



*Asociación de Psicología de Puerto Rico*

PO Box 363435 San Juan, Puerto Rico 00936-3435

Tel. 787.751.7100 Fax 787.758.6467

[www.asppr.net](http://www.asppr.net) E-mail: [info@asppr.net](mailto:info@asppr.net)

Revista Puertorriqueña de Psicología  
Volumen 16, 2005

# Una Mirada a las Mujeres Jefas de Familia: Reto para las Psicólogas y Psicólogos<sup>1</sup>

*Vivian Rodríguez del Toro*  
*Universidad Interamericana, San Juan*

---

<sup>1</sup>Ponencia presentada en el panel magistral en la Quincuagésima primera convención anual de la Asociación de Psicología de Puerto Rico el 19 de noviembre de 2004.

**E**n Puerto Rico más de la mitad de la población son mujeres. Se espera que este grupo poblacional siga aumentando en proporción a la población masculina. Son varios los factores para este crecimiento. No obstante, en este breve espacio, lo que nos interesa es reconocer que, de igual modo, está aumentando significativamente el número de familias dirigidas por una mujer sola con sus hijos/as. Hoy en día, éstas representan un 27% de las familias, siendo aún mayor este porcentaje en el área metropolitana. En promedio, el número de hijos/as a su cargo es de dos, similar al de los hogares encabezados por una pareja (Martínez-Ramos, 2004).

Desde gran parte del S.20 hasta el presente, como resultado de las luchas femeninas y de otros eventos históricos (guerras, industrialización, globalización) las mujeres hemos logrado insertarnos en las estructuras sociales para hacernos reconocer y sentir como seres humanos pensantes y racionales, en igualdad con los varones. Por ejemplo, el 60% de la población universitaria en Puerto Rico y en Estados

Unidos son mujeres. En Puerto Rico, esto incluye áreas de especialización tradicionalmente asociadas con los varones, como la arquitectura y las ciencias naturales. No cabe duda, de que hemos tenido más opciones que nuestras madres y abuelas. La imagen femenina asociada con sumisión y sometimiento ha evolucionado mediante la adopción de roles sociales, económicos y laborales que eran exclusivamente masculinos. No empecemos estos avances, en el campo laboral, la tasa de participación femenina es aún baja (37%) en comparación con los varones aunque va en aumento (Martínez-Ramos, 2004).

A pesar de este cuadro aparentemente optimista en términos de proyecciones para las mujeres (los analistas económicos proyectan que de seguir esta tendencia educativa y laboral, en 10 años las mujeres pudieran tener el control del mercado laboral) es necesario recordar que el camino hacia la igualdad es lento y pesado (Mcbride, 1997). Este aumento en opciones de trabajo y en la selección de carreras ha traído a su vez diferentes problemas para las mujeres. Por ejemplo, en los

años 50, las mujeres eran las super mamás que atendían a toda la familia a expensas de sus propias necesidades y deseos. El ideal femenino estaba representado por la trilogía mujer-madre-ama de casa, la cual se esperaba que fuera como la Virgen María, mujer/madre, casta y sacrificada, sin sexualidad (Albite Vélez & Valle-Ferrer, 2003). Más tarde, con el aumento en la representación femenina en la fuerza laboral fuera del hogar, ha emergido un nuevo patrón: el de la super mujer- la que continúa atendiendo las necesidades de la familia, mientras mantiene un trabajo a tiempo completo y además, en muchos casos, regresa a la escuela a completar una carrera profesional. El resultado es que esta multiplicidad de roles y de responsabilidades, unida a la visiones de género prevalecientes, ha conllevado un aumento de tensiones y frustraciones que afectan la salud física y mental de muchas mujeres (McBride, 1997; Albite Vélez & Ferrer-Valle, 2003; Tapia, 2003). Según McBride, los informes estadísticos del Departamento de Salud de Estados Unidos señalan que desde que las mujeres comenzaron a trabajar fuera del hogar, han aumentado sus padecimientos de enfermedades asociadas al estrés (alta presión, ataques cardíacos). Además, las mujeres son las principales consumidoras de servicios de salud mental. Este escenario se complica aún más, cuando la mujer es jefa de familia y principal pro-

veedora económica del hogar. En Puerto Rico este cuadro es muy similar.

Con este marco de referencia, me permito hacer un acercamiento a la visión y a los significados que las estructuras socializadoras le adscriben a las mujeres jefas de familia. En nuestra sociedad, la construcción social de nuestra realidad compartida se basa en los opuestos y las diferencias, ya sea de género, raza, religión, nacionalidad, edad, clase económica y otras. En este contexto, las instituciones socializadoras (escuela, iglesia, y el mundo laboral) comparan a las familias dirigidas por mujeres en base a las familias tradicionales. Como resultado de esta tendencia, se perpetúan unas definiciones y significados que sitúan a estas familias en un ámbito de menor jerarquía, les adscriben características de "disfuncionales" "dependientes económicamente" (drogas, deserción escolar, criminalidad, entre otros) que nos aquejan (Albite Vélez & Valle-Ferrer, 2003; Tapia, 2003).

Esta visión discriminatoria y estereotipada de esta estructura familiar conduce también a invisibilizar las grandes diferencias dentro de este grupo familiar, al tratar a todas las familias dirigidas por mujeres como si fueran un grupo homogéneo. El resultado es un continuo fracaso de todo esfuerzo para atender las verdaderas necesidades de este 27% o más de familias en Puerto Rico.

Las mujeres divorciadas o separadas de su pareja, profesionales que trabajan fuera del hogar y que posiblemente también estudian, no tienen las mismas necesidades, ni requieren la misma intervención gubernamental ni de los profesionales de ayuda que las madres adolescentes o jóvenes solteras que viven con sus hijos/as, las mujeres viudas con hijos menores, las abuelas a cargo de la custodia de sus nietos/as o las mujeres lesbianas que conviven con sus hijos/as. La categoría género no las convierte a todas en un mismo grupo. Reconocer estas diferencias es esencial para desarrollar programas e intervenciones que puedan lograr el apoderamiento de estas mujeres hacia su pleno desarrollo social, económico y familiar.

No obstante, las visiones sociales prevalecientes en torno a las mujeres jefas de familia presentan unos elementos comunes, algunos de los cuales me permito presentar a continuación:

1. En primer lugar, el control social impuesto a la sexualidad femenina y la doble moralidad sexual. Se espera que la mujer soltera que vive sola o con sus hijos/as sea asexual o que mantenga oculta su vida sexual. De lo contrario, se le considera "promiscua e irresponsable en su rol de madre." Con frecuencia, su vida íntima se utiliza para cuestionar la custodia que tiene de sus hijos/as.

Afortunadamente, en la actualidad y gracias al esfuerzo de muchas feministas y de otras personas comprometidas con los derechos humanos y con la justicia social, existen leyes que protegen el derecho natural de toda mujer a disfrutar de su vida sexual, sin que esta expresión atente contra su derecho a la maternidad y a mantener la custodia de sus hijos/as. No obstante, la visión social de género prevaleciente, sustentada por muchos grupos religiosos y de moralistas se encarga de propiciar que las mujeres se sientan culpables, avergonzadas y denigradas por manifestar sus necesidades sexuales (Laboy-Lloréns, 2003). No así al hombre soltero, al cual se le reconoce su derecho natural a la expresión sexual (Albite Vélez & Valle-Ferrer, 2003). Estas actitudes tradicionales y machistas que aún persisten en nuestra sociedad, dificultan que la mujer se ajuste a su realidad de no tener pareja y a ser jefa de familia. Como plantean Brown y Gilligan (en McBride, 1997) habiendo sido socializadas para ser "niñas buenas", para depender de otros en lugar de actuar en base a sus conocimientos y sentimientos, interfiere con su autoconocimiento, auto aceptación, auto confianza y sentido de autonomía.

Según McBride, (1997) la combinación de estos patrones de socialización enfocados hacia los otros y hacia asumir la responsabilidad por los problemas de los demás conduce a hacer elecciones basadas

en las expectativas de los otros. El resultado de esta socialización afecta no sólo las elecciones que las mujeres hacen, sino también su propia reacción hacia las mismas. Por ejemplo, la selección de carrera y la elección de pareja están altamente influenciadas por los estereotipos de género y por las creencias y valores sociales internalizados. Muchas mujeres se enfrentan a valores y creencias incompatibles en torno al rol de la "buena madre" (afectuosa, sumisa, sacrificada) y al de profesional exitosa (competitiva, individualista, agresiva).

2. La idealización de la maternidad y la visión de la mujer y madre sacrificada perpetúa el sentido de responsabilidad de la mujer hacia el éxito y la felicidad de toda la familia. Esto contribuye a generar sentimientos de culpa, frustración, hostilidad, ansiedad y depresión en muchas mujeres (Albite Vélez & Valle-Ferrer, 2003).
3. Por otro lado, el marcado énfasis social y en los medios de comunicación hacia las relaciones de pareja, al enamoramiento y al matrimonio, además de una sexualidad explícita, fomenta el sentido de soledad y de frustración en muchas mujeres y jefas de familia.
4. Contradicción en la política de estado al no facilitar el acceso a centros de planificación familiar donde se pro-

vean libremente los métodos anticonceptivos a las mujeres pobres y adolescentes que no tienen los medios para adquirirlos privadamente. Tampoco se provee orientación ni libre acceso al aborto, como opción para terminar los embarazos no deseados (Azize & Avilés, 1994; Laboy-Lloréns, 2003). Sin embargo, cuando estas mujeres se convierten en madres solteras y requieren las ayudas del gobierno, necesarias para sobrevivir, muchas personas se refieren a ellas como "dependientes, irresponsables y vagas." Este mismo comportamiento contradictorio, lo vemos manifestado en diversos grupos religiosos que por un lado "enjuician y discriminan" a las madres solteras y hasta les niegan el apoyo, pese a haberles negado la educación y los medios preventivos para evitar los embarazos. También, cambios en las políticas sociales en Estados Unidos y en Puerto Rico han afectado adversamente la situación de vida y el desarrollo potencial de las mujeres jefas de familia (Fernós López-Cepero, 2003).

5. Cuando estas madres pobres deciden estudiar o trabajar para mejorar su condición, disponen de pocos servicios de cuidado infantil y éstos son inexistentes en horario

extendido o nocturno, limitándose así sus posibilidades reales de salir de la dependencia económica. Las que logran emplearse (muchas veces en trabajos a tiempo parcial o temporeros) se enfrentan a la amenaza de pérdida de los beneficios económicos que reciben del gobierno, independientemente de las necesidades particulares de familia. En conclusión, estas mujeres terminan siendo penalizadas por el esfuerzo y condenadas a la dependencia, aumentando el número de familias pobres dirigidas por mujeres o la llamada "feminización de la pobreza".

6. La educación sexual que se provee en el sistema educativo es limitada y no tiene un enfoque desarrollativo e integral. Comienza en el nivel intermedio, cuando ya muchos/as jóvenes están activos sexualmente y enfatiza en la abstinencia. Investigaciones recientes indican que hay que trabajar con modelos innovadores que provean conocimiento de los métodos anticonceptivos y de la protección contra las enfermedades de transmisión sexual. También, recomiendan que a los/as jóvenes se les provea práctica en las destrezas para tomar decisiones y para enfrentar la presión de grupo hacia las relaciones sexuales.

El reto de los psicólogos/as para facilitar el apoderamiento de las mujeres jefas de familias

1. Enfrentar nuestras propias visiones de género y re-educarnos para romper con los paradigmas tradicionales. Estos paradigmas perpetúan el sexismo y los estereotipos sobre los hombres y las mujeres, responsables de continuar reproduciendo el machismo y la discriminación por género.
2. Facilitar que las mujeres aprendan a conocerse, aceptarse y a cuidarse, incluyendo su cuerpo y su sexualidad. Ayudarlas a recocer que tienen derecho a desarrollarse como seres humanos fuera del hogar sin sentirse culpables o egoístas.
3. Enfatizar que las mujeres son valiosas, independientemente de sus éxitos o fracasos o su grado de conformidad con sus diversos roles. En fin, que aprendan a amarse y a respetarse para que puedan reclamar el mismo trato de los demás.
4. Enseñar destrezas de asertividad a las mujeres y que aprendan a decir no. Enfocar en las barreras sociales y culturales que inhiben el desarrollo de su autoestima, para darles la oportunidad de reclamar sus voces.

5. Desarrollar grupos de apoyo para mujeres, de manera que puedan practicar la solidaridad a la par que reclaman sus voces.
6. Combinar los grupos de apoyo para mujeres con entrenamiento en manejo de estrés y en destrezas de toma de decisiones. Las destrezas de toma de decisiones son especialmente importantes para las mujeres que han dependido de la influencia de otros para tomarlas. Beltz (en McBride, 1997) sugiere que las mujeres ganan auto-eficacia mediante el aprendizaje vicario, los logros y el *encouragement*.

Para concluir, reconocemos que el feminismo actual tiene diversas vertientes y varias décadas de luchas y de logros hacia la reivindicación de las mujeres. No obstante, muchas mujeres continúan enfrentando las nuevas visiones y los retos de su género, sin haber dejado completamente atrás las nuevas creencias tradicionales sobre lo que significa ser mujer en nuestra sociedad. Muchas se encuentran realizando múltiples roles, tratando de satisfacer las expectativas de otros y asumiendo responsabilidad por la felicidad, el bienestar y el éxito de los demás, frecuentemente a expensas del suyo. El mantenimiento de viejos valores y creencias familiares para enfrentar los nuevos cambios

socioeconómicos son responsables de los problemas que enfrentan las familias contemporáneas, especialmente las dirigidas por mujeres. A pesar de la diversidad intra-grupo inherente en esta estructura familiar, las mujeres son en mayor o menor grado vulnerables a este estado de situación. Los profesionales de la psicología tenemos que asumir nuestra responsabilidad social de facilitar el pleno desarrollo de estas familias propiciando el apoderamiento de las mujeres.

## Referencias

- Albite Vélez, L. & Valle-Ferrer, D. (2003) La ideología de la maternidad en la subjetividad femenina: mecanismo de opresión y violencia doméstica. En L. Martínez-Ramos & M. Tamargo-López (Eds.), *Género, sociedad y cultura* (pp. 110-133). PR: Publicaciones Gaviota.
- Azize, Y. & Avilés, L.A. (1994). La realidad del aborto en Puerto Rico: investigar para educar. En A. Colón (Ed.), *Género y mujeres puertorriqueñas, Tercer Encuentro de investigadoras* (127-131). UPR: Centro de Investigaciones Sociales.
- Fernós López-Cepero, M.D. (2003). Género, clase y poder en las políticas sociales. En L. Martínez-Ramos & M. Tamargo-López (Eds.), *Género, sociedad y cultura* (182-200). PR: Publicaciones Gaviota.
- Laboy-Lloréns, I. (2003). Los derechos reproductivos. En L. Martínez-Ramos & M. Tamargo-López (Eds.), *Género, sociedad y cultura* (77-93). PR: Publicaciones Gaviota.
- Martínez-Ramos, L. (2004). *Compilación de algunos datos de Puerto Rico desagregados por género*. UPR, Río Piedras: Facultad de Educación.
- McBride, M. C. (1997). Counseling the superwoman: Helping university women cope with multiple roles. *Guidance and Counseling*, 12, 19-23.
- Tapia, B. (2003). La disciplina psicológica desde una perspectiva feminista. En L. Martínez-Ramos & Tamargo-López (Eds.), *Género, sociedad y cultura* (94-109). PR: Publicaciones Gaviota.