



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ**  
**FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA**

**ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL**

***SENTIMIENTOS DE LA MUJER, EN SU ROL FAMILIAR, LABORAL Y PERSONAL***

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIATURA EN  
TRABAJO SOCIAL**

**AUTORES:**

**JONATHAN J. SERRANO G. 4-749-1268**

**RAIZA V. ÁVILA G. 4-785-1934**

**ASESORA:**

**SILVANA CASTILLO MSC.**

**AÑO ACADÉMICO**

**2022.**

ÌNDICE GENERAL

Índice de Cuadros..... iv

Indice de Esquema ..... iv

Agradecimiento ..... v

Dedicatoria ..... vi

Dedicatoria ..... vii

Resumen ..... viii

Abstract ..... ix

Introducción ..... x

Capítulo 1. Planteamiento del Problema..... 2

    1.1. Idea de Investigación..... 2

    1.2. Ambiente, Escenario Social y Actores Sociales..... 3

    1.3 Preguntas de Investigación..... 7

        1.3.1. Pregunta Principal..... 7

        1.3.2. Preguntas Secundarias..... 7

    1.4 Objetivos..... 7

        1.4.1. Objetivo General..... 8

        1.4.2. Objetivos Específicos..... 8

    1.5 Justificación..... 8

1.6 Viabilidad.....	10
Capítulo II. Marco Metodológico y su Referente Teórico.....	13
2.1. Enfoque Cualitativo.....	13
2.1.1. Características del Enfoque Cualitativo.....	13
2.2. Alcance.....	15
2.2.1. Exploratorio.....	16
2.2.2. Descriptivo.....	16
2.3. Diseño Fenomenológico.....	16
2.4. Muestra.....	17
2.4.1. Muestra de Participantes Voluntarios.....	18
2.4.2 Muestra Homogénea.....	18
Características de la Unidad de Análisis:.....	18
2.5. Referente Teórico.....	19
2.5.1 Teorías Vinculadas con los Resultados de la Investigación.....	19
2.6. Técnicas de Recolección de Información.....	22
2.6.1. Observación.....	23
2.6.2. Entrevista Semi Estructurada.....	24
2.6.3. Biografías o Historias de Vida.....	24
2.7. Categorías y Subcategorías.....	26
Capitulo III. Interpretación de los Resultados.....	28
Conceptualización.....	28
3.1 Categoría Sentimientos.....	29
3.1.1 Subcategoría Desesperación.....	29
3.1.2. Subcategoría: Culpa.....	30

3.1.4. Subcategoría: Estrés.....	30
3.2. Categoría Rol Familiar.....	33
3.2.1 Subcategoría: Madre.....	33
3.2.2 Subcategoría: Esposa.....	33
3.2.3 Subcategoría: Administradora del Hogar.....	34
3.2.4 Subcategoría: Administradora Económica.....	34
3.3. Categoría Rol Laboral.....	36
3.3.1. Subcategoría: Funciones.....	36
3.3.2. Subcategoría: Ambiente Laboral.....	37
3.3.3. Subcategoría: Influencia Sobre la Vida Familiar.....	37
3.4. Categoría Actividades Personales.....	39
3.4.1 Subcategoría: Pasatiempo.....	39
3.4.2 Subcategoría: Deporte.....	39
3.4.3. Subcategoría: Autocuidado.....	39
Recomendaciones.....	xiii
Bibliografía.....	xiv
Anexos.....	xvi
Historia de Vida.....	xvi
Matriz de Observación.....	xviii
Entrevista Semi-Estructurada.....	xix

## ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO 1. CARACTERÍSTICAS DE LOS ACTORES SOCIALES. ....	6
CUADRO 2. CATEGORÍAS Y SUBCATEGORÍAS. ....	26

## ÍNDICE DE ESQUEMA

ESQUEMA 1. CATEGORÍA SENTIMIENTOS.....	32
ESQUEMA 2. CATEGORÍA ROL FAMILIAR .....	35
ESQUEMA 3. CATEGORÍA ROL LABORAL .....	38
ESQUEMA 4. CATEGORÍA ACTIVIDADES PERSONALES. ....	40

## AGRADECIMIENTO

A Dios todopoderoso: guía espiritual por darnos la oportunidad de llegar a esta etapa, para culminar exitosamente la Licenciatura en Trabajo Social.

A las actoras sociales de esta investigación, quienes siempre estuvieron anuentes a colaborar en la realización de referida investigación.

A las docentes de la Licenciatura de Trabajo Social, por los consejos y la labor académica que realizaron, esto ayudo a convertirnos en excelentes profesionales.

A las autoridades de la facultad por brindarnos el apoyo necesario cuando lo solicitamos.

A todas las informantes anónimas: colaboradores de vital importancia para culminar la Licenciatura de Trabajo Social.

A todos los estudiantes graduandos de la Escuela de trabajo social.

Bendiciones a todos siempre.

## DEDICATORIA

A Dios primero siempre, por acompañarme al darme la sabiduría, la fuerza y la fe para creer que lograría estos objetivos y porque nunca me abandonara.

A mi madre Lourdes Gutiérrez porque desde que le presenté mi proyecto de estudio nunca dudó y confió en que obtendría este triunfo, pues la recompensa se obtuvo por el sacrificio.

A mis padres:

Wilfredo Angulo por regalarme la computadora cuando estaba iniciando mi carrera en la universidad;

Rafael Serrano persona que me apoyó económicamente, siempre trabajó duro para que no me faltara nada.

A mi Esposa Liliana Batista, quien, aunque no compartió toda la carrera junto a mí, es un pilar importante; por soportarme en todos los momentos.

A mi familia y amigos por que estuvieron compartiendo conmigo mis experiencias y creyeron en mí.

Por todas esas personas que no mencioné pero que están por siempre en mi corazón.

A las informantes anónimas por la ayuda desinteresada en esta investigación.

“GRACIAS”

Jonathan J. Serrano G.

4-749-1268

## DEDICATORIA

A Dios primero por darme la sabiduría y la fortaleza para culminar mi carrera con éxito.

A mis padres Gonzalo Ávila y Yissel Gómez por creer siempre en mí, al apoyarme tanto económica como emocionalmente.

A mi pareja Jahameth Ortiz y a mi hija Ahyrana Ortiz: quienes a pesar de no recorrer este largo camino junto a mí han sido personas muy importantes en mi vida.

A mis amigos Carlos, Liris y Belkis por brindarme su apoyo incondicional en los momentos difíciles de la carrera.

A la Escuela de Trabajo Social por todas las enseñanzas, la paciencia, el apoyo y las críticas constructivas, recibidas para superarme en el plano profesional y personal.

## GRACIAS

**Raiza V. Avila G.**

**4-785-193**

## RESUMEN

El estudio **Sentimientos de la Mujer, en su Rol Familiar, Laboral y Personal**, se realizó en el Distrito de David, Barrio el Cabrero, lugar donde se localiza el ambiente y escenario social denominado Facultad de Administración Pública, de la Universidad Autónoma de Chiriquí: En esta área, laboran las cuatro actoras sociales funcionarias de esta institución, quienes aportaron información valiosa para la investigación.

En este estudio se utiliza el enfoque cualitativo ya que busca comprender los sentimientos de la mujer en su rol familiar, laboral y personal desde la perspectiva de las actoras sociales, con un alcance exploratorio pues, es una problemática que no se ha estudiado con frecuencia y descriptivo porque el ambiente, escenario y las conceptualizaciones de las categorías y sub categorías se describen complementada con los sucesos de ellas; se basa en un diseño fenomenológico donde el objetivo del mismo es recoger las experiencias para luego describir, comprender e interpretarlas.

Se utilizó dos tipos de muestras: las de participantes voluntarias donde las actoras sociales aceptaron una invitación para participar y homogénea porque poseen características similares.

Los resultados obtenidos reflejan que las actoras sociales no logran mantener un equilibrio entre su rol familiar, laboral y personal, debido al exceso de trabajo, por ende, se les dificulta dedicarles tiempo a los hijos, a los esposos y a realizar actividades personales y de recreación.

**Palabras claves:** sentimientos de la mujer, rol familiar, rol laboral y rol personal.

## *ABSTRACT*

The study Feelings of Women, in their Family, Work and Personal Role, was carried out in the District of David, Barrio el Cabrero, where the environment and social scenario is located called Faculty of Public Administration, of the Autonomous University of Chiriquí: In this area, the four social actors of this institution work, who contributed valuable information for the research.

This study uses the qualitative approach since it seeks to understand the feelings of women in their family, work and personal role from the perspective of social actors, with an exploratory scope because it is a problem that has not been studied frequently and descriptive because the environment, scenario and conceptualizations of the categories and sub categories are described complemented by the events of them; It is based on a phenomenological design where the objective of the same is to collect the experiences and then describe, understand and interpret them.

Two types of samples were used: those of voluntary participants where the social actors accepted an invitation to participate and homogeneous because they possess similar characteristics.

The results obtained reflect that the social actors are unable to maintain a balance between their family, work and personal role, due to overwork, therefore, it is difficult for them to dedicate time to children, spouses and personal and recreational activities.

Keywords: women's feelings, family role, work role and personal role.

## INTRODUCCIÓN

La sociedad en la actualidad complicada y en constante cambio exige modificaciones, uno de ellos es la duplicidad de roles de la mujer. En estos tiempos modernos, ella se integra al mundo laboral, permitiendo de esta manera mejorar la economía familiar e incorporando un nuevo rol a su rutina, lo que se convierte en un verdadero reto, ya que debe cumplir cada uno de ellos.

La investigación “*Sentimientos de la mujer en su rol laboral, familiar y personal*”; busca investigar a profundidad, los diversos sentimientos como son la desesperación, culpa, tristeza y el estrés que experimenta las mujeres al momento de desempeñar los diferentes roles; también comprender las experiencias desarrollando el rol familiar con los distintos miembros de la familia los/as hijos/as, esposo y cómo administran las tareas del hogar y las económicas, asimismo la forma en que influye el rol laboral en el entorno familiar y cómo ellas logran separar lo personal con lo familiar y laboral. .

Esta investigación, contiene tres capítulos: el primero es el planteamiento del problema; éste integra la idea de investigación, seguido del ambiente, escenario social y las actoras sociales; además de la pregunta principal, las secundarias, el objetivo general, los específicos, la justificación y la viabilidad.

El segundo capítulo expone el marco metodológico y el referente teórico, pues contiene el enfoque, las características, el diseño, el alcance, los tipos de muestras utilizadas, los referentes teóricos que representan las teorías vinculadas a las categorías en estudio, por último, las técnicas utilizadas para recabar la información.

El tercer capítulo presenta todos los datos obtenidos en forma ordenada y comprensible, relacionado con las categorías, las subcategorías estudiadas debidamente definidas y conceptualizadas, para llegar a las conclusiones, sobre el problema investigado las recomendaciones que apuntan a situar la problemática en mejor condición, las referencias bibliográficas usadas y los anexos como evidencia de lo actuado.

# **CAPÍTULO 1.**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

## CAPÍTULO 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Al momento de plantear el problema de investigación cualitativa, se debe abordar desde la propia perspectiva de los participantes, con el fin de comprender y profundizar desde la realidad que viven las mujeres cumpliendo sus diferentes roles.

Esta investigación está enfocada en comprender los sentimientos de la mujer en su rol familiar, laboral y personal, problemática que en la actualidad se hace presente debido a la fuerza que toman las féminas al estar presente y ser capaz de realizar distintos tipos de trabajo que van desde estar pendiente de la familia, las tareas del hogar, las labores propias de su profesión y tener tiempo para atender sus propias necesidades como persona. El estudio ve la realidad que viven, sus sentimientos que emergen al tener que dejar el hogar para desempeñar sus funciones laborales y dejar a sus hijos al cuidado de otros familiares.

En este capítulo se detallan los elementos sustanciales para realizar la investigación, entre éstos: la idea del estudio, el ambiente, el escenario, las actoras sociales: quienes, a partir de la perspectiva cualitativa, aporta información para la interpretación, adquisición de conocimientos; pregunta principal, las secundarias, el objetivo general, los específicos, la justificación y la viabilidad del estudio.

### 1.1. Idea de Investigación

La idea de investigación según Hernández, et, al (2014) “Representan el primer acercamiento a la realidad que se investigará o a los fenómenos, sucesos y ambientes por estudiar”. (p.24).

Para realizar esta investigación fue importante acercarnos a la realidad que viven las mujeres y conocer sus sentimientos con respecto al rol familiar, laboral y personal que debe cumplir. Para ello, es necesario comprender que sucede al momento de desempeñar estos roles.

Las mujeres, se enfrentan al desafío de dejar el hogar y a sus hijos para ir a laborar; por ende, durante el día se sienten preocupadas, con gran remordimiento por haber salido de casa, al dejar solos a los hijos, porque no reciben el apoyo de algún familiar y no tienen la facilidad de contratar a alguien, que se encargue del cuidado de ellos; por consiguiente, experimentan diversos sentimientos entre estos: desesperación, culpa, tristeza, el estrés.

Fundamentado en lo anterior, surge en los investigadores la idea de efectuar un estudio referente a los **Sentimientos de la Mujer, en su Rol Familiar, Laboral y Personal**, con el fin de indagar lo que experimentan las actoras sociales y describir cómo logran el equilibrio entre las obligaciones de la vida familiar, laboral y personal: que le permitan satisfacer, las necesidades tanto básicas como las de su familia.

A partir de esta idea, se expone a continuación el ambiente, el escenario y las actoras sociales, donde se desenvuelven las participantes del estudio.

## **1.2. Ambiente, escenario social y actores sociales.**

Según Hernández et, al (2010) menciona que: “Una vez concebida la idea del estudio, el investigador debe familiarizarse con el tema en cuestión. Aunque el enfoque cualitativo es inductivo, se necesita conocer con mayor profundidad el “terreno que se está pisando” (p.364).

Luego de tener la idea de investigación, se debe abordar el ambiente y escenario de las actoras sociales, conocer el lugar donde desempeñan sus funciones, como perciben el entorno social, si es adecuado para interactuar con ellas y comprender la realidad en la que viven.

Para Hernández et, al (2010) “El escenario o ambiente puede ser muy variado: como un hospital, una o varias empresas, una zona selvática si estudiamos el comportamiento de una especie animal, una comunidad indígena, una universidad, una plaza pública, un consultorio, una casa donde sesiona un grupo...” (p.371).

El ambiente social corresponde al entorno natural donde las actoras sociales se desenvuelven; en este sentido áreas urbanas de los distritos de David, Bugaba y la Universidad Autónoma de Chiriquí, lugar donde se realiza esta investigación ubicada en el Barrio El Cabrero, Corregimiento de David Sur; en un área urbana, cerca al Hospital Regional, Doctor Rafael Hernández y al Hospital José Domingo De Obaldía, Distrito de David, Provincia de Chiriquí.

Esta es una institución de educación superior pública, en la cual acuden los estudiantes, los docentes y los administrativos. Es una de las universidades estatales de Panamá, de carácter autónomo y la primera de la región occidental del país, dedicada a la generación, a la recepción, y transmisión del conocimiento, en diversas facultades en las cuales se imparten clases en tres turnos: diurno, vespertino y nocturno.

El escenario social según Taylor y Bodgan (1987) “se caracteriza por ser accesible, es decir que es posible a través de negociaciones, penetrar y obtener las fuentes de información y reunir las condiciones que la investigación necesita. (p. 36).

En cuanto al escenario social, lo constituye el lugar en donde se estudia el fenómeno, en este sentido, es el sitio donde residen, laboran e interactúan los actores sociales. Se destaca que los escenarios sociales guardan relación en cuanto a la infraestructura, pues todas reúnen las condiciones necesarias para realizar la investigación: entre éstas, dos oficinas, un salón de clases, un comedor; los cuales se ubican en un espacio y mobiliario adecuado, para la comodidad de las áreas mencionadas.

Con relación a las actoras sociales, son las personas o sea las mujeres que participan en el estudio, con quienes los investigadores establecen comunicación para recopilar información directamente relacionada a los **Sentimientos de la Mujer, en su Rol Familiar, Laboral y Personal.**

En el esquema que se presenta a continuación, se detallan las características de los actores sociales, a quienes, para guardar la confidencialidad de la información, se les ha establecido un seudónimo con dos letras mayúsculas y un número: AS1, AS2, AS3, AS4.

**CUADRO 1.**  
**Características de los Actores Sociales.**

Actor social	Edad	Rol laboral desempeñado	Rol familiar desempeñado	Rol personal desempeñado
AS1	<b>44</b>	Asesor y consultor legal	Madre, esposa, proveedora económica, administradora del hogar.	Mujer participativa, organizadora y protectora.
AS2	<b>57</b>	Recoger y entregar documentos	Madre, proveedora económica y administradora del hogar.	Mujer participativa, sumisa y organizadora
AS3	<b>39</b>	Utilizar e interpretar técnicas psicométricas y psico diagnósticas. Asesoramiento y capacitaciones al personal	Madre, esposa, proveedora económica, administradora del hogar.	Mujer armonizadora y coordinadora.
AS4	<b>39</b>	Organizador de la oficina y gestión de documentos.	Madre, esposa, proveedora económica, administradora del hogar.	Mujer organizadora, participativa, coordinadora y observadora.

Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

Descrito el ambiente, el escenario y las actoras sociales de este estudio, se formularon las preguntas guías de la investigación que deben enfocarse en explorar para comprender el fenómeno.

### 1.3 Preguntas de investigación.

De la idea de investigar surgieron las preguntas de investigación. Según Hernández et, al (2010) “...son aquellas que se pretende responder al finalizar el estudio, para lograr los objetivos”. (p.365). En este sentido, las preguntas, deben ser claras y precisas, para que se puedan responder con exactitud.

#### 1.3.1. Pregunta Principal.

Con relación a este tema surgió la pregunta, que sirve de guía, pues enfoca la investigación con lo que se desea conocer del problema.

- ¿Cuáles son los sentimientos de la mujer respecto a su rol familiar, laboral y personal?

#### 1.3.2. Preguntas Secundarias.

De la pregunta principal se derivan las preguntas secundarias o que están relacionadas (dependientes) con la pregunta principal:

- ¿Cómo influye el rol laboral de la mujer, en la vida personal y familiar?
- ¿Qué actividades personales realiza la mujer para separar su rol familiar y laboral?

### 1.4 Objetivos.

Como resultado de las preguntas del estudio se redactaron los objetivos, que deben ser claros para denotar el propósito principal del estudio. Seguido a esto, se plasma el siguiente objetivo general:

### 1.4.1. Objetivo General.

- Describir los sentimientos de la mujer respecto al rol familiar, al rol laboral y al rol personal.

### 1.4.2. Objetivos Específicos.

A raíz del objetivo general se desglosan los siguientes objetivos específicos:

- Explicar la influencia del rol laboral de la mujer en la vida personal y familiar.
- Identificar las actividades personales de la mujer para separar el rol laboral y familiar.

## 1.5 Justificación.

Hernández et, al (2010) indica que: "...las investigaciones se efectúan con un propósito definido y ese debe ser lo suficientemente significativo para justificar su realización, por lo que se deben considerar los siguientes elementos: **conveniencia, relevancia social, alcance social, valor teórico, necesario, oportuno y valioso.** (p.365)

Por todos los elementos antes mencionados, este estudio es **conveniente y pertinente**, pues se realizó con el fin de explorar los sentimientos de las mujeres, desde el momento en que salen del hogar, para ir a laborar y dejar a sus hijos en compañía de un adulto o solos.

Es de relevancia social, pues los resultados de esta investigación permiten visualizar que las mujeres, experimentan sentimientos desde el momento que salen del hogar para ir a trabajar dejando a sus hijos en compañía de un adulto o solos. Todo esto no les permite desarrollar su

trabajo al cien por ciento, sin embargo, continúan laborando pues, al contar con una fuente de empleo satisfacen las necesidades básicas y por ende mejorar la calidad de vida; brindando seguridad, independencia, identidad e interacción social, lo que contribuye a la salud mental mejorando el estado de ánimo y por supuesto el bienestar familiar.

Esta investigación es de **alcance social**, pues, la realidad de las mujeres que laboran, por lo regular, desarrollan una triple jornada. La primera es propia del rol familiar, ya que no son remuneradas económicamente; incluyendo la atención, el cuidado, o las relaciones que se practican entre los miembros que conforman la familia de cada una. La segunda; se refiere al rol laboral que desempeñan, ya sea de manera formal e informal para obtener los ingresos económicos; además de mantener a su familia: la tercera significa el tiempo en que la mujer y atender a su familia; trabaja fuera del hogar, porque desempeña actividades personales como ir de compras, asistir al salón de belleza, reunirse en la iglesia, entre otras.

**Valor teórico** ya que en esta tesis se presentan teorías afines a la problemática, proporcionando sustento a las categorías del estudio, garantizando la claridad de los conceptos teóricos, lo que permite:

Proporcionar un análisis crítico sobre los sentimientos de la mujer en su rol laboral, familiar y personal, además de concretar nuevos conocimientos y experiencias.

Facilitar información científica a otros profesionales para el desempeño profesional de estos y para otros investigadores que deseen realizar investigaciones futuras.

Entregar una tesis a la Biblioteca central Roberto Jaén y Jaén; otra a la Biblioteca de la Facultad de Administración Pública, para que algunos estudiantes, docentes o profesionales, tengan la oportunidad de consultarla.

Además, el estudio reúne los requisitos para el desarrollo del artículo científico como aporte a la Revista Ingenio Social, perteneciente a la Escuela de Trabajo Social, sobre temas científicos, indexada, para la consulta en el ámbito nacional e internacional.

Esta investigación es **oportuna y valiosa**, al no existir estudios relacionados con los sentimientos de las mujeres en cuanto a su rol familiar, laboral y personal. Al respecto la información sistematizada, se analiza para tener comprensión sobre la manera en que las féminas afrontan los sentimientos surgidos en el desempeño sus roles.

## **1.6 Viabilidad.**

Indica Hernández et, al (2010) que la viabilidad: “Es un elemento que se valora y ubica en cuanto a tiempo, recursos y habilidades. Por lo que es necesario cuestionarse ¿es posible llevar a cabo el estudio?, ¿se poseen los recursos para hacerlo?” (p.365).

Se refiere a qué tan factible es la realización de un estudio, si se toman en cuenta factores como los recursos humanos, los recursos materiales y los recursos financieros disponibles. Así mismo, se debe considerar el tiempo que tomará llevar a cabo todos los pasos de la investigación, para llegar a su finalización exitosa. (Hernández et al, 1991- 2003).

Esta investigación resulta viable por los siguientes motivos:

- Los investigadores poseen las habilidades sociales necesarias y los conocimientos científicos, técnicos y metodológicos, para desarrollar el proceso de investigación.
- Fácil acceso al ambiente y escenario de las actoras sociales, ya sea por medio de transporte personal y servicio público.
- Disposición del recurso humano o sea las actoras sociales, para aportar información e involucrarse en el estudio.

# **CAPÍTULO II.**

## **MARCO METODOLÓGICO Y SU REFERENTE TEÓRICO**

## CAPÍTULO II. MARCO METODOLÓGICO Y SU REFERENTE TEÓRICO

En este capítulo se expone el proceso metodológico de la investigación que se desarrolla, el marco metodológico reúne los procesos que juegan un papel determinante respecto a las decisiones que constituyen la estrategia teórica-metodológica del estudio, iniciando con el enfoque, con las características, el alcance, el diseño, la muestra, el referente teórico, las teorías vinculadas con las categorías y las subcategorías de estudio, y las técnicas de recolección de información.

### 2.1. Enfoque Cualitativo.

Esta investigación es de enfoque cualitativo, Hernández et, al (2010), señala que: “...se enfoca en comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto” (p. 364).

Con base en esta definición, se pretende comprender desde una perspectiva profunda, los sentimientos de la mujer trabajadora en su entorno y las acciones que realiza, para desempeñar el rol familiar, laboral y personal, a partir de las conversaciones sostenidas con ellas.

#### 2.1.1. Características del Enfoque Cualitativo

Para Sandoval (2012) la investigación cualitativa “...se fundamenta en las características inductiva, holística, interactiva reflexiva, naturalista, no impone visiones previas, abiertas y humanistas”. (pp. 41 y 42).

Mediante estas características se describen los roles familiar, laboral y personal y busca comprenderlos desde el punto de vista de las mujeres.

A continuación, se detallan las siguientes características aplicadas a esta investigación:

**Inductiva:** parte de la realidad de los actores sociales, y de ahí, se efectúan la inmersión para comprender cómo cada una de ellas perciben el entorno. Además, de las cualidades particulares del problema en estudio, se analiza la posibilidad desde la interpretación de éste; es decir, desde el ambiente y el escenario social donde se ubican las actoras sociales, con la visión particular y la perspectiva de ellas, con referencia al fenómeno investigado.

**Holística:** desde la visión y perspectiva de los investigadores, se tienen un conocimiento holístico para percibir e interpretar las experiencias de las actoras sociales en su totalidad, en cuanto a la mujer trabajadora en su rol familiar, laboral y personal.

**Interactiva reflexiva:** significa que los investigadores en un proceso de diálogo con las actoras sociales, interactúan sobre la problemática y ambos adquieren los conocimientos requeridos, igualmente a partir de la información recopilada surgen reflexiones sobre esta investigación.

**Naturalista:** los investigadores se sitúan en el lugar natural donde ocurren los hechos, para recoger la información en el contexto natural de los participantes, mediante la aplicación de las técnicas de recolección de información como la observación, la entrevista semi estructurada e historias de vida, al permitir desarrollar las interacciones con las mujeres en un ambiente natural.

**Abierta:** permite la escucha activa para comprender la realidad de lo que las mujeres trabajadoras perciben al desempeñar el rol familiar, laboral y personal.

**Humanista:** los investigadores cualitativos a través de las técnicas utilizadas como el diálogo y la escucha activa, buscan el acercamiento personal con las actoras sociales, las mujeres trabajadoras; con la finalidad de indagar los sentimientos en cuanto a los roles familiar, laboral y personal.

**No impone visiones previas** los investigadores durante la interacción y recolección de información con las actoras sociales, evita fusionar sus creencias, pensamientos y opiniones sobre los fenómenos estudiados, ya que se pueden ocasionar juicios a través de las vivencias generadas.

**Rigurosa** valida los datos proporcionados por las mujeres, a través de las entrevistas para el conocimiento de los roles familiar, laboral y personal, por lo que se cumple con esta característica.

## **2.2. Alcance.**

Los autores Hernández et, al (2010) lo definen como: “la tipología que puede tener una investigación científica, la cual consta de cuatro clases denominadas exploratoria, descriptiva, correlacional y explicativa”. (p. 78) De tal manera que este estudio es de alcance exploratorio, descriptivo.

### **2.2.1. Exploratorio**

Según Hernández et, al (2010) los estudios exploratorios “Se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tiene muchas dudas o no se ha abordado antes”. (p. 79).

Esta tesis responde a un alcance exploratorio, ya que en Panamá dicho estudio no ha sido abordado desde una perspectiva del trabajo social, basada en los sentimientos de las mujeres trabajadoras, en su rol laboral, familiar y personal.

### **2.2.2. Descriptivo**

Aquí se describe el ambiente, el escenario social donde se desenvuelven las actoras sociales, al igual que los sentimientos de las mujeres trabajadoras, en el rol familiar, laboral y personal, pues aportan información para complementar la redacción de las conceptualizaciones correspondientes a las categorías comprendidas para el estudio.

### **2.3. Diseño Fenomenológico.**

El diseño a utilizar en esta investigación es el fenomenológico. Según Hernández et, al (2014) en la fenomenología: el investigador identifica la esencia de las experiencias humanas en torno a un fenómeno de acuerdo a como lo describen los participantes del estudio; Así la variedad de fenómenos por estudiar no tiene límites, por lo que puede estudiarse todo tipo de sentimientos, emociones, experiencias, razonamientos o percepciones, es decir, puede centrarse tanto en el estudio de aspectos de la vida ordinaria, también en fenómenos excepcionales. (p.493).

Para Hernández et, al (2014) estos estudios tienen como “propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias.” (p.493).

Desde el enfoque fenomenológico, éste intenta ver las cosas desde el punto de vista de las otras personas, para describirlas, comprenderlas e interpretarlas. Esta investigación permite explorar que sienten y cómo se comportan las mujeres; al realizar la triple jornada; también, las actividades que las actoras sociales desarrollan, para separar el trabajo, de la familia, del tiempo libre; ya que se pretende descubrir los sentimientos de las mujeres trabajadoras, en los diferentes roles en un mismo fenómeno. (Laboral, familiar y personal.)

#### **2.4. Muestra**

Para Hernández et, al (2014) la muestra es definida como “un grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades, etc., sobre el cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o población que se estudia”. (p.384).

En el enfoque cualitativo, a la hora de elegir el tipo de muestreo, resulta relevante tener presente, algunas consideraciones tales como: la flexibilidad y la no generalización de los resultados. Conforme a lo planteado para la presente investigación, se ha seleccionado la muestra de participantes voluntarios y muestras homogéneas.

### 2.4.1. Muestra de participantes voluntarios

En este sentido, los autores Hernández et, al (2014) afirman que: “A esta clase de muestra se le puede llamar autoseleccionada, ya que las personas se proponen como participantes en el estudio o responden a una invitación” (p.386).

Los investigadores seleccionan actoras que laboran en la Universidad Autónoma de Chiriquí; a ellas se les preguntó si deseaban participar en la investigación, con la finalidad de suministrar alguna información útil para el estudio que se realizó.

### 2.4.2 Muestra homogénea

Otro tipo de muestra identificada en este estudio, es la muestra homogénea que para Hernández et, al (2014) son: “...las unidades que se van a seleccionar poseen un mismo perfil o características, o bien comparten rasgos similares.” (p.388).

Los investigadores deciden utilizar esta muestra, porque, las actoras sociales del estudio cumplen con el perfil o cualidades requeridas para la investigación y que se menciona a continuación por las características de la unidad de análisis.

#### **Características de la unidad de análisis:**

- Son mujeres que cumplen con el Rol Personal, Laboral y Familiar como esposa, madre.
- Laboran en la Universidad Autónoma de Chiriquí.

- Tienen más de tres años de laborar en la institución; por consiguiente, ellas aportan un rol importante en la investigación.

Se trabajó con cuatro actoras entre ellas: una abogada, una psicóloga, una mensajera y una secretaria.

## **2.5. Referente Teórico**

Según (Hernández et, al, 2010) “es necesario conocer los antecedentes (estudios, investigaciones y trabajos anteriores), especialmente si uno no es experto en los temas o tema que se va a tratar o estudiar, afirmando: conocer lo que se ha hecho con respecto a un tema, a estructurar más formalmente la idea de investigación, a seleccionar la perspectiva principal desde la cual se abordará la idea. Conocer esto permitirá elaborar una investigación novedosa, inédita, con claridad y sustentada de conocimientos científicos”. (p. 28)

### **2.5.1 Teorías vinculadas con los resultados de la investigación**

Las teorías constituyen el soporte esencial de toda investigación, consisten en la producción de un marco de referencia utilizado para afirmar los pasos, procedimientos y comprender la perspectiva del objeto de estudio.

A continuación, se describen las teorías vinculadas a las categorías relacionadas al tema de investigación

**Teoría de los roles:**

El origen de la teoría de los roles se debe a Rimel (1858-1928) quien la anticipa en su reflexión acerca de la estructura básica de desigualdades que es la propia sociedad.

Según Netinbag (2022) “El objetivo principal es observar cómo los roles que desempeñan las personas afectan sus interacciones, lo que ayuda a explicar por qué actúan de la manera en que lo hacen” (p. 1).

Esta teoría nos muestra y decreta que todo individuo que sea parte de una sociedad tiene que cumplir con ciertas perspectivas determinadas, de las cuales se requieren resultados concretos y socialmente aprobados; así como también alude que las personas ocupan diferentes status o posiciones en la sociedad según el rol que se asigna.

En el caso del referido estudio los investigadores buscan explicar el desenvolvimiento femenino en el momento de desempeñar el rol familiar, laboral y personal; y si estos roles afectan su comportamiento.

**Teoría de la evaluación cognitiva de Richard Lazarus:**

Según Lazarus (1982) mencionado por Corbin. (2016) “El pensamiento debe ocurrir antes que la experiencia de la emoción” (p. 1).

El pensamiento de Lazarus puede resumirse bajo la idea de que cierto tipo de tendencia o conocimiento es una precondition necesaria para toda emoción. Este autor demanda en particular, que las valoraciones cognitivas enlazan e intervienen entre los sujetos y el ambiente, estimulando

emociones personales como consecuencia de las valoraciones determinadas que realiza el sujeto, de su relación con el ambiente en virtud de su bienestar. Es decir, el conocimiento y emoción están fusionados en la naturaleza.

Dicha teoría plantea que el afrontamiento que hacemos ante una situación estresante es en realidad un proceso que depende del contexto. Así que, ante una situación estresante, las personas realizan dos evaluaciones. La primera es la evaluación primaria; en esta, el sujeto establece que su bienestar está comprometido, porque no satisfacer la demanda le presume un riesgo. Luego, esto deriva en la evaluación secundaria. Esta es una estimación que el individuo hace de los recursos con los que tiene para responder a la demanda que identificó. De manera que concluye si está en condiciones de hacer frente a lo que se le solicita o no.

La teoría explica que cada sentimiento está influido por un pensamiento que traen las mujeres en mente al desarrollar su rol familiar, laboral y personal, es así que cuando sienten desesperación, culpa, tristeza, estrés, entre otras, siempre se inicia con pensamiento positivo o negativo.

### **Teoría sistémica familiar de Bowen:**

Nos dice que: “La teoría del comportamiento humano concibe la familia como una unidad emocional... utiliza el pensamiento sistémico para describir las complejas interacciones dentro de la unidad. La familia, por naturaleza, hace que sus miembros estén intensamente conectados emocionalmente.”. Entorno Estudiantil (2020. párr. 1).

Esta teoría ve a la familia como unidad integral, donde los miembros están acoplados y comparten. Ella ejerce influencia en los sentimientos, pensamientos y actuaciones de cada miembro del grupo familiar.

En dicha unidad, la manera de actuar de cada integrante trastorna el comportamiento del resto puesto que cada familia conserva un determinado nivel emocional. Esto conlleva a que los miembros de la familia estén a expensas del visto bueno y apoyo de los otros. La dependencia emocional que los individuos tengan hacia la familia establecerá su condición de autonomía

La investigación ayuda a conocer cómo se sienten las mujeres al desempeñar su rol laboral, familiar y personal y al mismo tiempo para mantener el equilibrio familiar.

## **2.6. Técnicas de recolección de información.**

La recopilación de la información juega un papel importante ya que busca obtener la información de las personas, en algunas comunidades, en algunas situaciones o procesos internos en las propias formas de cada una de ellas.

En la investigación cualitativa, la información que interesa a otros lectores es: los conceptos, las percepciones, las imágenes mentales, las creencias, las emociones, las interacciones, los pensamientos, las experiencias y vivencias manifestadas en el lenguaje de las actoras sociales, ya sea de manera individual o en conjunto. Se recolecta información, con la finalidad de analizarlos y comprenderlos para responder a las preguntas de investigación y generar los conocimientos más relevantes.

Los autores, Hernández et, al (2010) plantean que “La recolección de datos ocurre en los ambientes naturales y cotidianos de los participantes o unidades de análisis; en los seres humanos, en la vida diaria, en qué creen en, qué sienten, cómo piensan, o cómo interactúan” (p.409)”

Los autores antes señalados mencionan que la observación en la investigación cualitativa, “no es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar notas”); implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, a los sucesos, a los eventos e interacciones” Hernández et, al (2010) (p.p. 411 y 412).

Las técnicas de recolección de información son herramientas utilizadas en las investigaciones, con la finalidad de obtener los datos y dar respuesta a los objetivos planteados. Los instrumentos utilizados para esta investigación son: la observación, la entrevista semi estructurada e historias de vida.

A continuación, se detallan los instrumentos de recolección de información, que se utilizan en esta investigación.

### **2.6.1. Observación**

La observación para Hernández et, al (2010) “implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atentos a los detalles, sucesos, eventos e interacciones”. (p. 411).

Esta técnica no se basa en el simple hecho de ver la realidad, sino de llevar a cabo una observación profunda, la cual permita identificar el comportamiento manifestado al momento de tener un acercamiento a los escenarios de los actores sociales.

### **2.6.2. Entrevista semi estructurada.**

Según los autores Hernández et, al (2010) “se basa en una guía de asuntos o preguntas, y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados (es decir, no todas las preguntas están predeterminadas).” (p. 418). Se utiliza este tipo de técnica, porque permite agregar preguntas, a medida que se va avanzando en la entrevista, para así reunir toda la información necesaria para la investigación.

Para este tipo de entrevista, se necesita tener un primer acercamiento con los actores sociales, ya sea de manera presencial o mediante distintos medios de comunicación; para crear un ambiente de confianza, obtener a través del diálogo, la información con relación a los sentimientos que experimentan estas mujeres trabajadoras respecto a su rol laboral, familiar y personal.

### **2.6.3. Biografías o Historias de Vida**

Los autores Hernández et, al (2010) indican que “...es una forma de recolectar datos que es muy utilizada en la investigación cualitativa. Puede ser individual (un participante o un personaje histórico) o colectiva (una familia, un grupo, de personas que vivieron durante un periodo y que compartieron rasgos y experiencias). (p. 436).

El autor arriba señalado dice que: Las historias o biografías se construyen por lo regular mediante: a) **La obtención de documentos**, registros, materiales y artefactos comentados anteriormente (en cualquiera de sus modalidades: solicitud de muestras, petición de su elaboración u obtención por cuenta del investigador). b) Por medio de **entrevistas** en las cuales se pide a uno o varios participantes que narren sus experiencias de manera cronológica, en términos generales o sobre uno o más aspectos específicos (p.436)

Siguiendo la misma línea Cornejo et al. (2008) mencionado por Chárriez (2012) dice que para la recolección de la información el investigador utiliza “la entrevista”. (p.56)

Por su parte Taylor y Bogdán, (1984) consideran que esta técnica es muy utilizada en las investigaciones cualitativas, diseño fenomenológico, sustenta que la realidad se construye socialmente a través de definiciones individuales o colectivas de un contexto determinado. Es así que comprende el fenómeno social desde el punto de vista de los actores sociales.

Esta técnica se utiliza con el propósito de indagar los sentimientos de las mujeres al cumplir su rol familiar, personal y laboral. Para tal fin se utiliza como instrumento un formato denominado Historia de Vida, utilizando la técnica de la entrevista para la recogida de la información, en dos sesiones consensuadas; con el objetivo de describir dichos sentimientos, considerando la categoría sentimientos y las subcategorías: desesperación, culpa, tristeza, estrés, tipos de funciones, ambiente laboral e influencia sobre la vida familiar en las etapas de la vida pasada y presente. (Ver anexos).

## 2.7. Categorías y Subcategorías.

Las categorías son conceptos de la investigación cualitativa que se usan para explicar el hecho social que se estudia. Simultáneamente ayuda a delimitar el fenómeno que se analiza, al ofrecer respuestas claras y precisas de las actoras sociales, por medio de los instrumentos utilizados para recolectar la información.

*CUADRO 2.*  
*Categorías y subcategorías.*

<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>
<b>Sentimientos</b>	Desesperación Culpa Tristeza Estrés
<b>Rol Familiar</b>	Madre Esposa Administradora del hogar Administradora económica
<b>Rol Laboral</b>	Funciones Ambiente laboral Influencia sobre la vida familiar
<b>Actividades personales</b>	Pasatiempo Deportes Autocuidado

Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

# **CAPÍTULO III.**

## **INTERPRETACIÓN DE LOS**

### **RESULTADOS**

### CAPITULO III. INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Los autores Hernández et, al (2010) menciona que: “La interpretación de la información recolectada en las indagaciones cualitativas implica datos no estructurados, a los cuales los investigadores le proporcionan una estructura detallando las finalidades centrales del análisis” (p, 524).

No es más que la redacción de los hallazgos derivados, pero potenciados con nuestros referentes preliminares.

En este capítulo se describen las conceptualizaciones de las categorías y subcategorías desde la perspectiva del estudio, continuo de los esquemas donde se resumen las respuestas de las propias palabras de las mujeres, se continúa con las teorías vinculadas a las categorías en estudio, finalizando con la interpretación de los resultados más notables, obtenidos a través de las técnicas observación, entrevistas semiestructurada e historia de vida, aplicada a los actores sociales para la recopilación de la información que profundiza el conocimiento ante el fenómeno de estudio.

#### **Conceptualización**

Según Morales (2016) se conoce como conceptualización aquella “representación de una idea abstracta de un concepto, surgido de los conocimientos generales, sobre diversos temas: la misma implica el desarrollo, construcción y ordenación de ideas obtenidas a partir experiencias y la comprensión de aquello que nos rodea”. (p,1).

Es así que las categorías y subcategorías, posibilita profundizar el conocimiento sobre la problemática alimentándose de los aportes obtenidos de los actores sociales, plasmados en las técnicas de recolección de la información.

A continuación, se presentan las conceptualizaciones de las cuatro categorías con sus respectivas subcategorías:

### **3.1 Categoría Sentimientos**

Son diferentes emociones como desesperación, culpa, tristeza o estrés que experimentan las personas. Las mujeres, al tener que alejarse de sus hijos o el cónyuge, confrontan estos sentimientos en silencio, por la fuerte presión llevada sobre sus hombros, *“a raíz de las múltiples actividades realizadas en el trabajo”*, en los quehaceres del hogar y en la atención a su familia, afectándoles en el desempeño de su rol familiar, laboral y personal.

#### **3.1.1 Subcategoría Desesperación.**

Es un sentimiento negativo que experimentan las personas por diversas razones. Las mujeres se desesperan *“al separarse de los hijos cuando están recién nacidos y al ir ellos creciendo”*; piensan que no los apoyan al cien por ciento, sin embargo, deben salir a trabajar para aportar en la economía y por ende en la calidad de vida de ella y de su familia, a sabiendas que el apoyo emocional de la figura materna es importante para su crecimiento y desarrollo personal.

### 3.1.2. Subcategoría: Culpa.

Es la sensación que experimentan las personas cuando cometen una falta. Las mujeres sienten culpa, tristeza e impotencia, al dejar a los hijos con los familiares u otras personas para salir a trabajar.

Las mujeres al no cumplir con las responsabilidades maternas y de los demás miembros de la familia y atención del hogar, experimentan sentimientos de culpabilidad, por lo que piensan que *“su presencia es vital para la estabilidad emocional de los miembros de la familia y del hogar”*.

### 3.1.3. Subcategoría: Tristeza

Es el estado anímico de angustia soledad que experimenta una persona por diversas circunstancias. Las mujeres al salir a laborar sienten tristeza, *“al dejar a sus hijos solos o al cuidado de un familiar”*, produciéndoles llanto y decaimiento, los que en ocasiones lo manifiestan, al estar a solas.

### 3.1.4. Subcategoría: Estrés.

Se refiere al estado de tensión física o emocional. En las mujeres este es originado por la presión sentida a causa del exceso de actividades en el trabajo y en el hogar con su familia. *“La multiplicidad de roles y el trabajo bajo presión”*, permite que les cause estrés por el cumplimiento de estas.

La teoría de roles de Rimel (1858-1928) permite identificar cuando las personas están atravesando por un conflicto de rol o una potencial tensión del rol, debido a la multiplicidad de

roles, en las distintas etapas del ciclo vital y las consecuencias pueden ser positivas como negativas.

La Categoría Sentimientos y las subcategorías frustración, tristezas y estrés, se vinculan con la teoría de roles, pues las mujeres confrontan conflictos y tensión al desempeñar multiplicidad de roles como madre, administradoras del hogar y el tiempo que deben dedicarse a ellas, sin dejar de pensar en uno u otro rol, en el momento en que salen a trabajar y dejan a otra persona encargada de los niños y el cuidado del hogar, lo cual les dificulta mantener la estabilidad en el ámbito familiar.

La teoría de la evolución cognitiva, de Lazarus (1982) plantea que el afrontamiento ante una situación de estrés, las personas consideran dos valoraciones una primaria y una secundaria. En la primaria; la persona establece que su bienestar está comprometido y de no satisfacerla está es riesgo, realizando una evaluación secundaria identificando los recursos que tiene para hacerle frente a las demandas.

Esta teoría se vincula con lo expresado por las mujeres quienes en primera instancia hacen una valoración primaria al traer a sus mentes pensamientos como “qué pasaría si estuviese en casa, en lugar de una tercera persona, quien se encargue de los niños y el cuidado del hogar”, o expresan el sentimiento de culpa, por no compartir tiempo en casa, pero a la vez, hacen una valoración secundaria por la necesidad de aportar económicamente, aunque este recurso implique dejar a los hijos y ocasionarle una profunda tristeza.

*Esquema 1.*  
*Categoría Sentimientos*



Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

Las mujeres al tener que salir a laborar, dejar el hogar y a sus hijos/as, experimentar sentimientos de desesperación, culpa, tristeza y estrés; esta situación, indica que ellas no se concentren en una sola función ya que la multiplicidad de roles las absorbe; aparte de eso, en ocasiones trabajan bajo presión, para que el tiempo disponible a ellas, sus hijos y esposos, se vea reducido.

Se encuentran en una disyuntiva al considerar el trabajo, porque sí, el salario trae una remuneración necesaria, para cubrir todas las necesidades hogareñas, sin embargo, en el plano familiar, no están compartiendo con ellos como les gustaría; significa que produce en ellas, un sentimiento de culpa.

### 3.2. Categoría Rol Familiar

Se refiere a los diferentes papeles que desempeña una persona. La mujer desempeña diversos roles como madre, esposa, administradora del hogar y económica. Esto quiere decir que debe cuidar los hijos, atender al esposo, administrar el hogar, contribuir económicamente.

Las responsabilidades familiares conllevan una fuerte carga de trabajo, deber que dificulta su coexistencia con un empleo fuera de casa; lugar donde los problemas de conciliación se presentan en todas las funciones señaladas anteriormente.

#### 3.2.1 Subcategoría: Madre.

Papel que desempeña la mujer con relación a los cuidados, a la crianza y a la atención de los hijos; aparte de estos deberes, es un vínculo de amor puro y sincero para toda la vida.

Las mujeres en su rol de madres *“siempre están pendiente a sus hijos/as”*, aunque tengan que cumplir las funciones en el trabajo: Ellas *“los dejan con un adulto”*, en el primer grado de consanguinidad (madre) o de afinidad (suegra), entre otras, ya que *“les resulta difícil distribuir el tiempo entre los hijos, entre el trabajo y entre el hogar”*.

#### 3.2.2 Subcategoría: Esposa.

Rol de la mujer donde se encarga del cuidado y atención al esposo, así como compartir algunos momentos especiales en pareja. En el rol de esposas, ellas dedican poco tiempo a la pareja, pues no realizan actividades, donde se incluya a los cónyuges.

### 3.2.3 Subcategoría: Administradora del hogar.

Función que desempeña la mujer en el momento de distribuir las tareas del hogar entre los miembros de la familia. Con respecto a su rol como administradora del hogar, la familia *“distribuye las funciones para la limpieza y el mantenimiento del hogar”*.

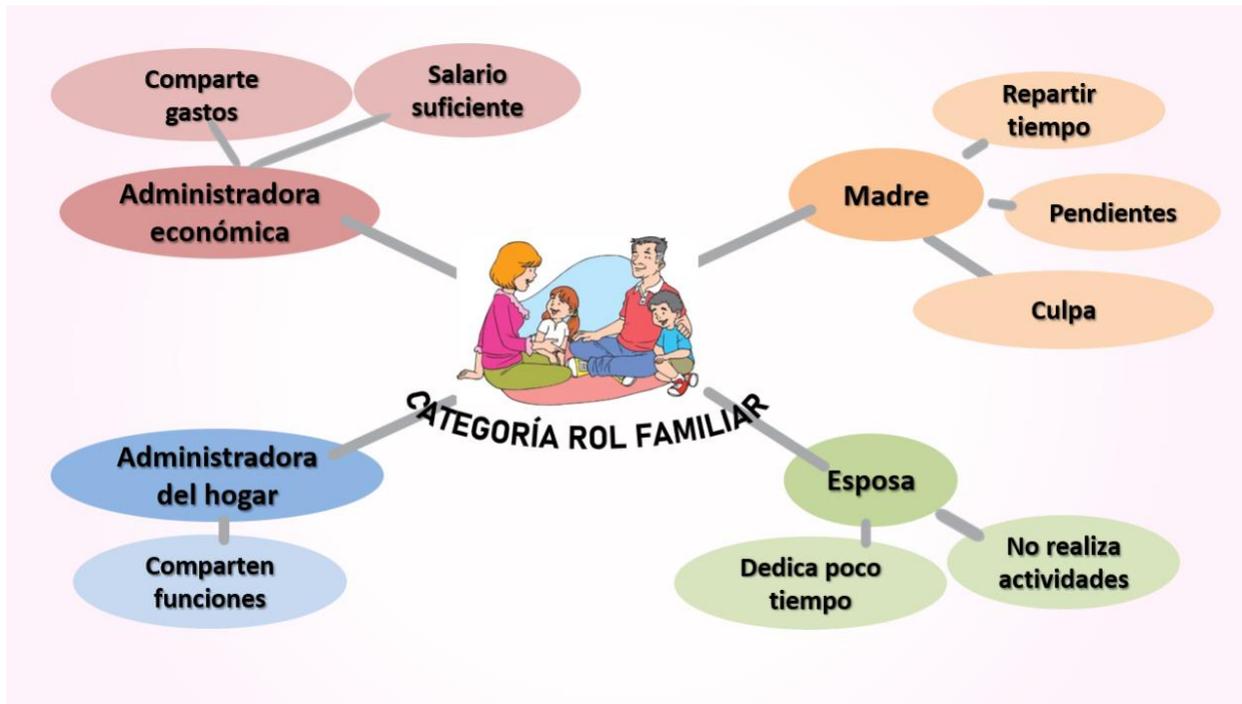
### 3.2.4 Subcategoría: Administradora económica.

Papel que desarrolla la mujer con relación a la distribución del recurso económico en los diferentes egresos del hogar: en lo económico *“ambos cónyuges se ayudan mutuamente para cubrir los gastos”*, así que *“tienen un salario suficiente para cubrir estas necesidades”*.

La teoría de roles indica todo individuo que sea parte de una sociedad debe cumplir con ciertas perspectivas determinadas, de las cuales se requieren resultados concretos y socialmente aprobados. Esta se identifica con la categoría rol familiar y las subcategorías madre, esposa, administradora del hogar y administradora económica.

De igual manera esta categoría se relaciona con la Teoría de Lazarus quien señala que el afrontamiento que hacemos ante una situación estresante es en realidad un proceso que depende del contexto en que se desenvuelve. Así que, ante una situación agobiante, las personas deben realizar una evaluación de los elementos con los cuales cuenta para responder a las demandas. En virtud de esta aseveración, las mujeres deben realizar una reflexión para valorar las actividades que realizan diariamente y así planificar el tiempo para cada uno de los roles, entre ellos el de esposa.

Esquema 2.  
Categoría Rol Familiar



Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

Según la Categoría Rol Familiar y Subcategoría madre, esposa administradora del hogar y administradora económica; resulta importante señalar que a las mujeres:

*“se les dificulta repartir el tiempo”*; es por esta razón que, aunque ellas *“siempre estén pendientes de los hijos”* no pueden evitar ese sentimiento de *“culpa”* que las invade.

Ellas se preocupan por ellos, ya que *“los dejan con un adulto mayor, pues la suegra o la madre son las que más se encargan de esta labor”*.

En cuanto al rol de esposa, es tanta la presión que sienten las mujeres, que *“disminuyen el tiempo dedicado a sus esposos”* estos deberes se ven reflejados en *“no realizar actividades de parejas”* como salir a comer, ir a pasear, entre otras.

En la administración del hogar, no existe problema ya que *“todos participan en lo que se refiere a cuidados del hogar”*; y en lo económico el gasto generado por la familia es *“solventado por ambos padres”*, es por ese motivo que ellas tienen *“salario suficiente para cubrir las necesidades familiares”*.

### **3.3. Categoría Rol Laboral.**

Es el conjunto de tareas que se desarrollan en un lugar de trabajo. La mujer realiza diversas funciones en un ambiente laboral, interacciones personales y laborales con los jefes y demás compañeros y dependiendo del mismo esta influirá en la vida familiar de manera positiva o negativa.

#### **3.3.1. Subcategoría: Funciones.**

Es el objetivo o propósito que tiene una persona al realizar una actividad, tarea o proceso. Las mujeres con relación a su empleo, desempeñan funciones en distintas áreas de trabajo; entre ellas las siguientes: Asesoría Legal como Abogada: quien se encarga de recomendar y realizar diferentes trámites legales. Mensajera: es responsable de llevar y entregar documentos a diversos departamentos. Psicóloga: brinda servicios atención especializada a la comunidad universitaria. Secretaria: se encarga redactar documentos necesarios para salvaguardar los expedientes institucionales, tramitar y gestionar recursos entre otros para dar respuesta a los docentes y discentes en diversos aspectos.

### 3.3.2. Subcategoría: Ambiente Laboral.

Relacionado con la opinión que tienen las personas que trabajan en un determinado lugar en cuanto a los factores que determinan la calidad de las relaciones, espacio físico para el desarrollo de las tareas diarias.

Respecto al ambiente laboral, la mayoría de las mujeres *“fortalecen las buenas relaciones humanas y la comunicación asertiva”* entre todos los compañeros de trabajo, aspectos importantes que complementan de manera positiva su lugar de trabajo.

### 3.3.3. Subcategoría: Influencia sobre la vida familiar.

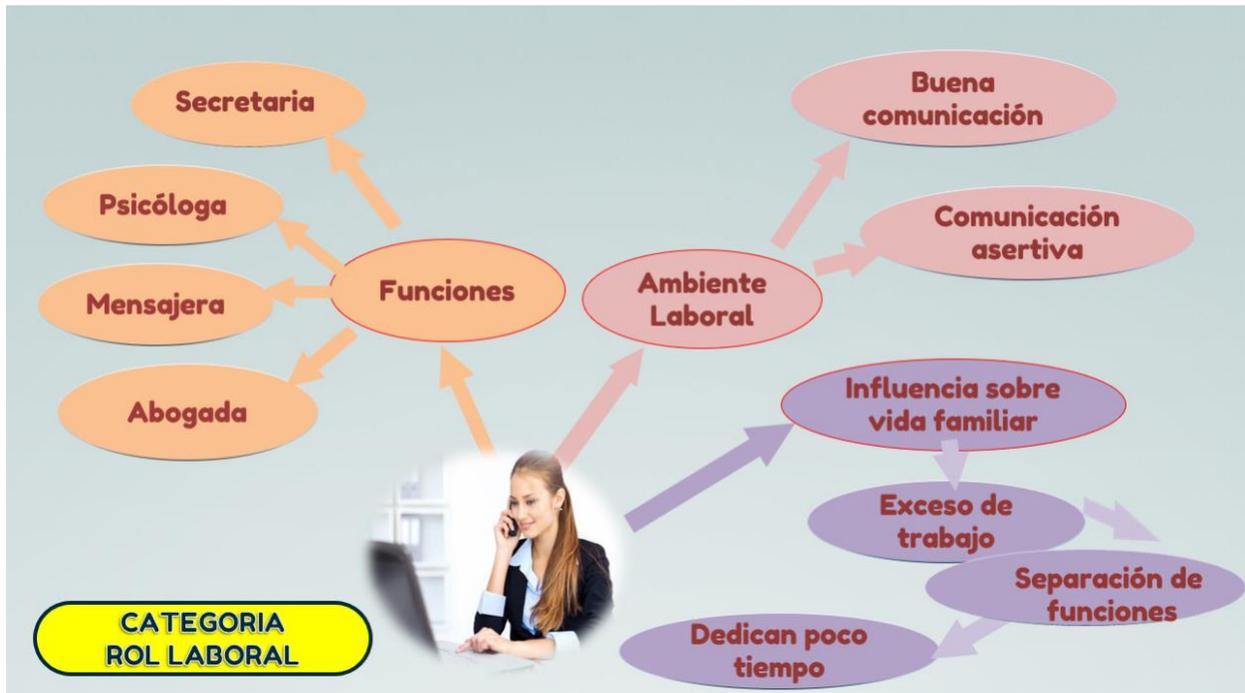
Efecto que puede tener el rol laboral de los trabajadores en su entorno familiar a causa de sus obligaciones. En las mujeres se evidencia que el rol laboral por el “exceso de trabajo” influye en su vida familiar, ya que continúan laborando en el hogar y no hace “separación de las funciones”, por consiguiente, el *“dedican poco tiempo a sus familias,*

La categoría Rol Laboral se relaciona con la teoría de la evaluación cognitiva, ya que las mujeres cuando están ejerciendo, su rol laboral, llegan a sus mentes pensamientos de todo lo que conlleva su rol familiar o personal, es por eso que reflejan sentimientos de tristeza, de culpa entre otros sentimientos, en muchos momentos.

También se ve reflejada la Teoría sistémica de Bowen, donde se ve a la familia como unidad, ya que las distintas emociones que sienten sus hijos y esposos, de alguna u otra forma, las

resienten, porque le afecta emocionalmente a tal punto, que se desconectan de todas sus funciones o no las cumplen a cabalidad.

*Esquema 3.*  
**Categoría Rol Laboral**



Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

En referencia a la categoría rol laboral, las mujeres no logran encontrar un balance en su vida laboral y en su vida familiar, ya que *“las preocupaciones por sus familias les afectan”* en el momento de cumplir estas funciones.

El exceso de trabajo las lleva a *“dedicar poco tiempo a sus hijos y a descuidar la relación con sus esposos”*, ya que *“no realizan actividades”* que suelen efectuar las parejas o deciden usar el poco tiempo disponible para utilizarlo en otras funciones como atender a sus hijos y el hogar.

### **3.4. Categoría Actividades Personales**

Se refieren a las ocupaciones propias de un individuo. Son aquellas ocupaciones como pasatiempo, deporte y autocuidado que realiza la mujer, para poder disfrutar del tiempo libre, es decir, labores que no tienen que ver con el horario laboral o de compromisos familiares.

#### **3.4.1 Subcategoría: Pasatiempo**

Actividad que se practican para disfrutar el tiempo libre. Las mujeres ocupan este lapso para “*salir de compras*”, ir al cine o hacer relaciones sociales. Entre las alternativas realizables de pasatiempos que tienen están “*cantar, “salir de paseo en familia los fines de semana a diferentes lugares”*”.

#### **3.4.2 Subcategoría: Deporte.**

Actividad que se desempeña en un área específica con la finalidad de proporcionar fortaleza integral. La mujer para mantenerse en forma y cuidar la salud física y mental; realiza “*ejercicios físicos*” como caminatas, senderismo, yoga, pasear en bicicleta, En los deportes suelen realizar voleibol, baloncesto dos o tres veces a la semana.

#### **3.4.3. Subcategoría: Autocuidado.**

Se refiere a las actividades que incluimos en nuestro quehacer diario y que permiten una mejor calidad de vida.

Al respecto las mujeres para atender sus necesidades físico mentales, y trasladarse a un momento de relajación realizan actividades de cuidado personal como: pintarse las uñas, arreglarse

el cabello, alimentación sana, entre otras. En el autocuidado, “*asisten al salón de belleza por temporadas a pintarse el cabello, realizarse tratamientos, plancha*”, es decir, cuidados estéticos femeninos con preferencia.

La categoría actividades personales se vincula con la teoría de los roles la cual indica que las personas ocupan diferentes status o posiciones en la sociedad según el rol que se asigna. En este sentido, las mujeres en su rol personal realizan diversas acciones que las ayudan a dedicar un tiempo para ellas, actividades que le contribuyan a su desarrollo personal y espiritual.

*Esquema 4.*  
*Categoría Actividades Personales.*



Fuente: Ávila, R. Serrano, J. (2022) Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHÍ).

Las actividades personales de recreación de las mujeres trabajadoras, son esenciales para su desarrollo físico y mental, ya que es importante que atiendan esa parte fundamental que les ayudará crecer como persona, estas actividades son: cantar, realizar ejercicios físicos, arreglarse el cabello, uñas y salir de paseo en familia los fines de semana.

La recreación proporciona en sí una forma de aprendizaje a través de las experiencias propias y de la relación con otras personas; además éstas brindan el placer de olvidarse de las exigencias, que emanan las tareas personales, familiares y especialmente las laborales, para que así logren un alivio al renovar las fuerzas, liberar el estrés y mejorar la calidad de vida individual o social.

## CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos se concluye lo siguiente:

Se describe que las mujeres al salir a laborar, dejar el hogar y a sus hijos experimentan sentimientos de desesperación, culpa, tristeza y estrés, donde la culpa es la más relevante.

Se explica que las mujeres en su rol de madre están pendientes a sus hijos/as, aunque se encuentren laborando; sin embargo, al cumplir la multiplicidad de roles, descuidan el rol de esposas; por consiguiente, no realizan actividades con su pareja.

El rol laboral de la mujer influye grandemente en la vida personal y familiar, porque en ocasiones el exceso de obligaciones laborales, le impide que dedique el tiempo suficiente para atender a sus hijos y esposos.

Se identifica que las mujeres realizan actividades personales como pasatiempos, deportes o autocuidado que ayudan a relajarse y de esta manera separan el rol laboral y familiar ocasionalmente.

## RECOMENDACIONES

### A las Autoridades

- **UNACHI:** implementar programas de fortalecimiento familiar a través del **Instituto de investigación y capacitación para el desarrollo integral de la mujer y la familia** mediante talleres, con el fin de orientar a las funcionarias para el manejo de los sentimientos de tristeza, culpa, estrés y desesperación que ocasiona la realización de los triples roles.
- **Al Departamento de Recursos Humanos:** abrir una sección de trabajo social en el área de bienestar laboral para que el profesional implemente modelos de intervención con técnicas y talleres dirigidos al bienestar de las funcionarias que desempeñan los triples roles.

### A la Escuela de Trabajo Social

- A través de la asignatura Colegiado Integral de Práctica de Trabajo Social, TS 400 y TS 405, los estudiantes realicen talleres orientados a temas relacionados al fortalecimiento de la mujer en el desempeño de los diversos roles.

### A las Mujeres

Que sigan desarrollando sus actividades personales o sociales con más frecuencia, pues obtendrán beneficios, bendiciones y paz.

## BIBLIOGRAFÍA

- Chárriez, M. (2012). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. Revista Griot (ISSN 1949-4742) Vol 5. Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras  
[https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias de vida una metodologia de inv  
 estigacion cualitativa.pdf](https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metodologia_de_investigacion_cualitativa.pdf)
- Corbin, J. (2016). Teoría de la evaluación cognitiva. Psicología y Mente. De:  
<https://psicologiaymente.com/psicologia-emocionalologia/psic>
- Entorno Estudiantil. (2020). La Teoría Familiar Sistémica de Bowen. Entorno Estudiantil.  
 De: <https://www.entornoestudiantil.com/la-teoria-familiar-sistemica/>
- Guzmán, K. (2022). Teoría Del Rol: El rol en la sociedad y el individuo social. Universidad Arturo Prat (Victoria) PS409-AAA: Psicología Social I Catalina Sánchez Reyes.  
[https://www.studocu.com/cl/document/universidad-arturo-prat/psicologia-social/ensayo-  
 teoria-del-rol/38692620](https://www.studocu.com/cl/document/universidad-arturo-prat/psicologia-social/ensayo-teoria-del-rol/38692620)
- Hernández, R. Fernández, C. Baptista, M. (2010). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa, Metodología de la investigación Quinta edición. McGRAW-Hill/INTERAMERICANA EDITORES,  
 S.A DE C.V. De:  
[https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%  
 20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)

- Hernández, R. Fernández, C. Baptista, M. (2014). Diseños del proceso de investigación cualitativa, Metodología de la investigación sexta edición. . McGraw-Hill/INTERAMERICANA EDITORES, S.A DE C.V. De: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Lawi. (2022). Teoría de los Roles. INTERNACIONAL. De: <https://leyderecho.org/teoria-de-los-roles/>
- Morales, A. (2016). Significado de conceptualizar. Significado.com. de: <https://www.significados.com/conceptualizacion/>.
- Netinbag.com. (). ¿Qué es la Teoría de los Roles? Copyright © NetinBag All rights reserved. De: <https://www.netinbag.com/es/health/what-is-role-theory.html>
- Sandoval, C. (2012). Características metodológicas compartidas. Investigación cualitativa. [file:///C:/Users/Jonatha%20%20Serrano/Downloads/Modulo de investigacion cualitativa.pdf](file:///C:/Users/Jonatha%20%20Serrano/Downloads/Modulo%20de%20investigacion%20cualitativa.pdf)
- Taylor, S. Bogdan, R. (1987). Selección de Escenario. INTRODUCCIÓN A MÉTODOS CUALITATIVOS DE INVESTIGACIÓN, TAYLOR Y BOGDAN. De: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>

## ANEXOS

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ**  
**FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA**  
**ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL**  
**HISTORIA DE VIDA**

**Objetivo:** Describir los sentimientos de la mujer respecto a su rol, familiar, laboral y personal; e indagar sobre la influencia del rol laboral sobre la vida familiar.

“La información suministrada será confidencial y solo de uso académico”.

Abreviatura: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

<i>Categoría</i>	<i>Sub-categoría</i>	<i>Etapa de la vida</i>	
<i>Describir los sentimientos de la mujer respecto a su rol, familiar, laboral y personal</i>	<b>Desesperación</b> Perdida de paciencia de la mujer al buscar respuesta a sus problemas generando soluciones que muchas veces ve como inalcanzables o agravan más el problema.	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	<b>Culpa</b> Sensación que experimenta la mujer al salir a trabajar y dejar su hogar, hijos, esposo solos; esto puede ocasionar que ellas sientan ser malas personas o que, por el trabajo, hacen daño a sus seres queridos.	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	<b>Tristeza</b> Estado anímico de la mujer que surge debido a las múltiples obligaciones que debe cumplir tanto en su lugar de trabajo como en el hogar; produciendo decaimiento o un llanto que en ocasiones lo manifiestan estando a solas.	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	<b>Estrés</b> Estado de tensión física o emocional de la mujer originado por la presión que sienten a causa del exceso de actividades que deben cumplir en el trabajo y en el hogar con su familia.	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	<b>Tipos de funciones</b> Diversas actividades que realiza la mujer en relación a su empleo.	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>

<b>Indagar sobre la influencia del rol laboral sobre la vida familiar.</b>	<b>Ambiente laboral</b>	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	Factores que la mujer considera importantes en cuanto a la relación con su jefe y compañeros para el buen funcionamiento de su cargo.		
	<b>Influencias sobre la vida familiar</b>	<b>Pasado</b>	<b>Presente</b>
	Efecto que puede tener el rol laboral de la mujer en su dinámica familiar a causa de sus obligaciones; estas pueden afectar su vida personal.		

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ**  
**FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA**  
**ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL**

**MATRIZ DE OBSERVACIÓN**

**Objetivo:** observar las diferentes expresiones faciales y corporales al momento de emitir sus sentimientos en cuanto a su rol familiar, laboral y personal.

“La información suministrada será confidencial y solo de uso académico”.

Abreviatura: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

<i>Categoría</i>	<i>Sub-categoría</i>	<i>Aspectos a observar</i>	<i>S.C 1</i>	<i>S.C 2</i>	<i>S.C 3</i>	<i>S.C 4</i>	<i>S.C 5</i>	<i>Observaciones</i>
<i>Al momento de emitir sus sentimientos en cuanto a su rol familiar, laboral y personal.</i>	<i>S.C 1 Desesperación</i>	<b>Agacha la cabeza</b>						
		<b>Se lleva las manos a la cabeza.</b>						
		<b>Cierra los puños.</b>						
	<i>S.C 2 Frustración</i>	<b>Entrelaza los dedos</b>						
		<b>Se le aguaron los ojos</b>						
		<b>Llanto</b>						
		<b>Gestos de negación con la cabeza</b>						
	<i>S.C 3 Culpa</i>	<b>Mirada hacia el suelo</b>						
		<b>Funge el ceño</b>						
		<b>Se lleva las manos al rostro</b>						
	<i>S.C 4 Tristeza</i>	<b>Refleja rostro de tristeza</b>						
		<b>Golpea la mesa</b>						
		<b>Pone las manos abiertas sobre la mesa</b>						
	<i>S.C 5 Estrés</i>	<b>Mirada penetrante</b>						
		<b>Mueve el cuello</b>						
<b>Mirada hacia arriba</b>								
<b>Desvía la mirada</b>								
		<b>Cruza las manos</b>						
		<b>Mueve el pie</b>						

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ**  
**FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA**  
**ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL**

**ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA**

**Objetivo:** Indagar sobre el rol familiar de la mujer y las actividades personales realizadas para separar su rol familiar y laboral.

“La información suministrada será confidencial y solo de uso académico”.

Abreviatura: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

<b>Objetivo General</b>				
Indagar sobre el rol familiar de la mujer y las actividades personales realizadas para separar su rol familiar y laboral.				
<b>Preguntas Generales</b>		Edad Número de miembros en el hogar Rol que desarrolla cada miembro Edad de los miembros		
<b>Objetivo Específico</b>	<b>Categorías</b>	<b>Sub-categorías</b>	<b>Preguntas</b>	<b>Respuestas</b>
Describir las funciones que la mujer desempeña al momento de desarrollar su rol familiar.	Rol familiar	Madre	¿Me podría decir cómo es su relación como madre? ¿Cómo es la comunicación?  ¿Cuándo no puede atender a sus hijos producto del trabajo, quien los/las atiende?  ¿Alguna vez le ha resultado difícil irse al trabajo y dejarlos?  ¿Qué es lo más difícil de trabajar y atender su rol como madre?	
		Esposa	¿Qué ha sido lo más difícil de tener que laborar, atender a sus hijos, el hogar y aparte de eso ejercer el rol como esposa? ¿Siente que ha cumplido con ese rol?  ¿Suele encontrar tiempo para ambos: salir, ir al cine etc.?	

		Administradora del hogar	¿Tienen alguna estrategia para desarrollar las funciones del hogar? ...	
		Administración Económica del hogar	¿Cómo es la organización para pagar los gastos del hogar? ¿Le alcanza su salario para cubrir sus necesidades básicas?	
Identificar las actividades personales de la mujer para separar su rol laboral y familiar.	Actividades personales	Hobbies:	¿Me puede comentar si tiene algún hobbies como salir de compras, ir al cine sola o con amigas, etc.?	
		Deportes	¿Me puede comentar si realiza algún deporte o ejercicio?	
		Autocuidado Personal	¿Realiza usted alguna actividad que conlleve autocuidado personal como: hacerse las uñas, arreglarse el cabello, ¿¿entre otras??	