencias como esposas y madres, sino que quieren encontrar nuevas bases para extender sus experiencias dentro de la actividad en otros campos, a medida que ésto se vaya haciendo posible para ellas. (Janeway, E. 1978). Si pueden hacerlo, ¿por qué no acceder?

Castro, C. (1979), afirma que educar es contribuir a que las personas adquieran poder razonable sobre sí mismas a lo largo del vivir. Por lo tanto, la educación capacitará a la mujer y, con arreglo a sus posibilidades en tanto que persona, estará preparada para realizar un trabajo, para el amor, el matrimonio, la maternidad y la creación de una familia, porque en todo ello se siente realizada. Castro tiene razón al indicar que, el que la mujer se supere en el aspecto intelectual y ésto le permita obtener un empleo, no garantiza su realización plena, como tampoco lo garantiza el que permanezca encerrada en su hogar; ese sentimiento de satisfacción por la propia realización es producto de una gama de factores que está presente en los distintos ambientes donde comparte.

Algo debe quedar claro, el que la mujer quiera participar en otras actividades, no quiere decir que pretenda renunciar irrevocablemente a su función generadora y maternal, sino que desea regularla y humanizarla, es decir que ésta sea voluntaria y deseada. Sólomente, en la medida en que tal pensamiento sea respetado, en esa medida se estará reconociendo

que la mujer tiene derecho a superarse, a buscar y dársele los medios para que ella haga uso de ellos como sabiamente considera; realmente es un derecho universal porque le asegura una existencia más digna. (Asturias, L. 1994). Y es que no se trata de acceder a un capricho femenino, se trata de ser realistas y de reconocer el impacto positivo de esa superación en el ambiente familiar, social y, por qué no decirlo, económico, sin considerarla por supuesto, en este último, como un simple objeto de producción, porque aquí se caería en su deshumanización, y de nada serviría que se le facilitaran los medios y se le dieran las oportunidades, por una razón económica, cuando, éstas y aquéllos, son parte de sus derechos para el logro de su superación personal.

1.3.5 CONDICIONANTES DE SU PERFECCIONAMIENTO PERSONAL

Todo ser humano encuentra dificultades para realizarse como persona, para buscar su perfeccionamiento personal. En la mujer, estas dificultades se asentúan, debido a que es considerada como un ser muy inferior al hombre. Esto se ha gravado en las costumbres sociales, en los convencionalismos, en la mentalidad del hombre, y hasta de la misma mujer.

Es de reconocer que no se pretende que el camino hacia el perfeccionamiento esté libre de obstáculos porque es, en el enfrentamiento con éstos, que los hombres se dan cuenta de sus capacidades, de su valor y fortaleza, características que les permiten seguir avanzando; hasta cierto punto, son necesarios. En el caso de la mujer, más que aceptados por necesarios, han sido aceptados por impuestos.

Los condicionamientos del perfeccionamiento personal femenino, como en el de todos, cobran tanta más fuerza cuanto menor sea la firmeza de la voluntad que ha de afrontarlos. Pueden ser generados en: la persona misma y en su ambiente social.

- a. Los que están en la persona misma: Balmaseda (1986), afirma que los enemigos de las mujeres son ellas mismas, son esas criaturas que están presentes en la mente para decir: “¿por qué pelear?” A menudo, sucede que las barreras exteriores no son más que pretextos para encubrir una fuerte inseguridad interior, una fuerte desconfianza en sí mismo por no creerse capaz de cambiar a mejor. Muchas veces, el peso de las añoranzas, la nostalgia de lo perdido, el recuerdo de vivencias gratas distantes en el tiempo y en el espacio, hacen que las mujeres se

conformen con vivir contemplando un pasado, y no acepten el reto de vivir su presente que es diferente a aquél, pero no por ello menos importante y, de alguna manera, satisfactorio. El estancarse en una época de la vida no conduce a disfrutar doblemente aquellos momentos de éxito y placer, al contrario, niega la oportunidad de vivir otros tantos diferentes y enriquecedores. Quienquiera buscar un auténtico perfeccionamiento, debe arriesgarse y despegarse de cada momento grato o desagradable; la capacidad de hacerlo garantizará el avance.

La vida como tal exige un esfuerzo continuo, y es tan arduo que, ante él, se sucumbe muchas veces. No obstante, también es un hecho que el esfuerzo se afronta animosamente, por grande que sea, cuando se percibe qué sentido tiene. Sentido, quizá ésta sea la palabra clave para ver o dejar de ver los condicionantes, incluso los sociales, como negativos o indirectamente positivos. Sentido es lo que todos buscan, algunos creen encontrar, y otros están convencidos que no lo encontrarán. Realmente, quien no tenga una convicción de lo que quiere en la vida y para su vida, no tiene por qué hablar de condicionantes externos de su perfeccionamiento, porque está siendo ella o él, su primer condicionante. Quien no sabe hacia dónde va, ni tiene la más remota idea, experimenta dentro de sí una resistencia natural para avanzar. Por lo tanto, es necesario lograr una solidez interior basada en el descubrimiento del sentido de la vida, de modo que permita a la mujer, luchar contra los obstáculos de su ambiente, quitándole el peso de luchar contra los propios.

b. Los generados por el ambiente: cabe mencionar aquí la enorme cantidad de barreras que la sociedad y las culturas ponen delante de la mujer para hacerle ver que debe no salirse de la casilla de mujer tradicional. Hay barreras a su libertad de decidir y de actuar. En términos generales, hay más apoyo al hijo varón que a la mujer, académicamente hablando; y, algo curioso pero importante, la misma sociedad ha limitado mucho el desarrollo integral de la mujer al dar más valor a su aspecto físico que al espiritual e intelectual (Castro, C. 1979). Es cierto que el perfeccionamiento debe concebirse en todas las líneas, pero la sociedad ha ayudado a que se centre en algo que, con el tiempo, desaparecerá.

Con lo anterior no se quiere despertar un total rechazo hacia la sociedad; en ella se vive y se seguirá viviendo, simplemente se trata de que la mujer esté consciente del juego en el que ha caído, y no siga participando

de él porque la limita cada vez más.

Hay por lo tanto, razones socioculturales que restringen su perfeccionamiento. Ander-Egg, E. (1987), hablaba de una opresión psicológica y social que no permite a la mujer desarrollar al máximo sus potencialidades; y bajo opresión nadie puede llevar una vida digna, se es simplemente esclavo de un sistema.

Por otra parte, la mujer que se lance a perfeccionarse como persona se enfrenta a una desaprobación social, latente o manifiesta, debido a que no eligió buscar realizarse en el "lugar" que como mujer le corresponde. (Janeway, E. 1978) El temor a esa desaprobación puede más, en algunos casos, y se prefiere por ello acomodarse a las reglas del grupo social. Las que se arriesgan sabrán que lo que han perdido, lo están ganando, multiplicado, de otra manera.

Castro, C. (1979), afirma que hay una realidad para la mujer que pretenda realizarse en esta estructura social: tal vez se admire el éxito de la que va a la universidad, de quien ya es profesional o tiene una preparación técnica, pero el hecho de que está absorbida por su actividad laboral o educacional, es una tácita admisión de su fracaso como mujer. Esto se dá por los papeles tradicionales atribuidos al hombre y a la mujer, de modo que, si ésta busca otra fuente de perfeccionamiento se presume un fracaso en su rol original, y ésto, aunque es cuestionable, no indica necesariamente que así sea.

Ya por obstáculos personales, ya por obstáculos sociales, si la mujer está decidida a perfeccionarse, más por el ser humano que es, que por el hecho de ser mujer, las barreras más que problemas serán retos, y, con esta concepción, la mitad del camino está ya recorrida.

1.4 MATRIMONIO

1.4.1. DEFINICION

Hombres y mujeres tienden a unirse y perpetuar su especie y su amor a través del matrimonio. La vida matrimonial y familiar ejerce un fuerte atractivo entre hombres y mujeres, y, es evidente que, en buena medida, es el resultado de los condicionamientos culturales y educativos que, a su vez, no hacen más que reforzar una necesidad humana de profunda raíz biológica: el atractivo que ejerce el sexo opuesto.

Charbonneau, P. (1984), se refiere al matrimonio diciendo que es la reunión de dos personas de por sí irreductibles e inalienables. De este modo, ni uno ni otro puede reducir a su pareja en ningún sentido, ni mucho menos, "hacerlo" que adquiriera modos y estilos de vida que voluntariamente no quiera aceptar. El matrimonio se basa, por tanto, en esa aceptación de la irreductibilidad e inalienabilidad del ser humano.

Wojthyla, citado por Castro, C. (1979), expresa que el matrimonio sólo es posible cuando dos personas se unen en el amor, viniendo a ser un sacramento que santifica, vivifica y confiere perduración en este mundo a ese encuentro inquebrantable, pero en sí mismo también vulnerable. Concebido en este sentido, el matrimonio es una unión sagrada con el sello de unión eterna, pero no por ello impermeable a la influencia negativa del ambiente y, en algunos casos, de la misma relación de pareja. Respecto a esto último, las personas pueden correr el riesgo de transmutarse en cosa y ésto es debido a que, el porqué del matrimonio se halla realmente en consideraciones superficiales, y no en un auténtico amor, hecho que no les permite entregarse recíprocamente lo mejor de sí mismas.

Dorsch, F. (1981), define el matrimonio como una forma de vida común de dos personas de sexo distinto que tiene como cualidad esencial la de ser duradera. Nadie decide casarse por un tiempo; quienes lo desean verdaderamente piensan en el principio de una convivencia satisfactoria para ambos, y no en el final de esa relación. Ambos piensan en el matrimonio como la realización plena de su relación hombre-mujer (Gil, F. 1971). ¿Por qué pensar entonces, que no será duradera? Se sabe que esa realización es un proceso constante que no admite límite en el tiempo y que no será posible si en un momento determinado, cada uno toma su propio rumbo. La realidad demuestra que muchas parejas han terminado su relación debido a numerosos factores, entre ellos, las diferencias personales existentes.

1.4.2 CONVERGENCIA Y DIVERGENCIA EN EL MATRIMONIO

El matrimonio, prolongación natural del amor humano, se apoya en una relación de persona a persona; efectivamente, hay dos personas, cada cual con sus propias características, con sus defectos y cualidades; sin ser polos opuestos, difieren entre sí en muchos aspectos. A pesar de ésto, ambos, conscientes de su realidad y por el amor que los une, deben tratar de llevar una vida armoniosa que les permita converger uno en

dirección al otro. Ambos buscan su unidad como pareja porque, aunque el matrimonio libremente aceptado reúne a los novios transformándolos en uno sólo, esta unidad descansa sobre la dualidad de las personas que la componen. Charbonneau, P. (1984), expresa que, a pesar de ser uno, continúan siendo dos.

En esta búsqueda incesante de su unidad, los cónyuges, pueden pasar de la convergencia a la divergencia; de manera que su existencia es encuentro o desencuentro. Se percibe, por lo tanto, un equilibrio inestable debido a que, esa unidad, por estar en devenir, es extremadamente vulnerable.

¿Por qué la pareja busca su unidad? Porque su matrimonio no logra vivir ni sobrevivir si no se unen sólidamente para hacer frente a todas las eventualidades, hay obstáculos que surgen inevitablemente en el transcurso de toda la existencia humana y es necesario sobrepasarlos; y, quizá, algo que alimenta todo esfuerzo sea el construir la felicidad, en este caso, la de ellos, la que más tarde compartirán con sus hijos.

Aunque los cónyuges estén conscientes de la necesidad de la unidad debida a las exigencias de la propia vida, están también conscientes que hay ciertos elementos que la obstaculizan. Charbonneau, P. (1984), cita los siguientes:

a. **Dos psicologías.** En cuanto a que el matrimonio reúne dos psicologías, cabe explicar que, los seres humanos que se unen son diferentes en cuerpo y, profundamente distintos en su espíritu. Cada elemento de la pareja es, desde luego, un individuo con especial constitución física y psicológica, por lo tanto, con ideas que le son propias, con intereses y ambiciones particulares, con necesidades somáticas y emocionales que divergen en mayor a menor grado de las de los demás, de las del otro miembro de la pareja.

La psicología del hombre, tan bien definida en cuanto a su identidad anatómica, está profundamente ligada a su proyecto de paternidad y esposo. Por lo tanto, hay en él un sello de responsabilidad, sostén de los suyos, solidez, firmeza, vigor.

La psicología de la mujer seguirá la línea de su vocación maternal, siendo su maternidad una función que la absorbe enteramente (Sertillanges, citado por Charbonneau, P. 1984). No quiere decir ésto que, la maternidad sea la única orientación susceptible de ser tomada por la mujer. Como cualquier ser humano puede optar por otros medios de realización.

Continuando con su psicología, su universo interior se caracteriza por la presencia de intuición, delicadeza, sensibilidad, invención imaginativa, siempre más atenta al corazón que a la razón.

Es importante que, siendo tan distintos, el hombre y la mujer, se reconozcan como tales, que se interpreten recíprocamente a la luz de su masculinidad y de su feminidad, respectivamente, de modo que, las diferencias no se transformen en motivo de discordia.

b. Dos personalidades. Las psicologías descritas se proyectan en dos personalidades, es así como, en el matrimonio, se enfrentan dos personas, dos seres únicos: los primeros y los últimos en la creación. ¿Hasta qué punto están dispuestos a dejarse penetrar en nombre de una necesitada unidad? ¿Es eso posible cuando, se es, incluso, un bloque impenetrable para sí mismo?

En este punto se hace necesario el insistir en mostrarse tal como se es, sin temor a ser rechazados por ser de esta o de aquella manera; es preferible que se rechace a la verdadera persona, y no que se acepte a una caricatura o máscara; es preferible que el rechazo se dé, si es que se da, en una época en la que no se comprometa a otros seres con la infelicidad. Conocerse a sí mismo: el reto de todos los tiempos, permitirá que haya una comunicación de personalidades más auténtica y fructífera.

c. Dos egoísmos. Por naturaleza, el ser humano maneja cierto egoísmo. Ese egocentrismo no es erradicado por completo en la niñez, hay secuelas de él en la vida adulta que, si adquieren fuerza, pueden poner en peligro una relación que, como el matrimonio, no debe tender a hacer feliz a uno, sino ambos deben hacerse felices mutuamente. Pareciera ser que, el ser humano se ha olvidado de ello, parece ser que ama porque amando, porque dando recibirá mucho más para sí, porque se sentirá capaz de amar y de ser amado, su yo, por lo tanto, se infla y todo, absolutamente todo, retorna a ese egoísmo secreto. Si esto es así, la unidad conyugal es imposible, porque ella requiere una voluntad de servicio genuina por parte de los cónyuges, requiere que ambos sean excéntricos.

d. Dos educaciones. En este sentido es conveniente referirse a la educación asistemática, específicamente familiar, y a la educación sistemática, por aparte.

Suponiendo que, ambos cónyuges, sean del mismo nivel social y cultural, lo cual no ocurre siempre, la diferente educación familiar crea una nueva dificultad. Esto es debido a que, cada familia se estructura

según su propio estilo. Tiene sus valores, sus tabús, sus hábitos, sus criterios, sus costumbres. Todo ésto constituye una herencia específica que se lleva durante el resto de la vida. Por lo tanto, ambos cónyuges han adquirido su personalidad según normas distintas, en dos medios educativos con sus propias características.

Además de esa innegable influencia educativa familiar, cabe mencionar las diferencias en cuanto al nivel educativo alcanzado por intervención de instituciones educacionales. Al respecto, vale la opinión de los Baha'i, citados por Montesanto, L. (1975), quienes dicen que, el mundo de la humanidad tiene dos alas, hombre y mujer. Si un ala permanece incapacitada y defectuosa, restringirá el poder de la otra, y un mundo perfecto será imposible. La perfección y conservación del mundo humano depende a su juicio, del desarrollo equilibrado de estos dos factores. El matrimonio, concebido como un pequeño mundo, necesita también de ese equilibrio, ambos cónyuges deben estar capacitados. La mujer, de la misma manera que el hombre, significará para su esposo, una compañera, una amiga que comparta sus inquietudes intelectuales y emocionales, actuando con él en un plano no de superarlo ni competir, sino de complementarse.

Este nivel educativo de los esposos no sólo influye en lo personal, sino está incidiendo en la integración misma de la familia y en el desenvolvimiento de los hijos. Respecto a esta última idea, Bener citado por Ander- Egg, E. (1987), afirma que, una madre que sabe nada de las ciencias, en general, que no tiene cierta preparación, es una madre cuyos hijos son deficientes en algún sentido. Exageración o no, no se puede negar que hay un impacto en los miembros de la familia.

Castro, C. (1979), explica que se ve lejano el día en que el varón en general, no le importe depender profesionalmente de una mujer. El hombre, en este caso el esposo, de alguna manera es afectado si su compañera le aventaja en ciertos aspectos. Confirmando esta idea, Charaud, B. (1975), dice que, el hombre medio se siente incómodo en presencia de una mujer ostentosamente inteligente, y, la mujer que trata de transformar esa incomodidad en amor, debe emplear una gran parte de su vida, refrenando su talento, pues ha tenido que admitir a disgusto que éste le deparará más perjuicios que beneficios. Cuántas esposas no se encuentran en esta situación, reprimiendo su capacidad intelectual al limitarla o negarla voluntariamente, renunciando al ejercicio de una profesión para la que están preparadas, todo por no poder en peligro una

relación que significa mucho en su vida y por no afectar, psicológicamente a su compañero, porque de ser así, ella será la que, después de todo, pagaría las consecuencias.

e. Enfrentamiento. Si el amor es auténtico dará a cada uno la sabiduría y la paciencia requeridas para quitar uno a uno los elementos conflictivos. Para ello se necesita tiempo y una robusta salud psicológica, contribuyendo ambos, en esto último, al no ser objeto uno del otro, al no ser blanco de una constante agresión psicológica como ha sucedido, por diversas razones, en la sociedad guatemalteca, donde la mujer especialmente, ha sufrido silenciosa e impunemente a lo largo del tiempo. (Franco, 1994).

Pareciera ser que este enfrentamiento, que es un miembro más en muchas familias, se basa en que el ser humano más que “vivir junto a” se ha quedado en un “vivir con”. Charbonneau, P. (1984), citando a Bazin, establece la diferencia entre estos dos tipos de vivir. “Vivir con” es conformarse con el enfrentamiento, crear un modos vivendi a base de tolerancia y de concesiones, establecer una unidad poco estable minada por la tenaz dualidad que no se llega a superar. “Vivir junto a” es superar el enfrentamiento, es reunirse más allá de las oposiciones, es luchar por la felicidad sabiendo que hay muchos factores que la obstaculizan, es aceptar que se tienen diferencias, pero que se ama a la persona a pesar de ellas, porque un rechazo a una diferencia, de la misma manera que a una actitud o a una conducta, no puede traducirse en rechazo a la persona como tal; lo primero es más superable que lo segundo.

Por lo tanto, aunque no puede lograrse una convergencia total y permanente, tampoco debe haber resignación al aceptar una divergencia que ponga en tensión a la pareja, que conduzca a ambos a darse la espalda, naciendo con ello la incomunicación, el silencio y el distanciamiento, primero psicológico y, luego, físico.

1.5 CULTURA

1.5.1. DEFINICION

El ser humano así como vive en una sociedad también comparte y acepta una cultura.

Riverso, E. (1974), define la cultura como un conjunto de esquemas operativos e interpretativos mediante los cuales un grupo humano orienta sus actividades y da fisonomía a su mundo y un sentido a su vida. Esquemas, la cultura está integrada por esquemas que son interiorizados

por el individuo a través del proceso de socialización al que es expuesto desde que nace.

Demarchi, F. (1986), citando a Taylor, explica que la cultura es un conjunto complejo que comprende el conocimiento, la creencia, el arte, la moral, el derecho, las costumbres y otras capacidades adquiridas por el hombre como miembro de la sociedad. Por lo tanto, todo lo que el hombre hace y piensa está influenciado por la cultura a la que pertenece, no quiere decir ésto que permita ser manejado mecánicamente por la cultura por la sociedad que la vive, porque se estaría negando su voluntad para efectuar cambios y su criterio personal.

Merani, A. (1984), la define como un elemento integrante del devenir social que se revela en las formas más diversas: magia, cosmologías, concepciones raciales del mundo, representaciones de la estructura de clase de una sociedad, etc. Al hablar de concepciones raciales del mundo, cabría colocar a la par, los estereotipos que afectan la convivencia humana y que son una herencia social.

Rocher, G. (1973), por su parte, define la cultura como un conjunto trabado de maneras de pensar, de sentir y de obrar más o menos formalizadas, que, aprendidas y compartidas por una pluralidad de personas, sirven de un modo objetivo y simbólico a la vez, para constituir a esas personas en una colectividad particular y distinta. De acuerdo a ésto, la cultura afecta toda actividad humana llegando a establecerse como en una realidad vivida por todos.

Con respecto a la formalización de esas maneras de pensar, sentir y obrar conviene indicar que están muy formalizadas cuando aparecen en un código de leyes, en fórmulas rituales, en ceremonias, en un protocolo, o en conocimientos científicos. Aparecen menos formalizadas en las artes, el derecho consuetudinario, en determinados aspectos de las reglas de urbanidad, sobre todo aquellas que regulan las relaciones interpersonales entre individuos que se conocen y tratan desde hace mucho tiempo. De cualquier manera, ya sea que estén muy formalizadas o no, la persona aprende esas maneras de pensar, de sentir y de obrar, a través de diversos modos, debido a que le sirven para vivir en el seno de una sociedad particular, le hacen sentirse aceptado por ese grupo social, y con ese sentimiento positivo le es menos difícil continuar el camino que lo lleva

a la consecución de sus metas.

1.5.2 FUNCIONES DE LA CULTURA

Al analizar las diferentes definiciones que se han dado al término de cultura, es posible percibir alguna de sus funciones. A la interrogante del para qué de la cultura, Rocher, G (1973), responde destacando dos funciones:

a. Función social.

Sociológicamente, la cultura tiene una función esencial que consiste en reunir a una pluralidad de personas en una colectividad específica, y, aunque otros factores también contribuyen a la consecución de este resultado (lazos de sangre, proximidad geográfica, por ejemplo), estos mismos factores son transpuestos y reinterpretados en y por la cultura, la cual les da una significación y un alcance que van mucho más allá de los que ya poseen naturalmente.

Por lo tanto, la cultura se revela como un universo mental, moral y a la vez simbólico, común a una pluralidad de personas, gracias al cual, todas ellas pueden comunicarse entre sí, reconociéndose mutuamente unos vínculos, unos intereses comunes, unas divergencias, y sintiéndose cada uno, individual y colectivamente, miembros de una misma entidad. La cultura prácticamente hermana a las personas, las lleva a unirse en cualquier lugar donde se encuentran porque se sienten identificadas unas con otras, en cuanto a un estilo de vivir que, aunque difiere en algo, se asemeja mucho.

b. Función Psíquica

Psicológicamente hablando, la cultura desempeña una función moldeadora de las personalidades individuales. Demarchi, F. (1976), diría que es un proceso formativo de la personalidad humana el que se sufre al contacto con una cultura. Y es que, si la cultura influye en las características de un grupo humano es porque, de alguna manera, influye en las características de los individuos que lo integran.

Una cultura puede ser comparada con un molde sobre el que se vierten las personalidades psíquicas de los individuos. Dicho molde les propone o les proporciona unos modos de pensar, unos conocimientos, unas ideas, unas formas privilegiadas para expresar sus sentimientos, unos medios de satisfacer unas necesidades fisiológicas, etc. Ahora bien, este molde no es absolutamente rígido, es lo bastante flexible como para permitir las adaptaciones individuales, de manera que, cada persona

asimila la cultura de acuerdo a su propia idiosincrasia; en alguna medida, la reconstruye a su modo. Sin embargo, esta flexibilidad tiene unos límites que no pueden ser rebasados porque, de lo contrario, el individuo quedaría marginado de esa cultura. Esto como es lógico, afectaría su vida, correría el riesgo de sentirse aislado y rechazado, situación que estaría en contra de la tendencia del ser humano: evitar el sufrimiento y buscar la felicidad.

Esta doble función de la cultura, sociológica y psicológica, se comprende y explica realmente en el contexto de otra función más general y más fundamental, aquella que posibilita y favorece la adaptación del hombre a la sociedad, a su entorno y a la totalidad de realidades con las que debe vivir, y de las que no puede desentenderse porque son parte de su existir.

1.5.3 ESTEREOTIPOS EN RELACION A LOS ROLES MASCULINO Y FEMENINO.

En párrafos anteriores, al hacer mención de la definición de cultura proporcionada por Merani, se agregaba al vocablo de estereotipo como parte de la herencia cultural de los individuos.

Davidoff, L. (1989), citando a Ashmore, define el estereotipo como un pensamiento bastante simple y rígido relacionado con individuos y grupos sociales. Estos estereotipos tienen la característica de autopropetarse, en parte, a causa de que el comportamiento de la gente que estereotipa provoca que el blanco actúe de modo que confirma el estereotipo. De esta cuenta, hombres y mujeres han sido sujeto y objeto de estereotipos. En cuanto a las mujeres, si se les hace creer que interactuarán con un hombre con ciertos estereotipos referentes a las damas, se presentan en lo físico y en lo verbal, conforme a los estereotipos. (Davidoff, L. 1989, citando a von Baeyer y cols., y Zanna y Park).

Ahora bien, los estereotipos relacionados con los roles masculino y femenino se basan en los papeles sexuales que la sociedad ha aceptado y transmitido. Así, en general, los sujetos dicen que las damas deben ser gentiles, amables y sensibles a los demás; se aguarda que desempeñen un papel expresivo que sirvan a las necesidades físicas y psicológicas de los miembros de la familia y que promuevan la armonía. De los varones se espera que, sean dominantes, activos, emprendedores y estables, ambiciosos e independientes, y que desarrollen la lógica. (Feather citado por Davidoff, L. 1989). Si alguno de los dos adopta características del otro sexo, empieza a ser objeto de crítica y rechazo latente o manifiesto.

Antes de continuar, es preciso aclarar que, los estereotipos no necesariamente han de ser negativos, algunos pueden hacer alusión a aspectos positivos, pero, es bueno reconocer, que han sido comúnmente destacados por sus características desfavorables para grupos en particular.

En casi todas las culturas, el papel sexual masculino se valora más que el femenino. Al respecto, Montago, A. (1973), dice que, si los hombres estuviesen formados en la verdad y se enteraran de los hechos y, si hubieran sido educados en una sociedad que pusiese los correspondientes signos de interrogación sobre las tradiciones anacrónicas y las ideas que se toman por verídicas sin ningún fundamento, serían capaces de deshacerse con más facilidad de la tela de araña de las falsas creencias en torno a las mujeres. Definitivamente, repetidas veces, sin conocer otra cosa que el género, la gente supone que los varones son más competentes que las damas. Ante esta situación, la mujer sufre un proceso de devaluación, y lo que es peor, se autodesvaloriza. Esto se hizo patente en una investigación realizada por Baumgarther citado por Davidoff, L. (1989), en la que se pidió a los alumnos de los grados de tercero primaria hasta el tercero de preparatoria, que se imaginaran que despertaban un día y que descubrían que se habían transformado en miembros del sexo opuesto. Las niñas sentían que les iría mejor como varones; los niños consideraban que ser niñas sería un desastre. Por lo tanto, la misma sociedad, la misma cultura, aceptan tal diferencia y la refuerzan valorando menos a la mujer y concediéndole menos beneficios.

Relacionando las ideas que se manejan respecto a estos roles y de la actitud que se adopta ante ellos, Ander-Egg, E. (1987), explica que la variabilidad de los papeles propios de la mujer y del varón en diversas culturas y pueblos, pone de relieve que, lo que se ha atribuido como propio de la naturaleza femenina y de la naturaleza masculina, se explica por factores culturales más que por factores biológicos y genéticos relacionados con el sexo.

Otro punto importante en este contexto, es el referente a la preparación académica de la mujer. Al respecto, Ander-Egg, E. (1987), citando a Lluriá, expresa que, ha sido idea predominante en muchas sociedades que, si las mujeres pueden estudiar deben hacerlo, pero no una carrera técnica o aplicada, sino de esas muchas bellas, a las que los hombres, por desgracia, no pueden dedicarse, como las letras, la filosofía y las artes. Como se ve, esta idea ha limitado la participación de la mujer en otras áreas, y al mismo tiempo ha repercutido psicológicamente en ella, al generar desconfianza en su capacidad. Quienes hacen caso omiso de

esas ideas, sufren las consecuencias de una sociedad injusta.

Actualmente, algunas sociedades han reconocido el fuerte impacto positivo de las mujeres preparadas, de manera que, no quieren mujeres ignorantes, pero tampoco se admite con facilidad a la mujer sabia. Lo ideal parece ser, la mujer estudiada, producto intermedio entre la sabia y la ignorante.

Por último, un estereotipo dependiente de las ideas mencionadas, se refleja en la frase citada por el mismo Ander-Egg, E. (1987): "la casa del hombre es el mundo, el mundo de la mujer es el hogar". Este pensamiento está enraizado en la mayoría de las sociedades: el papel de la mujer está enmarcado en el contexto familiar, en los quehaceres domésticos, es allí su verdadero lugar; el papel del hombre es prepararse para conquistar el mundo y no dejarse aventajar por la mujer en ningún sentido. El vencer esta idea, el transformarla en nombre de un derecho, ha costado grandes esfuerzos a varias generaciones de mujeres que, al haber desafiado las ideas convencionales, han triunfado y adquirido poder y, aunque se sintieron en algún momento como seres raros, ésto no les restó energías ni tenacidad para continuar luchando por lo que creían y aún creen.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El hombre, un ser limitado, experimenta cada día el choque con la realidad produciéndose en él una frustración. La frustración es un fenómeno presente en todas las áreas del quehacer humano; en realidad, no ha existido alguien que no se haya sentido frustrado en algún momento.

Dentro del género humano, aparece un ser con ciertas características que lo hacen diferente; ese ser es la Mujer.

La mujer ha estado sujeta a una serie de situaciones que, a la larga, han contribuido a que su imagen, más que como mujer, como ser humano, adquiera otros matices. Fue necesario, y aún lo sigue siendo, el que la mujer se sitúe frente a sí misma, frente al espejo de su interioridad para descubrir quién es, y en posesión de su libertad, quién quiere ser. Hay cantidad de mujeres que, al sentirse impotentes en su lucha contra presiones ambientales y estereotipos socio-culturales, han descubierto que son alguien diferente de quien hubieran querido ser; hay otras que, a pesar de nadar contra la corriente, poniendo en tela de juicio los roles sexuales heredados culturalmente, han asumido la responsabilidad de su vida y, creyendo en lo que quieren ser y en lo que es mejor para ellas porque están convencidas de ello, avanzan cada vez más trazando y alcanzando sus metas pese a los obstáculos que encuentran. Dentro de este segundo grupo se ubica un tipo de mujer que, repetidas veces, despierta en quienes la rodean, sentimientos de cólera, lástima, comprensión, o una mezcla de todo esto. Lo anterior se refiere a la mujer que, habiendo obtenido un título universitario o estar muy cerca de él, siendo aún estudiante, ha decidido compartir su vida formando una familia con una persona que, sin ser menos como ser humano, es aventajada por ella en cuanto a nivel académico.

Hay muchos matrimonios que tienen la característica mencionada en el párrafo anterior y la sociedad está a la expectativa de las consecuencias de esa distancia académica entre los cónyuges. Generalmente, se piensa que, en estos casos, el esposo es quien experimenta una frustración; este estudio no pretende negar esta situación de por sí difícil para el esposo, sino pretende dar respuesta a la interrogante: ¿Existe frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo?

2.1 OBJETIVO

Determinar el o los agentes frustrantes en mujeres con un nivel académico superior al de su esposo.

2.2 HIPOTESIS

- H1 Existe frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo.
- H0 No existe frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo.

- H2 Existe diferencia entre el nivel de frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo y los niveles de frustración en mujeres con similar preparación académica y en mujeres académicamente inferiores a su esposo.
- H0 No existe diferencia entre el nivel de frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo y los niveles de frustración en mujeres con similar preparación académica y en mujeres académicamente inferiores a su esposo.

- H3 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas extrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas extrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.

- H4 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas extrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas extrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.

- H5 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas intrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.

- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas intrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H6 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas intrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas intrapunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H7 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas impunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas impunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H8 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas impunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas impunitivas de un grupo de mujeres académicamente superiores a su esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H9 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de predominio del obstáculo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de predominio del obstáculo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.

- H₁₀ Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de predominio del obstáculo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H₀ No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de predominio del obstáculo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H₁₁ Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de defensa del yo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H₀ No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de defensa del yo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H₁₂ Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de defensa del yo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H₀ No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de defensa del yo de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H₁₃ Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de persistencia de la necesidad de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H₀ No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de persistencia de la necesidad de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H₁₄ Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de persistencia de la necesidad de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.

- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre las respuestas de persistencia de la necesidad de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y las de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H15 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre el índice de conformidad al grupo, de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y el de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre el índice de conformidad al grupo, de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y el de un grupo de mujeres académicamente similares a él.
- H16 Existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre el índice de conformidad al grupo, de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y el de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.
- H0 No existe diferencia estadísticamente significativa al 1% entre el índice de conformidad al grupo, de un grupo de mujeres académicamente superiores al esposo y el de un grupo de mujeres académicamente inferiores a él.

2.3 VARIABLES DE ESTUDIO

Frustración

Mujeres

Nivel

Nivel Académico

Esposo

2.4 DEFINICION DE VARIABLES

DEFINICION CONCEPTUAL

Las variables de estudio se definen en los siguientes términos:

Frustración: vivencia de fracaso, de no consecución de lo que se esperaba, de perjuicio, de injusticia (reales o sentidos como tales por el sujeto). (Dorsch,1981).

Mujeres: seres humanos, y como tales, totalidades integradas de cuerpo y espíritu, inteligentes y libres, elevadas a un destino trascendente, dotadas de una personalidad individual. (Balmaseda, 1986)

Nivel: grado o altura que alcanzan ciertos aspectos de la vida social. (Diccionario Enciclopédico Espasa I, 1986).

Nivel Académico: grado obtenido en el campo educacional y/o profesional. (Diccionario Enciclopédico Espasa I, 1986).

Esposo: persona de sexo masculino que ha contraído esponsales. (Diccionario Enciclopédico Espasa I, 1986).

DEFINICION OPERACIONAL

Las variables serán operacionalizadas a través de:

- Test Proyectivo de Frustración de Rosensweig.
- Boleta de Opinión.

2.5 ALCANCES

El estudio se realizó en la cabecera departamental de Quetzaltenango y abarcó a mujeres casadas que son estudiantes universitarias o profesionales, trabajadoras y no trabajadoras, comprendidas entre los 25 y los 45 años de edad.

2.6 LIMITES

Debido al tipo de instrumento utilizado (test proyectivo) el estudio no abarcó un gran número de personas. Por otra parte, de los tres grupos a quienes se aplicó la boleta de opinión, sólo fueron consideradas las respuestas aportadas por el grupo clave, es decir, el integrado por mujeres académicamente superiores a su esposo; esta situación, más que una limitante, deja abierta la posibilidad de estudiar, posteriormente, los agentes frustrantes en los otros dos grupos.

2.7 APORTE

Teniendo en cuenta que, el verdadero impacto de la psicología no se sentirá a través de productos tecnológicos sino por medio de su efecto sobre la vida de las personas, este estudio pretende ser un espacio dedicado a la mujer, especialmente a la mujer casada y académicamente superior a su esposo. Es una oportunidad, primero para ella, de analizar su situación, y, en segundo lugar, para quienes comparten con ella de

alguna forma, no con el fin de señalarla, atacarla o compadecerla sino de comprenderla que es muy diferente, y de observar las actitudes que se adoptan frente a ella. Por lo tanto, este estudio será un aporte para las parejas y familias en su intento por promover un ambiente psicológicamente sano, para catedráticos y estudiantes de la carrera de psicología en su afán de comprender la conducta humana y favorecerla positivamente, para todos aquellos que creen en el principio de autorrealización personal y para aquellos que se sienten identificados con la defensa de los derechos del ser humano en general y de la mujer en particular.

III. METODO

3.1 SUJETOS

El estudio comprendió tres grupos de mujeres casadas (estudiantes universitarias o profesionales, trabajadoras y no trabajadoras) que oscilan entre los 25 y los 45 años. La descripción de los grupos es la siguiente:

Primer Grupo: mujeres académicamente superiores a su esposo.

Segundo Grupo: mujeres con similar preparación académica a su esposo.

Tercer Grupo: mujeres académicamente inferiores a su esposo.

Los sujetos de la investigación se distribuyeron en la siguiente forma:

	Grupo No. 1	Grupo No. 2	Grupo No. 3	Total	%
Profesionales	9	12	10	31	52
Estudiantes	11	8	10	29	48
TOTAL	20	20	20	60	
%	33.3	33.3	33.3		100

3.2 INSTRUMENTO

Los instrumentos utilizados en este estudio fueron el Test de Frustración de Saúl Rosensweig y una Boleta de Opinión.

Aguirrezabal, A. (1995) indica que el Test de Frustración de Rosensweig es un test proyectivo que tiene como objetivo el estudio de la personalidad, a través de las reacciones ante situaciones frustrantes. Conviene aclarar que no mide si existe o no frustración sino da por hecho que se manejan ciertas frustraciones, su utilidad, por lo tanto, está en establecer cuáles son las reacciones de los distintos sujetos. Su autor, S.

Rosensweig, incluye una serie de 24 láminas con dibujos, cada una de los cuales representa una escena de frustración obtenida de la vida real, en la que participan dos personajes, se pretende que el examinando se identifique con el sujeto de la derecha. Todos los detalles de las figuras (mímica, motórica, rasgos, etc.) se han suprimido para hacer el material más impreciso y favorecer así la proyección e identificación.

El test viene en dos presentaciones: una para niños y la otra para adolescentes y adultos; esta última fue la que se utilizó en esta investigación debido a las características de la muestra. Puede ser aplicado en forma individual y colectiva, en esta investigación se utilizaron ambas formas.

No hay tiempo estipulado para la prueba pero se pide al examinando que no se detenga mucho tiempo para responder, que anote la primera respuesta que se le ocurra.

Además del protocolo con las 24 láminas, la prueba cuenta con una hoja de respuestas donde el examinando las va registrando. En el reverso de la hoja, hay un espacio para la evaluación de las respuestas, la cual incluye: clasificación de dichas respuestas, elaboración de perfiles, esquemas y tendencias, y la interpretación total de la prueba.

Con respecto al cuestionario, este constó de 18 preguntas que permitieron contar con información general de los grupos que conformaron la muestra y, al mismo tiempo, determinar los posibles agentes frustrantes.

3.3 PROCEDIMIENTO

En la realización del presente estudio se siguieron los pasos que a continuación se enumeran:

1. Elección y definición del tema y problema.
2. Elaboración del sumario y bibliografía.
3. Establecimiento de los contenidos del índice.
4. Investigación y redacción del marco teórico.
5. Planteamiento del problema.
6. Descripción del método.
7. Presentación del anteproyecto al Consejo Ejecutivo de las Facultades de Quetzaltenango de la Universidad.
8. Aplicación de los instrumentos.

9. Tabulación e interpretación de los resultados obtenidos a través de los instrumentos seleccionados.
10. Presentación y discusión de resultados.
11. Elaboración de conclusiones y recomendaciones.
12. Redacción del informe final de la investigación.

3.4 DISEÑO

Esta investigación es de tipo “Ex post factum”, cae dentro del campo de investigaciones descriptivas, en cuanto que estudia lo que es en las interrelaciones de variables sin manipularlas. De acuerdo a Achaerandio (1992), citando a Chapin y Greenwood, la investigación ex post factum designa una investigación preexperimental; y, citando a Kerlinger, explica que se trata de un estudio sistemático y empírico de las posibles influencias y relaciones de variables entre sí, en aquellos casos en que, o no se pueden manipular las variables independientes, o ya sucedieron los eventos y las posibles influencias entre variables. Por lo tanto, sólo hay inferencias desde afuera sobre las relaciones entre esas variables.

3.5 METODOLOGIA ESTADISTICA

El procedimiento estadístico que se utilizó fue la Significación de Diferencia de Medias auxiliándose de la “t” de student. Los pasos seguidos fueron:

- a. Establecer el nivel de confianza. Se trabajó con el 1%.
- b. Averiguar “t” en base a la siguiente fórmula:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(N_1 \sigma_1^2 + N_2 \sigma_2^2)}{N_1 + N_2} \cdot \frac{(N_1 + N_2)}{N_1 N_2}}}$$

- c. Comparar el valor de “t” encontrado con el que dan las tablas para g.l. = $N_1 + N_2 - 2$ y el nivel de confianza del 1%, se trabajó con 38 g.l. a los que corresponde una Razón Crítica t de 2.71.

En los casos en que el valor “t” fue mayor o igual a 2.71 se concluyó, al nivel de confianza del 1%, que la diferencia era significativa; y, en los casos en que fue menor, se afirmó que la diferencia no era significativa.

En relación al proceso estadístico adoptado para considerar los resultados obtenidos con la boleta de opinión, se trabajó con la Fiabilidad de Proporciones, siguiendo los pasos que a continuación se enumeran:

1. Establecer el nivel de confianza. Se trabajó con el 1% = 2.58.
2. Hallar el error típico de proporciones:

$$\sigma_p = \sqrt{\frac{p \cdot q}{N}}$$

3. Encontrar el error muestral: $E = 1\% \times \sigma_p$
4. Establecer los límites fiduciaros: $p \pm E$

IV. PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados obtenidos en esta investigación para lo cual se muestran los diferentes cuadros en donde se expresan las medias aritméticas, desviaciones típicas, número de casos, factores y aspectos evaluados, así como los análisis respectivos obtenidos al considerar la **Significación de Diferencia de Medias** de los distintos factores.

Cuadro No. 1

FACTOR E						
	G ₁	G ₂	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	3	2.59	2.71	2.59 < 2.71 NO
\bar{X}	47	50				
σ_d	3.1	4.0				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo.

La diferencia de las respuestas extrapunitivas entre mujeres académicamente superiores al esposo y mujeres con igual nivel académico al de él, **no es significativa** al nivel de confianza del 1% esto indica que ambos grupos muestran agresividad hacia los demás en similar grado. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis No. 3 y se acepta la nula correspondiente.

Cuadro No. 2

FACTOR I						
	G ₁	G ₃	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	5	8.20	2.71	8.20 > 2.71 SI
\bar{X}	46	51				
σd	1.5	2.2				

Fuente :Test de Rosenzweig. Investigación de campo.

La diferencia entre las respuestas intrapunitivas de mujeres académicamente superiores y las de aquellas académicamente inferiores al esposo, **es significativa** al nivel de confianza del 1%, confirmándose la hipótesis No. 6. Por lo tanto, las primeras manifiestan una menor agresión hacia sí mismas que las segundas, no se atribuyen sentimientos de inferioridad, culpabilidad ni remordimiento.

Cuadro No. 3

FACTOR M						
	G ₁	G ₂	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	4	3.85	2.71	3.85 > 2.71 SI
\bar{X}	57	53				
σd	2.6	3.7				

Fuente: Test de Rosensweig. Investigación de campo

La diferencia entre las respuestas impunitivas de mujeres académicamente superiores y las de aquellas con un nivel académico igual al del esposo, **es significativa** al nivel de confianza del 1%, por lo tanto se confirma la hipótesis No. 7. Esto indica que, en muchos casos, las primeras no se sienten culpables por lo que ocurre, ni ven como culpables a los demás porque consideran las situaciones como inevitables. Muestran un comportamiento conciliatorio de conformidad.

Cuadro No. 4

FACTOR M						
	G ₁	G ₃	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	4	4.76	2.71	4.76 > 2.71 SI
\bar{X}	57	53				
σ_d	2.6	2.6				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo.

La hipótesis No. 8 se confirma debido a que la diferencia entre las respuestas impunitivas de mujeres académicamente superiores y las de mujeres académicamente inferiores al esposo, es **significativa** al nivel de confianza del 1%, señalando que las primeras son menos agresivas contra sí mismas y contra el exterior. En estos casos puede existir: aceptación voluntaria de la situación o una infravaloración del obstáculo. Este cuadro y el anterior aportan datos para confirmar la hipótesis número 2.

Cuadro No. 5

FACTOR O-D						
	G ₁	G ₂	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	5	6.02	2.71	6.02 > 2.71 SI
\bar{X}	61	56				
σ_d	2.5	2.6				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo

La hipótesis No. 9 se confirma debido a que la diferencia entre las respuestas de dominio del obstáculo de mujeres académicamente superiores al esposo y de las que son similares a él, es **significativa** al nivel de confianza del 1%, estableciendo que aquéllas se sienten más débiles ante los obstáculos que las segundas, hablan de ellos o manifiestan verbalmente su despreocupación; en realidad se ven presionadas por ellos pero a pesar de eso no se agreden a sí mismas ni a los demás.

Cuadro No. 6

FACTOR E-D						
	G ₁	G ₃	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	4	5.00	2.71	5.00 > 2.71 SI
\bar{X}	38	34				
σ_d	2.6	2.3				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo.

La diferencia entre las respuestas de egodefensa de mujeres académicamente superiores al esposo y las de aquellas inferiores a él académicamente hablando, es **significativa** al nivel de confianza del 1%, por lo tanto, la hipótesis No. 12 se confirma. Esto indica que las primeras tienden más que las segundas a hacer aparecer su yo como lo más importante; se sienten afectadas personalmente por encontrar interferencia a la libre expansión de sus tendencias, pero a pesar de ello mantienen sus propios intereses.

Cuadro No. 7

FACTOR N-P						
	G ₁	G ₂	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	4	4.54	2.71	4.54 > 2.71 SI
\bar{X}	53	57				
σ_d	2.6	2.8				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo.

Se confirma la hipótesis No. 13 debido a que la diferencia entre las respuestas de persistencia de la necesidad de mujeres académicamente superiores al esposo y las de mujeres con similar grado académico al de él, es **significativa** al nivel de confianza del 1%; por lo tanto, las primeras tienden menos a mostrarse exigentes en la solución de la situación frustrante que las segundas, tampoco piden ayuda a otros para que les resuelvan sus conflictos.

Cuadro No. 8

FACTOR N-P						
	G_1	G_3	d	Valor "t"	Rc t	Significación
N	20	20	4	4.54	2.71	4.54 > 2.71 SI
\bar{X}	53	57				
σ_d	2.6	2.8				

Fuente: Test de Rosenzweig. Investigación de campo

Se confirma la hipótesis No. 14 puesto que la diferencia entre las respuestas de persistencia de la necesidad entre mujeres académicamente superiores al esposo y mujeres académicamente inferiores a él, es **significativa** al nivel de confianza del 1%; por lo tanto, el primer grupo tiende menos a mostrarse exigente en la solución de la situación frustrante, que el segundo, tampoco pide ayuda a otros para que le resuelva sus problemas.

- Del cuadro resumen de estadísticos (Ver anexos)

No se encontró diferencia entre los grupos evaluados en los siguientes factores:

- **E** de mujeres académicamente superiores e inferiores.
- **I** de mujeres académicamente superiores y similares.
- **M** de mujeres académicamente similares e inferiores.
- **O-D** de mujeres académicamente superiores e inferiores.
- **E-D** de mujeres académicamente superiores y similares.
- **N-P** de mujeres académicamente similares e inferiores.
- **G.C.R.** fue el mismo para los tres grupos.

Por lo tanto se rechazan las hipótesis Nos.4, 5, 10, 11, 15 y 16 y se infiere que no existe diferencia entre las respuestas correspondientes a los factores anteriores al comparar los resultados de los grupos en cada uno de ellos.

CUADRO RESUMEN BOLETA DE OPINION:

ITEM	F	P	°P	E	IC	OBJETIVO	
12	SI	16	0.80	0.089	0.230	1.03	
	NO	04	0.20	0.089		0.57 0.47 -0.03	
13	SI	14	0.70	0.102	0.263	0.963	
	NO	06	0.30	0.102		0.437 0.563 0.037	
14	Intraindividual	3	0.21	0.091	0.235	0.445	X
	Social	3	0.21	0.091		-0.025	
	Familiar	11	0.79	0.091		1.025 0.555	
15	SI	07	0.35	0.107	0.276	0.626	
	NO	13	0.65	0.107		0.074 0.926 0.374	
16	a.	12	0.57	0.111	0.286	0.856 0.284	X
	b.	09	0.43	0.111	0.286	0.716 0.144	X
	c.	09	0.43	0.111	0.286	0.716 0.144	X
	d.	09	0.43	0.111	0.286	0.716 0.144	X
	e.	06	0.29	0.101	0.261	0.551 0.029	
	f.	06	0.29	0.101	0.261	0.551 0.029	
	g.	04	0.19	0.088	0.227	0.417 -0.037	
	h.	02	0.10	0.067	0.173	0.273 -0.073	
17	SI	15	0.75	0.097	0.250	1.00 0.50	
	NO	05	0.25	0.097	0.250	0.50 0.00	

En el cuadro de resumen se presentan los intervalos confidenciales obtenidos en los items de la boleta de opinión administrada y que permiten verificar el objetivo propuesto para la investigación. Además con el cuadro de resumen y teniendo en cuenta todo el proceso de análisis estadístico de la dirección de la agresividad, se verifica la hipótesis principal (H_1) del trabajo que dice: Existe frustración en mujeres académicamente superiores a su esposo.

V. DISCUSION DE RESULTADOS

El fenómeno psicológico de la frustración es un punto de mucho interés para el ser humano en general, no sólo para la mujer. Cuánto proyecto y cuántas decisiones se quedan en simples ideas no llevándose a la práctica por temor a encontrar frustración o por haber dejado que ésta domine la existencia del hombre.

Al determinar la existencia o no existencia de frustración en mujeres académicamente superiores al esposo se estableció que sí existe (Cuadro de resumen de boleta de opinión) confirmándose la hipótesis principal y lo indicado por Bonino, S. (1984), al expresar que la frustración está siempre presente, pues el hombre, a pesar de sus fantasías de omnipotencia, es limitado y experimenta cada día el choque con la realidad.

Ahora bien, esa frustración tiene como agentes una serie de situaciones (Cuadro de resumen de boleta de opinión), en varias de ellas figura el esposo; aunque la mayoría de ellas reconozca estar apoyada por él (Cuadro de resumen de boleta de opinión), esto no significa que sea excluido de la dinámica frustrante y que no se produzcan en él sentimientos ambivalentes respecto a su esposa. Definitivamente, en pleno siglo XX, ya casi a la puerta del XXI, persiste una serie de estereotipos sociales en relación a la posición del hombre y de la mujer en el contexto familiar y social. Aún se piensa que el hombre debe ser superior en todo a la mujer y que, en una pareja, debe mantenerse esa idea. Si el hombre se ve aventajado por su esposa en algún aspecto siente que no está respondiendo a las expectativas de la sociedad. Por otra parte, la mujer siente que su matrimonio se ha alejado de la norma y por ello la presión social representa un factor importante en la introyección extremista de estereotipos.

Parece ser que la "pareja común" que la sociedad acepta se alimenta con las siguientes ideas:

- el hombre debe ser mayor que la mujer.
- El hombre debe percibir un mejor salario al de la mujer.
- El hombre, por ser más inteligente, debe ser más preparado que la mujer.

Lo anterior es lo común, no se indica por eso que lo que se aparte de ello represente un escándalo; lo que sucede es que en el fondo se manejan estas ideas, hecho que perjudica una relación. Pareciera necesario que, tanto hombres como mujeres, se desprendieran de esa serie de

estereotipos, establezcan los propios, sabiendo por qué motivo deciden descartar unos, modificar otros o conservar intactos unos terceros; de esta manera comenzarían a vivir su relación de pareja en función de la totalidad de seres humanos que son, y no en relación a un aspecto que es precisamente una diferencia.

Dadivof, L. (1989) indica que si la mujer, en cualquier contexto, desafía las ideas convencionales y triunfa adquiriendo cierto poder, es probable que se sienta como un ser raro, pero no por ello menos que los demás o discriminada; es aquí donde se hace necesaria la actitud que muchas han asumido y están asumiendo: el vivir su vida de acuerdo a sus propias convicciones, manejando inteligentemente el aspecto social sin por ello perjudicar a otros o a sí mismas. Al fin de cuentas, ellas se estarían dando una oportunidad para autorrealizarse a otro nivel y como expresa Asturias, L. (1994) es un derecho reconocido universalmente porque se asegura una existencia más digna.

Retomando el aspecto de la frustración en sí, Varona, C. (1984) establece que aquella existe generalmente por fracasos en los actos que tienden a la realización de algún deseo, o al logro de alguna meta frente a los que han surgido algún obstáculo que no se ha sabido, no se ha podido o no se ha querido superar. Ante este truncamiento o interferencia se puede reaccionar de maneras distintas; Rosenzweig, citado por Kramer, Ch. (1969) menciona las siguientes: reacciones extrapunitivas, intrapunitivas e impunitivas; respuestas de necesidad persistente, de dominio del obstáculo y de defensa del yo. Al respecto, el grupo de esposas académicamente superiores a su esposo reveló los siguientes datos en relación a los otros grupos investigados, ellas manifiestan:

- Un menor grado de agresión hacia sí mismas que las que son académicamente inferiores al esposo, así como, un menor grado de agresión hacia los demás que aquellas cuyo nivel académico es similar al de su pareja. Estos dos puntos conducen a preguntarse qué es lo que motiva esta actitud: ¿la aceptación voluntaria?, ¿infravaloración del obstáculo frustrante?, ¿una total indiferencia?, ¿una represión enmascarada? De ser esta última, no hay que olvidar las consecuencias psicológicas que puede generar.

- Que de los tres grupos, ellas son quienes desarrollan menos sentimientos de culpabilidad, de inferioridad o remordimientos. Responsabilizan menos a los demás, simplemente ven muchos de los obstáculos como algo inevitable y esto contribuye a que, según el test, se

proyecten menos frustradas que las demás.

- Que los obstáculos que motivan frustraciones en este grupo, son objeto de comentarios por parte de ellas quienes también pueden indicar verbalmente que no les preocupan, esto se da en mayor escala, por lo menos en relación a las académicamente similares a la pareja. Lo anterior sucede porque en el fondo se sienten dominadas por la situación; las esposas del otro grupo utilizan otros mecanismos de defensa para afrontar su problemática.

- En relación a las académicamente inferiores, se consideran mujeres de mucha valía, luchan por sus intereses, defienden su yo haciéndolo ver como algo muy importante. Sin embargo, en el fondo hay cierta debilidad que es la que permite que, a pesar de la fortaleza exterior, los obstáculos lleguen a dominar en un momento dado, debido a que personalmente se sienten afectadas.

- De los tres grupos, ellas son las que menos esperan que alguien resuelva su situación, ni lo hacen ellas desesperadamente, ni se formulan falsas esperanzas de que el tiempo o las circunstancias ofrecerán una solución.

- No estar menos adaptadas al grupo social que las demás, pero junto a los otros dos grupos, manifiestan un nivel bajo de adaptación por los naturales obstáculos que la sociedad en la que se vive presenta; funcionan lo mejor que pueden en los distintos ambientes aunque muchas veces con dificultad.

Todo lo anterior permite señalar que hay frustración en ellas, pero han sabido manejarla aunque por momentos se ven dominadas por los obstáculos; no hay que pasar por alto que, tomando en cuenta el factor-diferencia con el esposo en esta investigación, las personas que integran el grupo clave, son preparadas intelectual y profesionalmente hablando, lo que indica que tienen cierta habilidad para manejar sus situaciones. Por esta razón, muchas de ellas, a pesar de los momentos difíciles, se ven a sí mismas como mujeres felices (Cuadro de resumen de boleta de opinión) y dispuestas a seguir adelante en nombre de una merecida autorrealización. Es la sociedad con sus ideas, la que muchas veces las ve con pena o lástima porque se cree que hay infelicidad en su vida; de hecho sí la hay pero no más que en las demás.

VI. CONCLUSIONES

- Sí existe frustración en mujeres académicamente superiores al esposo, siendo la causa una serie diversa de factores de origen intraindividual, familiar y social que involucran otros tantos aspectos que, como el económico y el sexual, no deben olvidarse porque, de hecho, la afectan.
- Este grupo de esposas manifiesta estar aprendiendo a manejar las situaciones frustrantes aunque, como es normal, muchas veces se sienten débiles ante los obstáculos, pero no por ello derrotadas.
- De los tres grupos investigados, las esposas más agresivas contra sí mismas resultaron ser las académicamente inferiores a su pareja; las más agresivas en contra de los demás son las académicamente similares; y, las menos agresivas contra sí mismas y contra los demás son las que poseen un nivel académico superior al esposo. A pesar de lo anterior, todas ellas se encuentran igualmente adaptadas al medio social y cultural, claro con las diferencias individuales innegables.
- La actitud predominantemente impunitiva de la mujer-esposa académicamente superior a su pareja puede reflejar algunos puntos que es necesario plantear, entre ellos, el temor de perder el amor y de verse fracasada en su matrimonio no habiendo fracasado en otros campos. Esto la llevará a asumir una actitud conciliatoria y poco agresiva que le permitirá desarrollar cierta tolerancia a la frustración aunque, en el fondo manifieste la postura tradicional de sumisión del sexo femenino.
- La autorrealización de la mujer comprende su ser integral, de esta cuenta debe recibir todo el apoyo para llegar a ser lo que es; ella no sólo encuentra su realización como madre y esposa, esto es importante y muy gratificante, pero también se ve realizada como profesional al reconocer su valía y capacidad para actuar y desenvolverse en un ambiente laboral, sin por ello menoscabar su función dentro del hogar.
- Imperan aún en el medio una serie de estereotipos sociales en relación a los papeles y ubicación de la mujer y del hombre en los diversos contextos; aún se cree y alimenta la superioridad del hombre en todos los niveles llegando a perjudicar indirectamente la relación de pareja en los hogares establecidos.

VII. RECOMENDACIONES

- Iniciar una formación a nivel de familia para que sea aquí el primer ambiente donde se considere la igualdad de derechos entre los hijos y se dé a la mujer el lugar que le corresponde como ser humano.
- A nivel educativo, trabajar permanentemente por la igualdad de derechos tanto para el hombre como para la mujer, con el fin de formar generaciones más conscientes de aquellos como de sus obligaciones, todo fundamentado en un respeto recíproco y evitando, por lo tanto, posteriores situaciones que irían en perjuicio de cualquiera de los dos sexos.
- Al ser humano femenino: romper con definiciones que los hombres les han endosado y actuar para alcanzar gradualmente la erradicación de constricciones sociales y opresiones domésticas que las inhiben con el fin de favorecer su propia autorrealización.
- Tanto esposo como esposa, evitar llegar a la agresión física y/o psicológica como medida para resolver sus diferencias, porque ésto afecta a ambos y a los hijos, si es que los hay. Antes de comunicarse por ese lenguaje, hacerlo a través del diálogo, la comprensión y la aceptación recíproca incondicional de defectos y cualidades.
- A nivel de pareja:
 - a) Favorecer el crecimiento integral de ambos participando en actividades que los conduzcan a un compartir experiencias;
 - b) solicitar orientación cuando consideren que algo está fallando;
 - c) detectar cuando el factor nivel académico esté afectando negativamente la convivencia familiar; esto por su puesto implica un reconocimiento de estar viviendo una situación “no común” socialmente hablando pero no por ello extravagante y recriminada;
 - d) no olvidar que, cada día, se hace más necesario vencer los problemas más que a las personas.
- Tanto hombres como mujeres: revisar los esquemas que han guiado su forma de pensar y, por lo tanto, de vivir a lo largo de los años; ver qué tan positivos son ahora para ellos y desprenderse de muchos que al haber sido impuestos en otras etapas de la vida, actualmente es imposible que continúen guiando la conducta y la convivencia humana.
- A nivel de educación universitaria, favorecer e impulsar, en estas

Facultades, la creación de un programa de post-grado dirigido a psicólogos con el fin de prepararlos específicamente en la orientación de matrimonios debido al impacto de la influencia de los cónyuges, independiente de sus características culturales, sociales o de otra índole, en la formación de generaciones psicológicamente sanas.

BIBLIOGRAFIA

1. ACHAHERANDIO, L. (1992) **Iniciación a la Práctica de la Investigación.** Guatemala: URL.
2. AGUIRREZABAL, A. (1995) **Manual del Test de Frustración.** Quetzaltenango, U.R.L.
3. ANDER-EGG, E. (1987) **La mujer irrumpe en la Historia.** Buenos Aires: ICESA.
4. AUGUSTINOVICH, A. (1975) **La mujer en el proceso de la liberación.** 2a. ed. Venezuela: Ediciones Paulinas.
5. BALMASEDA, C. (1986) **La mujer frente a sí misma.** 4a. ed. España: Ediciones Universidad de Navarra.
6. BISCHOF, L. (1973) **Introducción de las Teorías de la Personalidad.** México: Edit. Trillas.
7. BONINO, S. (1984) **La frustración en la dinámica del desarrollo.** Barcelona (España): Edit. Herder.
8. CASTRO, C. (1979) **La mujer en la sociedad actual.** Madrid: EDICA, S.A.
9. CONFEDERACION INTERAMERICANA DE EDUCACION CATOLICA (1976) **La formación de la mujer en el mundo actual.** Bogotá: Edit. Stella.
10. CHARBONNEAU, P. (1984) **Curso de preparación para el matrimonio.** Barcelona (España): Edit. Herder.
11. DAVIDOFF, L. (1989) **Introducción a la Psicología.** 3a. ed. México: McGraw-Hill/Interamericana.
12. DEMARCHI, F. (1986) **Diccionario de Sociología.** Madrid: Ediciones Paulinas.

13. DICAPRIO, N. (1990) **Teorías de la Personalidad**. 2a. ed. México: McGraw-Hill.
14. DOMINGUEZ, J. (1983) **La frustración en el adolescente**. Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala).
15. DORSCH, F. (1981) **Diccionario de Psicología**. 4a. ed. Barcelona (España): Edit. Herder.
16. FUSTER, J. (1977) **Cómo potenciar la autorrealización**. Bilbao (España): Edit. Vizcaína, S.A.
17. GIL, F. (1971) **El Matrimonio. Problemas y horizontes nuevos**. Madrid: Edit. Alameda.
18. GODOY, M. (1991) **La madre trabajadora y trastornos en su vida afectiva**. Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala)
19. GONZALEZ, M. (1985) **La frustración y la agresividad en los alumnos del nivel medio**. Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala).
20. JANEWAY, E. (1978) **El despertar de la mujer**. México: Editores Asociados M., S.A.
21. JONGEWARD, D. y SCOTT, D. (1976) **La mujer triunfadora**. México: Fondo Educativo Interamericano, S.A.
22. KRAMER, CH. (1969) **La Frustración**. Buenos Aires: Edit. Troquel.
23. LOPEZ, J. (1986) **La frustración y el rendimiento académico en el adolescente**. Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala).
24. MASLOW, A. H. (1988) **La amplitud potencial de la naturaleza humana**. México: Edit. Trillas.

25. MAZARIEGOS, R. (1993) **El manejo y control de la agresión en el adolescente.** Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala).
26. McKEACHIE, W. (1978) **Psicología.** México: Fondo Educativo Interamericano.
27. MERANI, A. (1984) **Diccionario de Psicología.** 4a. ed. Barcelona (España): Ediciones Grijalvo.
28. MONTAGO, A. (1973) **La mujer sexo fuerte.** 2a. ed. España: Ediciones Guadarrama, S.A.
29. MONTAGO, A. (1962) **La superioridad natural de las mujeres.** Buenos Aires: Libros Básicos.
30. PIO XII (1960) **El problema de la mujer.** Buenos Aires: Ediciones Paulinas.
31. RIVERSO, E. (1974) **Individuo, Sociedad y Cultura.** Estella (Navarra, España): Edit. Verbo Divino.
32. ROCHER, G. (1973) **Introducción a la Sociología.** Barcelona (España): Edit. Herder.
33. ROGERS, C. (1973) **El proceso de convertirse en Persona.** Buenos aires: Edit. Paidós.
34. SOTO, L. (1993) **Tolerancia a la frustración.** (Estudio realizado con adolescentes sin figura paterna). Tesis de la Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango (Guatemala).
35. VARONA, C. (1984) **Introducción a la Psicología.** España: Edit. Payor.
36. VINACKE, W. (1972) **Psicología General.** Tomo I. Madrid: Edit. Magisterio Español.
37. WHITTAKER, J. (1977) **Psicología.** 3a. ed. México: Nueva Edit. Interamericana.

OTRAS FUENTES

1. **ASTURIAS, L. (1994) Cuando te sientes como un fraude.** Suplemento Nosotras. Siglo Veintiuno. 30 de diciembre. Guatemala.
2. **COLMENARES, B. (1994) Inicie el año con una nueva actitud.** Suplemento Nosotras. Siglo Veintiuno. 30 de diciembre. Guatemala.
3. **CHARNAUD, B. (1975) Mujer, Cultura y Sociedad.** Revista Imagen y Realidad de la Mujer de Hoy. II Semana de la Familia. Mayo 11-17.
4. **DICCIONARIO ENCICLOPÉDICO ESPASA 1 (1986) 3a. ed.** Madrid: Edit. Espasa Calpe.
5. **FRANCO, N. (1995) Como pienso, vivo.** Prensa Libre. 2 de febrero. Guatemala.
6. **FRANCO, N. (1994) Promueven nueva ley para proteger a la mujer.** Prensa Libre. 10 de noviembre. Guatemala.
7. **GRAN ENCICLOPEDIA RIALP, GER (1984) Tomo XVI.** Miraflores-Nomadismo. Madrid: Ediciones Rialp.
8. **LOARCA, M. (1995) Taiwan: Mujer de hoy y de ayer.** Suplemento Nosotras. Siglo Veintiuno. 24 de febrero. Guatemala.
9. **MONTESANTO, L. (1975) La mujer, la familia y la sociedad.** Revista Imagen y Realidad de la Mujer de Hoy. II Semana de la Familia. Mayo 11-17.

ANEXOS

A manera de PROPUESTA

Se hace necesaria una efectiva educación y orientación de las parejas basada en la realidad guatemalteca debido a que la sociedad en la que se está inmerso revela no estar preparada para enfrentar ciertos retos que implican aceptar compartir las funciones familiares para que ambos cónyuges logren sus metas; todavía se actúa con tinte individualista, no terminando de entender que para lograr un mejor nivel de vida se hace necesario el desarrollo de todos.

Por lo tanto, convendría pensar en la creación de una institución que, a manera de Centro de Orientación Matrimonial, trabajara permanentemente proporcionando asesoría a la pareja e integrándola a grupos en los que se participara periódicamente con el fin de compartir alternativas de solución a los problemas que afrontan las parejas en la actualidad.

Lo anterior es muy necesario debido a que, una vez casados, el rol de más preocupación para los cónyuges parece ser el de padres, olvidándose que es imposible ser buenos padres si hay conflictos entre ellos y no saben cómo hacerles frente.

Por otra parte, este Centro tendría dentro de sus funciones la de iniciar sistemáticamente, en coordinación con otros sectores interesados, un programa de concientización que llegue a la comunidad en general y a las familias en particular, destacando la necesidad de la orientación psicológica en medio de los cambios y conflictos que presenta el mundo actual y que ponen en peligro la estabilidad matrimonial y familiar.

**FACULTADES DE QUETZALTENANGO
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR**

No. _____

BOLETA DE OPINION

Se solicita su colaboración para realizar un estudio acerca de la frustración. La información que Ud. proporcione será utilizada exclusivamente con fines investigativos, por lo cual no debe anotar su nombre en esta boleta, ni en la prueba estandarizada que contestará. Por favor, responda a lo siguiente.

1. Edad: _____ 2. Estado Civil: _____
3. Número de hijos _____
4. Ultimo grado de estudios: _____
5. Profesión: _____
6. Oficio: _____
7. Profesión del esposo: _____
8. Oficio: _____
9. Ultimo grado de estudios del esposo: _____
10. ¿Se siente satisfecha de quien es ahora?
SI _____ NO _____
11. ¿Desearía ser alguien diferente?
SI _____ NO _____
12. ¿Se siente apoyada por su esposo en su rol como profesional o estudiante?
SI _____ NO _____
POR QUE? _____
13. ¿Se siente frustrada en algunos momentos?
SI _____ NO _____
14. Su frustración tiene un origen:
 - a. Intraindividual _____ Por qué? _____
 - b. Social _____ A qué? _____
 - c. Familiar _____ Por quién? _____

15. ¿Alguna vez ha tenido problemas con su esposo por razones de nivel académico?

SI _____ NO _____

16. Marque con una X los agentes frustrantes para una mujer cuyo nivel académico es superior al del esposo:

SI ___ NO ___ No poder compartir con el esposo similares intereses profesionales.

SI ___ NO ___ Rechazo del esposo por percibir un salario mejor al de él.

SI ___ NO ___ Percibir un salario menor al del esposo a pesar de su mejor nivel académico.

SI ___ NO ___ El que dirán, proveniente del ambiente social respecto a su situación.

SI ___ NO ___ El que los demás minimicen a su esposo.

SI ___ NO ___ Sentirse desvalorizada por su esposo.

SI ___ NO ___ La opinión de sus hijos respecto a su situación.

SI ___ NO ___ El saber que está capacitada para trabajar y no poder hacerlo.

17. ¿Se considera una mujer feliz?

SI ___ NO _____

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACION

**CUADRO DE RESUMEN ESTADISTICO
MUJERES ACADEMICAMENTE
SUPERIORES AL ESPOSO**

Estadísticos	E	I	M	O-D	E-D	N-P	GCR
Media Aritmética	47	46	57	61	38	53	36
Mediana	49	46	53	63	36	55	32
Desviación típica	3.1	1.5	2.6	2.5	2.6	2.6	1.9
Varianza	9.8	2.3	7	6.3	7	6.9	3.8
Desviación Media	2.6	1.1.	2.2	2.1	2	2.1	1.4

**MUJERES ACADEMICAMENTE
SIMILARES AL ESPOSO**

Estadísticos	E	I	M	O-D	E-D	N-P	GCR
Media Aritmética	50	46	53	56	38	57	36
Mediana	53	46	53	56	42	57	36
Desviación típica	4	1.7	3.7	2.6	3.4	2.8	1.7
Varianza	16	2.8	14	6.7	12	7.8	3
Desviación Media	3.6	1.4	2.9	2.2	3	2.1	1.4

**MUJERES ACADEMICAMENTE
INFERIORES AL ESPOSO**

Estadísticos	E	I	M	O-D	E-D	N-P	GCR
Media Aritmética	47	51	53	61	34	57	36
Mediana	44	46	57	61	38	53	36
Desviación típica	3.5	2.2	2.6	2.5	2.3	2.8	1.3
Varianza	12	4.7	6.8	6.2	5.2	7.8	1.8
Desviación Media	2.9	1.8	2.2	2	1.8	2.2	1.1

