

Fajardo Caldera, M<sup>a</sup>. Isabel; Bermejo García, M<sup>a</sup>. Luisa; Ruiz Fernández, M<sup>a</sup> Isabel; Fajardo Caldera, M<sup>a</sup>. Guadalupe

LA MUJER Y LO FEMENINO EN EL MUNDO ACTUAL

International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 1, núm. 1, 2005, pp. 197-206  
Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores  
Badajoz, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832486013>



*International Journal of Developmental and Educational Psychology,*

ISSN (Versión impresa): 0214-9877

fvicente@unex.es

Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y

Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores

España

## LA MUJER Y LO FEMENINO EN EL MUNDO ACTUAL

**M<sup>a</sup>. Isabel Fajardo Caldera**

**M<sup>a</sup>. Luisa Bermejo García**

**M<sup>a</sup> Isabel Ruiz Fernández**

**M<sup>a</sup>. Guadalupe Fajardo Caldera**

Universidad de Extremadura

Cuando yo comenzaba mis andares por el camino de la psicoterapia oí a la fundadora de mi escuela: M<sup>a</sup> Luisa Herreros, que formaba parte del grupo de Gregorio Marañón, decir algo que yo no entendía en esos momentos y que tardé mucho en comprender y era que lo femenino era un tema repudiado desde hacía mucho tiempo, e incluso hablar de ello, plantearlo y sobre todo publicar era casi imposible, tanto que la editorial le mandó cambiar el título de su libro de “la repudiación de lo femenino” por *lo femenino y la vida instintiva*. Y por qué? Porque en aquellos momentos hablar de un principio femenino y masculino que formaba parte tanto del hombre como de la mujer era algo rechazado socialmente, como señalaremos posteriormente, con lo que la sociedad durante años se ha visto mermada de estos aspectos tan importantes del desarrollo integral de la persona.

Vamos a explicar qué entendemos por determinados términos de los que hablaremos a continuación: *Identidad de género* el sentido interno de una persona de ser hombre o mujer. *Rol de género* la manifestación externa o la expresión de la masculinidad y la feminidad en un contexto social. Comportamiento manifiesto. *Rol de género Masculino*, personalidad y características conductuales de un hombre de acuerdo a patrones definidos culturalmente para ser hombre. *Rol de género Femenino*, personalidad y características conductuales de una mujer de acuerdo a patrones definidos culturalmente para ser mujer. “*Principio Femenino*” como sustantivo, me refiero a un patrón universal de la psique humana, que la escuela Junguiana llamaba arquetipo, y que no está restringido a un género, sino que es un

atributo de todo ser humano. En los hombres, este elemento Femenino de la psicología junguiana se llama “ánima”. En este contexto, “lo Masculino” tampoco está restringido a los hombres, sino que constituye un atributo de todo ser humano., En las mujeres, se conoce este elemento Masculino como el “ánimus”.

Existen dos maneras de ver y de reaccionar a nuestra experiencia que son distintas entre sí, y que se expresan en imágenes, comportamientos y respuestas emocionales diferentes.

Por ejemplo, nuestro lado Femenino tal vez reaccione ante una enfermedad contemplando su significado simbólico y cuidándolo para restablecer la salud lentamente; el Masculino quizá responda actuando rápidamente con medios invasivos para eliminar los síntomas. Ambos enfoques tienen su propio valor según las circunstancias.

**Ser mujer en la actualidad** no es fácil, muchas de las mujeres actuales han incorporado a su identidad, la independencia económica, la autonomía y su “ambición” personal dentro de su proyecto profesional. Es decir, muchas mujeres en la actualidad están incorporadas al mundo profesional, sintiéndose seres humanos plenos. Pero, curiosamente, son éstas las que mas acuden a nivel de consulta .La dificultad en la mujer está en saber aunar la actividad, lo profesional, sus logros o el poder al mundo afectivo y familiar e incluso aquellas que lo consiguen pagan el precio de sentirse culpables, atormentadas, perseguidas, o rechazadas por lo que abandonan.(el cuidado de sus hijos o familiares)

## MOTIVOS DE CONSULTA PSICOLÓGICA

Muchas de las mujeres que consultan lo hacen por un motivo muy diferente al que suelen hacer los hombres, el motivo suele ser porque hay alguna dificultad a nivel afectivo, por regla general en el funcionamiento de la pareja o por algo relacionado con los hijos. Aunque cuando consultan no pueden verbalizarlo de esta forma tan clara, sino que lo plantean desde los síntomas: no sé qué me pasa, no tengo fuerzas para hacer las cosas, no puedo viajar si no es acompañada de mi marido porque me da miedo etc. Así vemos, como, y en esto coincidimos con Dio Bleichmar (1991) (pág. 61) como los motivos que subsisten debajo de esta sintomatología son:

### 1º.- *Problemas de pareja*

Muchas mujeres consultan por *temor* ante la amenaza de la pérdida amorosa, o bien por la *impotencia y desolación* frente a la pérdida ya acaecida. Es decir, no se sienten valoradas o reconocidas como personas, por lo que surge en ellas una frustración y agresividad que las lleva a creer que no sienten afecto hacia él marido o bien tienen miedo a perderlo o no se sien-

ten ayudadas en las tareas del hogar por sus parejas. Son sentimientos habituales en la subjetividad de cualquier mujer.

#### *2º.- Vínculos de unión*

Son aquellas mujeres en las que se observa como para poder continuar en una relación de pareja tienen que continuar manteniendo vínculos amorosos en los cuales, observamos desde fuera fácilmente, que lo que predomina en esa relación es el sometimiento, la humillación, el sufrimiento y la falta de reciprocidad, por parte de la mujer.

Es esa dependencia de su pareja que se manifiesta en esa zozobra, ese temor, esa espera de la llamada telefónica, sin embargo la mujer es incondicional en la respuesta amorosa , a pesar de las humillaciones que tenga que soportar, “ese sentirse criada en la relación” o “sentirse aplastada” todo es preferible antes que la soledad o el abandono.

Nuevamente el fantasma, el temor, que se cierne es el de la pérdida afectiva. Estas mujeres que soportan cualquier cosa hasta el castigo físico, siempre dejan perplejos a los testigos ajenos al drama que no pueden explicarse cuales son las razones que las sostienen. Y es ese profundo tránsito del equilibrio psíquico de una mujer que siente que el fracaso de su vínculo amoroso significa el fracaso total de su persona, y eso conlleva la pérdida de la autoestima.

#### *3º.- Autoestima Negativa*

Cuando una persona tiene una autoestima baja, una pobre opinión de sí misma entonces están creadas la base, no solo para cualquier trastorno psicopatológico, como la depresión, la fobia, o cualquier tipo de ansiedad, sino para soportar y aceptar cualquier relación que se les presente sin sentirse con derecho a cuestionarse esa relación, a luchar por un cambio en ella o a exigir ser respetada y querida en lo que es.(Dio Bleichmar)

Y las mujeres, desde temprana edad, desarrollamos todo tipo de trastornos de la autoestima en mayor proporción que los hombres.

Y cuanto mas baja es la autoestima, mas se depende de la valoración del otro para el mantenimiento de la misma y cuanto mas se depende, más influye en una autoestima negativa. Es una pescadilla que se muerde la cola.

Además muchas mujeres por desempeñar un solo rol o un solo tipo de actividad (ama de casa) o bien porque se hallen muy aisladas o bien porque su participación a nivel social o familiar sea escasa, las fuentes de alimento y mantenimiento de la autoestima son pocas con lo que las mujeres se sienten

mas vulnerables a las pérdidas, mas inseguras en sus vínculos, y más temerosas de perderlos . Con lo que su autoestima todavía es mas baja.

Pero esta misma situación la observamos tambien en las mujeres actuales que desarrollan actividades profesionales en las que sobresalen, responsables, serias en sus trabajos, y sin embargo su autoestima no es alta, no se defienden y mantienen dependencias afectivas.

Para poder entender cómo se coloca la mujer desde esa autoestima baja vamos a relatar un cuento de Jorge Bucay (2004) pero puesto en femenino.

Una mujer joven acude a una consulta señalando que no sirve para nada, que es torpe y que nada hace bien, preguntando ¿qué puedo hacer para salir de esto y que los demás me valoren?

La maestra, sin mirarla le dice:

- Cuanto lo siento, muchacha, no puedo ayudarte, debo resolver primero mi propia problema. Quizás después...- Y haciendo una pausa agregó: -Si quisieras ayudarme tú a mí, yo podría resolver este tema con más rapidez y después tal vez te pueda ayudar.

- E... encantada..., maestra- titubeó la joven pero sintió que otra vez era desvalorizada y sus necesidades postergadas como sentía que le pasaba con su marido y sus hijos.

- Bien- asintió la maestra, Se quitó un anillo que llevaba en el dedo pequeño de la mano izquierda y dándoselo a la mujer, agregó:- toma el coche que está ahí fuera y vete al mercado. Es necesario que obtengas por él la mayor suma posible, pero no aceptes menos de una moneda de oro.

La mujer cogió el anillo y se fue.

Apenas llegó, empezó a ofrecer el anillo a los mercaderes. Estos lo miraban con algún interés, hasta que la joven decía cuanto quería por el anillo.

Cuando mencionaba la moneda de oro, algunos reían, otros le daban vueltas al anillo y sólo un viejito fue tan amable como para tomarse la molestia de explicarle que una moneda de oro era muy valiosa para entregarla a cambio de un anillo. En afán de ayudar, alguien le ofreció una moneda de plata y un cacharro de cobre, pero la joven tenía instrucciones de no aceptar menos de una moneda de oro y rechazó la oferta.

Después de ofrecer su joya a toda persona que estaba en el mercado, y abatida por su fracaso cogió el coche y regresó.

¡Cuanto hubiera deseado tener ella misma esa moneda de oro. Podría habérsela entregado a la maestra para liberarla de su preocupación y recibir entonces su consejo y ayuda!.

Entró en la habitación.

- Maestra, dijo, lo siento-no es posible conseguir lo que me pediste. Quizás pudiera conseguir dos o tres monedas de plata, pero no creo que yo pueda engañar a nadie respecto del verdadero valor del anillo.

- Que importante lo que dijiste, jovencita- contestó sonriente la maestra-. debemos saber primero el verdadero valor del anillo. Vuelve a montar en el coche y vete al joyero. ¿Quién mejor que él para saberlo?. Dile que quisieras vender el anillo y pregúntale cuánto te da por él. Pero no importa lo que ofrezca, no se lo vendas. Vuelve aquí con mi anillo.

El joyero examinó el anillo, lo miró con su lupa, lo observó y le dijo:

-Dile a la maestra, que si lo quiere vender ya no puedo darle más que 58 monedas de oro por su anillo.

-58 monedas???- exclamó la joven

- Sí replicó la joven- Yo sé que con tiempo podríamos obtener por él cerca de 70 monedas, pero no sé... Si la venta es urgente...

La joven corrió emocionada a casa de la maestra a contarle lo sucedido.

- Siéntate- dijo la maestra después de escucharla-. Tú eres como este anillo: una joya, valiosa y única. Y como tal, solo puede evaluarte verdaderamente un experto. Qué haces por la vida pretendiendo que cualquiera descubra tu verdadero valor.

Y diciendo esto volvió a ponerse el anillo en el dedo pequeño de su mano izquierda.

No puede la mujer poner su autoestima siempre en manos de los demás sino que tendrá que mirarse a sí misma para ver quien es. Por ello, en la consulta nos verbalizan cómo siempre están pendientes de que el marido las valore diciéndoles lo bien que hacen las cosas, lo guapas que están y cuando esto no sucede viene el dolor, la queja y la desvalorización depender de la valoración de las figuras de apego, supone un riesgo tremendo, en primer lugar porque a lo mejor no lo saben valorar, en segundo lugar porque no lo hagan, y tercero porque eso supone quedarse siempre colgadas de esa relación, es decir en dependencia, que es lo que le pasa a la mujer.

## ¿Y POR QUÉ LES SUCEDA ESTO A LAS MUJERES?

Por un mandato de género de la identidad femenina, porque la mayoría de las mujeres están respondiendo a ese rol o comportamiento de género femenino, impuesto socialmente y que ellas han asumido a través de la socialización. Y ese rol es el de ser las sostenedoras de la relación afectiva y familiar, y su vida se halla dedicada a esta empresa en unas, de forma exclusiva y en otras casi exclusiva, entonces cuando sufren alguna dificultad en las relaciones interpersonales no solo sienten *dolor* por la relación que se pierde, sino que esa situación afecta a su *valoración* como persona.

En estas condiciones, si hay un problema a nivel de apego, la mujer sufre un **desequilibrio** que compromete su identidad, su autoconcepto, su autoestima. No es sólo la ruptura de una amistad o un vínculo amoroso, es también la prueba de que ella no sirve para lo que debiera servir, las buenas mujeres serían aquellas que se hallan rodeadas “de amor”. De hecho se dice. “Si está sola por algo será” y ese algo nunca puede ser una condición de realce, de aumento de su autoestima. Esta creencia es tan generalizada que muchas mujeres, al estar solas se sienten como si fueran malas o al menos no muy buenas, sienten que han perdido sus relaciones y perdieron su autoestima.

Para la mujer es muy importante *ser parte activa* de una relación afectiva, sentirse incluida en ella, y de cuidar de ella. Pero *a cambio espera* retribución y valoración, y eso con mucha frecuencia las personas de apego no son capaces de ofrecérselo, con lo que viene la queja, el dolor y la desvalorización de la mujer

Jean Baker Miller (1984) utiliza un concepto que es el de El Yo-en -relación- (es decir, que solo se adquiere la identidad en la medida en que se establece un vínculo-). Y las mujeres lo establecen *en el cuidado de los demás*. Por eso la soledad y la falta de cuidados no afecta por lo general, a los hombres, porque estos si se quedan viudos, si se divorcian, enferman o envejecen, siempre encuentran a alguna mujer que se encargará de cuidarles o prestarles atención. Es fácilmente observable como los viudos o separados buscan pronto y además encuentran a una mujer dispuesta a compartir o a hacerse cargo de cuidar a la familia.

Si la mujer actúa así lo hace porque está respondiendo a un mandato de género de la identidad femenina.

En nuestra sociedad la forma de ser y de sentirse mujer viene determinada por un estereotipo de *feminidad tradicional*, que entre otros rasgos que *la definen* incluye: la atribución de importancia en todo lo relacionado con lo emocional, con las relaciones interpersonales, con el afecto, los cuidados y el apego y no solo con la creación de estos vínculos sino con la responsabilidad en su mantenimiento

Pero en las mujeres existen otros deseos, el de ser sujetos activos, en la transformación de sus condiciones de vida, desean autoafirmarse, posicionarse y ser menos dependientes y vulnerables.

Por todo esto es, sobre todo, a partir del último cuarto del siglo XX cuando la mujer empieza a participar en actividades intelectuales, mostrando saber qué quiere, qué desea, qué es ser mujer. El resultado ha sido descubrir que no es el cuerpo el que gobierna el destino de la mujer, ni el encanto, ni la seducción, (aunque siempre se les haya considerado como el ingrediente de la cultura femenina), sino la aparición de otros aspectos de la mujer que han permanecido en la oscuridad.

*La psicología femenina* y *Las investigaciones sobre la mujer* han empezado a cuestionar el modelo femenino vigente, al que se considera en sí mismo generador de conflicto para las mujeres.

Marión Woodman (1993) señala en su interesante libro *Ser Mujer*: “Actualmente, lo Femenino es como una raíz abriéndose camino entre la superficie de hormigón resquebrajada de la cultura.”

Y Emily Hancock (1993) añade: “Aparentemente la cultura contemporánea se presenta para apoyar sus metas, abriendo el mundo de los logros a la mujer, pero por debajo de esta aparente liberación, existen una gran variedad de fuerzas que amenazan con disminuir o cortar su feminidad e impedir la verdadera autorrealización que ella está buscando. Muchas mujeres que intentan por ejemplo romper los límites de los roles domésticos, al verse forzadas a adaptarse al modelo masculino, pierden su búsqueda de una existencia natural y femenina, que abarque tanto el proyecto de su vida como su capacidad de cuidar. Este modelo exige que deje de lado sus preocupaciones de mujer y se encaje en la red empresarial”.

*La nueva mujer vive así en un mundo de hombres pero engañada por la promesa de que lo puede todo*, obligándola a una desconexión con su identidad. Y de esta forma *Ser mujer en la sociedad actual* no es fácil, porque muchas veces supone tener que responder a muchas exigencias y a veces el precio que se paga es de la insatisfacción o depresión. De ahí que Bleichmar (1991) diga “*Lo que deprime a las mujeres son las consecuencias derivadas de la forma en que deben vivir su feminidad*”.

Y esa forma de vivir la feminidad o de ser mujer conlleva esas exigencias desde muy temprano, de tal forma que la adolescente debe responder al modelo corporal ideal, que implica la necesidad de poseer un cuerpo que escapa incluso a la figura natural de la mujer. Siendo por ello los trastornos de conducta alimentaria tan frecuente en todo occidente, porque el autoconcepto que las adolescentes tienen sobre sí mismas está relacionado con la percepción de su atractivo y los cambios culturales han aumentado la presión por ser esbeltas y delgadas. Fajardo, M<sup>a</sup> I. (2004)

Las mujeres, en tanto colectivo, poseemos características que nos definen, características que *tienen mucho mas que ver con la forma en que hemos sido educadas a lo largo de la historia* que con la naturaleza misma de nuestro cuerpo. Tanto la anatomía femenina como las actividades de reproducción- la maternidad- resulta necesario entenderlas indisolublemente mezcladas con la función y el valor de éstas para cada grupo social.

Mujer Tradicional: Muchas mujeres se deprimen por las consecuencias que les acarrea ser “muy femeninas” entendiendo por esto el estereotipo, lo que actualmente tiende a denominarse una mujer tradicional. El cuerpo femenino-su belleza, su juventud, su fertilidad, su capacidad para generar deseo- ha sido y continua siendo para la gran parte de los hombres y las mujeres de nuestro planeta la mayor virtud y el máximo poder femenino. ¿Es tan misterioso entonces que las mujeres se depriman cuando sienten amenazado o temen perder el manantial de sus dones, y que la depresión tenga que ver con las vicisitudes de su “carrera” como mujer: menarquia, embarazo, menopausia, vejez?.(Burin, M. y col 1990)

Mujer que se opone al rol de la mujer tradicional: Muchas otras, en cambio, se deprimen por oponerse a tal modelo y no encontrar otro con el que deseen identificarse

*El malestar de la mujer* puede modificarse si se le reconoce lo que desea, no como la psiquiatría tradicional que lo consideraba el carácter neurótico de las mujeres.

## FORMAS DE ACTUACIÓN

Comenzamos diciendo entonces que es necesario para un buen desarrollo de la mujer el que nos planteemos nuevas formas de actuación a diferentes niveles:

- **A nivel social:** Cambiando los roles y estructuras sociales, de una estructura patriarcal a una estructura basada en la igualdad hombre-mujer, donde no aparezcan actitudes como la reciente del presidente de la universidad de Harvard al decir en una conferencia que hay pocas científicas por la menor “habilidad innata de las mujeres”. Lawrence Summers, presidente de la universidad de Harvard, atribuyó la menor presencia de la mujer en la ciencia a una mayor “habilidad innata” del hombre. Dió las razones por las que hay menos científicas de élite que científicos: la imposibilidad de las mujeres que tienen hijos de trabajar ochenta horas semanales y las peores notas de las jóvenes en la escuela superior, debidas, a que las mujeres no tienen la misma “habilidad innata” que los hombres para la ciencia.

La bióloga Nancy Hopkins (que se levantó de la conferencia y se salió) argumenta que hay estudios que demuestran que la mujer alcanza igual cota de excelencia que el hombre en ciencias y matemáticas si goza de las

mismas oportunidades. Otras participantes no se han molestado porque, a su juicio, la visión sexista de la ciencia de Summers refleja las teorías económicas en boga.

Posteriormente Summers se retractó aunque admitió que era posible que hubiera hecho alusión a diferencias innatas, añadiendo que está “profundamente comprometido con el avance de la mujer en la ciencia”, pero el número de puestos de trabajos ofrecidos en Harvard a mujeres ha caído bruscamente desde su llegada en 2001. Periódico Hoy 19 de Enero de 2005.“La ciencia es cosa de hombres” Firmado por Ander Domínguez. Bilbao

**- A nivel judicial:** Un gran avance en este sentido ha sido el de la posibilidad de las mujeres de poder denunciar cuando son sometidas a violaciones, lo que ha supuesto uno de los aspectos más positivos de la revolución sexual, porque la violencia de género, no nos podemos engañar, afecta a todas las mujeres de todos los países y de todos los niveles culturales y económicos. La estructura económica y familiar es jerárquica y está dominada por el hombre, lo que implica una distribución desigual de poder.(Rice 1997).

En este mismo aspecto consideramos muy necesario a nivel judicial que cuando la mujer consulta, (y esto afecta igual al hombre), no sea sinónimo de enfermedad mental o conflicto psicológico, porque el hecho de consultar ya significa tomar conciencia de lo acontecido y por ello es signo de que esa persona pretende dar una respuesta correcta al problema o dificultad que presenta. Precisamente muchas de las personas que no consultan no se debe a poseer una buena salud mental sino a no ser consciente de la situación por la que están atravesando.

- A nivel educativo:** Hay que formar a la mujer educativamente para que pueda tener la formación suficiente para incorporarse al mundo laboral.
- A nivel sanitario:** Las investigaciones sobre la anticoncepción han supuesto la liberación de la mujer al hacer aparición los métodos anticonceptivos.
- A nivel de derecho de las víctimas** que sufren violencia de género
- A nivel psicológico:** La psicología debe intervenir para que los principios masculinos y femeninos se desarrolleen en todos los seres humanos

Pensamos que la aportación de (Blair y Liter, 1991) muestra lo que pretendemos señalar con ello: “Los hombres de hoy deben aprender a ser menos agresivos y más cooperativos, expresivos y sensibles. Las mujeres tienen que aprender a ser más assertivas y menos pasivas. Ambos han de ser sensibles y tiernos en sus sentimientos

y en sus relaciones el uno con el otro. Los roles de género altamente separados dan lugar a falta de cooperación, compañía, e intimidad en la familia. Compartir de forma cooperativa las funciones da lugar a un mayor compromiso y compañerismo entre todos miembros de la familia y a mayores oportunidades para establecer relaciones significativas”

## BIBLIOGRAFÍA

- Baker Miller,J. (1984) The development of womens sesnse of self. *Work un progress*, Wellesley College, Massachussetts.
- Blair y Licher, (1991). Measuring the división of Household labor: Gender Segregation of Housework among American Couples. iJournal of Family Issues, 12.
- Bucay, J. (2004) Recuentos para Demián. Nuevo Extremo. Buenos Aires
- Burin, M. y col 1990, El malestar de las mujeres. La tranquilidad recetada. Paidos. Buenos Aires
- Dio Bleichmar ,E. (1991) La depresión en la mujer. Colección fin de siglo.Ediciones Temas de hoy
- Domínguez, Ander . La ciencia es cosa de hombres.(19 de Enero de 2005). Diario Hoy
- Fajardo Caldera, M<sup>a</sup> I. (2004) *Presiones internas y externas que influyen en quién es el adolescente*. En Fajardo Caldera, M<sup>a</sup> I. y otros. “Infancia y Adolescencia: Desarrollo Psicológico y Propuestas de Intervención” Psicoex. Badajoz
- Rice, F.P. (1997) Desarrollo Humano.Prentice-Hall. México
- Woodman, M., Hancock, E. y otros (1993). Ser Mujer. Kairós. Barcelona