

El impacto de la inteligencia emocional sobre las prácticas de crianza de una población de madres con conflicto de rol

Chávez Ortiz, Luz María

2019

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/4500>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA PUEBLA

Estudios con Reconocimiento de Validez Oficial por Decreto
Presidencial del 3 de abril de 1981



El impacto de la Inteligencia emocional sobre las prácticas de
crianza de una población de madres con conflicto de rol.

DIRECTORA DE TESIS
Dra. Ericka Ileana Escalante

ELABORACIÓN DE TESIS DE GRADO

Que para obtener el grado de

MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO

Presenta
Luz María Chavez Ortiz

Puebla, Pue.

2019

Contenido

Resumen	3
Capítulo I. Planteamiento del problema	5
1.1 Antecedentes	5
1.2 Justificación	6
1.3 Objetivos	7
1.4 Definición de conceptos clave	8
Capítulo II. Marco teórico	9
2.1 Prácticas de crianza	9
2.2 Inteligencia Emocional	11
2.2.1 La aceptación de las emociones y sentimientos desde el desarrollo humano	14
2.3 Conflicto de rol	17
2.3.1 El trabajo de la mujer	18
2.3.2 Trabajo doméstico	20
2.3.3 Bienestar emocional de la mujer y desarrollo de los hijos	22
Capítulo III Método	24
3.1 Diseño y tipo de estudio	24
3.2 Población y contexto de estudio	24
3.3 Instrumentos	25
3.4 Variables	26
3.5 Análisis de la información	27
3.6 Procedimiento	29
3.7 Consideraciones éticas	30
Capítulo IV Resultados	31
Capítulo V Conclusiones	41
REFERENCIAS	48
Anexos	51
Índice de tablas	60

Resumen

Las prácticas de crianza son importantes para el desarrollo del ser humano desde la primera infancia, la manera en que estas se aplican corresponde al comportamiento profundo de los padres y en un gran porcentaje al de la madre, ella es quien históricamente tiene una mayor influencia en la crianza de los hijos. Hoy en día con los cambios sociales asociados a las finanzas familiares, algunas madres se encuentran realizando actividades laborales fuera de casa. La responsabilidad de cubrir tanto el rol laboral como el maternal /familiar crea en las madres un conflicto, provocado por el estrés continuo de no fallar en ninguno de los dos.

Este estudio se realizó con 23 madres trabajadoras que forman parte de un equipo de profesionales en una industria farmacéutica, la edad de sus hijos va desde 5 meses y hasta los 18 años, por lo cual los resultados obtenidos se dividieron en madres con hijos hasta 8 años y madres con hijos de 8 a 18 de edad.

Se aplicaron 2 instrumentos: un cuestionario de prácticas de crianza y uno más de inteligencia emocional, los resultados de las preguntas de práctica de crianza se correlacionaron con las categorías de la inteligencia emocional. Los resultados demostraron que, si bien las madres pueden mejorar en su inteligencia emocional y con ello tener mejores prácticas de crianza, ellas demuestran una satisfacción personal ante el reto laboral y maternal al mismo nivel. Aunque no en todos los casos, ellas identifican un conflicto relacionado con ambos roles (trabajadora – madre/ama de casa).

Agradecimientos

A Roberto, mi compañero de vida, por alentarme a continuar estudiando después de tantos años, por ser ejemplo de lucha contra el conflicto de rol y ser valiente ante los cambios significativos de nuestra familia.

A mi pedacito de cielo, Paula, por ser mi ejemplo de valentía y empoderamiento femenino, por inspirarme a ser mejor ser humano y mostrarme la importancia de las prácticas de crianza.

A mi Madre trabajadora Lolita que me enseñó que las mujeres somos capaces de lograr lo que nos proponemos, no importando la edad ni la condición. Ella me demostró que la casa y el trabajo se pueden conjuntar sin afectar el desarrollo y la felicidad de los hijos.

A mi Padre Goyito, modelo de solidaridad y apoyo a la mujer y su ejemplo de resiliencia, gracias por inspirar en mí la búsqueda del desarrollo humano, promoviendo una humanidad empática y entusiasta.

A mis hermanos y amigos, Marus, Goyo, Lupita, Lolis y Pili, quienes me han amado incondicionalmente, gracias por las porras y el apoyo moral, gracias también a toda familia por ser: Sandy, Sylvain, Alex, Sandylú, Kev, Goyito, Migue, Emi y mi amada Lisa.

A mis compañeros en este viaje de Maestría: Natalia, Lucero, Juan, Elena, Yona, Steph, Eran y Pedro por compartirme su proceso personal y ser cómplices y amigos.

A todas las mujeres que han abrazado mi vida y la de mi hija, dándonos ejemplo de valentía, empatía, congruencia y aceptación profunda.

Capítulo I. Planteamiento del problema

1.1 Antecedentes

Las mujeres representan un grupo de alta vulnerabilidad, lo cual se refleja en parte, en sus altos niveles de estrés que en ocasiones se encuentran asociados a la suma de actividades laborales que buscan su realización profesional, más la presión de cumplir con las labores propias hogar. Son ellas quienes deben afrontar una doble responsabilidad social: llevando no solo un papel de esposa-madre sino también de trabajadora, además tienen que luchar contra la barrera de la discriminación, sobre todo para ocupar puestos de liderazgo y de toma de decisiones dentro de sus ámbitos laborales (Preciado, 2008).

Mberengwa & Onyewadume señalan que: "cuando uno sufre estrés experimenta una batalla, una lucha consigo mismo" (Mberengwa Lois R. & Onyewadume, 2009), esta batalla se refleja en acontecimientos pequeños o grandes que en ocasiones hacen sentir a la persona excedida por las exigencias de la cotidianidad.

El estrés prolongado o la angustia interfieren con la habilidad de la madre, o de cualquier otra persona cuidadora, de responder apropiadamente al niño o niña y dificulta la interacción positiva, lo cual puede afectar negativamente el desarrollo infantil. El desarrollo emocional en la infancia es la base del equilibrio psicológico del adulto (CELAM-UNICEF , 2004).

Desde 1980, Kabanoff ya hablaba sobre las actividades externas al sitio de trabajo ("non-Work" en la literatura organizacional), estas mismas la mayor de las veces, se referían a las actividades familiares (Kabanoff, 1980).

De entre todas las tareas de los padres, una fundamental es ayudar a los hijos en el manejo de las propias emociones, sin embargo, esto no representa una tarea fácil para muchos padres, el reto principal está en la autoconciencia sobre la manera de manejar las propias emociones y en el desarrollo de la habilidad de entender las emociones de los demás, incluyendo las de los hijos.

1.2 Justificación

Esta investigación pretende identificar la importancia del manejo de la inteligencia emocional y su influencia en las prácticas de crianza en un grupo de mujeres trabajadoras con posible conflicto de rol. Hablar de maternidad y trabajo es reflexionar sobre el futuro de las mujeres trabajadoras, que cada vez más tienden a combinar los papeles de trabajadoras y madres, con el firme deseo de cubrir ambos de la mejor manera posible, pero enfrentando los problemas que se derivan de la carga física y emocional que ello representa (GEM , 1994).

Con esta investigación se pueden beneficiar madres trabajadoras que tienen una jornada completa de trabajo fuera de casa y que además cumplen con su rol de madres de familia, con o sin conflicto de rol. Al conocer los impactos de la gestión de emociones en sus prácticas de crianza las mujeres pueden enfocar la manera en que manejan cada situación de la vida ante el reto de criar a sus hijos y ayudarles a tener un mejor desarrollo humano.

Zayas indica que la relación entre el estilo de crianza y la inteligencia emocional aporta a la familia una orientación clara de hacia dónde deben dirigirse en el cuidado de los hijos, establece que, la inteligencia emocional puede trabajarse desde el momento de nacimiento del niño: ejercer un estilo de crianza responsable tiene un efecto directo en la salud emocional y en la futura felicidad de los hijos. Con la consciencia de que el cuidado empieza en uno

mismo, y que en la medida en que los padres desarrollen su inteligencia emocional, la podrán modelar e inducir en sus niños (Zayas, 2019).

Con los resultados de esta investigación se busca identificar si en todos los casos donde las madres pasan la mayor parte del día trabajando fuera de casa, se reconoce el conflicto de rol y si el estrés provisto por esta situación interfiere en el manejo de las emociones que influyen directamente en las prácticas de crianza de las madres trabajadoras.

El estrés continuo manejado de manera negativa, puede derivar en actitudes y sentimientos que pueden repercutir en un mal manejo de las emociones, el cual puede dañar las prácticas de crianza de los hijos, creando ambientes poco propicios para facilitar el Desarrollo Humano, por lo cual es importante plantarnos *¿Cómo influye el manejo adecuado de las emociones en el tipo de crianza de madres trabajadoras, propensas a sufrir conflicto de rol?*

1.3 Objetivos

El objetivo general de este estudio fue identificar la relación de la inteligencia emocional con las prácticas de crianza, de un grupo de madres trabajadoras propensas a presentar conflicto de rol.

Los objetivos específicos fueron:

1. Indagar las prácticas de crianza de madres trabajadoras a través del cuestionario de Prácticas y roles.
2. Evaluar la inteligencia emocional de las madres usando el cuestionario “La inteligencia emocional en el trabajo” tomado de Weisinger.

1.4 Definición de conceptos clave

Crianza. Consiste en prácticas de cuidado y educación en el hogar que están ancladas en patrones y creencias culturales.

Determinan, en gran parte, los comportamientos y las expectativas que rodean el nacimiento de un niño y su infancia. Puesto en los términos más sencillos, los dadores de cuidados tienen una serie de prácticas/actividades que están disponibles para ellos. Estas han sido derivadas de patrones culturales, de ideas de lo que *debería* hacerse, y constituyen las prácticas socialmente aceptadas (o normas). Estas, a su vez, están basadas en creencias acerca de *por qué* una práctica es mejor que otra. Las prácticas, patrones y creencias afectan el estilo y la calidad del cuidado (Evans, 1994). Con las prácticas de crianza los padres pretenden modular y encauzar el comportamiento de sus hijos e hijas en la dirección que ellos, en su rol de padres, valoran y desean de acuerdo con su personalidad. Por ello, las prácticas de crianza se relacionan con dimensiones como la disciplina, el tono de la relación, el mayor o menor nivel de comunicación y las formas que adopta la expresión de afecto (Rodrigo, 1998).

Inteligencia Emocional. Subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propias, así como de los demás. Incluye la capacidad de discriminar entre ellos (sentimientos propios y ajenos) y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones (Shapiro, 2006).

Las emociones constituyen una importante fuente de información a través de las cuales la gente puede juzgar su propia eficacia para cumplir tareas específicas (Zampetakis, 2016).

La inteligencia emocional es un concepto con raíz en la Teoría de la Inteligencia social que involucra la capacidad del individuo para evaluar y expresar sus emociones, regular la emoción y utilizar el contenido emocional en pensamientos y acciones (Huang, 2018).

Uno de los objetivos de la psicología humanista es desplegar plenamente nuestro potencial a través de la conciencia de uno mismo y concede gran importancia a las emociones. En realidad, la Inteligencia Emocional no es nada nuevo, aunque la expresión si lo es. Puede describirse como Inteligencia Interpersonal o, aún más sencillamente, como habilidades sociales (Whitmore, 2011).

Conflicto de rol. Ocurre cuando la demanda de varios roles no es compatible entre ellos, por lo regular está asociado a los conflictos que se generan entre el ambiente laboral y las actividades del hogar. Los estudios al respecto llevan alrededor de 75 años, en ellos se han demostrado que el estrés originado en el trabajo conlleva a impactos negativos en el dominio familiar, otros estudios han evidenciado que el estrés de casa puede provocar un impacto negativo en los entregables del trabajo (Carnes, 2017).

Capítulo II. Marco teórico

2.1 Prácticas de crianza

Las prácticas de crianza, refiere Aguirre, son los patrones de comportamiento de los adultos enfocados en satisfacer las necesidades de supervivencia de los infantes y que aseguran una buena calidad de vida; las acciones adoptadas por padres, abuelos y otros cuidadores se asocian con el estado de salud, nutrición y desarrollo físico y psicológico de los niños especialmente en edades tempranas; lo anterior implica que los patrones de cuidado funjan

como protectores de desarrollo en la mayoría de los casos, no obstante, también es posible que se constituyan en un factor de riesgo cuando dichas pautas de atención no resultan pertinentes y efectivas (Myers, 1993). Autores como Aguirre señalan que las prácticas de crianza se conciben como acciones o comportamientos intencionados y regulados, orientadas a garantizar la supervivencia, crecimiento, desarrollo psicosocial y que facilitan los aprendizajes que permiten a los hijos reconocer e interpretar el entorno que les rodea (Aguirre, 2000).

Con las prácticas de crianza los padres pretenden modular y encauzar las conductas de los hijos en la dirección que ellos valoran y desean y de acuerdo a su personalidad (Ramírez, 2005). Dar de comer al bebé, cantarle una canción para que se duerma, leerle un cuento, constituirán parte de estas prácticas, son efectivamente, acciones cotidianas dirigidas al niño y niña que le van transmitiendo saberes que son parte de una cultura (Bravo, 2017).

En este mismo sentido, las prácticas de crianza, refieren Evans y Myers, consisten en prácticas que están ancladas en patrones y creencias culturales, por lo que están embebidas en la cultura y determinan, en gran parte, los comportamientos y las expectativas que rodean el nacimiento de un niño y su infancia. También influyen en la niñez, la adolescencia y en la manera en que esos niños ejercerán las funciones paternas como adultos. Las prácticas, patrones y creencias afectan el estilo y la calidad del cuidado (Evans, 1994).

En busca de una educación emocional de las niñas y los niños, los padres tienen como obligación acompañarlos y educarlos en una crianza libre de violencia, enmarcada dentro del enfoque de desarrollo humano, la misma, implicará respeto a sus derechos, respeto a la equidad y sin discriminación, diría que un tipo de crianza desde el desarrollo humano tendría

que enmarcarse desde la propuesta de Rogers: permitir que cada uno conecte con lo que realmente es a través de relaciones congruentes, coherentes y auténticas (Rogers, 2008).

2.2 Inteligencia Emocional

Estamos hechos de emociones, y estas constituyen una importante fuente de información a través de las cuales la gente puede juzgar su propia eficacia para cumplir tareas específicas (Zampetakis, 2016).

Desde su aparición en la última década del siglo XX la inteligencia emocional ha sido objeto de gran interés por parte de la comunidad científica y del público en general, se ha comprobado que aquellas personas capaces de desarrollar habilidades emocionales fuertes disfrutan de una vida plena y poseen las herramientas necesarias para obtener de sí mismas la máxima productividad (Punset, 2015).

La inteligencia emocional es un concepto con raíz en la teoría de la inteligencia social que según Huang, involucra la capacidad del individuo para evaluar y expresar sus emociones, regular la emoción y utilizar el contenido emocional en pensamientos y acciones (Huang, 2018).

Uno de los objetivos de la psicología humanista es desplegar plenamente nuestro potencial a través de la conciencia de uno mismo y concede gran importancia a las emociones. En realidad, la Inteligencia Emocional no es nada nuevo, aunque la expresión si lo es. Puede describirse como Inteligencia Interpersonal o, aún más sencillamente, como habilidades sociales (Whitmore, 2011).

En general, se considera que la inteligencia emocional consta de cinco elementos o áreas de aptitud: Autoconocimiento, Autorregulación, Motivación, Empatía y Habilidades Sociales, a continuación, se describen brevemente.

Autoconocimiento: capacidad de reconocer los propios estados internos, creencias, recursos e intuiciones, así como tener una autoevaluación precisa y una apropiada confianza en sí mismo. Para el logro de estos objetivos, es central que los padres se den espacios y tiempo para conversar con sus hijos.

Autorregulación: capacidad de manejar los propios estados internos, los impulsos y los recursos, siendo escrupuloso y capaz de postergar la gratificación. Entre los componentes de una buena autorregulación está la capacidad de autocontrolarse, adaptarse a las situaciones y ser confiable. Todas estas características pueden ser enseñadas a los niños a través de modelos o del reconocimiento lo más explícito posible, cada vez que el niño presente algunas de estas actitudes.

Motivación: es la guía para obtener las metas. Supone utilizar las preferencias para orientarse y ser efectivo. Influyen en la automotivación de las personas; el optimismo, la capacidad de iniciativa, el compromiso en relación con las tareas que emprenden y el afán de triunfo.

Empatía: es la cualidad de captar sentimientos, necesidades e intereses ajenos, tomando la perspectiva del otro y percibiendo lo que siente. Ha sido descrita por Goleman como la piedra angular de la inteligencia emocional. Se relaciona con la capacidad de ayudar a los otros a desarrollarse, con una orientación hacia el servicio y con la sapiencia para aprovechar la diversidad.

Habilidades sociales: cualidad de interpretar adecuadamente las situaciones sociales e insertarse bien en las redes sociales, estableciendo vínculos efectivos mutuamente beneficiosos. Además, conlleva la habilidad para relacionarse con los otros, siendo capaz de resolver los conflictos, negociar apropiadamente y realizar bien el trabajo en equipo, teniendo una actitud cooperativa. Las personas que poseen buenas habilidades sociales tienen influencia sobre los otros, desarrollan una manera adecuada de comunicarse y son capaces de actuar como catalizadores en las situaciones que requieren cambio.

Otro enfoque en relación con la inteligencia emocional es el modelo propuesto por Bar-On (2000), quien define la inteligencia emocional como un espectro de capacidades no cognitivas de competencias y destrezas para lograr éxito, al enfrentar las demandas y presiones del ambiente (Milic, 2010).

En 1995 Goleman hizo mención al respecto de que los psicólogos contemporáneos, en ese momento, atribuían a manera de inteligencia humana “la inteligencia emocional”, y aseguraba que esta capacidad sirve para canalizar la energía agresiva en formas eficientes y creativas que impulsan la salud y la vida (Goleman, 1995). Años después, Sánchez aseguró que la inteligencia emocional encuentra cómo crear las condiciones internas y ambientales que propician el crecimiento autónomo esencia de la vida humana (Sánchez, 2016).

Los estudios de Ruvalcaba, Gallegos, Robles y Gonzáles (2012) y de Ramírez-Lucas, Ferrando y Sainz (2015) encuentran que tanto los estilos parentales como la inteligencia emocional de los padres influyen en el desarrollo emocional de los niños y que el estilo educativo causará efectos distintos en función de las estrategias seleccionadas. Existe una relación directa entre el estilo parental responsable (o democrático) con una mayor

inteligencia emocional de los padres, y a su vez con una mayor regulación y percepción emocional. También con un mejor estado de ánimo y un mejor manejo del estrés de sus hijos. Esto favorece el desarrollo de mejores habilidades emocionales en los hijos, a través de la facilitación. Dicha facilitación, necesariamente implica un nivel de comunicación adecuada a nivel afectivo, como sugieren teóricamente Alegre (2011), Cuervo (2010) y Páez et al (2006).

Un ejemplo de la inteligencia emocional aplicada a las prácticas de crianza es cuando la relación padre-hijo dispara un asunto no resuelto, en ese momento los padres tenemos la oportunidad de dejar de ser controlados por las emociones del pasado, y de impedir que éstas lastimen la vivencia en el presente con los hijos (Siegel & Hartzell, 2004). Debido a que los niños no saben separar sus actos de su propia identidad, es frecuente que reaccionen a la aprobación de un acto, como si se tratara de una aprobación de ellos mismos (Haddad, 2008)

Cuando por el contrario existe una plataforma de apego seguro y destreza emocional, el adulto logra enfrentar los conflictos cotidianos con competencia emocional. Conoce y maneja sus propios sentimientos con confianza, y se siente cómodo ante la expresión de sentimientos de los demás. Esta comodidad le permite comunicar confianza y esperanza en la competencia de su hijo, donde incluso los errores tienen sentido y son aprovechables. Puede acompañar suave y empáticamente a su hijo, aceptándolo sin necesitar controlar y cambiarlo, para quererlo (Guadiana, 2011).

2.2.1 La aceptación de las emociones y sentimientos desde el desarrollo humano

Desde el punto de vista Rogeriano, hay un deseo de que la otra persona tenga sentimientos, valores y objetivos diferentes de los propios, se desea que sea un individuo diferente. Rogers

pensaba que esta tendencia se desarrolla a medida que la persona descubre que puede confiar en sus propios sentimientos y reacciones, que sus impulsos más profundos no son destructivos ni catastróficos y que él mismo necesita ser vigilado, ya que es perfectamente capaz de encarar la vida sobre una base real. En cuanto aprende que puede confiar en sí mismo, en su propia unicidad, se vuelve más capaz de confiar y de aceptar los sentimientos y valores únicos que existen en otra persona.

Rogers observó que, el individuo se siente satisfecho si puede expresar sus emociones intensas o persistentes, en el momento en que éstas surgen a la persona a quien están dirigidas y con toda la profundidad que adquieren. Esto es más útil que rehusarse a admitir su existencia y permitir que se acumulen hasta un punto en que puedan resultar explosivos o proyectarlos hacia una situación ajena a la que les dio origen.

El individuo descubre que, en última instancia es mejor vivir una relación familiar sobre la base de los verdaderos sentimientos personales que en ella existen, y no en función de una farsa. También advierte que habitualmente resulta infundado el temor de que al admitir sentimientos genuinos, se destruya la relación. Esto es cierto sobre todo cuando los sentimientos se expresan como propios, no como una afirmación sobre un tercero.

Por último aumenta el deseo de que las demás personas también sean ellas mismas. Si estoy más deseoso de ser yo mismo, también estoy más preparado para permitirte ser tú mismo. Con todo lo que eso implica. Esto significa que el círculo familiar tiende a convertirse en un conjunto de personas singulares, con objetivos y valores individuales, unida entre sí por los sentimientos reales-positivos y negativos- que existen entre ellas y por el vínculo satisfactorio

que crea la comprensión mutua de al menos una parte de sus respectivos mundos personales (Rogers, 2008).

Otra perspectiva vinculada a las emociones en Desarrollo Humano es referida por Juan Lafarga quien expresa que, en el crecimiento personal: “¿Qué importa que la persona en un momento dado no tenga una comprensión profunda de la génesis de su problemática emocional?. Lo verdaderamente importante es sentirse mejor consigo mismo, ampliar el ámbito de su experiencia interna y externa, sentirse menos dependiente de los demás, más responsable de sus propias decisiones en la vida y establecer pautas de conducta más favorables al propio crecimiento y al de las otras personas con quienes se relaciona” (Lafarga, 2014).

Finalmente, según estudios realizados en las últimas décadas, se ha encontrado que existe una relación directa entre el control de las emociones de los padres y el desarrollo de los hijos desde temprana edad. Sin embargo, para fines de este estudio no se encontró antecedente del conflicto de rol relacionado a las prácticas de crianza, pues se ha puesto especial énfasis al desarrollo del individuo desde la infancia y no al conflicto que las madres trabajadoras pudieran presentar al enfrentarse a la realidad de cubrir tanto el rol de madre como el de trabajadora y la manera en que su propia inteligencia emocional puede repercutir en las prácticas de crianza recibidas por sus hijos.

2.3 Conflicto de rol

El conflicto de rol ocurre cuando la demanda de varios roles no es compatible entre ellos, por lo regular está asociado a los conflictos que se generan entre el ambiente laboral y las actividades del hogar. Los estudios al respecto llevan alrededor de 75 años, en ellos se han demostrado que el estrés originado en el trabajo conlleva a impactos negativos en el dominio familiar, otros estudios han evidenciado que el estrés de casa puede provocar un impacto negativo en los entregables del trabajo (Carnes, 2017).

Las continuas preocupaciones que tienen las madres trabajadoras con respecto a su hogar, pasan a un segundo plano durante la jornada laboral; las influencias externas al sitio de trabajo, algunas veces llamadas “non-work” en la literatura organizacional, se refieren en su mayoría a las variables familiares (Kabanoff, 1980); lo anterior provoca conflictos de rol que manejados de manera negativa, pueden derivar en actitudes, sentimientos y mal manejo de las emociones, que pueden dañar las prácticas de crianza de los hijos, creando ambientes poco propicios para facilitar el Desarrollo Humano, por lo cual es importante conocer: Cómo influye el manejo inadecuado de las emociones en el tipo de crianza de las madres trabajadoras.

En la medida en que las mujeres se encuentran incorporadas a la producción social, deben cumplir un doble trabajo: el productivo y el reproductivo. Las obreras, las profesionistas, las empleadas públicas y doméstica y todas aquellas trabajadoras que reciben un salario llevan a cabo una doble jornada de trabajo: la del trabajo asalariado y la del trabajo doméstico. Esta doble jornada se realiza en tiempos y en horarios distintos y separados. La primera, en locales

destinados para tal efecto; fábricas, oficinas, cubículos, tiendas, bancos (Lagarde y de los Ríos, 2001).

La segunda jornada de trabajo es discontinua, se inicia antes de ir a trabajar y continúa después de trabajar, en los días de descanso e inclusive durante horas destinadas al sueño. Tiene lugar fundamentalmente en la casa. Las actividades que hacen salir a la mujer tienen como centro el hogar, son su extensión a los espacios de reproducción pública: se trata de quehacer, de los mandados, de llevar y traer a los niños, de cuidarlos, de ir de compras (Lagarde y de los Ríos, 2001).

Los problemas que en la familia ocupan el primer plano y son preocupantes para una madre, como la enfermedad de un hijo, o de un familiar, el desempleo de la pareja o los problemas propios de un adolescente, pasan a segundo plano dentro del área laboral, haciendo que la mujer viva en constante conflicto de rol, lo cual puede afectar sus emociones. Por lo regular las mujeres requieren dar atención a las necesidades familiares, cuando esto no es posible por los horarios laborales, surgen las culpas que pueden provocar falta de auto empatía ante la realidad, esta falta de autoaceptación y una vida con conflicto, no le permiten a la madre desarrollar una vida plena y en ocasiones esto impacta negativamente, inclusive, su desarrollo profesional.

2.3.1 El trabajo de la mujer

El contexto más relevante de los cambios familiares proviene de la incorporación masiva de la mujer al trabajo. Para el año 2018, en la industria manufacturera en México, solo una pequeña diferencia en porcentajes, dividía a los hombres de mujeres trabajadoras: 16.7% de ellos, por 16.3% de ellas (INEGI, 2018).

Pero de mayor trascendencia que el incremento de la tasa de participación de la mujer en el trabajo extra doméstico -del que nunca ha estado ausente-, son las condiciones en que se produce; con más edad, con un mayor nivel de estudios, y con mejor cualificación- Y accede con más frecuencia a puestos de trabajo mejor remunerados y de alta categoría. Los cambios son, incluso, en el aspecto motivacional. En el pasado, la mujer accedía a puestos de baja retribución y con la finalidad -y por la necesidad- de obtener ingresos. Hoy, por el contrario, el trabajo constituye un componente esencial de su propia identidad y en la definición de la biografía vital de la mujer. Ahí radica la principal novedad: no en el hecho de que entren en el trabajo, sino de que ahora no salgan de él. Una vez incorporadas al mercado de trabajo, no lo abandonan -como ocurría en el pasado- ni por matrimonio, ni por tener hijos (Rodrigo, 1998).

La relación de la mujer con el trabajo remunerado ha sufrido grandes cambios en los últimos años. Tradicionalmente la división de roles masculinos y femeninos, en relación con el tipo de trabajo que se asignaba a la pareja, se encontraba claramente definida: el hombre encargado de proveer los recursos y cuya esfera de acción se circunscribía primordialmente al mundo fuera de la familia, y la mujer responsable de los quehaceres domésticos, de la crianza de los hijos y de la confección de alimentos, así como de conservar y promover las relaciones dentro de la familia (Escalante, 1995).

Durante las últimas décadas, se ha vuelto más común que la mujer, madres de hijos pequeños, se incorpore a la fuerza laboral abarcando así múltiples roles. Una de las principales causas de este fenómeno parece residir en el factor económico. La pérdida del poder adquisitivo de la moneda ha determinado la necesidad de doble ingreso en las familias. En 2018, según datos de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo del INEGI, la población

económicamente activa de 15 y más años en México era de 93,068 (miles) de éstos 48,854 miles eran mujeres con un porcentaje del 43.7% de población económicamente activa contra 77.5% de 44 214 miles de hombres (INEGI, 2018).

Entre 2005 y 2018, la tasa de participación económica en México experimenta un ligero incremento de 0.9 puntos porcentuales. El comportamiento por sexo de este indicador muestra una disminución de 2.3 puntos porcentuales en la tasa de participación económica masculina, en combinación con un incremento de la PEA (Población Económicamente Activa) femenina de 3.1 puntos porcentuales. Puebla es una entidad que registra una diferencia del 36.7 puntos porcentuales, resultado de una participación económica masculina del 79.6% contra una tasa femenina de 42.9 por ciento (INEGI, 2018).

2.3.2 Trabajo doméstico

El trabajo doméstico constituye un factor muy importante en el proceso de reproducción y mantenimiento cotidiano de la fuerza de trabajo indispensable para el funcionamiento y permanencia del sistema familiar. Históricamente ha correspondido al ámbito de la mujer.

El trabajo doméstico no remunerado y de cuidado en los hogares constituyen una carga desproporcionada para las mujeres y, en la práctica, un subsidio invisible para el sistema económico, que perpetúa su subordinación y explotación (CEPAL, 2010).

En México, la Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo proporciona información estadística sobre la forma en que las personas (mujeres y hombres de 12 años y más, de áreas urbanas, rurales e indígenas) distribuyen su tiempo en diversas actividades como trabajar, estudiar, divertirse, comer y descansar, entre otras. De manera específica, también revela el

tiempo que dedican al trabajo doméstico (cocinar, limpiar, lavar la ropa); al apoyo y cuidado de niños y niñas, personas enfermas o discapacitadas y otras y otros miembros del hogar; a la realización de compras y pago de servicios, así como las características del trabajo fuera del hogar, independientemente si se recibe o no una remuneración.

En 2015, del total de la población en México mayor a 12 años que realizaba actividades productivas por sexo según tipo de trabajo y grupo de actividad, el 54.3 % de 49 031.3 (miles) de mujeres, ejecutaba trabajo doméstico no remunerado para el propio hogar, contra el 45.7% de 41 303.4 Miles de hombres (INEGI , 2015).

En este mismo sentido, el atlas del género nos permite conocer el tiempo dedicado al trabajo de cuidados correspondientes al uso del tiempo como se presentan a continuación: Promedio de horas semanales que dedican las mujeres y los hombres de 12 años y más en trabajo de cuidados no remunerados para integrantes del hogar.

En promedio las mujeres dedican 28.8 horas a la semana, mientras que los hombres sólo le dedican 12.4 horas a la semana. El tipo de cuidado al que más tiempo se le dedica es el proporcionado a los integrantes del hogar de 0 a 14 años, y aquellos que por enfermedad o discapacidad requieren cuidados especiales. En todos los casos, las mujeres dedican más tiempo que los hombres (H Cámara de Diputados, 2017).

A partir de la revisión de la literatura se advierte la existencia de pocos estudios que enfatizan el impacto del uso de tiempo en el trabajo doméstico sobre la oferta laboral femenina. Es decir, en qué medida las horas dedicadas al trabajo no remunerado y al cuidado de los integrantes del hogar reducen la disponibilidad del tiempo de las mujeres en México para ejercer su oferta de trabajo remunerado (Sánchez & Herrera, 2015).

Desde 1990 la argentina Mabel Burín confirmó, que el trabajo de ama de casa constituye un factor de riesgo de salud mental de las mujeres, y trabajar fuera del hogar, un factor de protección (en especial si el trabajo es elegido voluntariamente) (Burin, 1990). Sin embargo, el empleo de la mujer fuera del hogar tiene un efecto más positivo sobre su salud mental cuando los esposos incrementan su participación en el trabajo doméstico (McCrae, 1982).

2.3.3 Bienestar emocional de la mujer y desarrollo de los hijos

Con frecuencia se ha considerado que el estado emocional de la madre repercute sobre el desarrollo de los hijos, desde el punto de vista de desarrollo humano y citando a Juan Lafarga: se entiende por crecimiento personal la evolución del autoconocimiento, la autodeterminación y la autoestima en las personas, en los grupos y en las comunidades (Sánchez, 2016), por lo cual, el trabajo satisfactorio puede influir en forma positiva sobre la mujer al favorecer una mayor autoestima. En contrapartida, puede pensarse que el doble rol de madre y trabajadora remunerada representa tensiones que pueden disminuir la calidad del cuidado materno, repercutiendo negativamente en el desarrollo de los hijos.

Es conveniente tomar en cuenta que, si la mujer cree que su ocupación tiene un efecto perjudicial sobre la familia, puede experimentar conflicto en sus esfuerzos por integrar ambos roles (Greenberg y otros, 1988). Esta tendencia a experimentar conflicto puede también estar vinculada con el hecho de que su papel como proveedora hace que su responsabilidad en este aspecto sea más ambigua que en el caso de las mujeres que encabezan una familia. Así también la duración de la jornada laboral, sobre todo cuando la mujer intenta reducirla o se presentan cambios en su duración que le dificultan ajustar su horario al de sus hijos constituyen una fuerte tensión para la mujer (Moorehouse, 1990).

Para concluir, podría decirse que el bienestar emocional de la madre de familia integrada a la fuerza laboral depende de:

- a) Congruencia entre lo que desea hacer y realizar;
- b) Una actitud positiva del esposo hacia su trabajo;
- c) la colaboración del esposo en el trabajo doméstico y cuidado de los hijos,
- d) La percepción que ella y el esposo tengan sobre las consecuencias de su trabajo en el desarrollo de los hijos;
- e) Disponibilidad de cuidado adecuado para los hijos al alcance de sus posibilidades;
- f) Tipo de trabajo de la mujer, incluyendo duración de la jornada laboral.

El cambio que ha representado la integración de la mujer al campo laboral, desde hace décadas, no ha resultado fácil ni para el hombre ni para la mujer, que tienen que encontrar modelos de relación diferentes al tradicional lo cual no siempre se logra con facilidad (Escalante, 1995).

Finalmente, empoderar a las madres en el por qué se debe proveer ciertas prácticas de crianza, requiere invertir en su educación formal o informal, ya que ellas tienen que asumir prácticas de crianza que eduquen a sus hijos e hijas con habilidades que les permita ser ellos o ellas mismas, en la convivencia diaria. Un ambiente familiar con límites claros, positivo y asertivo fortalece la educación de sus integrantes y permite tratar a niños y a niñas como personas de derechos (Carballo Vargas, 2006).

Capítulo III Método

3.1 Diseño y tipo de estudio

Estudio cuantitativo, transversal descriptivo, con muestreo no probabilístico, por conveniencia.

3.2 Población y contexto de estudio

Las participantes de este estudio son madres trabajadoras que forman parte de una empresa farmacéutica que se encuentra en el municipio de Huejotzingo, Puebla. En dicha empresa el 43% de la población son mujeres (con o sin hijos). Las actividades que se desarrollan en esa industria son relacionadas a la fabricación y análisis de medicamentos.

Dentro de las actividades que ejecutan las madres encuestadas se encuentran aquellas relacionadas a la administración, análisis de laboratorio, planeación de la fabricación y de ejecución de actividades de soporte del proceso de manufactura.

La muestra corresponde a 23 mujeres que presentan el 29% de la población de madres dentro de la empresa elegida para este estudio. El presente estudio se realizó invitando de manera intencional a madres de familia que podrían contestar los cuestionarios utilizados, sin tener un conflicto de tiempo para dedicar a las respuestas.

Se encuestaron a 23 madres que aceptaron participar, ellas realizan trabajos a nivel profesional y su nivel de estudios mínimo es licenciatura. Los criterios de inclusión para este diagnóstico fueron los siguientes:

- a. Mujeres trabajadoras.
- b. Mujeres madres de 1 o más hijos.

- c. Mujeres con o sin pareja.

La edad de las madres participantes es de 23 a 50 años, la edad de los hijos va de los 5 meses a los 18 años. El tiempo efectivo que estas madres pasan con sus hijos, debido al horario laboral, es en promedio 3 horas al día.

3.3 Instrumentos

El presente estudio se llevó a cabo a través de la aplicación de dos cuestionarios de evaluación que fueron respondidos por las madres trabajadoras participantes.

Uno de los instrumentos utilizados fue un “Cuestionario de Prácticas y roles” (anexo 1) el cual es elaboración propia con fines de este trabajo, el cuestionario contiene preguntas abiertas, y semiabiertas. El interés central de este instrumento fue identificar principales prácticas de crianza dentro de cuatro categorías: 1) Establecimiento de límites, 2) balance entre tiempo y calidad, 3) vinculación con temas de interés de los hijos y 4) enfoque en los diferentes roles.

El contenido del cuestionario se divide de la siguiente manera:

- a. Preguntas precodificadas, relacionadas a la edad de las madres, número de hijos, edad de los hijos, escolaridad, estado civil, horario de trabajo, tiempo de traslado al trabajo y tiempo efectivo que pasa la madre con su hijo(a).
- b. 3 preguntas para evaluar qué opinan las madres con respecto al tiempo/calidad.
- c. 4 preguntas para evaluar las prácticas de establecimiento de límites.
- d. 2 preguntas para medir la vinculación con los temas de interés del hijo(a).

e. 8 preguntas para conocer los roles y su interrelación.

El segundo cuestionario está relacionado con manejo de las emociones tomado de Weisinger (2001) "La inteligencia emocional en el trabajo". (anexo 2). Se contestó en una escala del 1 al 7 para cada capacidad, pensando en situaciones reales en las que se utiliza la capacidad proporcionada por el cuestionario, las preguntas se resumen en 5 categorías de las cuales solo se consideraron 4 para el fin de este diagnóstico: autoconciencia, control de las emociones, automotivación y relacionarse bien.

3.4 Variables

Gestión de emociones

Definición Conceptual: Según la Organización Mundial de la salud (OMS,2013) "La salud emocional se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad".

Estilos de crianza

Definición Conceptual y Operacional: Con las prácticas de crianza los padres pretenden modular y encauzar el comportamiento de sus hijos e hijas en la dirección que ellos, en su rol de padres, valoran y desean de acuerdo a su personalidad. Por ello, se relacionan con dimensiones como el tipo de disciplina, el tono de la relación, el mayor o menor nivel de comunicación y las formas que adopta la expresión de afecto (Rodrigo y Palacios, 1998).

3.5 Análisis de la información

Una vez devueltos los cuestionarios se procedió con el análisis de resultados, reportando las respuestas del cuestionario de Inteligencia Emocional en hojas de Excel a fin de realizar un análisis cuantitativo a través del cual se verificó la información reportada por cada participante. Los resultados de las 23 madres se clasificaron según aquello que el autor clasificó para medición de cada categoría, como ejemplo se presenta la tabla I, en donde se observa la clasificación de la categoría con los valores obtenidos de cada participante, de los cuales se obtuvo un promedio por participante.

La aplicación de este cuestionario tuvo como fin identificar entre: Autoconciencia, Control de las emociones, automotivación y relacionarse bien, las capacidades más altas. Los puntajes mayores fueron marcados como guía para saber las herramientas con que cuentan las madres al momento de aplicar estas capacidades en el día a día.

Tabla 1

Categoría control de las emociones del cuestionario de gestión de las emociones.

Control de las emociones																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1	5	4	5	5	5	4	7	1	6	3	0	2	7	0	6	5	7	4	5	5	4	5	4
2	6	4	3	4	6	6	7	3	6	3	4	5	5	6	6	5	2	6	5	4	5	4	5
3	6	4	5	6	6	5	6	5	7	1	2	5	5	6	6	5	6	6	4	6	5	6	3
4	4	4	4	4	5	6	6	5	7	5	2	4	2	6	5	5	5	5	4	5	4	5	4
5	6	4	4	5	6	5	6	5	6	2	5	4	4	5	6	5	5	7	5	5	6	5	6
7	6	4	7	7	6	4	7	5	6	0	2	2	6	0	6	5	6	4	5	4	6	3	4
9	5	4	6	3	4	3	6	5	5	4	7	1	4	1	5	4	6	4	5	4	3	5	5
10	7	3	3	3	6	5	7	7	6	5	4	5	3	5	6	5	6	7	4	4	4	1	5
13	7	6	5	6	7	2	7	6	6	6	2	7	6	6	6	5	7	7	6	6	6	5	4
27	7	4	6	6	5	5	7	5	6	5	3	3	6	6	5	4	6	5	4	5	6	2	5
Promedio	5.9	4.1	4.8	4.9	5.6	4.5	6.6	4.7	6.1	3.4	3.1	3.8	4.8	4.1	5.7	4.8	5.6	5.5	4.7	4.8	4.9	4.1	4.5

La tabla 2 se muestra como ejemplo de la clasificación de los reactivos utilizados para cuantificar la categoría mostrada en la tabla 1

Tabla 2
Reactivos considerados para medir Control de las emociones.

Preguntas	Reactivos
Pregunta 1.	Identificar los cambios del estímulo fisiológico.
Pregunta 2	Relajarnos en situación de presión.
Pregunta 3	Actuar de modo productivo cuando estamos enfadados.
Pregunta 4	Actuar de modo productivo en situaciones de ansiedad.
Pregunta 5	Tranquilizarnos rápido cuando estamos enfadados.
Pregunta 7	Usar el diálogo interior para controlar estados emocionales.
Pregunta 9	Pensar en sentimientos negativos sin angustiarnos.
Pregunta 10	Mantener la calma cuando somos el blanco del enfado de otros.
Pregunta 13	Saber cuándo empezamos a enfadarnos.
Pregunta 27	Desarrollar pautas de conductas nuevas y más productivas.

Por otro lado, los resultados obtenidos del cuestionario de prácticas de crianza se analizaron por pregunta, en algunos casos respondidas con SI / NO, en otros casos mediante respuestas abiertas y finalmente por selección de respuestas, toda esta información se encuentra en los apéndices.

Con el fin de realizar una interpretación más verás de las respuestas proporcionadas en el cuestionario de prácticas de crianza, se realizó una clasificación de 2 grupos de mamás: Mamás con hijos desde 3 meses hasta 7 años y mamás con hijos a partir de 8 años hasta 18 años.

Se trabajó en la correlación de las categorías de Inteligencia emocional con las prácticas de crianza (tabla 3) se prepararon tablas por cada pregunta cerrada del cuestionario de prácticas

de crianza, en donde en el plano de las X se ubicó la respuesta a cada pregunta, por ejemplo, si/no. En el plano de las Y se reportaron las categorías del cuestionario de Inteligencia emocional y para cada pregunta se reportó el número de (*n*) participantes que dieron respuestas similares para cada categoría de inteligencia emocional medida, los valores corresponden a los promedios de *n*.

Tabla 3
Procedimiento para correlacionar entre las preguntas del cuestionario de prácticas de crianza y categorías del cuestionario de Inteligencia emocional.

Pregunta de cuestionario de Prácticas de crianza y roles.	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	<i>Respuesta</i>	<i>Respuesta</i>	<i>Respuesta</i>	<i>Respuesta</i>
<i>N</i>	Número de respondientes	de Número de respondientes	Número de respondientes	de Número de respondientes
Automotivación	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio
Autoconciencia	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio
Relacionarse bien	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio
Control de las emociones	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio	Valor promedio

3.6 Procedimiento

Se solicitó el permiso para realizar una invitación abierta para las mamás de la empresa en la cual se aplicaron los cuestionarios, sin embargo, no se obtuvo para realizar una actividad abierta, pero no se cerró la posibilidad de permitir participar a las madres de la empresa. Se aplicó la técnica de encuesta, mediante instrumentos cuantitativos (cuestionario). Una vez que se diseñó el cuestionario de prácticas de crianza se eligió además una prueba para evaluar

la inteligencia emocional, se prepararon las copias de ambas herramientas para las participantes.

Se dialogó con cada madre para realizar la invitación para participar en la aplicación de los cuestionarios. Se logró la participación de 23 madres trabajadoras.

Dado que el cuestionario para evaluar la inteligencia emocional contiene un proceso de evaluación, se solicitó a las participantes, en caso de estar interesadas en conocer sus resultados, firmar una carta de consentimiento informado, para regresar con ellas y comentarles sus resultados.

Se aclaró durante la entrega de los cuestionarios que la carta de consentimiento informado menciona que la participación es voluntaria y que los datos obtenidos serán confidenciales. La carta conlleva firma de un testigo y se menciona en el mismo escrito que las mujeres pueden decidir no participar sin consecuencias, una vez firmada.

Una vez que aceptaron participar a través de la contestación a los cuestionarios, se les entregó la carta de consentimiento y los dos cuestionarios, mismos que regresaron en un lapso de 24-36 horas.

3.7 Consideraciones éticas

Se entregó en cada caso la carta de consentimiento informado, cuyo fin fue proporcionar dar a conocer la confidencialidad de los resultados, el objetivo de los cuestionarios, procedimiento, beneficios, riesgos potenciales/compensación y número de contacto por cualquier duda. Dicha carta se entregó en aquellos casos donde era de interés conocer el resultado del test de Inteligencia emocional, ya que para regresar con cada madre, era

necesario conocer la trazabilidad con el cuestionario, aquellas madres que no mostraron interés en conocer sus resultados del test de gestión de emociones, no firmaron la carta de consentimiento informado, sin embargo en todos los casos se mencionó objetivo del estudio y responsable del mismo.

Capítulo IV Resultados

Se presentan los resultados de 10 preguntas cerradas del cuestionario de prácticas de crianza correlacionadas con las 4 categorías de gestión de emociones, de acuerdo con los puntajes obtenidos en cada una de estas categorías.

Para la pregunta relaciona al pensamiento de las madres sobre si el tiempo que pasan con sus hijos es suficiente (Tabla 4), la mayoría de las madres expresó que el tiempo no es suficiente, dichas mamás, tuvieron altos puntajes en gestión de emociones (automotivación, autoconciencia y relacionarse bien).

Tabla 4
Respuestas de las madres al preguntarles si piensan que el tiempo que pasas con sus hijos es suficiente.

¿El tiempo que pasas con tu hijo es suficiente?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	1	10	2	9
Automotivación	4.9	<u>5.62</u>	3.90	<u>5.32</u>
Autoconciencia	3.7	<u>5.57</u>	3.88	<u>5.06</u>
Relacionarse bien	5.2	<u>5.32</u>	3.60	<u>5.22</u>
Control de las emociones	4.1	5.09	3.95	4.71

A la pregunta sobre si la calidad del tiempo que pasan con sus hijos es suficiente (Tabla 5), las mamás de niños de 3 meses a 7 años que respondieron que sí, se caracterizaron por tener mayor automotivación; mientras que las mamás de hijos de 8 a 18 años que respondieron que sí, se caracterizaron por tener mayor autoconciencia.

Tabla 5
Respuestas de las mamás a la pregunta si consideraban que la calidad del tiempo que pasan con sus hijos es suficiente.

La calidad del tiempo que pasas con tu hijo/hija ¿es suficiente?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	6	5	6	6
Automotivación	5.73	5.34	4.85	5.32
Autoconciencia	5.23	5.57	4.86	5.00
Relacionarse bien	5.33	4.93	4.70	5.43
Control de las emociones	5.17	4.80	4.57	4.77

Los resultados de la pregunta: para la convivencia y crianza de tu hijo(a) ¿Qué consideras más importante, tiempo o calidad? (tabla 6). El mayor porcentaje de madres (90%) encuestadas consideran que la calidad es más importante que el tiempo en cuanto a la convivencia y crianza de sus hijos. En estos casos la automotivación es el rasgo más alto.

Tabla 6

Respuestas sobre lo que las madres consideran más importante: tiempo o calidad, para la convivencia y crianza de sus hijos.

Para la convivencia y crianza de tu hijo(a) ¿Qué consideras más importante, Tiempo o Calidad?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	Tiempo/Calidad	Calidad	Tiempo/Calidad	Calidad
<i>N</i>	1	10	1	11
Automotivación	5.60	5.50	6.30	4.97
Autoconciencia	3.80	5.24	6.00	4.90
Relacionarse bien	5.10	5.06	6.50	4.93
Control de las emociones	4.50	5.08	5.50	4.59

De los resultados a la pregunta, si las madres mantienen la calma al establecer límites (tabla 7), se encontró que un mayor porcentaje de madres encuestadas (>60%) mantienen la calma, para este porcentaje de madres el rasgo más alto relacionado a la gestión de emociones es la automotivación.

Tabla 7

Resultados de la pregunta de establecimiento de límites, relacionados a mantener la calma.

Cuando estableces límites ¿Mantienes la calma?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	8	3	10	2
Automotivación	5.59	5.47	5.17	4.64
Autoconciencia	5.19	5.17	4.98	4.67
Relacionarse bien	5.29	4.63	5.13	4.55
Control de las emociones	5.11	4.70	4.65	4.10

En relación al establecimiento de límites (tabla 8), las madres encuestadas con hijos mayores a los 8 años se salen de control en menor porcentaje versus las madres con hijos más pequeños. Para el grupo de madres con hijos desde 3 meses hasta 7 años, el aspecto de gestión de emociones más alto fue el de automotivación, en cambio para las mamás con hijos de 8 a 18 años, la categoría más alta en la gestión de emociones fue relacionarse bien.

Tabla 8
Resultados de la pregunta ¿sueles salirte de control cuando estableces límites?

Sueles salirte de control cuando estableces límites?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	7	4	3	9
Automotivación	5.14	5.76	4.95	4.64
Autoconciencia	4.56	5.48	4.42	5.10
Relacionarse bien	4.26	5.56	5.05	5.03
Control de las emociones	4.65	5.2	4.57	4.70

Los resultados a la pregunta ¿conoces a las amistades de tus hijos? (tabla 9) nos dejan ver que las madres con hijos mayores a 8 años, SI conocen a los amigos de sus hijos en un 90%, a diferencia de un 60% para madres con hijos menores, sin embargo, para esta pregunta el factor de la edad de los hijos es importante, pues varias madres tienen bebés. La categoría más alta relacionada a la gestión de emociones fue la automotivación.

Tabla 9

Respuestas a la pregunta, ¿conoces a las amistades de tus hijos?

¿Conoces a las amistades de tu hijo (a)?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	6	3	11	1
Automotivación	5.50	5.67	5.10	4.86
Autoconciencia	5.32	4.50	4.92	5.00
Relacionarse bien	5.24	4.75	5.01	5.25
Control de las emociones	5.27	4.83	4.65	4.80

Las siguientes preguntas tuvieron que ver con los conflictos de rol derivados de ser al mismo tiempo mamá y trabajadora fuera de casa.

Con respecto a la pregunta: entre las actividades del hogar y del trabajo, ¿tienes algún conflicto específico? (tabla 7) Las respuestas fueron divididas en un 50%. Para las respuestas afirmativas el conflicto está relacionado al factor tiempo en todos los casos. El rasgo de la gestión de emociones más alto fue control de las emociones para madres con hijos hasta 7 años que si tienen un conflicto y para el grupo de madres con hijos mayores de 8 años el rasgo mejor calificado fue automotivación.

Tabla 10
Respuestas a la pregunta entre las actividades del hogar y el trabajo, ¿tienes algún conflicto específico?

Entre las actividades del hogar y del trabajo ¿tienes algún conflicto específico?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años		Hijos desde 8 hasta 18 años	
	SI	NO	SI	NO
<i>N</i>	6	5	5	6
Automotivación	5.55	5.51	5.26	5.10
Autoconciencia	5.44	4.78	5.22	4.78
Relacionarse bien	5.33	5.60	5.05	5.09
Control de las emociones	5.67	4.80	4.68	4.80

Con el fin de saber la situación que les tiene más contentas a las madres, en relación a sus roles (tabla 11), las madres reportaron que tanto el rol de trabajadora como el de madre les hace sentir contentas. Para el caso de las madres con hijos menores a los 7 años la categoría de la gestión de emociones más alta es la Autoconciencia y la Automotivación para madres con hijos mayores a los 8 años.

Tabla 11
Respuestas a la pregunta ¿cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor a tu situación?

¿Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor a tu situación?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años				Hijos desde 8 hasta 18 años			
	a.	B	c	d	a.	b	c	d
<i>N</i>	1	3	0	7	0	1	0	10
Automotivación	4.86	5.29	0	5.73	0	4.90	0	5.17
Autoconciencia	3.67	4.14	0	5.79	0	5.00	0	4.98
Relacionarse bien	3.05	4.65	0	5.56	0	5.30	0	5.10
Control de las emociones	4.10	4.60	0	5.30	0	4.80	0	4.78

a= Me siento más contenta con mi rol de trabajadora.

b= Me siento más contenta con mi rol de madre de familia.

c= ninguna de las dos.

d= ay b por igual.

La respuesta para saber la frecuencia con que las madres piensan en sus pendientes en el hogar en un día normal de trabajo (tabla 12) nos refleja que el mayor porcentaje de madres algunas veces piensan en sus pendientes del hogar mientras trabajan, para ellas el rasgo más alto de gestión de emociones es Automotivación.

Tabla 12
Respuestas relacionadas a la frecuencia en que las madres piensan en sus pendientes del hogar, en un día normal de trabajo.

¿Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor en un día normal de trabajo?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años			Hijos desde 8 hasta 18 años		
	a	B	c	a	b	c
<i>N</i>	0	8	3	0	10	2
Automotivación	0	5.46	5.71	0	4.81	6.43
Autoconciencia	0	4.93	5.72	0	4.68	6.17
Relacionarse bien	0	4.92	5.53	0	4.78	6.33
Control de las emociones	0	4.96	7.80	0	4.49	5.55

a= Siempre estoy pensando en mis pendientes del hogar.

b= algunas veces estoy pensando en mis pendientes del hogar

c= Nunca pienso en mis pendientes del hogar

Las respuestas para saber la frecuencia con que las madres piensan en sus pendientes del trabajo cuando están con sus hijos se muestran en la tabla 13, para las madres que respondieron algunas veces pensar en sus pendientes laborales cuando están con sus hijos, la categoría más alta relacionada a la gestión de emociones es la Autoconciencia.

Tabla 13
Respuestas a la pregunta sobre la frecuencia en que las madres piensan en sus pendientes laborales al estar en un día normal con sus hijos.

¿Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor en un día normal con tus hijos?	Hijos desde 3 meses hasta 7 años			Hijos desde 8 hasta 18 años		
	a	b	c	a	b.	c
<i>N</i>	0	6	5	0	8	4
Automotivación	0	5.62	5.43	0	5.34	4.57
Autoconciencia	0	5.67	4.80	0	5.36	4.06
Relacionarse bien	0	5.09	5.08	0	5.24	4.61
Control de las emociones	0	4.98	5.02	0	4.80	4.40

a=Siempre estoy pensando en mis pendientes laborales.

b=Algunas veces estoy pensando en mis pendientes laborales.

c=Nunca pienso en mis pendientes laborales.

Para la pregunta si las madres se estresan en el trabajo cuando tienen pendientes en el hogar (tabla 14) se encontró que un mayor número de mamás contestaron que solo se estresan en el trabajo cuando tienen un grave problema en el hogar, para estas mamás el rasgo más alto en la gestión de emociones está relacionado a Automotivación.

Tabla 14
Respuestas relacionadas al estrés en el trabajo, en relación a los pendientes del hogar.

Me estreso en el trabajo si:	Hijos desde 3 meses hasta 7 años			Hijos desde 8 hasta 18 años		
	a	b	c	a	b	c
<i>N</i>	0	8	3	3	5	4
Automotivación	0	5.57	5.43	3.81	5.37	5.68
Autoconciencia	0	5.25	5.33	3.83	4.97	5.71
Relacionarse bien	0	5.22	4.73	4.00	5.26	5.53
Control de las emociones	0	4.99	5.03	3.43	4.98	5.20

a= Tengo un pendiente en el hogar.

b= Tengo un grave problema en el hogar.

C= No importa si tengo o no problemas en el hogar, me estreso.

Los resultados para la pregunta cuándo las madres se estresan en el hogar (tabla 15) un mayor número de madres contestó que se estresan en el hogar cuando tienen un grave problema de trabajo. El rasgo de gestión de las emociones para todas las mamás fue Automotivación.

Tabla 15
Respuestas a la pregunta, ¿me estreso en el trabajo si?

Me estreso en el hogar si:	Hijos desde 3 meses hasta 7 años			Hijos desde 8 hasta 18 años		
	a	b	C	a	b	c
<i>N</i>	2	7	2	2	10	0
Automotivación	4.57	5.76	5.71	5.36	5.03	0
Autoconciencia	4.00	5.57	5.50	5.17	4.88	0
Relacionarse bien	3.15	5.50	5.58	5.18	5.01	0
Control de las emociones	4.30	5.06	5.50	4.45	4.71	0

a= Tengo un pendiente en el trabajo.

b= Tengo un grave problema en el trabajo.

c= No importa si tengo o no problemas en el trabajo, me estreso de cualquier manera.

En resumen, se encontró que las madres trabajadoras participantes de este estudio en general se sienten cómodas con los roles tanto de trabajadora como de madre de casa, a pesar de que esto no les hace sentir tranquilas con el promedio semanal de 3 horas diarias que pasan con los hijos, por lo cual enfocan sus prácticas de crianza a la calidad del tiempo que pasan con ellos. En general su establecimiento de límites se lleva de manera positiva, aunque se visualiza que un conocimiento pleno de la inteligencia emocional, más enfocado a la gestión de emociones podría mejorar la respuesta de la población con respecto al desarrollo de las categorías básicas de la inteligencia emocional.

Su estrés proviene de los problemas graves de casa en el trabajo y de los problemas de nivel bajo del trabajo en casa. Destacan las categorías de la inteligencia emocional mayormente aplicadas para cubrir los roles de madre y trabajadora,

Es la automotivación la categoría invariablemente repetida como respuesta al manejo de las emociones, ésta rasgo implica el auto conocimiento de la madre, a través de un trabajo profundo de desarrollo humano se podría realizar una intervención que permita a las madres hacer uso de los demás rasgos de la inteligencia emocional y sentirse con ello más plenas y felices.

Capítulo V Conclusiones

El objetivo de este estudio fue conocer, en un grupo de madres trabajadoras propensas a presentar conflicto de rol, cómo interfiere el manejo de la inteligencia emocional en las prácticas de crianza.

El estudio se realizó en una población de $n=23$ mujeres profesionistas, trabajadoras de una industria farmacéutica con estudios mínimos de licenciatura, su edad oscila entre los 23 y 50 años, ellas tienen hijos cuyas edades eran, al momento de la encuesta, entre 5 meses y 18 años. Debido a que ellas tienen jornadas laborales fuera de casa como empleadas de tiempo completo, el tiempo promedio que pasan con sus hijos (sin importar la edad) es de tres horas al día.

Con el fin de realizar una interpretación más verás de las respuestas proporcionadas en el cuestionario de prácticas de crianza, se realizó una clasificación de 2 grupos de mamás: Mamás con hijos desde 3 meses hasta 7 años y mamás con hijos a partir de 8 años hasta 18 años.

Se trabajó en la correlación de las aptitudes de Inteligencia emocional (Autoconciencia, control de las emociones, automotivación y relacionarse bien) con las prácticas de crianza (Tiempo/calidad de tiempo que se pasa con los hijos, establecimiento de límites, involucramiento y conflicto de rol). Los mayores puntajes para las aptitudes de Inteligencia emocional fueron marcados como guía para identificar los modelos de comportamiento con que cuentan las madres al momento de aplicar las aptitudes en el día a día.

Tiempo/Calidad

Se encontró que entre las madres encuestadas el 90 por ciento no considera pasar el suficiente tiempo con sus hijos (el promedio de horas que cada madre pasa con los hijos es de 3 horas diarias) lo cual puede ser un factor de estrés determinante para considerar que el conflicto de rol está presente. Al respecto de saber si la calidad del tiempo que pasan con los hijos es suficiente, se encuentran opiniones divididas 50:50, no importando la edad de los hijos, además el 90 por ciento de las madres consideraron que la calidad del tiempo es más importante que el tiempo mismo, con respecto a la convivencia y crianza de sus hijos.

Ante el desafío de pasar poco tiempo con los hijos y que el mismo sea de poca calidad, a pesar de ser lo más importante, las madres aplican principalmente la aptitud de la automotivación y en segundo lugar la autoconciencia con respecto a sobrellevar la falta de tiempo con los hijos y de saber que, la calidad del mismo no se da en todos los casos, de la manera en que ellas quisieran.

Establecimiento de límites

Sobre el establecimiento de límites más del 60 por ciento de las madres participantes comentaron mantener la calma al momento de establecer límites, no importando la edad de los hijos, sin embargo, las madres con hijos pequeños suelen salirse de control al momento de establecer límites en un 50 por ciento más que las madres con hijos mayores, quienes salen de control en menor porcentaje. La aptitud principal que las madres aplican al respecto del establecimiento de límites es la automotivación, para madres con hijos mayores la aptitud principal para no salirse de control al momento de establecer límites es relacionarse bien, ya

que mientras más grandes son los hijos, presentan mayor entendimiento de las razones de los padres.

Involucramiento

Sobre el involucramiento de las madres con los hijos, la pregunta relacionada ¿conoces a las amistades de tus hijos? Mostró que las madres con hijos mayores a 8 años, si conocen a los amigos de sus hijos en un 90%, para estas madres la aptitud más alta relacionada a la gestión de emociones fue la automotivación.

Conflicto de rol

Las madres participantes en un 50 por ciento respondieron no tener conflicto entre el trabajo y las actividades del hogar, las que reportaron si tenerlo, lo relacionan en un 100 por ciento con la falta de tiempo, para estas madres es el control de las emociones la aptitud principal para enfrentar este conflicto cuando los hijos son pequeños y la automotivación en el caso de madres con hijos mayores.

El 90 por ciento de las madres participantes señalaron sentirse contentas por igual con su rol de madre y con su rol de trabajadora. Para las madres con hijos pequeños es la autoconciencia la aptitud principal y la automotivación para las madres con hijos mayores.

Sobre la pregunta diseñada para saber con qué frecuencia las madres participantes enfocan sus pensamientos a cuestiones del hogar mientras laboran, se encontró que la mayoría de las madres algunas veces piensan en los pendientes del hogar mientras trabajan y que una mínima parte (20 por ciento) nunca piensa en los pendientes del hogar en su lugar de trabajo. Sobre este punto las madres participantes reflejan que, a pesar de tener conflicto de rol, su

actividad laboral les representa una prioridad al momento de la ejecución de su profesión y se enfocan en alcanzar sus metas (automotivación), por otro lado, ellas saben que tienen tiempos definidos para cubrir los requerimientos del hogar, ya sea a través de apoyo o de su propia ejecución, eso les ayuda a mantener el enfoque sólo en el trabajo.

Sobre la pregunta realizada para saber con qué frecuencia las madres participantes enfocan sus pensamientos a cuestiones laborales mientras están con sus hijos, se encontró que el 50 por ciento de madres con hijos pequeños reportó que algunas veces piensan en sus pendientes laborales mientras están con sus hijos, teniendo la autoconciencia como aptitud principal, y el otro 50 por ciento reportó nunca pensar en sus pendientes laborales mientras están con sus hijos, para estas madres es la automotivación es la aptitud más relevante. Para madres con hijos mayores a 8 años, que respondieron algunas veces estar pensando en sus pendientes laborales al estar con sus hijos, la aptitud principal fue la autoconciencia y para aquellas que respondieron nunca pensar en sus pendientes laborales al estar con sus hijos, la aptitud predominante fue Relacionarse bien.

Como lo ha señalado la UNICEF (CELAM-UNICEF , 2004) “el estrés prolongado o la angustia interfieren con la habilidad de la madre de responder apropiadamente al niño o niña y dificulta la interacción positiva”. Para las preguntas relacionadas al estrés por conflicto de rol las madres participantes respondieron al respecto de estresarse en el trabajo cuando tienen pendientes en el hogar que lo hacen cuando tienen un grave problema en el trabajo, en mayor medida. La mayor diferencia encontrada fue que las madres con hijos pequeños reportaron no estresarse al tener un pendiente en el hogar, ellas se estresan al tener fuertes problemas o en todo momento, sin embargo, las madres con hijos grandes reportaron que sea un problema grave o no, ellas se estresan. En caso del estrés generado por pensar en los problemas de

casa para las mamás con hijos pequeños la aptitud más aplicada es la Automotivación y para las mamás de hijos mayores es la autoconciencia.

En contraparte, para la pregunta sobre el estrés en el hogar debido a temas laborales, un mayor número de madres contestó que se estresan en el hogar cuando tienen un grave problema de trabajo, para las madres participante la aptitud mejor calificada fue Automotivación.

Capítulo VI Discusión

Los resultados encontrados concuerdan con otros citados, en que el conflicto de rol existe desde el momento en que la madre tiene actividades no laborales fuera de su lugar de trabajo, que le requieren para cubrir necesidades propias de la familia o el hogar. A pesar de haber expresado en un 50 por ciento, no tener conflicto alguno, todas las madres reportaron hacer varias actividades propias del hogar en su tiempo “libre”.

Las madres participantes no en todos los casos cuentan con apoyo de una pareja o miembro de la familia, para ejecutar tareas propias del hogar, por lo cual el riesgo de presentar mayor estrés ante el reto de cumplir con actividades del hogar se incrementa, esto puede afectar la equidad de derechos y obligaciones que incide de manera directa en la afectación a su desarrollo humano.

La automotivación fue la aptitud mejor calificada en todos los casos, lo anterior puede deberse a que tratándose de madres con un nivel profesional mínimo de licenciatura, ellas pueden tener una mejor clarificación de las prioridades entre el trabajo y el hogar, como lo sugirió Erdogan et al (2017) “clarificar las prioridades entre trabajo y rol familiar puede dar

como resultado menor conflicto de rol”, éste se manifiesta en el resultado arrojado en relación a la identificación de un conflicto entre el trabajo y las actividades propias del hogar, donde solo se reportó un 50 por ciento de conflicto de rol expresado por las madres participantes.

Con relación al establecimiento de límites las madres participantes no expresan salirse de control con gran frecuencia, por el contrario, la mayor parte de ellas mantiene el control al establecer límites, lo cual nos permite ver que la automotivación como aptitud más desarrollada es una fuerte herramienta que permite a las madres promover el crecimiento y desarrollo de la autoestima de los hijos como aporte a su desarrollo humano.

Los resultados obtenidos no concuerdan con otros estudios reportados al respecto del bajo porcentaje expresado, en relación a no tener conflicto alguno entre ser madre y trabajadora. Las madres participantes solo en un 50 por ciento consideraron tener conflicto de tiempo.

Las posiciones laborales que ocupan las madres participantes, están relacionadas a la toma de decisiones y la manera de ejecutar conlleva poner en práctica sus talentos y sus capacidades profesionales, lo cual les empodera de alguna manera, haciéndolas sentir realizadas con sus roles de trabajadoras y su rol de madres, por igual. Ellas lo expresaron al comentar en un 90 por ciento que se sienten igual de felices por su rol de madre que de trabajadoras.

Lafarga (2013) expresó que la búsqueda trascendente o espiritual que responde a la inquietud humana sobre el sentido de la vida y de todo lo que existe a su alrededor tiene que ver con Desarrollo humano, por lo cual todo aquello que tiene que ver con el manejo de los conflictos de rol es importante como aporte al crecimiento personal de las mujeres y su

impacto en las prácticas de crianza que aplican en los hijos, ya que el Desarrollo humano de estos últimos recibe un fuerte aporte emocional, al ser ejecutadas prácticas positivas de crianza.

Este estudio presenta una limitación relacionada a la falta de validación del cuestionario de prácticas de crianza, el mismo fue diseñado con fines del presente estudio. Así mismo las madres entrevistadas presentaron, como mínimo, nivel de estudios de licenciatura, por lo cual el presente estudio representa solo a mujeres profesionistas dentro del ámbito de la industria.

Se recomienda la consecución del presente estudio con madres trabajadoras que estén involucradas en diferentes roles dentro de la industria, que sumen a la diversidad que forma parte de colectivos económicamente activos y cuya realidad profesional y económica permita tener un mayor panorama de la realidad con respecto al conflicto de rol en el país.

Así mismo, se recomienda identificar en un mayor número de la población económicamente activa, si realmente no existen prácticas de crianza negativas con respecto a los hijos de madres trabajadoras que solo pasan menos de 3 horas al día con sus madres.

Los presentes resultados servirán para dar a conocer a las madres trabajadoras el conflicto de rol al que son propensas y así, ellas sean más conscientes de su realidad al vivir entre dos roles, con ello, como lo expresó Juan Lafarga (2014): “podrán ampliar su experiencia interna y sentirse más responsables de sus propias decisiones”, para establecer pautas de conducta más favorables al propio crecimiento y al de las otras personas con quienes se relacionan (sus hijos) aportándoles a través de prácticas de crianza positivas un mejor desarrollo humano.

REFERENCIAS

- Aguirre, E. (2000). Socialización: prácticas de crianza y cuidado de la salud. Bogotá: Centros de Estudios Sociales. (S. U. Carballo Vargas, Ed.) Obtenido de <http://www.bidigital.unal.edu.com/1548/2/01/PREL01.pdf>.
- Burin, M. y. (1990). *El malestar de las mujeres. La tranquilidad recetada*. Buenos Aires: Paidós.
- Carballo Vargas, S. (2006). *Facultad de Educación, Instituto de Investigación en Educación*. Universidad de Costa Rica,.
- Carnes. (2017). Bringing work stress home: The impact of role conflict and role overload on spousal marital satisfaction. Western Carolina University, Cullowhee, North Carolina, USA, *Journal of Occupational and Organizational Psychology. The British Psychological Society*, 90, 153-176.
- CELAM-UNICEF . (2004). *Desarrollo Psicosocial de los niños y las niñas*. Colombia.
- CEPAL. (2010). *Undécima Conferencia Regional sobre la Mujer de América Latina y el Caribe, Consenso de Brasilia*,. Obtenido de <https://docplayer.es/12342116-Consenso-de-brasil.html>
- Escalante, J. (1995). Situación laboral de las mujeres en México ¿Cómo incide el trabajo remunerado dentro de sus relaciones familiares y de pareja? *Revista Mexicana Trimestral de Psicología Humanista y Desarrollo Humano Prometeo*(8), 8-16.
- Evans, e. a. (1994). *Evans, et al (1994), Prácticas de crianza: Creando programas donde las tradiciones y las prácticas modernas se encuentran*. Universidad del Valle- Escuela de Psicología. Maestría en psicología-Énfasis cultural.
- GEM . (1994). Repensar y Politizar la Maternidad un reto de fin de milenio. *Grupo de Educación Popular con Mujeres, A.C.*
- Guadiana, L. (2011). *¿CRIANZA REACTIVA Y REFLEXIVA? El humor y la biblioterapia como recurso en el acompañamiento de padres y madres. "este texto se publica como requisito para optar por el grado de Maestría en Orientación y Desarrollo Humano*. México: Universidad Iberoamericana Campus Santa Fe.

- Haddad, M. (2008). *El enfoque centrado en la persona y el manejo de las emociones negativas. Tesis-Maestría en Desarrollo Humano*. Ibero Puebla.
- Huang, a. e. (2018). *Emotional Intelligence and subjective well-being: altruistic behavior as a mediator. Social Behavior and Personality, Scientific Journal Publishers Limited*.
<https://doi.org/10.2224/sbp.6762>. Obtenido de <https://doi.org/10.2224/sbp.6762>
- INEGI . (2015). *Mujeres y Hombres en México*. México: Gobierno de la Republica.
- INEGI. (2018). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, Tabulados básicos*. Recuperado el 20 de Agosto de 2018, de www.inegi.org.mx
- Kabanoff, B. (1980). Work and Non work: A review of models, Methods and Findings. *Psychological Bulletin*, 88(1), 60-77.
- Lafarga. (2014). *Desarrollo Humano: El crecimiento personal*. México: Trillas.
- Lagarde y de los Ríos, M. (2001). *Los cautiverios de las mujeres, madresposas, monjas, putas, presas y locas, UNAM,2001*. México: UNAM.
- Mberengwa Lois R. & Onyewadume, M. (2009). I papel de las mujeres en el manejo del estrés en la familia: el caso de las basaadi (mujeres) en Botswana. Obtenido de <https://doctrina.vlex.com.mx/vid/papel-mujeres-manejo-estres-688966805>
- McCrae, K. y. (1982). *Taking sex differences seriously*. New York: Encounter books.
- Milic, e. a. (2010). *Hijos con autoestima positiva, guía para padres*. Grupo Editorial Norma.
- Mujeres, O. (1979). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación*. Obtenido de www.onumujeres.org
- Pleck, e. a. (1980). Conflict between work and family life. *Monthly Labor review*. 103, 29-32.
- Preciado, e. a. (2008). Agotamiento emocional en el trabajo de profesionistas y operadoras de máquina en la industria. *Cubana de salud y trabajo*, 9(2), 16-23.
- Punset, E. (2015). *Brújula para navegantes emocionales*. Madrid: De Bolsillo.
- Rodrigo, & P. (1998). *Familia y desarrollo Humano, Psicología y educación*. Alianza Ed.
- Rogers, C. (2008). *El proceso de convertirse en persona, Mi técnica terapéutica*. México: Paidós.
- Sánchez, A., & Herrera, A. y. (2015). La participación laboral femenina y el uso del tiempo en el cuidado del hogar en México. 651–662. Obtenido de <http://www.sciencedirect.com/>
- Sánchez, S. (2016). *Desarrollo humano contemporáneo*. Universidad Iberoamericana.
- Shapiro, L. (2006). *La inteligencia emocional de los niños*. México: Vergara Editor.

Whitmore. (2011). COACHING El método para mejorar el rendimiento de las personas. .

Wood, e. a. (2007). *Mide tu Inteligencia emocional*.

Zampetakis, e. a. (2016). *An Emotional Experience of Entrepreneurship: Self-Construal, Emotion Regulation, and Expressions to Anticipatory Emotions*. *Journal of Career Development*.

Obtenido de University of Missouri-Columbia:

<https://doi.org/10.1177/0894845316640898>

Zayas, e. a. (2019). La inteligencia emocional en la crianza de los hijos: Relación entre familias nutrientes e inteligencia emocional. *Colegio Oficial de Psicología Catalunya Psi Ara*.

(+) Información para los padres: Los Estilos de crianza, <http://www.parentingcounts.org/parent-handouts/informacion-para-los-padres-los-estilos-de-crianza.pdf>. Consultado el 02 de abril de 2019:

Anexos

ANEXO 1 *Carta de consentimiento informado.*

Puebla, Pue a __ de _____ del 2018

Estimada:

Introducción/Objetivo:

La que suscribe, Luz María Chávez Ortiz, está realizando un proyecto de investigación, en colaboración con La Universidad Iberoamericana, Puebla con el objetivo de conocer cómo puede el Enfoque Centrado en la Persona, influir positivamente en el desarrollo humano de las mujeres trabajadoras.

Procedimientos: Si Usted acepta participar en el Diagnóstico le haremos algunas preguntas manejo sobre manejo de las emociones y prácticas de crianza.

Beneficios: Usted no recibirá un beneficio económico por su participación, sin embargo, si usted acepta participar, al contestar los cuestionarios, tendrá visibilidad de sus principales oportunidades en el manejo de emociones y ello podrá repercutir en su estilo de crianza.

Confidencialidad: Toda la información que Usted me proporcione para este diagnóstico estudio será de carácter estrictamente confidencial, será utilizada únicamente para el proyecto y no estará disponible para ningún otro propósito. Usted quedará identificado(a) con un número y no con su nombre. Los resultados de este estudio serán presentados de tal manera que no podrá ser identificada.

Riesgos Potenciales/Compensación: Los riesgos potenciales que implican su participación en este estudio son mínimos. Si alguna de las preguntas le hicieran sentir un poco incómodo(a), tiene el derecho de no responderla Usted no recibirá ningún pago por participar en el estudio, y tampoco implicará algún costo para usted

Números a Contactar: Si usted tiene alguna pregunta, comentario o preocupación con respecto al proyecto, por favor comuníquese con la responsable del proyecto: Luz María Chávez al siguiente número de teléfono 2223-80 6113

Si usted acepta participar en el estudio, le solicito sea tan amable de firmar a continuación:

Nombre/ Firma de la participante: _____

Fecha: _____

Firma de un testigo: _____ Fecha: _____

Obtiene el consentimiento: _____

Fecha: _____

ANEXO 2 *Cuestionario de prácticas de crianza.*

Gracias por participar. Por favor llena el siguiente cuestionario que busca conocer las generalidades de una población de mujeres trabajadoras:

Fecha: _____ Edad: _____ Número de Hijos(as): _____

Tienes algún hijo (a) con alguna condición o enfermedad clínicamente diagnosticada

Si: ___ No: ___

Edad de tu hijo (a) menor: _____ Sexo de tu hijo (a) menor: _____

Tú Escolaridad: _____ Tú estado civil: _____

Vives con: Esposo () hijos () Padres () Hermanos () Otro ()

Horario de trabajo: _____

Tiempo de traslado al trabajo (min/horas). _____

Normalmente, ¿cuánto Tiempo efectivo pasas con tu hijo(a)?: _____

A continuación, responde las siguientes preguntas, según tu interpretación:

1	¿El tiempo que pasas con tu hijo/hija(s) es suficiente?	SI ()	No ()
2	¿La calidad del tiempo que pasas con tu hijo/hija(s) es suficiente?	SI ()	No ()
3	Para la convivencia y crianza de tu hijo/hija (s), ¿Qué consideras más importante, Tiempo o Calidad?	a) Tiempo	b) Calidad

4	¿Cómo sueles establecer límites a tu hijo/hija (s)? (Explica)		
5	Con respecto al establecimiento de límites, del 0 al 10 ¿qué tanto lo haces de manera positiva?		
6	Cuando estás estableciendo límites ¿mantienes la calma?	SI ()	No ()
7	¿Sueles salirte de control, cuando estableces límites?	SI ()	No ()
8	Del 0 al 10 ¿estás al tanto de las tareas de tu hijo/hija (s)?		
9	¿Conoces a las amistades de tu hijo /hija (s)?	SI ()	No ()
10	Cuáles son tus responsabilidades o quehaceres domésticos en el hogar? (Explica)		
11	¿Con quién compartes responsabilidades en el hogar?(Explica)		
12	Describe tus responsabilidades en el trabajo:		
13	¿Entre las actividades del hogar y del trabajo, tienes algún conflicto específico?	SI ()	No ()
		¿Cuál?	
14	Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor a tu situación:	a. Me siento más contenta con mi rol de trabajadora. b. Me siento más contenta con mi rol de madre de familia. c. Ninguna de las dos d. a y b por igual.	
15	Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor en un día normal de trabajo.	a. Siempre estoy pensando en mis pendientes del hogar. b. Algunas veces estoy pensando en mis pendientes del hogar. c. Nunca pienso en mis pendientes del hogar mientras trabajo.	

16	Cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor en un día normal con tus hijos.	<p>a. Siempre estoy pensando en mis pendientes laborales.</p> <p>b. Algunas veces estoy pensando en mis pendientes laborales.</p> <p>c. Nunca pienso en mis pendientes laborales mientras estoy con mis hijos.</p>
17	Me estreso en el trabajo si:	<p>a. Tengo un pendiente en el hogar.</p> <p>b. Tengo un grave problema en el hogar.</p> <p>c. No importa si tengo o no problemas en el hogar, me estreso de cualquier manera.</p>
18	Me estreso en el hogar si:	<p>a. Tengo un pendiente de trabajo.</p> <p>b. Tengo un grave problema en el trabajo.</p> <p>c. No importa si tengo o no problemas en el trabajo, me estreso de cualquier manera.</p>

ANEXO 3 TEST PARA EVALUAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

En cada frase debes valorar, en una escala del 1 al 7, la capacidad descrita. Antes de responder, intenta pensar en situaciones reales en las que has tenido que utilizar dicha capacidad.

Capacidad en grado bajo.				Capacidad en grado alto.		
1	2	3	4	5	6	7
1. Identificar los cambios del estímulo fisiológico.						
2. Relajarnos en situación de presión.						
3. Actuar de modo productivo cuando estamos enfadados.						
4. Actuar de modo productivo en situaciones de ansiedad.						
5. Tranquilizarnos rápido cuando estamos enfadados.						
6. Asociar diferentes indicios físicos con emociones diversas.						
7. Usar el diálogo interior para controlar estados emocionales.						
8. Comunicar sentimientos de modo eficaz.						
9. Pensar en sentimientos negativos sin angustiarnos.						
10. Mantener la calma cuando somos el blanco del enfado de otros.						
11. Saber cuándo tenemos pensamientos negativos.						
12. Saber cuándo nuestro “discurso interno” es positivo.						
13. Saber cuándo empezamos a enfadarnos						
14. Saber cómo interpretamos los acontecimientos.						
15. Conocer qué sentimientos utilizamos actualmente.						

16. Comunicar con precisión lo que experimentamos.	
17. Identificar la información que influye sobre nuestras interpretaciones.	
18. Identificar nuestros cambios de humor.	
19. Saber cuándo estamos a la defensiva.	
20. Calcular el impacto que nuestro comportamiento tiene sobre los demás.	
21. Saber cuándo no nos comunicamos con sentido.	
22. Ponernos en marcha cuando lo necesitamos.	
23. Recuperarnos rápido después de un contratiempo.	
24. Completar tareas a largo plazo dentro del tiempo previsto.	
25. Producir energía positiva cuando realizamos un trabajo poco interesante.	
26. Abandonar o cambiar hábitos inútiles.	
27. Desarrollar pautas de conductas nuevas y más productivas.	
28. Cumplir con lo que decimos	
29. Resolver conflictos	
30. Desarrollar el consenso con los demás.	
31. Mediar en los conflictos de los demás.	
32. Utilizar técnicas de comunicación interpersonal eficaces.	
33. Expresar los sentimientos de un grupo.	
34. Influir sobre los demás de forma directa o indirecta.	
35. Fomentar la confianza en los demás.	
36. Montar grupos de apoyo.	

37. Hacer que los demás se sientan bien.	
38. Proporcionar apoyo y consejo a los demás cuando sea necesario.	
39. Reflejar con precisión los sentimientos de las personas.	
40. Reconocer la angustia en los demás.	
41. Ayudar a los demás a controlar sus emociones.	
42. Mostrar comprensión con los demás.	
43. Entablar conversaciones íntimas con los demás.	
44. Ayudar a un grupo a controlar sus emociones.	
45. Detectar congruencias entre las emociones o sentimientos de los demás y sus conductas.	

Test tomado de Weisinger, H. (2001) *La Inteligencia emocional en el trabajo*. Madrid: Javier Vergara (P.334-341).

SEGUNDA PARTE

Vacia los valores asignados en cada ítem en la tabla siguiente:

Autoconciencia	1	6	11	12	13	14	15	17	18	19	20	21	
----------------	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	--

Control de las emociones	1	2	3	4	5	7	9	10	13	27		
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	--	--

Automotivación	7	22	23	25	26	27	28	
----------------	---	----	----	----	----	----	----	--

Relacionarse bien	8	10	16	19	20	29	30	31	32	33
	34	35	36	37	38	39	42	43	44	45

Asesoría emocional	8	10	16	18	34	35	37	38	39	40	41	44	45
--------------------	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Para cada aptitud coloque los ítems en la casilla que corresponda

Capacidad	4 puntos o menos	Total	5 puntos o más	Total
Autoconciencia				
Control de las emociones				
Automotivación				
Relacionarse bien				
Asesoría emocional				

Haz una reflexión acerca de los resultados

Durante las próximas cuatro semanas practica el uso de esas capacidades. Después, revisa la Primera y Segunda Parte y anota las diferencias. Repite el proceso hasta que tengas cinco o más en todos los ítems de la Primera Parte.

¹ Test tomado de Weisinger, H. (2001). *La inteligencia emocional en el trabajo*. Madrid: Javier Vergara. (P. 334-341). Adaptación de Mireya Vivas, Segunda y Tercera Parte.

Índice de tablas

Tabla 1	Categoría control de las emociones del cuestionario de gestión de las emociones.	27
Tabla 2	Reactivos considerados para medir Control de las emociones.	28
Tabla 3	Procedimiento para correlacionar entre las preguntas del cuestionario de prácticas de crianza y categorías del cuestionario de Inteligencia emocional.	29
Tabla 4	Respuestas de las madres al preguntarles si piensan que el tiempo que pasas con sus hijos es suficiente.	31
Tabla 5	Respuestas de las mamás a la pregunta si consideraban que la calidad del tiempo que pasan con sus hijos es suficiente.	32
Tabla 6	Respuestas sobre lo que las madres consideran más importante: tiempo o calidad, para la convivencia y crianza de sus hijos.	33
Tabla 7	Resultados de la pregunta de establecimiento de límites, relacionados a mantener la calma.	33
Tabla 8	Resultados de la pregunta ¿sueles salirte de control cuando estableces límites?	34
Tabla 9	Respuestas a la pregunta, ¿conoces a las amistades de tus hijos?	35
Tabla 10	Respuestas a la pregunta entre las actividades del hogar y el trabajo, ¿tienes algún conflicto específico?	36
Tabla 11	Respuestas a la pregunta ¿cuál de las siguientes afirmaciones se aplica mejor a tu situación?	36
Tabla 12	Respuestas relacionadas a la frecuencia en que las madres piensan en sus pendientes del hogar, en un día normal de trabajo	37
Tabla 13	Respuestas a la pregunta sobre la frecuencia en que las madres piensan en sus pendientes laborales al estar en un día normal con sus hijos.	38
Tabla 14	Respuestas relacionadas al estrés en el trabajo, en relación a los pendientes del hogar.	39
Tabla 15	Respuestas a la pregunta, ¿me estreso en el trabajo si?	39