

**Experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres
y niñas rurales de Tuluá, Valle**

Judy Consuelo Ariza Ardila

Asesora:

Zeneida Rocío Ceballos Villada

Universidad Nacional Abierta y a Distancia-UNAD

Escuela: Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Programa: Psicología Comunitaria

Palmira -Valle

2021

Agradecimientos

La autora del presente trabajo investigativo, extiende sus más sinceros agradecimientos, al grupo profesoral de la Escuela: Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH, del Programa: Psicología Comunitaria por sus orientaciones pedagógicas, didácticas y disciplinares que permitieron nutrir la investigación. Asimismo, expresa su sentido de gratitud a la directora de la investigación por su tiempo y dedicación dispensada en cada una de las asesorías brindadas. De igual forma, agradece el gesto de apertura y de acompañamiento en el proceso de profesionalización ofrecido por las directivas de la Universidad UNAD. El mismo sentimiento de gratitud es extendido para mi esposo y mis hijos, quienes me expresaron palabras de aliento y motivación para culminar exitosamente mi formación post-gradual. De igual manera, un reconocimiento especial para las mujeres y las niñas participantes de los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas en la alta y media montaña tuluëña, quienes me proporcionaron la información requerida para la sistematización y análisis del documento. Finalmente, elevó mi gratitud a Dios, por permitirme superarme como mujer y contar con lo necesario para mi subsistencia y calidad de vida que lógicamente redundan en mi bienestar psicológico.

Resumen

En la actualidad, estudios centrados en “la identidad social” de la mujer son un tópico problematizador de gran relevancia para las comunidades académicas y para los grupos de investigación, debido a que es un asunto sociocultural que revisten una complejidad identitaria, en particular los roles y las emociones que caracterizan a las mujeres y niñas rurales, dado que en dichos contextos se presentan unas dinámicas especiales, tales como inequidad social y condiciones de vulnerabilidad. De ahí que el objetivo del presente trabajo investigativo fue Comprender las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle, con la finalidad de consolidar fundamentos conceptuales que permitan sustentar apuestas para el empoderamiento y el liderazgo femenino en sectores rurales en procura de un desarrollo personal, familiar y comunitario y si se quiere desde una mirada *eudaimónica*, entendida esta como el bienestar y la satisfacción con la vida. De otro modo, el trabajo investigativo está diseñado desde el paradigma cualitativo con un alcance etnográfico. Ahora, las técnicas de recolección de la información fueron la entrevista en profundidad y los grupos focales. Por su parte, la población sujeta de estudio fueron mujeres y niñas residentes en los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas del municipio de Tuluá, Valle. Por último, dentro del análisis de los resultados se busca elaborar productos investigativos (artículos científicos y ponencias sobre el asunto en cuestión) que posibiliten la consecución de políticas encaminadas a programas psicosociales y comunitarios que permitan garantizar derechos igualitarios.

Palabras clave: Identidad social, bienestar psicológico, Identidad social, eudaimonía, mujeres y niñas rurales.

Abstract

At present, studies focused on the "social identity" of women are a problematic topic of great relevance for academic communities and research groups, due to the fact that it is a sociocultural issue that has identity complexity, particularly roles and the emotions that characterize rural women and girls, given that in these contexts there are special dynamics, such as social inequity and conditions of vulnerability. Hence, the objective of this research work was to understand the experiences associated with psychological well-being from the roles and emotions in rural women and girls in the municipality of Tuluá, Valle, in order to consolidate conceptual foundations that allow sustaining bets for empowerment and female leadership in rural sectors in search of personal, family and community development and, if you like, from a eudaimonic perspective, understood as well-being and satisfaction with life. Otherwise, the research work is designed from the qualitative paradigm with an ethnographic scope. Now, the information gathering techniques were in-depth interviews and focus groups. For its part, the population subject to study were women and girls residing in the townships of Barragán and Puerto Frazadas in the municipality of Tuluá, Valle. Finally, within the analysis of the results, it is sought to develop investigative products (scientific articles and presentations on the matter in question) that make it possible to achieve policies aimed at psychosocial and community programs that allow guaranteeing equal rights.

Keywords: Social identity, psychological well-being, social identity, eudaimonia, rural women and girls.

Contenido

Planteamiento del problema.....	6
Pregunta de investigación.....	10
Justificación.....	11
Objetivos.....	16
Objetivo General.....	16
Objetivos específicos.....	17
Marco conceptual y teórico.....	16
Metodología.....	23
Participantes.....	27
Técnicas de recolección de información.....	25
Procedimiento de investigación.....	26
Consideraciones éticas.....	28
Resultados.....	29
Discusión.....	32
Conclusiones.....	51
Referencias Bibliográficas.....	53

Planteamiento del problema

Antes de entrar en la profundización del tópico problemático es importante señalar que el presente trabajo investigativo hace parte del macroproyecto de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. El macroproyecto se centró en la temática sobre “emociones asociadas al bienestar psicológico en niñas rurales del Departamento de Nariño”, realizado por Ceballos, *et al* (2019). Por su parte, la intención de la investigación fue develar las emociones que sienten las niñas al hacer parte de una comunidad rural y que están relacionadas con experiencias de bienestar psicológico. De ahí que, se quiso seguir con la misma línea investigativa. Sin embargo, es preciso aclarar que la población participante del estudio actual fueron mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle, donde se trabajaron las categorías roles y emociones, asociadas al bienestar psicológico. En trabajo está inmerso en la disciplina de la Psicología Comunitaria.

De ahí que, en la actualidad disciplinas como: la Psicología Comunitaria, la Sociología, la Antropología, la Etnografía y el Derecho, centran sus estudios en identidad y equidad de género. Asimismo, la Organización de Naciones Unidas, ONU (2020) ha realizado informes y ponencias importantes sobre el tema “de igualdad de género, incluyendo acuerdos para la eliminación de todas las formas de discriminación contra la Mujer” (p. 2). De igual forma, autores como Ryff y Seligman han centrado sus investigaciones en temáticas relacionadas con el bienestar psicológico y en psicología positiva para ahondar en el fenómeno de la discriminación. Igualmente, los autores Yamamoto y Feijoo (2007) han realizado investigaciones sobre los componentes émicos del bienestar. En relación con ello, el presente estudio, aborda las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas de los corregimientos

de Barragán y Puerto Frazadas de Tuluá, Valle, para comprender y analizar las vivencias comunitarias de la población objeto de estudio.

De acuerdo con lo anterior, el estudio se inscribe en las vivencias y experiencias cotidianas de mujeres y niñas del sector rural, más exactamente de alta y media montaña tuluëña. Ahora bien, con el desarrollo de la investigación se busca comprender y analizar algunas situaciones reales que en ocasiones son invisibilizadas y silenciadas pasando al anonimato, sin dejar registrada una memoria histórica de los sucesos que acontecen en el diario vivir. En ese sentido, es importante reseñar que los contextos de Barragán y Puerto Brazadas, han sido afectados de manera significativa por la violencia. Por las razones anteriores, se requiere hacer énfasis en las particularidades y realidades de las mujeres y niñas pertenecientes al sector rural, ya que en estos territorios fuera de los fenómenos antes mencionados, también predomina el patriarcado que de algún modo ha determinado los lugares que deben ocupar socialmente las mujeres campesinas, asociadas con las tareas propias del hogar, como: la reproducción y el cuidado de la familia.

Asimismo, a muchas mujeres rurales se les ha desconocido una remuneración económica estable en el ejercicio de sus funciones domésticas. Corroborando lo anterior, Gil Izquierdo (2008), señala que “en algunos lugares las mujeres fuera de ser explotadas sexualmente, también son oprimidas en sus funciones domesticas porque no se les reconoce el derecho de ser retribuidas económicamente” (p. 78). Es decir que pasan a ser dependientes económicos, dado que quien tiene el rol del sostenimiento del hogar es el hombre y esa condición invisibiliza la oportunidad que las mujeres no tengan un lugar predominante en cuanto a contar con una remuneración económica, este aspecto es muy marcado en hogares rurales.

Ahora, contextualmente los corregimientos objetos de estudio cuentan con un total de 659 hogares, diferenciados así: 157 familias en Puerto Frazadas y 502 en Barragán. Un aspecto

análogo de los dos lugares es que las mujeres conforman en su mayoría familias de tipo nuclear, además, muchas de ellas poseen un bajo índice de escolaridad, cursando solamente los primeros grados de educación primaria, debido a que desde pequeñas se han dedicado al trabajo con el ganado como arreo u ordeño, limpieza de potreros, cocina y entrega de alimentos a los jornaleros de la región. De igual manera, se han dedicado a labores de crianza y al gariteo en tiempos de cosecha.

Otro hecho observado en los dos contextos es que, un gran porcentaje de familias han sido desplazadas y actualmente residen en dichos corregimientos. Un aspecto positivo para estos hogares es que pertenecen a programas sociales, entre ellos: Red Unidos y Familias en Acción. Ahora, otro hecho sociodemográfico observado, es que algunas familias son dueñas de pequeñas parcelas en condiciones de empobrecimiento, mientras que otras se dedican a administrar propiedades ajenas, a ello, se suma que no están bien remuneradas. Las anteriores vivencias, las corrobora el Informe sobre la Mujer Rural y los Objetivos de Desarrollo del Milenio. ODM (2020), cuando señala que “en todo el mundo y con muy pocas excepciones, las mujeres rurales están en peores condiciones que los hombres rurales y que las mujeres y hombres urbanos” (p. 1), porque muchas familias sobreviven al margen de sus mínimos vitales (salud, educación, vivienda, trabajo y derecho a todos los servicios básicos, como: transporte). En lo que respecta al transporte y a las vías de acceso hacia los dos corregimientos, se debe decir que no son las mejores, puesto que, para las familias moradoras de Barragán, el tiempo de desplazamiento hacia la ciudad de Tuluá es de cuatro horas aproximadamente y fuera de ello, adolecen de una ruta de transporte público permanente, siendo considerada una zona de difícil acceso. Para el caso de Puerto Frazadas, es similar, debido a que el tiempo de desplazamiento es aproximadamente una hora y también es escaso el servicio de transporte público. En virtud de ello, es muy restringida

la viabilidad hacia los dos lugares en horas del día porque en horas nocturnas está prohibido el servicio de transporte en cualquier medio de transporte.

Por otra parte, las mujeres rurales son las encargadas de visibilizar su herencia cultural propia y transmitir la importancia de su quehacer en el crecimiento del territorio rural, sin embargo en estos contextos existe una fuerte carga emocional que genera sentimientos de frustración al no tener una dependencia económica de sus parejas y tener un bajo grado de escolaridad, principalmente formando una constricción en la identidad de la mujer rural y alejándose un poco de ese empoderamiento necesario para gestar dicha transformación en los citados contextos. A pesar de los diversos avances en cuanto a los escenarios de participación comunitaria, laboral y social, aún se continúa enmarcando a la mujer bajo una identidad secundaria al lugar que tradicionalmente ocupa el hombre, lo cual genera en ellas prácticas enmarcadas desde la subordinación.

Contextualmente, se observa que en los dos lugares existe un vacío de conocimiento respecto al bienestar psicológico de las personas, especialmente en las mujeres y las niñas. Dicha situación suele relacionarse con aspectos culturales y de creencias populares donde el área psicológica de las personas no es tomada en cuenta o es dejada en un segundo plano; a esto se suma la creencia que el mundo rural colombiano es menos estresante, más pacífico y por tal razón la gente rural está más satisfecha con su realidad, ya que en palabras de Crider (1991) “la gente rural está claramente más satisfecha con la comunidad que les rodea que los residentes de la ciudad, lo que mejora su bienestar psicológico” (p. 98). No obstante, en la ruralidad emergen otras problemáticas socioculturales que terminan siendo invisibilizadas o silenciadas, entre ellas: la violencia entre grupos armados, la violencia intrafamiliar, la delincuencia y la inequidad de género que afectan directa o indirectamente a las mujeres y niñas, dado que en muchas veces son objetivo de violencia por parte de sus familiares o terceras personas. Tal como lo menciona la

ONU (2014), “en el informe sobre los escenarios de riesgo para las mujeres rurales en Colombia, donde da cuenta de la violencia ejercida en su contra” (p. 2). Pasando a ser víctima de diversas situaciones violentas en contextos marginales y deprimidos. Frente a dicho fenómeno problematizador, no son ajenas las mujeres y las niñas de los corregimientos de Barragán y de Puerto Frazadas.

Otro de los vacíos referidos con el tema de bienestar psicológico que adolecen las familias rurales y en especial las mujeres, es precisamente el que tiene que ver con el derecho a los servicios de salud y en especial a la salud mental, quizás esto se deba porque algunas personas campesinas desconocen la existencia de la psicología comunitaria como una disciplina que estudia los factores sociales y ambientales enfocados a mejorar las condiciones de vida de los individuos, siendo necesario para ello, la promoción de campañas dirigidas hacia la salud mental y otros servicios médicos complementarios. Al respecto Rodríguez, *et al* (2016), señala que es necesario “reflexionar sobre la pertinencia de un modelo de salud que no tiene en cuenta las condiciones de vida de las poblaciones y que no contribuye sustancialmente a la generación de cambios para las condiciones de salud de los individuos” (p. 369), especialmente los moradores de zonas rurales.

En definitiva, se requiere una mirada más abarcadora y si se quiere equitativa para las mujeres y las niñas que habitan los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas en la alta y media montaña tuluëña, en lo que respecta a sus experiencias asociadas al bienestar psicológico (fortalecimiento de las dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas) con el propósito que sean visualizadas y reconocidas en su rol social, como: hijas, hermanas, esposas, compañeras, trabajadoras y académicas, además de ello, es urgente que puedan contar con los mínimos vitales (salud, educación, vivienda y trabajo) que les permita vivir en unas condiciones dignas,

posibilitándoles un control emocional consigo mismas y con los demás, condición que es necesaria dentro del bienestar psicológico.

Pregunta de investigación

¿Cómo son las experiencias de bienestar a partir de los roles y las emociones de las mujeres y niñas rurales de Tuluá, Valle?

Justificación

La relevancia del trabajo fue haber continuado con la misma línea investigativa del Macroproyecto realizado por Ceballos, et al (2019) y avalado por la UNAD, el cual se centra en develar las experiencias de las mujeres y niñas rurales del Departamento de Nariño. Ahora, el pretexto del presente estudio fue comprender las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y las emociones en mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle, para así poder entender las dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas de las mujeres y niñas rurales que residen en la alta y media montaña tuluëña. Ahora, el tema de investigación reviste una mirada abarcadora porque permite visibilizar a la población campesina en los dos contextos, en particular a la mujer rural que debido a patrones patriarcales la han relegado a un segundo plano. Al respecto la Organización de Naciones Unidas, (2018) en el informe sobre “Mujeres ONU”, señala que “debido a la desigualdad y a la discriminación de género, en casi todos los indicadores de desarrollo, las mujeres rurales están en peor situación que los hombres rurales” (p.1). situación que reviste la emergencia de una política pública que mitigue la ausencia de oportunidades para las mujeres rurales.

Otra de las razones relevantes para llevar a cabo el presente trabajo investigativo es precisamente poder rastrear teóricamente los postulados y los informes sobre bienestar psicológico emitidos por la ONU, la UNESCO, la UNICET, la OMS y otros Organismos gubernamentales a nivel nacional e internacional sobre las mujeres y las niñas rurales. Asimismo, es trascendental, conocer las posturas de autores como Ryff y Seligman, sobre el asunto en cuestión. De igual forma, indagar sobre las teorías de la Psicología y en particular de la Psicología Social Comunitaria que posibiliten la comprensión literal de la categoría bienestar psicológico asociada a los roles y las emociones, ya que según Victoria y González (2000) “el bienestar psicológico es parte de la salud y se manifiesta en todas las esferas de la actividad

humana”. (p. 21), es decir que, cuando una persona se siente bien, es más productiva, creativa y sociable con los demás. También se debe decir que, al estudiar las perspectivas teóricas sobre el bienestar psicológico en mujeres y niñas en ambientes rurales, faciliten el entendimiento de la identidad social. En palabras de Palacio, *et al* (2003) “La búsqueda de la identidad social deja de ser una pretensión académica para convertirse en un imperativo cultural” (p. 29), interpretándose que la identidad es el reconocimiento de ese yo social que construye realidades con otros dentro de un contexto sociocultural.

Para Stone (1962) la identidad social es una categoría que “establece el que, y el dónde se encuentra la personas en términos sociales, por tal razón cuando alguien posee una identidad, se le sitúa dentro de la sociedad, mediante el reconocimiento de su participación dentro de las relaciones sociales” (p. 89). Por tal razón, la identidad suele ser un factor determinante a la hora de fortalecer el bienestar ya que facilita la adaptación de los individuos a su medio, al ser aceptados, reconocidos y legitimados como personas. Complementando lo anterior, Tajfel y Turner (1986), afirman que “existe una relación entre la autoestima y la identidad social en la medida que ambos conceptos se complementan de manera armónica ya que al poseer una identidad y pertenecer a un colectivo determinado, el individuo puede reconocerse”. De ahí que, trabajos investigativos que abordan la misma problemática del macroproyecto de la UNAD, posibilitan una mirada hacia las comunidades rurales, además permiten comprender las vivencias y experiencias de las personas en determinados contextos socio-culturales. Otra de las razones de llevar a cabo la investigación es que desde la academia se dirija la mirada no solamente al sector rural, sino especialmente a las mujeres y a las niñas que habitan dichos contextos. Las comunidades rurales (y especialmente las mujeres y niñas que históricamente han hecho parte de ellas), han sido protagonistas de importantes fenómenos sociales, algunos de ellos deprimidos que de algún modo han configurado sus realidades en la actualidad. En relación con lo anterior,

Arroyo (1988) señala que “muchas mujeres fueron objetivos y víctimas de los coletazos del conflicto; las cuales sufrieron muchas aberraciones que se sumaron al silencio impuesto en sus comunidades y/o por los actores armados”. (p.104).

De acuerdo con la cita anterior, se debe decir que, las mujeres y las niñas fueron desconocidas en los sectores rurales, fenómeno al que se suma un entramado cultural tradicional que ha impuesto una posición social y una identidad determinada tanto a hombres como a mujeres en el campo colombiano. Ahora, el poder visibilizar las realidades de las mujeres y niñas en los corregimientos Vallecaucanos de Barragán y Puerto Frazadas, fue y continúa siendo un aliciente de gran envergadura dentro de la investigación ya que permite tener una fuente de información de primera mano que dé cuenta del bienestar psicológico de dicha población a pesar de los elementos que conforman su realidad de vida. Al igual que, sucede en las comunidades y colectividades urbanas, dentro de las comunidades y colectividades rurales la población femenina juega un papel preponderante dentro de las iniciativas de cambio social y búsqueda de la equidad, pero como ya se ha mencionado anteriormente su labor, sus vivencias e inclusive su existencia no son tenidas en cuenta. Por tal razón profundizar en la identidad social de la mujer rural al igual que de la niña rural permite realizar una vinculación profunda al bienestar psicológico de las poblaciones rurales que pueden llegar a necesitarlo en demasía.

Este argumento se ve reforzado a partir de los datos emitidos por el Ministerio de agricultura de Colombia (2017) el cual comunica que para ese año existían un total de cinco millones trescientas mil mujeres en el campo con una proyección de crecimiento hacia los cinco millones quinientas mil para el año de 2020. La población rural en Colombia es parte de la base económica, social e histórica del país y por tal razón trabajar con ella, es una prioridad académica, institucional e inclusive personal. Realizar una investigación basada en la realidad rural no solamente fortalece y abre el camino para nuevas investigaciones basadas en dicha

problemática, sino que al mismo tiempo rescata y expone características específicas de los territorios abordados y consecuentemente de las mujeres y niñas que construyen allí sus realidades de vida día tras día.

A manera de finalización es crucial mencionar la población que reside en la zona rural colombiana para tener una mirada más amplia del estilo de vida que afrontan miles de familias campesinas con respecto al índice de pobreza, según el Informe Técnico de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018), señala que:

La pobreza en los sectores rurales sigue siendo alarmantemente elevada.

Según estimaciones de la CEPAL (2018), en el 2016 los porcentajes de población en situación de pobreza rural y de pobreza extrema rural en la región alcanzaron el 48,6% y 22,5%, respectivamente. Dichos niveles, si bien dan cuenta de los sustantivos avances que ha experimentado la región desde los años 90 década cuando la pobreza rural superaba el 65% y la pobreza extrema el 40%, siguen siendo inaceptablemente elevados. (p. 3).

De acuerdo con los anteriores datos suministrados por ONU, se observa que los índices de la pobreza tanto en América Latina como en Colombia día tras día aumentan, conllevando a que emerjan diferentes problemáticas asociadas a dicho fenómeno, entre ellas: la delincuencia, el hurto, la extorsión y la violencia en todas sus manifestaciones, incluso las familias que viven en pobreza extrema son vulnerables a tener un impacto negativo con respecto su bienestar y ello lógicamente afecta su salud mental. En ese sentido, la presente investigación es relevante, dado que busca comprender y analizar las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas de los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas.

La contribución de la presente investigación a la UNAD es poder presentar un informe descriptivo sobre la realidad de viven las mujeres y las niñas en el contexto rural de la media y

alta montaña tuluëña, además el trabajo investigativo permite fortalecer la sublíneas en: Salud Mental, Bienestar y Calidad de Vida Comunitaria y Cambio Social. Asimismo, el estudio permite nutrir conceptual y epistemológicamente el núcleo problémico: Paradigmas y Tendencias de la Psicología Comunitaria de la Maestría en Psicología comunitaria de la UNAD. Fuera de lo mencionado, la realización del trabajo es una oportunidad para que los estudiantes investigadores apropién los saberes disciplinares y transdisciplinares adquiridos a lo largo de la carrera. También es importante mencionar que. el presente trabajo investigativo se articula de una manera directa con el macroproyecto de la UNAD, en lo referente al tópico problematizador y en la indagación de las experiencias de bienestar a partir de los roles y las emociones de las mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle.

Los títulos de primer y segundo nivel no se enumeran. -Los títulos de primer nivel inician en páginas nuevas (Justificación, Marco conceptual, Objetivos, etc...) La citación no debe incluirse en el documento como pie de página. -El título Objetivo debe ir centrado, general y específicos no se den enumeran - El primer párrafo en Los títulos de primer nivel (Resumen, Abstrac, Introducción, Conclusiones etc....) NO debe llevar sangría, se aplica la sangría a partir del segundo párrafo. igual aplica para Conclusiones y Recomendaciones. -El título Conclusiones debe ir centrado e única con sangría a partir del segundo párrafo Se solicita corregir y cargar de nuevo en el sistema. Compartimos instructivo de Normas APA:

Objetivos

Objetivo General

Comprender las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle.

Objetivos específicos

Identificar el rol que tienen las niñas y las mujeres en la comunidad rural en relación con las experiencias de bienestar psicológico.

Develar las emociones que sienten las mujeres y las niñas en la comunidad rural y que están relacionadas con experiencias de bienestar psicológico.

Describir las experiencias asociadas al bienestar psicológico en procesos de participación comunitaria a partir de la identificación de los roles y emociones de las mujeres y niñas.

Marco conceptual y teórico

En el presente apartado, se profundiza sobre los fundamentos conceptuales y teóricos a partir de los planteamientos y las perspectivas de los autores convocados (Ryff, Seligman, Díaz, Yamamoto, Feijoo y Ceballos et al), los cuales fueron relevantes para nutrir el hilo argumental de la investigación denominada experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas rurales. Asimismo, dentro del andamiaje del trabajo investigativo se tuvo en cuenta la expresión griega *eudaimonía* desde la mirada de Aristóteles para comprender el sentido etimológico de bienestar, entendido este como la satisfacción personal y el disfrute de la vida. En ese orden de ideas, se pasa a referenciar los aspectos antes mencionados.

Mujer rural

En el abordaje de esta primera categoría referida a la mujer rural es importante precisar su origen etimológico, en ese sentido, nace de la raíz latina *homo, hominis* y se asocia con el termino latino *mulier* que significa blando o agudo. En cuanto al vocablo rural, emerge de romano post-clásico *ruralis*, que significa campo. Ahora desde la perspectiva de La Real Academia Española (RAE) el sustantivo mujer significa persona del sexo femenino. Complementando la definición, la UNESCO (2018) en términos democráticos, señala que “el género alude al conjunto de características diferenciadas que cada sociedad asigna a varones y a mujeres”. Por tanto, la mujer goza de los mismos derechos igualitarios independientemente de su identidad cultural, edad y rol social. En la actualidad, el número de mujeres es proporcionalmente mayor al de los hombres.

En relación con lo anterior, el informe del Banco Mundial (2000), señala que la población latinoamericana de mujeres siguió creciendo hasta sumar 512 millones en el año 2000 y se calcula que alcanzará 680 millones en 2050” (p. 2). De acuerdo con el dato estadístico la mujer

tendrá en los próximos años un despliegue generacional en la vida demográfica de los países tercer mundistas tanto a nivel urbano como rural.

Desde la mirada de Hora y Parada. (2017) “los elementos comunes que caracterizan la vida de las mujeres rurales en América Latina y el Caribe son una sobrecarga de trabajo, debido a la división sexual del trabajo, que les atribuye el cuidado de hijos, ancianos y enfermos”, (p. 94), sumándole que en algunos colectivos sociales las mujeres son invisibilizadas en el ámbito reproductivo, productivo y doméstico. Frente a las condiciones desiguales que vive el género femenino a nivel planetario, la Organización de Naciones Unidas ha venido desarrollando programas contra “la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer”, campaña que, aunque tiene una connotación centrada en la condición humana, aun no es efectiva, dado a las cifras de feminicidio que ocurren periódicamente.

Es así como, la violencia contra la mujer es repudiable y reviste una mayor atención por parte de los Organismos que ejercen autoridad, fuera de ello, requiere de una reeducación institucional, al igual que formas efectivas de la aplicación de derechos igualitarios, en cuanto a condiciones laborales, salariales y sociales. Según la OMS (2020) señala que “la violencia ejercida contra la mujer, más específicamente la ejercida por su pareja (hombre-mujer) constituye un grave problema de salud pública en muchos lugares, constituyéndose en una violación de los derechos humanos” (p. 3) en distintas regiones del mundo.

De otro lado, las mujeres rurales viven en condiciones desigualitarias en comparación con los hombres, en razón de ello, el Comité para la Eliminación de la Discriminación Contra la Mujer *Cedaw*, (2020) establece que “las mujeres rurales deben contar con garantías para el acceso a créditos, comercialización y tecnologías apropiadas y al factor más importante en el campo, a recibir trato igual en la asignación y distribución de tierras” (p. 12), temas que aún siguen estando latentes en la agenda Política de los Gobiernos de Turno. Ahora, programas sociales,

como: Familias en Acción, Ingreso Solidario y Matrícula Cero, no son del todo abarcadores, igualitarios y globalizantes para el número de familias rurales porque muchas no acceden a estos programas. Reafirmando lo anterior, Martínez y Baeza (2017). Consideran que, por lo general, las mujeres rurales tienen menor acceso a programas y redes de apoyo, al igual que a la provisión de servicios de salud. Es decir que, las brechas en desigualdad son alarmantes, dado que las mujeres rurales enfrentan una mayor tasa de desempleo que sus similares urbanas.

Identidad social

La segunda categoría que se escinde del tópico problemático es identidad social, la cual nace de raíz latina *identitas* que significa yo soy el mismo, de ahí que se relacione con la condición humana o subjetiva de cada persona en cuanto a sus creencias y valoraciones de la vida y el mundo. Ahora desde la perspectiva de los miembros de la RAE, el término identidad se concibe como “la circunstancia de ser una persona en concreto y no en otra” (p. 76). En ese sentido, la identidad social es entendida como la concepción que tiene cada sujeto sobre su individualidad y también sobre su decisión de pertenecer a ciertos colectivos o grupos.

La identidad social guarda unas relaciones muy afines con el vínculo roles, dado que una persona se tipifica dentro de un determinado oficio o papel social. En tal sentido, se escucha hablar sobre la identidad del rol, en este caso se dirá que es un vínculo relacional, dado que las personas interactúan unas con otras a partir de sus propias identidades determinadas por el rol, ejemplo: el rol de madre protectora y el rol de hija protegida. En cuanto a los roles de las mujeres rurales, se encuentran los: de esposa, hermana, trabajadora, madre y líder femenina, la cual apoya causas sociales, desde una posición de activista.

Ahora, lo identitario en la mujer está comprendido por la herencia cultural y las tradiciones arraigadas a entorno, de ahí que existan denominaciones, como: mujer rural, mujer indigenista, mujer afrodescendiente, mujer urbana, entre otras. Desde otra concepción lo

identitario alude al proceso de construcción de la identidad de la persona, que lo conduce a adoptar un nombre, una ciudadanía, unos derechos y unos deberes.

La identidad social es entonces un conjunto de características y rasgos particulares que determinan la subjetividad tanto de mujeres como de hombres. Para Platón la identidad es para “sí mismo lo mismo”, es decir, idéntico o propio, de ahí emergen los siguientes términos: identidad personal, (mi yo personal), identidad social (mi yo en relación con otros), identidad cultural (mi yo en relación mis preceptos), identidad nacional (mi yo y mi sentido de patria), identidad de género (mi yo con mi percepción subjetiva de ser yo mismo). Con ello, se comprende que lo identitario, engloba un conjunto de características propias que permiten el autorreconocimiento del sujeto en cuanto a su condición subjetiva. En suma, la identidad la identidad es una búsqueda de toda la vida, donde en individuo se empoderado de lo que la existencia y el medio le proporciona. Para Ceballos, et al (2019) el concepto de identidad social “articula el proceso cognitivo de categorización y de pertenencia social, siendo la identidad social la estructura psicológica que realiza el vínculo entre el individuo y el grupo” (p. 16). Entendiéndose que el sujeto se siente reconocido a sí mismo y asume a sí misma la sociedad.

Rol

La siguiente categoría abordada está referida al rol que desempeña un sujeto en la sociedad, pero antes de entrar en la profundización conceptual, es fundamental definir la etimológica, en ese sentido, el vocablo nace de la raíz latina *rotulus* que significa rotular o nombra desde el rol a alguien. Ahora desde la concepción de Ceballos, et al (2019) “el rol tiene que ver con el papel social que un individuo ocupa en su grupo o comunidad, lógicamente, tiene que ver con las expectativas que los demás tienen de su comportamiento, con su cultura y sus tradiciones” (p. 18). Incluso, con sus imaginarios sociales. Para el autor (2006) el rol es entendido como “el conjunto de conductas que el individuo realiza como ocupante de una posición” (p. 93). Un

aspecto importante, cuando se asume un determinado rol es la posición social y el estatus que desempeña ese individuo en un colectivo que le permite un empoderamiento individual, caso concreto el rol de juez, de médico o de maestro. Incluso se debe precisar que una persona puede desempeñar varios roles a la vez, como por ejemplo un maestro puede ser padre, hermano, líder comunal, miembro de una organización, par académico, investigador, entre otras. Por tanto, la misma persona desempeña diferentes denominaciones en un colectivo social. existiendo un condicionamiento tanto interno como externo. Para Ceballos, et al (2019) “un condicionamiento externo que proviene del contexto (representación social), un “saber” y un condicionamiento interno, porque este sistema es internalizado en el proceso de desarrollo y construcción de identidad del sujeto” (p, 22). Ahora, en las sociedades jerárquicas el rol va a determinar una posición, bien sea de monarquía o de esclavitud. De ahí que, el rol es un papel protagónico que alguien representa por voluntad propia o por imposición.

Se debe señalar que, los roles sociales (maestro, abogado, médico, padre y madre) determinan la forma como se relacionan los sujetos entre sí y con las instituciones sociales (la familia, la educación, la religión, la política o la economía). En tal sentido, cada institución social se regula por patrones normativos que el individuo debe aceptar y respetar para no ser excluido. Por ejemplo, mujer rural cumple los roles de esposa, madre, cuidadora y su misión social es educar y a sus hijos, en contraste, si no cumple con esas responsabilidades (roles) civiles será objeto de penalización. Los roles también pueden ser asignados en actividades lúdico-recreativas, en particular los juegos de roles, cuando un jugador asume una determinación función en un juego para participar en un socio-drama o historia.

Emociones

El vocablo emoción nace de la raíz latina *emotio* que significa mover o impresionar, entendiéndose que las emociones, se expresan mediante sentimientos (de alegría, felicidad, tristeza, tenor, entre otros) y varían de acuerdo con el estado anímico de cada sujeto. Para Rodríguez (2013) “la emoción, el afecto y la pasión, es lo que nos afecta, lo que nos arrastra en un momento determinado, llevándonos a cometer actos de los que después quizá nos arrepentimos” (p. 3), de ahí que, la razón se opone a la emoción y viceversa, sin embargo, no existe acto por muy racional que parezca que este carente de aspectos emocionales.

La emoción está regulada por la activación psíquica y también está condicionada por estímulos y sensaciones positivas o negativas. Según, Rodríguez (2013) “toda emoción (cognitiva) es intencional, es decir, consiste en una evaluación en pro o en contra de un estado de cosas, que está causada por creencias, y que está conectada semánticamente con sus contenidos. Por tanto, las emociones son expresiones corporales dinámicas que determinan estados emotivos. De tal manera, las emociones son fundamentales en las relaciones inter-personales y en la toma de decisiones.

Definitivamente, las emociones son la respuesta del organismo, donde se producen excitaciones fisiológicas, experiencias conscientes y conductas expresivas, las emociones también están acompañadas de respuestas tanto hormonales como neuronales, de ahí que, cuando una persona exterioriza emociones involucra un conjunto de actitudes, creencias y cogniciones.

Bienestar psicológico

Esta última categoría alude a los términos bienestar social, los cuales están compuestos por dos raíces latinas, la primera *bene* que significa bueno y la segunda *star* que significa reconocerse. Ahora desde la concepción semántica, se define como un estado psíquico y físico que proporciona a la persona sentimientos de tranquilidad y satisfacción. Para Yamamoto y Feijoo

(2009) “los componentes fundamentales del bienestar, son las necesidades, los recursos, la satisfacción con la vida, los valores y la personalidad” (p. 23), asimismo, los investigadores señalan que la satisfacción de vida es el contraste entre las metas y la percepción de logro de esas metas. Ahora, la familia constituye el centro de las satisfacciones. Otra mirada sobre el bienestar es la de Ceballos et al (2019) cuando se refiere que “el bienestar psicológico puede definirse de manera general como un concepto ligado a la percepción subjetiva que tiene un individuo respecto a los logros conseguidos por él, y su grado de satisfacción con sus acciones pasadas, presentes y futuras” (p. 18). El bienestar es un constructo de la persona, donde las valoraciones subjetivas del mundo y la vida son indispensables. Por tanto, dicho “constructo expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social” (Ceballos, *et al.* 2019, p. 19). De ahí que, el bienestar psicológico se direcciona en aspectos trascendentales como la satisfacción personal relacionada con las capacidades y el sentido de la vida.

Según, Ryff, plantea la existencia de dimensiones que están directamente asociadas con el Bienestar psicológico: a) Autonomía: Se articula con la resistencia a la presión social y a la autorregulación del comportamiento, b) Propósito en la vida: Refiere a las metas y objetivos que permiten al sujeto otorgarle cierto sentido a su vida, Auto-aceptación: Confiere una apreciación positiva de sí mismo, c) Relaciones positivas con otros: Alude a la necesidad del sujeto de mantener relaciones sociales estables, d) Dominio del entorno: Se relaciona con la sensación de control sobre el mundo y de influencia sobre el contexto, e) Crecimiento personal: Remite al interés por desplegar potencialidades, crecer como persona y llevar al máximo las propias

capacidades. Por su lado, Seligman (2011), plantea que la felicidad y el bienestar psicológico están imbricadas con el futuro y la felicidad presente.

Dentro de todas las anteriores generalidades, se puede decir que el bienestar psicológico, es ante todo personal, dado que es la propia persona quien se va a sentir satisfecho con su núcleo familiar, su trabajo, sus sueños, sus aspiraciones que tiene del mundo y de la vida y los recursos que le proveen la mediación de sus necesidades vitales.

Metodología

El presente trabajo investigativo está enmarcado en el enfoque cualitativo, el cual permitirá interpretar y analizar las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas pertenecientes a los corregimientos de Barragán y de Puerto Brazadas del municipio de Tuluá, Valle. En tal sentido, el enfoque cualitativo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “puede definirse como un conjunto de prácticas que permiten interpretar el mundo visible, mediante diferentes manifestaciones físicas que están inmersas en un fenómeno, grupo de personas o contexto social” (p. 9). Es decir que, este enfoque evalúa el desarrollo natural del fenómeno observado.

De acuerdo con lo anterior, el trabajo investigativo busca comprender y analizar las experiencias asociadas al bienestar psicológico de las mujeres y niñas de la zona rural. Ahora, el tipo de investigación más pertinente, según el propósito y los objetivos del trabajo investigativo es el histórico-hermenéutico, definido por Lozano (2012) como “un enfoque que permite comprender múltiples realidades que reflejan bases históricas, psicológicas, ideológicas y lingüísticas, dado que presenta una visión del mundo holística al concebir la investigación como una problemática integral” (p. 87). En coherencia con ello, dicho enfoque posibilita interpretar aspectos tanto sociológicos como psicológicos de la población objeto de estudio.

Por su parte, el diseño de investigación fue de corte etnográfico, dado que permite identificar las características y experiencias socio-culturales de las comunidades de los corregimientos de Barragán y Puerto Brazadas. Al respecto, Hernández, Fernández y Baptista (2014), sostienen que este tipo de diseño “pretenden explorar, examinar, entender y analizar los sistemas sociales a partir de ideas, creencias, significados y conocimientos propios de cada grupo cultural” (p. 482), en particular analizar el bienestar psicológico de los participantes.

Para la selección de la muestra, se seleccionó una muestra dirigida o no probabilística para antes de la recolección de la información. Por tal razón se utilizaron muestras homogéneas, ya que las unidades que se seleccionaron poseen un mismo perfil y unas mismas características o bien porque comparten rasgos similares. Su propósito fue centrarse en cada uno de los objetivos específicos previamente formulados.

Participantes

La unidad de análisis de la investigación fueron las mujeres y niñas que viven en contextos rurales; específicamente en los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas, ambos pertenecientes al municipio de Tuluá en el Valle del Cauca. La población pertenece a asociaciones de mujeres campesinas, madres cabeza de familia o cuidadoras de niñas matriculadas en instituciones educativas de contextos rurales en la región mencionada. Para la investigación, se entrevistaron a mujeres y cinco niñas de cada corregimiento.

Criterios de inclusión

Mujeres y niñas rurales con más cinco años de edad en la zona rural y algunas nativas.

Niñas entre un rango de edad de ocho a doce años.

Mujeres seleccionadas mediante muestreo de consentimiento informado.

Niñas seleccionadas mediante asentamiento (bajo la potestad o autorización de los padres).

Técnicas de recolección de información

Las técnicas empleadas para la recolección de la información fueron las siguientes: entrevista en profundidad, grupo focal, cartografía social e historias de vida.

Entrevista en profundidad

Las entrevistas a profundidad permitieron el análisis discursivo de las integrantes de la comunidad. Captar códigos discursivos particulares de la comunidad en cuestión y sus múltiples relaciones con las estructuras de conocimiento perteneciente a sus dominios, dotan a esta técnica de un valor fundamental. Las entrevistas proveyeron a la investigadora de aquellas representaciones discursivas presentes en la cultura de dichas comunidades. Según Robles (2011) “este tipo de entrevista se diseña a partir de reiterados encuentros cara a cara del investigador con los entrevistados con el propósito de adentrarse en su universo y así comprender la individualidad de cada uno” (p. 23); en dicho caso se aplicaron a las personas abordadas de las comunidades específicas, así como a informantes claves, lo cual permitió acercarse a la realidad social de las mujeres y niñas, su bienestar psicológico y claramente su identidad social.

Grupo focal

La técnica de los grupos focales configura una serie de espacios de opinión para captar el pensar, el sentir y el vivir de los individuos, provocando explicaciones para obtener datos cualitativos. Kreuger (1991) suele definirlo como una discusión cuidadosamente diseñada para obtener las percepciones de los participantes sobre un área particular de interés. En el presente estudio se hizo uso de el para recolectar información de las categorías, con los grupos poblacionales abordados.

Procedimiento de investigación

Fase 1. Planteamiento de la investigación

En la primera fase se realizó la elaboración del proyecto identificando a los autores, los postulados, las teorías y la metodología más pertinente para la ejecución del trabajo investigativo.

Fase 2. Exploración de fuentes bibliográficas y antecedentes – contactos iniciales con la población abordada

Se buscó reconocer los recursos de investigación y bibliografía que facilitasen la labor de interpretación de resultados, el análisis de los antecedentes realizados bajo la misma línea investigativa para la posterior planificación del trabajo y el reconocimiento del tratamiento de los resultados que llegasen a ser útiles en el proceso. De igual manera, se realizaron los acercamientos para ejecutar los primeros contactos con las comunidades abordadas (es decir permisos, ajustes y reconocimiento de los aspectos éticos y culturales de las mismas).

Fase 3. Recolección de información

Consistió en la aplicación en terreno de los instrumentos previamente seleccionados para tal fin, recolectando la información pertinente; de igual manera se realizó la selección, análisis y clasificación de la información recolectada para su posterior uso en la investigación.

Fase 4. Análisis e interpretación de la información

El análisis e interpretación de la información se desarrolló a partir de la técnica de análisis categorial, realizando un ejercicio reflexivo acerca de lo observado, vivenciado y testimoniado a lo largo del proceso.

Fase 5. Comunicación y difusión de los resultados

Al tener la información necesaria, se procedió a la elaboración y entrega de un documento que diese cuenta sobre los resultados arrojados por la investigación, socializando de esta manera con la institución universitaria y con la comunidad en general los hallazgos encontrados por parte de la investigadora.

Consideraciones éticas

A la hora de realizar el abordaje investigativo en los dos corregimientos propuesto, la investigadora tuvo en cuenta una serie de consideraciones éticas para aplicar su planteamiento investigativo con las comunidades seleccionadas. Uno de los argumentos esgrimidos a la hora de realizar la intervención fue la búsqueda de generar impactos positivos a nivel psicosocial y comunitario para las mujeres y niñas de los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas del municipio de Tuluá. Aportando aspectos constructivos a las comunidades bajo la línea disciplinar de psicología comunitaria, identidad social y bienestar psicológico.

Durante la aplicación de la investigación se garantizó a todas y a cada una de las participantes su derecho a la confidencialidad, a la reserva, a la privacidad y a la protección de la identidad, teniendo en cuenta que dicha información fue de uso exclusivamente académico e investigativo. De igual manera, al iniciar el proceso se realizó un análisis bajo la resolución 008430 de 1993, donde establece las normas técnicas, científicas y administrativas para la investigación en salud); determinando que el riesgo fue mínimo al tratarse de un estudio prospectivo que empleaba el registro de datos a través de técnicas cualitativas como entrevistas a profundidad, grupos focales, historias de vida y cartografía social a grupos e individuos a los que no se les manipuló su conducta; en el citado caso a mujeres y niñas de las zonas rurales seleccionadas del municipio de Tuluá. Finalmente, la investigadora rigió su trabajo de

intervención en procesos amigables tanto con el medio ambiente como con las estructuras socio – culturales vigentes en la región, en pro de no generar afectaciones en ninguno de los dos ámbitos mencionados.

Resultados

En este apartado, se sistematizan y se analizan los resultados obtenidos en el proceso de búsqueda, donde se emplearon cada una de las técnicas para la recolección de la información obtenida de cada uno de los participantes. A continuación, se describen los datos cualitativos suministrados por la población entrevistada, en este caso, las niñas y las mujeres de los corregimientos de Barragán y de Puerto Frazadas sobre las categorías roles y emociones.

Tabla 1.

Matriz de consolidación de la información sobre las categorías roles y emociones.

Proposiciones de las niñas de Puerto Frazadas	Proposiciones de las niñas de Puerto Barragán	Triangulación
<p>Categoría roles</p> <p>El juego y el estudio son las actividades preferidas por las niñas entrevistadas ya que les permite aprender y divertirse con otros niños y niñas. Se llega a la conclusión que las mujeres adultas poseen una gran cantidad de responsabilidades dentro de su comunidad que van desde los quehaceres del hogar hasta trabajar y ayudar a otros miembros de la comunidad. Se enfatizan diferencias en las actividades que realizan los niños y las niñas, las primeras realizan actividades más centradas en el hogar mientras que los segundos realizan actividades externas. Se expone un papel colaborativo dentro del hogar por parte de las niñas, donde son ellas las que se encargan de realizar oficios variados, apoyando a los realizados por sus madres.</p>	<p>Categoría roles</p> <p>Se evidencia un rol de hija dentro de las entrevistadas, donde la mayoría buscan seguir las normas establecidas en sus hogares. Existe un importante papel de colaboración en el hogar donde las niñas realizan quehaceres diarios para el bienestar propio y de sus familias. Se expone el juego y el estudio como dos de las principales actividades que realizan dentro de su comunidad, donde el juego les genera bienestar a través del goce y el disfrute. Se expresa una diferenciación de actividades entre niñas y niños, las primeras colaboran en el hogar y sus quehaceres mientras que los segundos realizan labores de colaboración en la parte agrícola y ganadera. Las niñas identifican que su rol en la comunidad es de colaboración y que las labores que realizan son más "suaves" que las realizadas por niños.</p>	<p>A. Las niñas realizan un importante papel colaborativo dentro del hogar, donde son ellas las encargadas de realizar oficios varios para apoyar a sus familias.</p> <p>B. El juego y el estudio son las actividades más importantes y más comunes para las niñas de ambas comunidades, siendo elementos estructurales en su desarrollo.</p> <p>C. Dentro de los hogares de ambos corregimientos, existe una diferenciación marcada y establecida entre los roles que ocupan las niñas y los niños; las primeras se ocupan de apoyar las labores caseras (actividades internas) mientras los niños se ocupan de actividades agrícolas y comerciales (Actividades externas).</p>
<p>Categoría emociones</p> <p>Según, lo expresado por las entrevistadas, existe un sentimiento de bienestar hacia donde viven y sus familias, pues en sus contextos de vida no tienen carencias de ningún tipo lo cual les genera bienestar, ya</p>	<p>Categoría emociones</p> <p>Se evidencian sentimientos como la felicidad de vivir en el área rural y de compartir con sus familias, pero también se expresa tristeza ante acontecimientos como discusiones familiares, migraciones por el</p>	<p>A. Para las niñas nacidas y/o criadas en el campo, existe un importante sentimiento de orgullo ser campesinas, pertenecer al sector rural y haber crecido en dicho contexto debido a los elementos que los conforman.</p>

que cuentan con acceso a la educación, salud, actividades deportivas y ocasionalmente pueden desplazarse al casco urbano. La felicidad, la alegría y el orgullo de saber quiénes son, son las emociones manifestadas por las niñas entrevistadas. Otra emoción que se presenta es la tristeza, la cual se evidencia cuando deben desplazarse a otra vereda o corregimiento en tiempo de cosecha. Las entrevistadas refieren que han existido cambios en la manera de expresar las emociones que tenían las mujeres, ya que antes eran obligadas a callar o a guardar silencio pero ahora han logrado tener la posibilidad de expresarse libremente frente a su comunidad y exponer sus opiniones, sueños e ideas. La socialización es un elemento clave para el bienestar de la población atendida, ya que citan sentirse bien en el momento que comparten y juegan con sus amigos y cuando sus familiares las visitan.

trabajo de las familias en las cosechas y por conflicto armado y falta de tiempo de calidad en la familia.

Se expresa especial orgullo por las personas que son, por vivir en el campo y por ser parte de sus respectivas familias.

Para las entrevistadas, en la actualidad poseen mucha mayor libertad para expresar y desarrollarse libremente que en épocas pasadas haciendo comparativos con sus madres o abuelas.

Las dinámicas de comunicación y trato dentro de los hogares han cambiado al expresar que existe un mayor diálogo y una oportuna consecución de acuerdos entre las niñas y sus familias. Existe en la actualidad una mayor libertad por parte de las niñas para demostrar su emocionalidad (felicidad, tristeza, enojo, etc.). Aunque desde la observación, se evidencian aun casos de maltrato físico y verbal.

B. Se evidencia que en el sector rural, la socialización es un elemento clave en el desarrollo de las niñas, ya que dicho proceso les otorga elementos sociales y cognitivos de importancia para su etapa adulta.

C. Existe la idea común de que las mujeres y las niñas poseen en la actualidad las garantías y la legitimidad suficiente para expresarse y desarrollarse libremente, manifestando su emocionalidad de un forma más libre que en épocas pasadas. Esto ha permitido que elementos como el diálogo y la comunicación se desarrollen en el día tras día de las niñas, ayudando a que puedan visibilizar sus emociones (felicidad, enojo, decepción, deseo, tristeza).

Fuente: autora (2021).

Tabla 2.

Matriz de consolidación de la información sobre las categorías roles y emociones.

Proposiciones de las mujeres de Puerto Frazadas	Proposiciones de las mujeres de Puerto Barragán	Triangulación
Categoría roles	Categoría roles	
Las mujeres entrevistadas siguen auto reconociendo como cuidadoras de su hogar y de sus familias pero al mismo tiempo se auto-reconocen como trabajadoras que colaboran con la subsistencia de sus hogares, solo trabajando o apoyando a sus esposos en la recolección agrícola en tiempos de cosecha. La responsabilidad en el hogar y en la comunidad es la misma y se comparte de la misma manera con la que tienen los hombres. Desde la observación se puede ilustrar otra panorama, ya que aún se evidencia el machismo y la imposición del hombre en el rol que debe desempeñar la mujer.	Se percibe una ambivalencia de rol en el sentido que aún se mantienen responsabilidades o acciones tradicionales (cuidado de la casa, hijos, ordeño, limpieza de establos y jornallear) al tiempo que ejercen responsabilidades y acciones nuevas (mercado y citas médicas), con un carácter empoderado al salir a Tuluá. Las mujeres se observan a sí misma como líderes y emprendedoras, asumiendo un papel fundamental tanto en su hogar como en su comunidad a la hora de tomar decisiones. Son conscientes de que el rol de la mujer se ha transformado a lo largo	A. En la actualidad las mujeres realizan una ambivalencia de rol; un rol que podría denominarse como tradicional el cual se compone de acciones como el cuidado de los hijos, el cuidado del hogar, limpieza de elementos de la casa, preparación de los alimentos, entre muchas otras y un segundo rol que se compone de deberes laborales, académicos, procesos sociales y organizativos, entre otros. Ambos elementos constituyen el rol actual de las mujeres dentro de sus comunidades. B. Las mujeres han comenzado a liderar procesos organizativos dentro de sus comunidades de manera notoria, siendo incluso

Existe una diferenciación de lo que es una mujer rural a lo que es una mujer urbana, siendo el primero un rol difícil en la medida de que se encargan de gran cantidad de labores y tareas que unen el trabajo y el hogar.

En la actualidad, las mujeres poseen un mayor papel dentro de su comunidad pudiendo estudiar, trabajar y hacerse cargo de las labores del hogar al mismo tiempo, habiendo obtenido una mayor libertad de elección. Aunque el poder trabajar en cosas diferentes a las tareas del campo No es aceptada por el esposo, debido al rol que desempeña la mujer en el hogar y la implicación de la consecución de trabajo en la zona urbana.

del tiempo, anteriormente la mujer debía estar de manera exclusiva en su hogar mientras que ahora ha obtenido nuevos contextos de desarrollo personal. Aún existen muchas características machistas en su comunidad, pues en los hombres persiste la idea de que son ellos quienes deben sustentar el hogar, sin embargo, para las entrevistadas tanto hombres como mujeres poseen las mismas capacidades para hacerlo. Lo cual significa que hay un reconocimiento en la necesidad de equidad, pero en la cotidianidad persiste en gran medida el machismo, reflejado en el maltrato hacia la mujer, limitación para tener un trabajo fuera de su finca o entorno. Se han logrado grandes avances en la comunidad debido a que las mujeres han podido desarrollarse libremente, tomar decisiones y expresarse, pero existen aún situaciones que buscan limitar o deslegitimar dichos logros. Desde la observación aún se ve marcado el machismo y patriarcado en los hogares de la zona rural.

Las mujeres participan y se reconocen roles de liderazgo en programa Jóvenes en acción y en actividades conmemorativas como la navidad e incursionan en actividades artesanales.

reconocidas por sus pares como lideresas en la región. C. Aún existen elementos machistas dentro de las comunidades rurales, donde persiste la creencia por parte de los hombres que son ellos quienes deben sustentar el hogar y el trabajo en tareas ajenas a las rurales son todavía condenadas por los hombres quienes consideran que la mujer debe continuar desempeñando su rol principal dentro del hogar. D. Se visibiliza una conciencia hacia la transformación constante que ha tenido el rol de las mujeres en sus comunidades, pues se han superado barreras en cuanto a la acción personal de cada mujer, sin embargo, como se mencionó antes, persisten prácticas de imposición y violencia por parte de los hombres.

Categoría emociones

Se evidencia como motivo de orgullo común el haber nacido y vivir en el campo; al ser considerado un espacio sano de desarrollo vital. Las entrevistadas exponen cambios importantes a la hora de expresar sus emociones en la actualidad existen más garantías y hay más aceptación a que las mujeres puedan demostrar lo que sienten. La felicidad, el orgullo y la alegría son las emociones que más se pueden evidenciar dentro de las personas entrevistadas. En la actualidad no solamente existe un mayor reconocimiento a **la emocionalidad de las mujeres sino**

Categoría emociones

Se evidencian sentimientos unánimes de alegría y de orgullo por ser mujeres nacidas y criadas en el campo. Se expresa por parte de las entrevistadas un mayor sentimiento de libertad y confianza a la hora de pensar y expresarse dentro de su comunidad. Se realiza especial énfasis a los cambios que las mujeres campesinas han sufrido en lo relativo a su papel dentro de los hogares y su comunidad; de ser personas totalmente dedicadas a las labores del hogar ahora pueden ejercer la profesión y las decisiones que deseen. Desde la observación hay

A. El haber nacido en el campo y hacer parte de una comunidad rural, es motivo de orgullo por parte de las mujeres quienes han vivido y se han criado en dichas regiones. B. Las mujeres entrevistadas han sufrido en algún momento de su vida de vulneración de sus derechos, especialmente durante la etapa de la infancia, ya que algunas de ellas debieron iniciar a trabajar desde temprana edad en las labores del campo y no terminaron sus estudios, perdiendo etapas de su desarrollo personal. C. Con el pasar del tiempo, las mujeres han logrado desarrollar diferentes aspectos de su personalidad como el factor

también a su organización y a su expresión frente a la comunidad.	<p>otra perspectiva, si bien es cierto que pueden continuar sus estudios a nivel técnico no puede desempeñarse laboralmente dentro de la comunidad, debido a la falta de oportunidades y no es permitido desplazarse a la zona centro a trabajar, ya que esto implicaría dejar a su familia y sus responsabilidades dentro del hogar. La situación contextual ha generado que las mujeres entrevistadas hayan sufrido vulneración de sus derechos en algún momento de su vida, especialmente durante la etapa de la infancia, ya que algunas debieron iniciar a trabajar desde temprana edad en las labores del campo y no terminaron sus estudios, perdiendo etapas de su infancia. Se continúa con un fuerte apego hacia la familia, donde esta suele ser un motivo de felicidad y orgullo para la familia campesina. El saber que los miembros del núcleo familiar se encuentran con salud y están bien les genera bienestar.</p>	<p>académico, pero aún continúan sin poder desempeñarse laboralmente dentro de la comunidad, debido a la falta de oportunidades no siendo permitido para muchas mujeres el desplazarse a otras zonas a trabajar debido a las implicaciones que esto conlleva.</p>
---	--	---

Fuente: autora (2021).

En las tablas 1 y 2, se observa la consolidación de la información suministrada por la población participante, seleccionada bajo consentimiento informado las mujeres y desde asentimiento informado las niñas rurales.

Discusión

La presente discusión se realiza a la luz de las perspectivas teóricas, los hallazgos, el objetivo del trabajo investigativo, los planteamientos desarrollados en las categorías temáticas (roles y emociones) y finalmente las delimitaciones del estudio. ahora, el objetivo del estudio fue analizar las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y emociones en mujeres y niñas pertenecientes a los corregimientos de Barragán y Puerto Frazadas, en el sector rural del municipio de Tuluá. Pasando a las categorías de análisis, se debe indicar que seleccionaron dos, en este caso, roles y emociones. A continuación, se pasa a discurrir sobre ellas.

Análisis de la categoría roles de las mujeres y niñas de Barragán y Puerto Frazadas

Antes de profundizar en la categoría roles, es importante conocer la definición tanto etimológica como conceptual, en ese sentido, el vocablo rol se origina de la raíz latina *rotulus* que significa papel protagónico ejercido por una persona en un determinado contexto socio-cultural. En cuanto a su concepción semántica es definida por Biddle, (1996) como “un grupo de patrones, descripciones o normas aplicadas a los comportamientos de una persona dependiendo de la posición social que ella ocupa” (p. 2), de ahí que, la palabra rol representa semióticamente una denominación social de un sujeto desempeña en un lugar específico.

En relación con lo anterior, se debe indicar que el término rol fue empleado en el trabajo investigativo para identificar la identidad social que tanto las mujeres como las niñas rurales ocupan o desempeñan dentro de su colectivo y núcleo social. Frente a la concepción de rol es necesario señalar que las estructuras sociales han estado determinadas por roles y estatus que de algún modo jerarquizan ocupaciones y funciones dentro del ámbito social. En ese sentido, el rol de las mujeres ha estado sujeto a ideas tradicionales en cuanto a la ocupación o papel protagónico que desempeñan en la vida familiar, laboral y social.

Uno de los hallazgos observados en los trabajos de campo fue que los grupos poblacionales expresaron una clara diferenciación de roles entre mujeres y hombres aún desde edades tempranas, que suele percibirse con sobrecarga hacia la mujer. Al respecto, se encuentran afirmaciones como “Los hombres son machistas y dejan las responsabilidades del hogar a las mujeres” (E-003). Con la anterior aseveración se aprecia que existen sesgos muy marcado sobre el machismo y la hegemonía patriarcal en los roles tanto del hombre como el de la mujer. Para Kaplan (2011) los roles son definidos “como un conjunto de normas sociales y comportamentales generalmente percibidas como apropiadas para los hombres y las mujeres en un grupo social, dado en función de la construcción social que se tiene de lo masculino y lo femenino” (p. 4). Por tal razón, al existir dentro de las dos comunidades un arraigado sistema de organización social con estructura tradicional, se suelen dividir las tareas, el comportamiento, el desarrollo integral y la forma de desenvolverse en comunidad entre lo socialmente aceptable para hombres y mujeres.

En concordancia con lo expuesto, Ryff (1989), sostiene que “existe un elemento en contravía de su planteamiento, ya que la autonomía de poder elegir por sí misma su papel dentro de la comunidad se ve coartada por tales diferenciaciones de rol” (p. 192). De ahí que, en algunas ocasiones, suelen presentarse obstáculos a la hora de participar en la comunidad, como sucede con las mujeres y niñas de Puerto Frazada, dado el rol marcado de madre, cuidadora, jornalera; a diferencia del corregimiento de Barragán, donde se presenta una identificación de rol de liderazgo a través de la participación comunitaria como las juntas de acción comunal, líderes de familias en acción, Consejos Comunitarios, y en el caso de las niñas asumiendo roles representativos en su barrio, actividades deportivas y escolares. Para Seligman (2011) el liderazgo positivo se constituye en la clave para superar tiempos difíciles o para tener un buen bienestar.

Es así como, la mujer continúa siendo representada mayormente, como la cuidadora y encargada del hogar, de las labores hogareñas y de la crianza de sus hijos, como sucede en el corregimiento de Puerto Frazada. Se podría entonces decir que socialmente se les conceden responsabilidades que dificultan su desarrollo en ámbitos tales como: el profesional, el académico y el personal, ya que en muchas ocasiones deben ocuparse de las labores pre-establecidas, lo cual, conlleva a obstaculizar dicho proceso de autonomía, también se impone a mujeres que posiblemente no tienen como proyecto de vida dedicarse al mencionado papel de cuidadora. Por tal razón, el dominio del entorno que menciona Ryff (1995) no puede argumentarse de una manera sólida, ya que la mayoría de las mujeres no pueden tener un control total sobre su realidad ni sobre el ambiente que les rodea al existir tales condicionantes, puesto que uno de los condicionantes con relación al Rol, es la dependencia económica del esposo o compañero.

Sin embargo, es evidente que el rol de la mujer ha sufrido un cambio dentro de ambas comunidades ya que han existido procesos de empoderamiento de la mujer a lo largo del tiempo. El mencionado fenómeno puede verse expuesto en una mayor participación de la mujer dentro de su comunidad, organizando procesos sociales y personales para el beneficio de su contexto y de sí mismas. De esta manera, el elemento de crecimiento personal de Ryff (1995), puede llegar a visibilizarse de una manera notoria dentro esta población, especialmente en las mujeres y niñas de Barragán, el poder participar de una manera más activa frente a sus pares les ha permitido utilizar sus capacidades, desarrollar sus potencialidades y seguir creciendo como miembro activo de la comunidad, de una manera continua y progresiva. Con esta afirmación en mente, se puede argumentar la sensación existente de un desarrollo y crecimiento personal que reflejan un mayor auto reconocimiento de su ser y de sus capacidades.

Frente a ello, el liderazgo comunitario se presenta como un elemento renovador del rol de la mujer; dejando aparte elementos tradicionales que se le otorgaban a la mujer por nacimiento para

dar espacio a nuevas formas de ser dentro de su comunidad. Sin embargo, en este aspecto suelen verse ambivalencias marcadas como la contrariedad de ser propositivas al tiempo que continúan presentándose situaciones de sumisión ante el hombre, donde las relaciones sociales continúan marcándose bajo un aspecto subordinación de la mujer hacia el hombre.

El desarrollo de un papel de liderazgo dentro de sus comunidades, ha comenzado a fortalecerse y de manera consecuente, ha causado un reconocimiento progresivo del lugar de la mujer en su contexto, a tal punto que hoy se habla de familias monoparentales, donde la mujer es la que lleva el liderazgo en el hogar. La voz de la participante, reafirma el anterior argumento “Somos mujeres independientes, emprendedoras y líderes en los hogares” (E001). Tal situación, es el efecto de una mayor participación legitimada de las mujeres dentro de sus espacios de vida debido a que “las mujeres están en condiciones de revolucionar su contexto de habitabilidad, precisamente por expresar su posición frente a las realidades que evidencian, pudiendo tomar partido en las decisiones de la sociedad de una manera más abierta, directa y legitimada socialmente” (Kauffman, 1996, p. 186). Complementando lo anterior, Ryff (1995) afirma que “a lo largo del tiempo los seres humanos (y en este caso las mujeres), llegan a sacar un mayor partido de sus habilidades y de esta manera proseguir con un crecimiento continuo de su bienestar y desarrollo personal” (p. 134), en la medida que demuestren su jerarquía, bien sea en el núcleo familiar o social.

Ahora bien, en el caso particular de las mujeres entrevistadas existe un auto reconocimiento en cuanto al progresivo liderazgo comunitario que han venido teniendo en las zonas rurales, evidenciándose un cambio drástico (aunque no total) frente a los fenómenos de no participación en épocas pasadas. Ante este fenómeno, Melero (2011) expresa que la progresiva participación femenina en las áreas rurales, ha sido importante, al hacer uso de tal derecho para crear un sentimiento de empoderamiento y bienestar al sentirse ciudadanas activas con la

potestad de elegir la forma en que quieren vivir y la manera en que abordan las vivencias diarias en sus territorios.

Sin embargo, las mujeres continúan evidenciando elementos machistas dentro de sus comunidades, al persistir la creencia por parte de los hombres que son ellos, quienes deben sustentar el hogar y las labores ajenas a las de carácter rural o de la vivienda, por tanto, el lugar de la mujer puede ser limitado por los estereotipos de hombre que ejerce el poder en la familia. Ante tal realidad, el carácter autónomo que debe tener un individuo para alcanzar una plenitud en su bienestar se ve obstaculizado frecuentemente por las exigencias sociales que se le otorgan a las mujeres y niñas. Reafirmando lo anterior Ryff (1995) expresa que es difícil para una persona resistir la presión social ejercida hacia su rol, al no gozar de una plena autonomía hacia sus deseos” (p. 92). En consecuencia, los elementos machistas presentes en las comunidades rurales, representan de manera directa y/o indirecta un condicionante estructural de la naturaleza del rol que desempeñan las mujeres. Las creencias y tradiciones de un sector poblacional establecido constituyen una oposición implícita a las iniciativas de las mujeres por ocupar otros roles diferentes al socialmente establecido. Pero, por otra parte, es notorio que tal aspecto es reconocido por las mujeres, que en sus relatos exponen la importancia de reducir y posteriormente transformar las citadas condicionantes sociales hacia su rol.

A la par de lo anteriormente mencionado, las mujeres definen su rol con una ambivalencia notable; posee un factor de carácter “tradicional” el cual se configura en labores como el cuidado de sus hijos, el cuidado y mantenimiento del hogar, la preparación de los alimentos, la limpieza de los elementos de la casa, entre muchas otras, en contraposición a un segundo factor que se constituye de labores académicos, de trabajo, sociales, organizativos, de carácter comunitario, entre otros. Por tal razón, las dos estructuras se entrelazan para constituir el rol de la mujer dentro de las comunidades citadas. En palabras de Ryff (1995), podría

argumentarse que no existe un dominio total del entono ya que, a pesar de existir dos polos de desarrollo personal, se evidencia la presencia de uno, que es socialmente impuesto y que no necesariamente es de libre elección, siendo el contexto de vida incapaz de permitir de manera permanente satisfacer las necesidades subjetivas de cada una de las mujeres que los habitan.

Que un rol posea dos naturalezas o dos definiciones de carácter distinto puede generar que las mujeres cumplan una de aquellas naturalezas de manera impuesta, viéndose imposibilitadas a desarrollar sus proyectos de manera libre ya que poseen unas responsabilidades previamente asignadas que pueden evitar, ralentizar o dificultar su pleno desarrollo. Por tanto, desde una concepción democrática, las responsabilidades del hogar, deben ser compartidas.

En el caso de las niñas, se evidencia intrínsecamente una preparación hacia el rol que ocuparan al momento de convertirse en mujeres. Ahora, desde la perspectiva de Torrado (2003) “las niñas en comunidades tradicionales suelen ser preparadas y se les otorgan las herramientas necesarias para que cumplan un rol establecido dentro de las mismas” (p.59).

Con ello, es evidente que, desde su nacimiento, inicia un camino de alistamiento y educación en labores que un futuro deberán desempeñar. Lo anterior se prueba cuando en los relatos de las niñas, manifiestan que juegan un papel colaborativo dentro de sus hogares al estar encargadas de diversos oficios, como: limpieza, organización y preparación de elementos como ropa, utensilios de cocina y aseo. De igual manera, desempeñan otras funciones, como: la entrega de almuerzos a sus familiares. Según, Ryff (1995) señala que existen “elementos de crecimiento personal al ir desarrollando potencialidades y capacidades dentro de su proceso de crianza, pero es necesario exponer que dichas capacidades y habilidades que se van desplegando, no siempre son las deseadas por las niñas” (p. 108).

Por tal razón, se puede argumentar que es un crecimiento personal impuesto y condicionado a procesos activos pre establecidos. A dicha afirmación se suman dos actividades vitales en el

desarrollo integral de la infancia que son; el juego y la educación. En todos los casos observados existió un interés por las familias a que las niñas desarrollasen ambos aspectos de su vida, por lo que los relatos se direccionaron a la importancia que tenía para ellas el jugar y el ir a la escuela a aprender y compartir con sus pares. Por consiguiente, el argumento anterior también hace parte del crecimiento personal que menciona Ryff (1995) ya que les permite desarrollar una serie de características específicas tanto para su bienestar como para su futuro. Además, es importante mencionar que tanto el estudio como el juego, son avalados por los padres, lo que permite expresar que todas las niñas abordadas realizan su crecimiento personal de una manera legitimada a través de estas actividades.

Al igual que, ocurre con las mujeres, en las niñas se ve una diferenciación marcada de rol desde el comienzo ya que ellas suelen ser ocupadas en labores caseras mientras que los niños son ocupados en labores agrícolas y comerciales. En palabras de Torrado (2003), desde el nacimiento del ser humano, suelen existir divisiones y diferenciaciones de lo que es socialmente aceptable tanto en niños como en niñas, otorgándoles labores, actividades y oficios que para la comunidad encajan con las características tanto de los unos como de las otras. De igual manera argumenta, que, en las comunidades de carácter rural, a las niñas de manera habitual, se les otorgan labores hogareñas o caseras mientras que a los niños se les relega a labores agrícolas, comerciales o productivas; sin existir una negociación o intermediación a la hora de delegar tareas.

En suma, el rol de mujer y de niña dentro de las dos comunidades puede ser descrito como uno de carácter mixto, conformado por un aspecto “tradicional” que se entrelaza con un aspecto participativo y de liderazgo, siendo más notorio en las mujeres y niñas de Barragán. Dicho rol, suele estar sujeto a una inmensa presión social que aún hoy en día, puede observarse por parte de los hombres y de sectores conservadores de la comunidad, lo cual genera una coerción implícita dentro del contexto de vida de las mujeres y las niñas de los citados territorios.

La presión social que ejerce parte de la comunidad, sumada a las imposiciones que se les asignan a las mujeres y a las niñas desde sus primeros años afectan de cierto modo su bienestar psicológico, ya que como expresa Ryff (1989) obtienen condicionantes claras respecto a su desenvolvimiento en la vida. Es claro que existen avances en el rol de la mujer; se pasó de un rol netamente dedicado al hogar y a la familia, para convertirse en un rol con una mayor legitimidad a la hora de participar, liderar y tomar decisiones, sin embargo, el cambio no ha sido completo y continúan existiendo dinámicas de imposición y de rechazo hacia ciertas acciones de las mujeres, especialmente en las mujeres y niñas del corregimiento de Puerto frazada. Es por esto que, en la categoría de rol, el análisis puede arrojar que el bienestar psicológico argumentado por Ryff no es pleno, al existir elementos sociales y psicológicos que frenan el pleno desenvolvimiento de esta población en su comunidad, sin embargo, han existido avances que permiten afianzar y fortalecer las cualidades y habilidades de las mujeres a la hora de afrontar y llevar a cabo sus proyectos de vida.

Análisis de la categoría emociones de las mujeres y niñas de Barragán y Puerto Frazadas

La segunda categoría de análisis está referida a las emociones, para ello, es relevante primero que todo definir el significado tanto etimológico como conceptual de la palabra, en ese sentido, el vocablo, se origina de la raíz latina *emotio* que significa mover, reaccionar y en cuanto a su definición semántica es definida por Denzin (2009) como “experiencias corporales vivas, veraces, situadas y transitorias que impregnan el flujo de conciencia de una persona” (p. 85). Complementando lo anterior, Ryff (1989), sostiene que “las emociones han tenido un lugar de gran importancia en el estudio y conceptualización del bienestar psicológico ya que este solo puede ser entendido desde una teoría multidimensional reconociendo su importancia” (p. 52). Asimismo, dentro del vínculo emociones es fundamental definir el vocablo *eudaimonía*, el cual se origina de las raíces griegas *eu* que significa bien o bueno y *daimon* que significa voluntad,

comprendiéndose que es un estado de satisfacción personal. Para Aristóteles *el vocablo eudaimónico* va a representar el bien-estar de un sujeto, cuando se siente satisfecho de su crecimiento personal y espiritual. Como se observa en la participante, cuando expresa literalmente lo siguiente: me siento satisfecha de contar con mi familia porque ellos son mi mayor prioridad y sentirme orgullosa del lugar donde vivo” (E003). Complementando lo anterior, la participante de Barragán-Mujer señala que “Me siento orgullosa de ser una mujer del campo y ser capaz de realizar trabajos no solo del hogar sino agrícolas.” (002). De ahí que, en los trabajos de campo se observó que lo *eudaimónico*, está simbólicamente representado en el autorreconocimiento identitario tanto de las mujeres como de las niñas, de hecho, ellas se sienten orgullosas de vivir en el campo y contar con la satisfacción de la familia. En correspondencia con lo anterior, Díaz (2002), expresa que “el orgullo es uno de los sentimientos que ocupan la identidad de las comunidades campesinas; el haber nacido en el campo, haberse criado en él y ser poseedores de los conocimientos rurales hace que tengan sentido de pertenencia” (p. 43). Este caso específico no es la excepción ya que entre mujeres y niñas es unánime dicho sentimiento, evidenciándose no solo en sus respuestas sino también en su forma de responder durante la etapa de recabación de información. Para, Ryff (1995) es vital un positivo bienestar psicológico como es la autoaceptación.

De ahí que, las mujeres y niñas rurales tienen un alto nivel de conciencia a la hora de reconocerse como campesinas, dando a entender los beneficios que ha traído a sus vidas el haber nacido dentro de la ruralidad. El enorgullecerse de tal situación, genera procesos constructivos y positivos en la medida de que se sienten bien y complementadas al pertenecer a comunidades de naturaleza rural.

El segundo es la alegría y satisfacción por las conquistas en el liderazgo comunitario. La alegría es una de las emociones más reportadas (en este caso por las mujeres) debido a los nuevos

lugares que han venido ocupando dentro de sus comunidades; el florecimiento de un elemento tan vital dentro de las comunidades rurales como es el liderazgo, permitiendo que las mujeres se conviertan en elementos sociales decisivos a la hora de organizar a sus vecinos y familias. Ryff (1995) definiría la situación como consecuente a su categoría de propósito de vida. Para muchas mujeres, el liderar a su comunidad se convirtió en un propósito de vida, ya que les ha permitido marcarse metas y definir una serie de objetivos propensos a traer beneficios para ellas y sus pares. Por tal razón, las mujeres “tienen la sensación de que su vida se dirige a alguna parte, sienten que su presente y su pasado tienen significado” (Ryff, C. 1995).

De igual manera, la satisfacción se ve alimentada por elementos como el aumento de la legitimidad del rol dentro de la comunidad, el ser escuchadas y que sus opiniones sean respetadas y/o tenidas en cuenta, que su participación se percibida como constructiva y necesaria en la consecución de un fin determinado junto con el trabajo colectivo y solidario que trae consigo el liderazgo. Los elementos anteriormente mencionados dan una sensación de alegría y de utilidad, que van construyendo su propósito de vida a través del trabajo colectivo y la organización.

En tercer lugar, es el alivio, agradecimiento y alegría por participar en programas de prevención estatales. Es constante que la aplicación de programas estatales dentro de las áreas rurales no sea de alta magnitud ni de alto impacto debido a las dificultades que representa su desenvolvimiento en zonas apartadas o alejadas como lo son las rurales; por tal motivo cuando a la región llegan iniciativas estatales con asuntos de emprendimiento, prevención o promoción social, son muy bien vistas especialmente porque estas van dirigidas especialmente a las mujeres y a la población infantil. Por tal razón, el poder participar en ellas genera sentimientos de alegría dentro de las mujeres y niñas ya que no son muchas las oportunidades que tienen en su contexto de contar con tales herramientas.

Sin embargo, existen otro tipo de emociones; tristeza, miedo, frustración y enojo ante situaciones que coartan sus libertades o sus acciones. Esto se da en el caso por ejemplo de no poder avanzar o terminar procesos educativos. Se debe primordialmente a que la educación no solo sirve para la adquisición de conocimientos, la socialización o el desarrollo de la personalidad, sino que también sirve para la consecución de metas como obtener empleos especializados o iniciar un proceso académico en la educación superior. Tal fenómeno genera frustración en las mujeres y niñas, disminuyendo la posibilidad de acción de dos factores mencionados por Ryff (1995); el dominio del entorno ya que no son ellas quienes determinan la oferta y la calidad de la educación junto con el crecimiento personal, donde la educación es una herramienta fundamental al momento de desarrollar las capacidades y habilidades de los individuos.

Por otra parte, la frustración se observó también por experiencias de vulneración de derechos y por el inicio temprano de asumir responsabilidades domésticas y del campo. En este caso, fue recurrente la citación de situaciones donde las mujeres sobre todo en su infancia debieron iniciar a trabajar o a ocuparse de distintas labores que las alejaron tanto del entorno académico como del entorno social, estando relegadas al hogar. Esto evitaba que realizaran acciones propias de su edad como lo son explorar, jugar, aprender y compartir con sus pares, lo cual resultó en procesos frustrantes ya que los antecedentes evitaron que muchas alcanzaran sus objetivos. De la misma manera, el miedo fue y continúa siendo una emoción latente dentro de la población femenina en la medida de que sus acciones traigan consecuencias como castigos, alejamientos, prohibiciones o imposiciones no deseadas.

En el análisis sobre el vínculo emociones, se encontraron sentimientos tanto positivo como negativos. Ambas caras evidencian la existencia de elementos contextuales que fortalecen el bienestar psicológico y el crecimiento personal al tiempo que hay otros que reducen ambas

dinámicas, nacidos especialmente desde la tradición, como son: los castigos, las prohibiciones, las amenazas. De otro, las mujeres exponen un marcado orgullo por haber nacido en el campo y hacer parte de una comunidad rural; de igual manera el haber vivido en la región, además de aprender los diversos conocimientos de la vida se ha convertido en una herramienta valiosa en la constitución emocional de este sector poblacional. Desde la mirada de Gross (1999) “sentirse orgulloso de quien se es, de donde se viene y de lo que se ha hecho en la vida es uno de los componentes más importantes dentro de la estabilidad emocional” (p. 107), porque existe una autoaceptación personal.

También se debe mencionar que, las mujeres entrevistadas, en algún momento de su vida y especialmente en la infancia han sufrido de vulneración de sus derechos, ya que como se mencionó anteriormente, tuvieron que iniciar a trabajar desde temprana edad en labores del campo y no terminaron sus estudios, perdiendo así etapas de su desarrollo personal. Como lo mencionaba Díaz (2002) solo fue hasta los años noventa que las mujeres rurales pudieron comenzar a tomar decisiones en cuanto a sus deseos y acciones de una forma aceptada; las generaciones anteriores por su parte tuvieron que acomodarse a los requerimientos que les exigía su contexto, que consistía en trabajar y encargarse de las labores domésticas. Por tal razón, en palabras de Ryff (1995) la autonomía de las mujeres se ha visto obstaculizada y por ende su emocionalidad al verse privadas de elementos constituyentes como el juego, la educación o la socialización durante sus primeros años de vida.

En relación con lo anteriormente relatado, en la actualidad las mujeres han logrado desarrollar diferentes aspectos de su personalidad, pero aún continúan sin poder desempeñarse laboralmente dentro de la comunidad debido a la falta de oportunidades estando vedado para ellas el desplazarse a otras zonas a trabajar. La autonomía vuelve a hacer su aparición como un concepto obstaculizado dentro del contexto abordado, ya que las mujeres al no poder encontrar

fuentes de empleo en sus corregimientos buscan otros lugares como la cabecera municipal para desempeñar actividades laborales, sin embargo, por medio de la presión social se les suele prohibir la realización de dichos desplazamientos, lo cual aumenta su frustración y reduce el crecimiento personal de la mujer.

Las niñas comparten el sentimiento de orgullo de sus mayores, el pertenecer al sector rural y haber crecido en dicho contexto es un elemento constituyente de su emocionalidad; por este motivo sienten alegría y admiración hacia sus padres y hacia su comunidad. Pero también, se presentan emociones como tristeza y decepción ante algunos comportamientos de sus familiares en el proceso de la crianza; específicamente hacia los tratos y formas de castigo verbal y físico que tienen hacia ellas.

Un elemento clave dentro de la emocionalidad de las niñas, que no se presenta explícitamente en los relatos de las mujeres es la importancia de la socialización. Este es un factor clave en el desarrollo de las niñas ya que les otorga elementos sociales y cognitivos fundamentales para su edad adulta. La socialización puede ser definida como un proceso de interacción a través del cual la persona aprende e interioriza los elementos socio culturales de su medio ambiente y los integra en la estructura de su personalidad (Abad, 1993). En el caso de los territorios abordados, son la escuela y las calles del lugar los espacios más importantes para la socialización, constituyéndose en un proceso divergente al de las generaciones anteriores ya que se legitima dentro de la comunidad la importancia de que las niñas vayan a la escuela y salgan a jugar con sus amigos, dentro de ciertos límites establecidos. La posibilidad de realizar dichas actividades causa felicidad, agrado y gratitud entre las niñas; constituyendo una mejoría en su crecimiento personal.

Entre este sector poblacional, existe la idea que poseen mayores garantías para expresarse libremente, manifestando su emocionalidad de una forma mucho más libre que en épocas

pasadas. Esto ha permitido que elementos como el diálogo y la comunicación se desarrollen en el día a día de las niñas, ayudando a que puedan visibilizar sus emociones; por esto la felicidad, el enojo, la decepción, el deseo o la tristeza, entre otros pueden ser expresados por las niñas ayudando a que no solo se lleguen a acuerdos y negociaciones, sino también a que mejore su bienestar psicológico en la medida de que puede reforzar sus emociones positivas y drenar o expulsar las negativas.

Desde la perspectiva de los hombres, en la actualidad las mujeres y las niñas tienen la posibilidad de opinar de una manera libre y consensuada sus opiniones, lo que ha permitido que ellas fortalezcan su emocionalidad al lograr mayores niveles de libertad personal. Sin embargo, desde la observación dicha libertad suele estar condicionada, teniendo en cuenta que, para los hombres de las comunidades mencionadas, la mujer debe dedicarse al cuidado de los hijos y a las labores del hogar. En una línea similar, se presenta un impedimento parcial hacia la mujer, de la toma de acciones autónomas que le permitan lograr su independencia económica o desarrollar su proyecto de vida. Por tal razón, las imposiciones y condicionamientos que se ejercen por parte de algunos hombres hacia las mujeres pueden afectar directamente su emocionalidad, al truncar el desarrollo normal y natural de esta.

En definitiva, se debe indicar que la forma en que las mujeres y las niñas expresan sus emociones se ha venido transformando a lo largo del tiempo; en épocas anteriores el expresar tristeza, alegría, enojo o cualquier otra emoción podía ser recibido con hostilidad, burla o simplemente con indiferencia, más ahora se expone que dichos sectores poblacionales pueden enunciar su emocionalidad hacia un contexto más comprensivo y empático que antes. De igual manera, la emocionalidad ha venido reforzándose en la medida que la mujer y la niña rural pueden realizar las cosas que les gustan o que desean hacer de una manera más libre que antes;

este punto es importante ya que el bienestar emocional es completamente proporcional a la posibilidad de alcanzar las metas o los objetivos propuestos.

Finalmente, se debe decir que, con respecto a la *eudaimonía*, se observó en algunas de las mujeres entrevistadas un bienestar asociado a sus experiencias vitales, entre ellas: tener una familia, trabajar y participar en procesos de liderazgo en favor de la comunidad, para lograr no solo una prosperidad, sino también un bienestar humano, es decir, una visión *eudaimónica* de la vida. En palabras similares, Aristóteles, señala que “son las experienciales las que permiten valorar la vida” (p. 64) entendiéndose que la satisfacción se concibe como un asunto identitario y personal.

Análisis sobre las posturas de los autores convocados

Para realizar el análisis del núcleo problémico y las dos categorías de análisis (roles y emociones), fue necesario rastrear algunas posturas sobre el asunto en cuestión, en ese sentido, se tuvieron en cuenta las voces y perspectivas de: Ryff (1989), Díaz (2002), Seligman (1991), Kaplan (2011), Melero (2011), Gross (1999), Torrado (2003), Yamamoto y Feijoo (2007), quienes han realizado estudios afines con el tópico abordado. En correspondencia con lo anterior, Ryff (1989), centra sus estudios investigativos en el bienestar psicológico, definiéndolo como una agrupación que incluye “dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo” (p.14). De ahí que el bienestar psicológico, se relaciona con la forma en que los sujetos se enfrentan diariamente a situaciones complejas que conllevan a exteriorizar emociones de felicidad de tristeza.

Para Ryff, el bienestar psicológico se compone de seis dimensiones, entre ellas: la autoaceptación, las relaciones positivas, el propósito en la vida, el crecimiento personal, la autonomía y el dominio del entorno; que permiten evaluar y determinar la situación en que se

encuentra dicho bienestar psicológico en un individuo. En esta misma línea argumental, está Díaz (2006), quien complementa la mirada de Ryff, cuando señala que un análisis multidimensional está determinado por el funcionamiento positivo y capacidades de la persona, asimismo, se encuentra Seligman (1991) con sus aportes a la psicología positiva, quien se introduce en el estudio del funcionamiento humano a partir de múltiples dimensiones, como: la biológica, la personal. La relacional, la institucional y la comunitaria. Uno de los aportes de Seligman es que logró identificar en sus pacientes un conjunto de recursos y habilidades necesarias para equilibrar su estado emocional, en tal sentido es muy importante que las personas utilicen experiencias para mitigar problemas cotidianos. Los tres autores abordan la dimensión psicológica desde planteamientos diferentes, pero con puntos de encuentro y complementariedad.

Otro de los autores que discurren en el cuerpo argumental del documento y en la discusión es Kaplan (2011), quien parte del supuesto de que las emociones no pueden comprenderse desde una mirada reduccionista, en donde predomine solo la dimensión biológica, en tal sentido para entender las emociones es necesario vincularlas con la dimensión cultural y social, donde van hacer vitales las interacciones de un sujeto con otro, es decir, la intersubjetividad. Por tanto, las emociones para Kaplan, “se configuran mediante la percepción personal y social del cuerpo, cuya aceptación o rechazo, se determina según ciertos esquemas culturales establecidos” (p. 7). Para Kaplan, también es importante la constitución de roles dentro de un colectivo porque cada papel que cumpla una persona determinara su dimensión personal y sus interacciones con los otros. Ahora, otra de las voces que configuran la triangulación de la información es la de Melero (2011), quien se adentra en las realidades rurales, en particular, lo que atañe a la educación y las prácticas que están inmersa en dicho sistema. Asimismo, Melero, se enfoca en un discurso progresista hacia la mujer rural, de hecho, una de

sus posturas es precisamente el papel de las mujeres en el desarrollo rural. Las miradas tanto de Kaplan como la de Melero, tiene puntos de encuentro dado que en las comunidades rurales va a jugar un papel decisivo la dimensión tanto personal como social, donde el rol se constituye en un factor de distinción entre el que tiene la autoridad con respecto al que está subordinado. Otro de los autores que aborda las emociones es Gross (1999), quien ha adelantado investigaciones sobre la regulación y el control de las emociones, aspectos que van a ser decisivos en el bienestar psicológico de las personas. Según Cross, la regulación emocional es la capacidad que tiene cada individuo para manejar diversas situaciones problemáticas de una forma apropiada, entendiéndose que las situaciones adversas revisten un control de la inteligencia emocional.

Continuando con la misma línea argumentativa, se referencia la voz de Torrado (2003), quien ha realizado algunas investigaciones sobre las comunidades rurales desde una mirada sociológica. Para Torrado, la herencia cultural, va a constituirse en un factor determinante en la ideología del niño y progresivamente en su edad adulta, entendiéndose que las comunidades tienen arraigadas ciertas creencias que deben adoptar los más pequeños y seguir esas tradiciones hasta llegar a la edad adulta. Estas características se establecen a través de patrones culturales, de hecho, en los sistemas patriarcales quien tiene el poder absoluto es el hombre y los demás miembros están supeditados a la autoridad del patrón. Lo anterior, es evidente aún en las comunidades rurales, donde existe un dominio del hombre en el hogar, es decir que se instaura un sistema autocrático.

Finalmente, se tuvieron en cuenta las perspectivas de los autores Yamamoto y Feijoo (2007), quienes centran su investigación en “los componentes émicos del bienestar, entendiéndose el término “*émico*” como aquello que existe en una cultura específica. El trabajo investigativo de los autores Yamamoto y Feijoo consiste básicamente en proponer unos modelos alternativos de las necesidades universales, entre ellos: “la satisfacción subjetiva de la vida, los

recursos y los valores” (p. 17). Por su lado, los autores develan que el modelo moderno de sociedad ha traído consigo un desarrollo en el terreno de la ciencia y la tecnología. Sin embargo, el desarrollo económico global, está restringido para un mínimo sector de la población mundial, es decir que los ricos seguirán siendo ricos, por lo tanto, no se ha logrado la equidad ni mucho menos se ha podido minimizar la pobreza, también es estos países desarrollados se encuentran bajos índices de felicidad, lo que redundará en una menor salud mental conllevando a más trastornos de comportamiento. En otras palabras, “el sueño moderno no es un sueño para todos. (Yamamoto y Feijoo. 2007, p. 24).

Definitivamente, las investigaciones de Yamamoto y Feijoo (2007) develan el bajo bienestar en países desarrollados, en contraste con el alto bienestar en naciones, (mal denominadas) en vía de desarrollo, como: el Caribe y América Latina. Según los autores los componentes fundamentales del bienestar, son las necesidades, los recursos, la satisfacción con la vida, los valores y la personalidad. Ahora, para los dos investigadores, las necesidades se evalúan mediante variables latentes, de tal manera que los recursos se miden como los medios para alcanzar las metas planeadas. Seguidamente, la satisfacción de vida como concibe como la percepción de logro de las metas que la persona se propone y finalmente, los valores como guías de comportamiento compartidas por un grupo que las considera universales.

En síntesis, se debe decir que los planteamientos de los autores referenciados (Ryff, Díaz, Seligman, Kaplan, Melero, Gross, Torrado, entre otros) fueron esenciales para comprender y nutrir tanto conceptual como teóricamente la argumentación del trabajo investigativo. Ahora, uno de los autores de mayor relevancia dentro del análisis de la información fue Ryff, donde fue crucial sus planteamientos para entender todo lo concerniente al bienestar psicológico, puesto que para la autora las estructuras sociales son influyentes en el estado anímico de las personas como: la edad, el género, el nivel socio-económico, la raza y la cultura. Asimismo, para Ryff, el

bienestar psicológico está vinculado a factores biológicos. Por su lado, Seligman (2011) también fue una pieza importante para realizar el análisis de las relatorías de las mujeres y las niñas participantes, ya que son sus perspectivas se pudo comprender aspectos relacionados con el bienestar, la salud mental y la calidad de vida de las personas.

Conclusiones

A manera de conclusión, se debe decir que el objetivo general de la investigación, se cumplió de manera efectiva, dado que se pudo comprender las experiencias asociadas al bienestar psicológico a partir de los roles y las emociones en mujeres y niñas rurales del municipio de Tuluá, Valle, Ahora, dentro del proceso investigativo, se seleccionó un grupo focal a quien se le aplicó la técnica de la entrevista cualitativa para la recolección de la información, posteriormente se sistematizaron los registros y se procedió al análisis de los datos y al diseño de las matrices para la triangulación de la información, donde se tuvo en cuenta las voces de los autores, la investigadora y las participantes a partir del de bienestar psicológico asociados a los roles y las emociones. (Ryff, 2011).

Ahora bien, en cuanto al vínculo emociones de las mujeres rurales, se pudo comprender que en términos generales las participantes se sienten orgullosas y felices de reconocerse campesinas, demostrando con ello, un sentido de empoderamiento con el entorno, ya que desde la perspectiva de Ryff el medio socio-cultural es determinante en las aspiraciones personales y su condición de identidad en particular factores identitarios, como son las tradiciones y el legado cultural. Por su parte, en lo relacionado con los roles, se apreció que en algunos casos las mujeres son independientes y están dedicadas a diferentes oficios laborales, aspecto del cual se sienten libres, seguras y orgullosas. Los roles más comunes de las mujeres son las de amas de casa, trabajadoras, esposas y madres. Asimismo, se evidenció que algunas mujeres se asumen como líderes de sus comunidades. Desde la perspectiva de Seligman, el liderazgo femenino es entendido como ese modo de participación en colectivos que implica gestionar equipos y estrategias para la consecución de metas comunes.

Ahora, en lo que respecta a las emociones de las niñas, se observó que son felices con los vínculos familiares, También, se sienten satisfechas con la realización de actividades formales,

como: estudiar y ayudar en casa, al igual que, en la ejecución de rutinas informales, como: jugar con otros pares y conversar con sus amigos. Otro de los hallazgos que se develó en las relatorías es que las niñas tienen una fuerte adicción a las redes sociales, dado que la gran mayoría de ellas pertenecen a la generación *Alpha*, donde las nacidas en este tiempo tienen un apego a la tecnología a tal punto que se convierte en un medio de distracción y de socialización con otras personas, bien sea de su misma edad o mayores. De otra parte, en lo referido al *modus vivendus* de las niñas se devela que estas ejercen roles propios y roles asignados. En lo que respecta a los roles propios, las niñas se asumen conscientemente, como: hermanas, hijas, amigas y estudiantes, mientras que, en los roles asignados, protagonizan personajes en diferentes juegos de roles y funciones escolares (monitoras, representantes del curso, voceras). De igual forma, las participantes desempeñan roles que les son asignados por sus padres, caso concreto, cuidadoras y asistentes de sus hermanos menores. Incluso, en algunas ocasiones ayudan a sus padres con los trabajos del campo, más específicamente, en la recolección de cosechas y en el empaque de frutos y semillas.

En últimas, tanto las mujeres como las niñas, emocionalmente se sienten satisfechas al lado de sus familias y de su vecindad porque con otros pares expresan ideas y comparten actividades colectivas. Del mismo modo las mujeres y las niñas se sienten orgullosas con las funciones que asumen desde sus diferentes roles, en especial, contar satisfacer algunas necesidades vitales y disponer de algunos recursos para el logro de sus metas y proyectos de vida.

Referencias bibliográficas

- Abad, L. (2009). *La educación intercultural*. Universidad Complutense. Editorial Popular. Madrid, España.
- Alcaldía de Tuluá. (2016). <http://www.tuluá-vall.gov.co/informaciongeneral.shtmleconomia>. *Economía del municipio de Tuluá*. Revisado el 1 de febrero de 2021.
- Bedoya, M. (2020). *La mujer rural: Un análisis de las condiciones socioeconómicas y participación de la mujer rural en Colombia*. Universidad EAFIT. Medellín, Colombia.
- Octavio, D. (2005). *Herramientas prácticas en la investigación social moderna*. Editorial Munévar. Madrid, España.
- Biddle, B. (1966) *Teorías sobre los roles: Conceptos e investigación*. Editorial Thomas. Nueva York, Estados Unidos.
- Bogart, H. (1996). *Actitudes y acciones: fenómenos comunitarios en la República Argentina*. Editorial Fronteras. Buenos Aires, Argentina.
- Bravo, P & del Rosario, M. (2011) *Seminario internacional de mujer rural: Cambios y persistencias en América Latina*. Cepes. México D.F, México.
- Calvache, J. (2005). *La investigación una alternativa pedagógica y didáctica en la formación profesional*. Universidad de Nariño. Pasto, Nariño.
- Centro Nacional de Memoria Histórica. (2016). *Bloque Calima de las AUC*. Ed. Centro Nacional de memoria histórica. Bogotá, Colombia.
- Crider, D. (1991). *Ruralidad y buen comienzo durante la edad adulta. Datos de investigación*. Ed Alianza. Madrid, España.

- DANE. (2020). *Proyecciones de población hasta 2020*. Sistema de consulta de información censal. Departamento Administrativo Nacional de Estadística. Bogotá, Colombia.
- Díaz, D. (2002). *Situación de la mujer rural colombiana. Perspectiva de género*. Cuadernos de tierra y justicia. Instituto latinoamericano de servicios legales alternativos, ILSA. Bogotá, Colombia.
- Diez, I. (2018) *Solidaridad y participación social en la sostenibilidad del medio rural*. Universidad de Valladolid. Valladolid, España.
- Denzin, N. (2009) *On understanding emotion*. New Brunswick. Nueva Jersey; Transaction Publishers.
- Farah, M. (2003). *Mujeres rurales y nueva ruralidad en Colombia*. Cuadernos de desarrollo rural. Núm. 51. Ed. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia.
- Franco, M. P. (2009). *Factores de la metodología de enseñanza que inciden en el proceso de desarrollo de la comprensión lectora en niños Zona Próxima*, núm. 11. pp. 134-143 Universidad del Norte Barranquilla, Colombia. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=85313003009>.
- Gil, M., Izquierdo, A. & Martín, P. (2008). *La participación de las mujeres en el desarrollo rural y en el bienestar social*. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147117608008.pdf>.
- Gobernación de Valle del Cauca. (2016). *Plan de Desarrollo del Departamento del Valle del Cauca para el periodo 2016 – 2019*. Ed. Gobernación del Valle del Cauca. Cali, Colombia.
- Gross, J. (1999) *Emoción y regulación emocional*. Libros de bolsillo de la personalidad: teoría e investigación. (2ª ed). Ed. Guilford Press. Nueva York, Estados Unidos.
- Hernando, M. A. (1997) *Estrategias para educar en valores*. Ed. CCS. Madrid, España.

- Kant, I. (2003). *Filosofía teórica de 1755 – 1770*. Ed. De Cambridge de los trabajos de Immanuel Kant. Universidad de Cambridge. Londres, Inglaterra.
- Kaplan, S. (2011) *The Routledge Spanish bilingual dictionary of psychology and psychiatry* (Español / inglés). Ed. Taylor & Francis. Boston, United States.
- Kelsen, H. (1979). *Teorías alemanas de la normatividad*. Ed. Alianza. Madrid, España.
- Kreuger, R. (1991). *El grupo de discusión: Guía práctica para la investigación aplicada*. Ed. Alianza. Madrid, España.
- Melero, N. (2011). *El papel de la mujer en los procesos de participación, gestión, y transformación de la comunidad local*. Ed. Universidad de Sevilla. Sevilla, España.
- Ministerio de Agricultura. (2017). *Diagnóstico de la mujer rural en Colombia*. Disponible en: <https://www.apccolombia.gov.co/MinAgricultura-presenta-diagnostico-de-la-situacion-de-la-mujer-rural>.
- Oldman, F. (1999) *La práctica de la investigación social*. Ed. Foose. Nueva York, Estados Unidos.
- Octavio, D. (2005). *Herramientas prácticas en la investigación social moderna*. Ed Munévar. Madrid, España.
- Ospina, R. (1998). *Para empoderar a las mujeres rurales*. Misión rural, IICA, TM Editores. Bogotá, Colombia.
- Palacio, J.; Correa, A.; Díaz, M. y Jiménez, S (2003). *La búsqueda de la identidad social: un punto de partida para comprender las dinámicas del desplazamiento - restablecimiento forzado*

en Colombia. Investigación & Desarrollo, vol. 11, núm. 1, pp. 26 - 55 Universidad del Norte Barranquilla, Colombia.

Peralta, C. (2009). *Etnografía y métodos etnográficos Análisis*. Revista Colombiana de Humanidades, núm. 74. Ed. Universidad Santo Tomás Bogotá, Colombia. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=515551760003>.

Rincón, A. (1995). *Transformaciones del papel social de las mujeres*. Ed. Emakunde – Instituto Vasco de La Mujer. Bilbao, España.

Rodríguez, C (2013). *¿Qué es una emoción? teoría relacional de las emociones*. Instituto de Psicoterapia Relacional, Madrid. España.

Roberts, B. (2002). *Biographical research*. Buckingham: Open university press.

Robles, B. (2011). *La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico*. Cuicuilco. Escuela Nacional de Antropología e Historia Distrito Federal, México. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35124304004>

Romero, M. A. y Hernández, A. R. (2015). *El método etnográfico y su relación con el análisis de dominio*. Biblios, Julio Santillán Aldana, ed. Lima, Perú. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16144489005>.

Roméu, A. (1992) *Aplicación del enfoque comunicativo: comprensión, análisis y construcción de textos*. IPLAC. La Habana, Cuba.

Ryff, C. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. Journal of Personality & Social Psychology. Ed Boudner. Journal of personality & social psychology. New York, United States.

- Ryff, C. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being*. Ed. Bounder. Journal of personality & social psychology. New York, United States.
- Seligman, (2011). *Psicoterapia Positiva Aplicada*. Segunda Edición. Editorial Trillas. Barcelona. España.
- Significados. (2021) *Significado teórico del concepto de honradez*. Revisado el 25 de marzo de 2021 en:
<https://www.significados.com/honradez/#:~:text=Como%20honradez%20denominamos%20la%20cualidad,de%20la%20vida%20en%20sociedad.>
- Stone, G. (1962.) *Apariencias; Comportamiento humano y los procesos sociales*. Ed. Arnold M. Rose. Boston, Estados Unidos.
- Tajfel, H y Turner, J.C. (1986). *La teoría de la identidad social e integración del comportamiento*. Editorial. Morales y Huici. Ciudad de México, México.
- Torrado, F. (2003). *Desarrollo infantil y juvenil: infancia y adolescencia en comunidades rurales*. Ed Altaya. Madrid, España.
- Vélez, Rátiva, & Varela. (2012) *Cartografía social como metodología participativa y colaborativa de investigación en el territorio afrodescendiente de la cuenca alta del río Cauca*. Cuadernos de Geografía. Universidad Nacional. Bogotá, Colombia.
- Organización de Naciones Unidas, ONU (2020) informe sobre el tema “de igualdad de género. Informe sobre la Mujer Rural y los Objetivos de Desarrollo del Milenio. ODM (2020).
- Organización de Naciones Unidas. (2014), “en el informe sobre los escenarios de riesgo para las mujeres rurales en Colombia,

Organización de Naciones Unidas. (2018) en el informe sobre “Mujeres ONU”. Estocolmo.

Informe Técnico de la Organización de las Naciones Unidas (2018). Sobre la Alimentación y la Agricultura (2018).

Yamamoto, J y Feijoo, A. (2007). Componentes étnicos del bienestar. Hacia un modelo alternativo de desarrollo. Pontificia Universidad Católica del Perú.

Anexos

Tabla. 3.

Matriz sobre la categoría roles de las niñas entrevistadas del corregimiento de Barragán.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Qué actividades desarrollas en la casa, en la escuela y en tu comunidad?	Realizo tareas.	Ayudo en casa.	Ayudo en los oficios de la casa.	Ayudo en las labores de la casa.	Ayudo con el oficio.
¿Con qué actividades te sientes mejor?	Hacer oficio	Me gusta hablar con mi mamá.	Me gusta ir a la escuela.	Me gusto ir a estudiar.	Me gusta jugar.
¿Qué diferencias encuentras entre actividades que tienen los niños y las niñas?	Las niñas mantienen en casa. Los niños ayudan a los mayores.	Los niños juegan brusco. Las niñas somos delicadas.	Los niños hacen trabajos bruscos. Las niñas hacemos trabajos en casa.	Los niños trabajan en los cultivos y las niñas ayudamos en casa.	A los niños les toca más duro. A las niñas ayudar en casa.
¿Cómo cambian las actividades y compromisos que tienen las niñas respecto a las mujeres?	Las mujeres tienen responsabilidades en el hogar. Las niñas estudiamos.	Las mamás tienen más responsabilidades. Las niñas jugamos.	Las mujeres tienen que hacer más cosas. Las niñas estudiamos.	Las mujeres tienen más responsabilidades. Las niñas estudiamos.	Las mujeres hacen oficios y las niñas estudian.

Fuente: autor (2021).

En la tabla 3, se evidencia que las actividades que más realizan las niñas del corregimiento de Barragán, son estudiar, jugar y ayudar en los oficios domésticos, mientras que las mujeres asumen la mayor carga de responsabilidades del hogar, como: cocinar, lavar, planchar, asear, entre otros oficios cotidianos. Según, Ryff la edad y el género son variables que determinan ciertos comportamientos humanos e inciden en el bienestar psicológico. En tal sentido, se observa que la actividad de jugar está ausente en las mujeres adultas. Corroborando lo anterior, Seligman (2011), señala que “la felicidad está diferenciada con el sexo y la edad, ya que algunos estudios evidencian que las mujeres, comparadas con los varones, son más propensas a experimentar cierto grado de felicidad”. (p. 93). Ahora, analizando los resultados obtenidos en el trabajo investigativo, se visualiza que las niñas son felices cuando realizan actividades relacionadas con jugar, estudiar e

interactuar con otros pares, mientras que las mujeres se sienten felices con la realización de actividades domésticas.

Tabla. 4.

Matriz sobre la categoría roles de las niñas entrevistadas del corregimiento de Puerto

Frazadas.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Qué actividades desarrollas en la casa, en la escuela y en tu comunidad?	Colaboro en la escuela a la profesora y en casa ayudo a mis papás.	Le ayudo a mi mamá con los oficios de la casa. En la escuela comparto con mis compañeros.	Ayudo en las labores de la casa. Cuido a mis hermanos.	Cuido a mi hermanito, estudio y juego.	Ayudo a mi mamá en casa.
¿Con qué actividades te sientes mejor?	Me gusta jugar con mis amiguitas.	Me gusta mucho estar con mis hermanos.	Me gusta ir a estudiar.	Me gusta mucho estudiar.	Me gusta jugar y estudiar.
¿Qué diferencias encuentras entre actividades que tienen los niños y las niñas?	Las niñas hacemos oficios. Los niños ayudan a los mayores a trabajar.	Los niños realizan actividades de fuerza.	Los niños ayudan en los cultivos. Las niñas ayudamos en casa.	Los niños trabajan con los mayores. Las niñas ayudamos en casa.	Los niños trabajan de jornaleros. Las niñas nos quedamos en casa.
¿Cómo cambian las actividades y compromisos que tienen las niñas respecto a las mujeres?	Las mujeres cuidan a sus hijos. Las niñas estudiamos.	Las mujeres se hacen cargo de muchas cosas. Las niñas jugamos.	Las mujeres grandes les toca hacer todo lo de la casa. Las niñas estudiamos y jugamos.	Las mujeres tienen más responsabilidades. Las niñas jugamos.	Las mujeres cocinan, lavan hacen muchas cosas. Las niñas estudiamos y también ayudamos en casa.

Fuente: autor (2021).

En la tabla 4, se observan cada una de las actividades realizadas por las niñas del corregimiento de Puerto Frazadas, entre ellas, estudiar, jugar, cuidar de sus hermanos más pequeños. De acuerdo con ello, las niñas se sienten felices cumpliendo con actividades domésticas y académicas, aunque también se divierten con el juego, entendiéndose que el acto de jugar es una actividad lúdico-recreativa que permite el disfrute del tiempo libre y hace parte del bienestar psicológico y del crecimiento positivo en la edad infantil, según Ryff (1989) “existen actividades

que posibilitan el desarrollo de capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo” (p.12), de ahí que, jugar es una de las actividades más placenteras de los niños que son realizadas en el hogar, la escuela y en otros contextos.

Tabla. 5.

Matriz sobre la categoría roles de las mujeres entrevistadas del corregimiento de Puerto

Barragán.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cuáles son los roles que ocupan hoy las mujeres en la familia y la comunidad?	Somos líderes en la comunidad, y en el hogar somos mujeres y esposas.	Somos, madres, profesoras, amas de casa.	Somos mujeres independientes, emprendedoras y líderes en los hogares.	Ama de casa y una mujer trabajadora y solidaria.	Somos madres, hijas, amas de casa, trabajadoras, lideres.
¿De los roles mencionados cuáles son los que ocupa usted?	Madre y esposa.	Ama de casa y trabajo independiente.	Me identifico como mujer independiente.	Ama de casa y también trabajo.	Madre, ama de casa y trabajadora.
¿De los roles que usted ocupa, cuáles le generan bienestar?	Criar a los hijos.	Cuidar a mis hijos.		Mi trabajo porque me puedo ayudar y también ayudarle a mi hijo.	Mi trabajo.
¿Cómo siente los roles que usted ocupa, en comparación con los roles masculinos?	Estudiar y ayudar con los oficios domésticos.	Tanto las mujeres como los hombres debemos trabajar muy duro.	Los hombres son machistas y dejan las responsabilidades del hogar a las mujeres.		Todos trabajamos por igual.
¿Cómo compara los roles que tenía usted cuando era niña a los roles que tienen las niñas hoy en día?	En niñez nos toca más duro, en cambio las niñas de hoy tienen más libertad.	Las niñas de antes permanecían en casa. Las niñas de hoy no quieren estar en la casa.	Mi niñez fue sana con pequeñas obligaciones, hoy la niñez tiene mayor libertad.	En mi niñez había más prohibiciones, las niñas de hoy tienen más libertad.	Antes se ayudaba más en casa, las niñas de hoy no les gusta asumir obligaciones

Fuente: autor (2021).

En la tabla 5, se observan cada uno de los roles que asumen las mujeres del corregimiento de Barragán, donde se aprecia una ambivalencia de rol en el sentido de que aún se mantienen responsabilidades o acciones tradicionales al tiempo que ejercen responsabilidades y acciones

nuevas, con un carácter de empoderamiento. Las mujeres se asumen como líderes de sus hogares y son conscientes de que el rol de la mujer se ha transformado con el paso del tiempo. Al respecto Ryff (1989) afirma que “el proceso de adultez trae cambios generacionales y el aumento en la expectativa de vida, que están relacionados con el bienestar psicológico” (p. 7).

Tabla. 6.

Matriz sobre la categoría roles de las mujeres entrevistadas del corregimiento de Puerto

Frazadas.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cuáles son los roles que ocupan hoy las mujeres en la familia y la comunidad?	Ama de casa, trabajadora y madres.	Amas de casa y trabajadoras.	Somos mujeres inteligentes, trabajadoras, solidarias y jefes en nuestros hogares y comunidad.	Las mujeres cumplimos muchos roles como esposas, madres, hijas, trabajadoras y amas de casa.	Las mujeres somos líderes en el hogar y en la comunidad.
¿De los roles mencionados cuáles son los que ocupa usted?	Soy madre y trabajadora.	Hoy las mujeres asumen los roles de amas de casa y trabajadoras. También ayudan a la comunidad.	Mujer independiente y trabajadora.	Mi rol es múltiple porque me dedico a trabajar en el campo, pero también me dedico a los quehaceres del hogar.	Esposa, madre, hija, hermana, trabajadora independiente y líder.
¿De los roles que usted ocupa, cuáles le generan bienestar?	Mi trabajo.	Trabajar por familia y comunidad me genera bienestar.	Actuar en pro de mi bienestar.	La responsabilidad y el respeto.	Madre, me hace sentir muy bien.
¿Cómo siente los roles que usted ocupa, en comparación con los roles masculinos?	Tranquila, porque trabajo.	Las mujeres tenemos hoy más participación.	Los hombres proveen el hogar, pero las mujeres podemos trabajar.	Ambos roles son difíciles.	El rol de mujer campesina es difícil y duro.
¿Cómo compara los roles que tenía usted cuando era niña a los roles que tienen las niñas hoy en día?	En mi niñez recibí buena crianza y las niñas de hoy han cambiado.	Las niñas ayudaban en las tareas del campo.	Desde niña trabaje hoy deben las niñas estudian.	Ayudar en casa hoy las niñas tienen más participación.	En mi niñez ayudaba en oficios, las niñas de hoy tienen más libertad y derechos.

Fuente: autor (2021).

En la tabla 6, se observan los roles que ejercen las mujeres del corregimiento de Puerto Frazadas, en sus relatorías, se aprecia que tienen una auto-aceptación y lo más importante es que

se auto-reconocen como cuidadoras de sus familias, aspecto importante para su salud mental y bienestar psicológico (Ryff, 1989). Otro de los roles que las caracterizan es precisamente la responsabilidad del hogar y de su comunidad. Por su lado, las participantes expresan en sus relatos que, en la actualidad las mujeres poseen un mayor papel dentro de su comunidad, ya que pueden estudiar, trabajar y hacerse cargo de las labores del hogar, teniendo una mayor libertad de elección.

Tabla 7.

Matriz sobre la categoría emociones de las niñas entrevistadas del corregimiento de Barragán.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cómo te sientes siendo una niña rural?	Me siento bien, porque crecemos con muchos valores.	Me siento bien vivir en el campo.	Soy una niña feliz.	Soy feliz viviendo en el campo.	Me siento bien porque no me falta nada.
¿Qué emociones te generan bienestar?	Compartir con mi familia me hace muy feliz.	La tranquilidad y la libertad.	me siento satisfecha de contar con mi familia porque ellos son mi mayor prioridad y sentirme orgullosa del lugar donde vivo.	Estar bien con mi familia y salir con mis amigos.	Estar con mi familia y mis amigos.
¿Entre tus experiencias y las experiencias de tu madre o abuelas cuáles te producen mayor felicidad, miedo, enojo o tristeza?	Me causa felicidad que mi papá nos haya regalado una casa.	Felicidad cuando mi hermano está conmigo Tristeza cuando me regañan sin tener culpa.	Cuando estamos todos en mi familia reunidos, me genera mucha felicidad.	Me siento feliz cuando vienen mis familiares y me pongo triste cuando se van.	Me enojo cuando me regañan sin haber hecho nada.
¿Cómo consideras que han cambiado en el tiempo, las maneras de expresar emociones entre las mujeres de tu familia o comunidad?	Hoy las mujeres podemos hablar y participar.	Las mujeres se expresan de una sin mente, sin miedo a tener que pelear.	Pues mi abuela me contaba que anteriormente ellas no podían opinar nada y se guardaban todo para ellas.	Hoy todo ha cambiado la gente interactúa más.	Antes las mujeres se guardaban todo.

A lo largo del tiempo cómo consideras que han cambiado las formas en que las niñas y las mujeres expresan sus emociones.	Hoy tenemos la oportunidad de dialogar y tener confianza con mis hermanos y mis padres.	Hoy las niñas expresan lo que sienten, pero en ocasiones son bruscas para hablar.	para las niñas todo se volvió redes sociales, y es por ahí donde expresan lo que sienten, sin importar quien sepa, y las mujeres grandes pues se cuentan las cosas con sus amigas.	creo que podemos expresarnos como queramos, diciendo lo que sentimos, o en el modo en que actuamos.	Me gusta expresar lo que siento, cuando estoy feliz o triste.
---	---	---	--	---	---

Fuente: autor (2021).

En la tabla 7, se observan cada una de las relatorías expresadas por las niñas de Barragán sobre las emociones. Frente a ello, se evidencian sentimientos, como: la felicidad de vivir en la zona rural y de compartir con sus familias, pero también se expresan sentimientos de tristeza ante acontecimientos, como: discusiones familiares, migraciones y falta de tiempo para dedicarles a la familia. Las niñas se sienten orgullosas de vivir en el campo. Las entrevistadas consideran que en la actualidad poseen mucha mayor libertad para expresar y desarrollarse libremente que en épocas pasadas en comparación con las vivencias de sus madres y abuelas. Manifiestan también que, las dinámicas de comunicación y trato dentro de los hogares han cambiado al expresar que existe un mayor diálogo y una oportuna consecución de acuerdos entre las niñas y sus familias. Se observa, según las relatorías que existe en la actualidad una mayor libertad por parte de las niñas para demostrar su emocionalidad (felicidad, tristeza, enojo). Con respecto a ello, Seligman (2011), señala que las emociones pueden ser de felicidad, alegría, enojo, tristeza, entre otra que hacen parte de los sentimientos de bienestar y como tal son descritas como reacciones breves que típicamente se experimentan dentro de un tiempo transitorio y ocurren cuando ha sucedido algo significativo para la persona. De ahí que, las emociones se producen de forma natural y varían de acuerdo con el comportamiento que asuma cada sujeto en una determinada situación. En palabras de Yamamoto y Feijoo (2007) “los componentes fundamentales del bienestar, son las necesidades, los recursos, la satisfacción con la vida, los valores y la personalidad” (p. 19), en ese sentido, se

observa que las niñas rurales expresan su satisfacción al contar con sus familias y jugar con sus amigas y amigos, al igual que contar con algunos recursos para suplir necesidades básicas.

Tabla 8. *Matriz sobre la categoría emociones de las niñas entrevistadas del corregimiento*

de Puerto Frazadas.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cómo te sientes siendo una niña rural?	Me siento bien porque mi familia me ha criado con valores.	Me siento orgullosa de ser del campo.	Es muy especial para mi ser una mujer campesina.	Me siento bien por ser del campo.	Soy feliz viviendo en el campo.
¿Qué emociones te generan bienestar?	Salir a la calle y al campo a correr y a mirar la naturaleza me hace muy feliz.	Me da mucha alegría el poder compartir con mi comunidad y con mi familia.	Contar con mi familia porque ellos son mi mayor prioridad y sentirme orgullosa del lugar donde vivo.	Contar con el apoyo de mi familia.	Estar bien con mi familia, salir con mis amigos, eso me hace feliz y me siento tranquila.
¿Entre tus experiencias y las experiencias de tu madre o abuelas cuáles te producen mayor felicidad, miedo, enojo o tristeza?	Me da mucha felicidad poder contar todavía con toda mi familia.	Me da felicidad contar con mi familia.	Mi mayor felicidad es disfrutar de la naturaleza y escuchar las historias de mi abuela	Tener a mi familia reunida.	Cada que vienen parientes de otro lado me siento feliz.
¿Cómo consideras que han cambiado en el tiempo, las maneras de expresar emociones entre las mujeres de tu familia o comunidad?	Hoy las niñas y las mujeres podemos expresar nuestros sentimientos, mientras que antes a las mujeres les tocaba callar.	Antes, en épocas pasadas las mujeres no eran tan tenidas en cuenta ni para las decisiones del hogar, ni para la organización de la comunidad.	El papel de la mujer ha cambiado en gran medida, puesto que anteriormente las mujeres no podían decir nada.	Han sido muchos cambios los que se han visto, ahora las mujeres son más comunicativas, pero a veces no se comunican ni expresan de buena manera.	El tiempo ha cambiado, ellas expresan sus emociones como quieren.
A lo largo del tiempo cómo consideras que han cambiado las formas en que las niñas y las mujeres expresan sus emociones.	En la actualidad se puede expresar de una manera mucho más tranquila y se pueden dar ideas y opiniones a los mayores.	Las niñas pueden expresarse con mucha naturalidad y aceptación por parte de los demás.	Ahora las mujeres nos sentimos libres y con el poder de expresar todo aquello que sentimos y pensamos, pudiendo exponer ante los demás nuestras ideas de manera tranquila.	Las niñas ahora pueden expresarse libremente, pero hacen uso del internet.	Creo que podemos expresarnos como queramos, diciendo lo que sentimos.

Fuente: autor (2021).

En la tabla 8, se observa las relatorías de las niñas del corregimiento de Puerto Frazadas, referidas a las emociones. En el análisis sobre las experiencias asociadas al bienestar psicológico, se pudo evidenciar que las entrevistadas se sienten orgullosas del lugar donde viven y también, se sienten felices de contar con el apoyo de sus familias. Asimismo, las niñas participantes señalan que han existido cambios en la manera de expresar las emociones que tenían las mujeres de otras épocas, ya que antes eran obligadas a callar o a guardar silencio, pero ahora han logrado tener la posibilidad de hablar libremente y de esta manera expresar sus opiniones, sueños e ideas, siendo la socialización y la interacción comunicativa elementos claves para el bienestar de la población participante, puesto que se sienten satisfechas cuando comparten y juegan con sus amigos, además señalan que se sienten felices cuando sus familiares las visitan.

De igual forma, las niñas participantes opinan que las redes sociales han permitido ganar un espacio participativo a las mujeres porque por medio de las redes pueden chatear y conversar con amigos y familiares, es decir, que la internet se ha constituido en un recurso para que las personas encuentren con quien interactuar y poder compartir experiencias de vida, donde el autoconcepto y la autorrealización son tópicos esenciales para el bienestar psicológico. Además, se observa en las relatorías que las niñas se sienten seguras de su identidad de pertenecer a la zona rural. Para Seligman (2011) la identidad es una condición clave de la psicología positiva. En virtud de ello, la identidad permite que el individuo se reconozca a sí mismo, por tanto, la identidad está determinada por la estructura social y a su vez centrada en la pertinencia y el auto-reconocimiento colectivo. Ahora, un aspecto vital de toda persona es el arraigo a su herencia cultural y por ende a su territorio, aspecto que se evidencian en los relatos de las niñas del corregimiento de Puerto Frazadas. Desde la perspectiva de Ryff (1989) la identidad, está imbricada dentro del modelo del

desarrollo personal, más exactamente, en lo referente al dominio del entorno, razón por la cual las niñas se sienten identificadas con su comunidad.

Tabla 9.

Matriz sobre la categoría emociones de las mujeres entrevistadas del corregimiento de

Barragán.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cómo se siente usted siendo una mujer rural?	Soy muy feliz siendo una mujer del campo.	Me siento orgullosa de ser una mujer del campo y ser capaz de realizar trabajos no solo del hogar sino agrícolas.	Me siento muy bien, en el campo se vive muy rico	Me siento orgullosa de ser campesina. Me siento muy bien, en el campo se vive muy rico	Orgullosa, me siento bien y tranquila de ser del campo y ser una mujer verraca.
¿Qué emociones le generan bienestar?	Compartir con mi comunidad y con mi familia	Felicidad cuando mamá nos compraba ropita nueva, dulces y cosas.	La felicidad de mi familia, el amor que me brindan y la unión.	La alegría y tranquilidad con mi familia.	Que mi familia y conocidos estén bien de salud, tener el afecto de ellos.
¿Entre sus experiencias y las experiencias de su madre o abuelas cuáles le producen mayor felicidad, miedo, enojo o tristeza?	El alejarme de mi familia para formar mi hogar fue duro.	Me dio tristeza cuando mi mamá se fue de la casa, ya que mis padres se separaron.	Me da felicidad saber que soy madre.	La experiencia que me genero más felicidad fue el recibir a mi hijo, volverme madre y ser valorada.	Ser enviada para donde mi abuela cuando tenía 10 años.
¿Cómo considera que han cambiado en el tiempo, las maneras de expresar emociones entre las mujeres de su familia o comunidad?	Antes las mujeres eran reprimidas, sin posibilidad de expresar sus emociones.	Las mujeres antes trabajaban más que ahora, eran muy guapas.	Ha cambiado en gran medida, puesto que anteriormente las mujeres no podían expresar nada, se callaban lo que sentían por temor a que los esposos o padres las reprendieran.	Anteriormente, las mujeres no podían expresar sus emociones, ahora sí pueden hacerlo.	Anteriormente nos teníamos que reprimir lo que sentíamos, y debíamos callarnos todo, hoy tenemos mucha participación.
A lo largo del tiempo cómo considera que han cambiado las formas en que las niñas y las mujeres	Actualmente, tenemos muchas maneras de expresar nuestras emociones,	Ahora, las niñas todo lo expresan a través de sus redes sociales, y las mujeres de pronto	Actualmente, las mujeres se sienten libres y en confianza de expresar lo que sienten, pero	Las niñas expresan con sus emociones con risa y las mujeres con una sonrisa.	Hoy en día tenemos más confianza y seguridad al expresarnos, porque antes los

expresan emociones	sus	podemos reír, llorar, gritar, escribir, comentar todo lo que pasa en nuestras vidas.	se lo cuentan a otra persona.	teniendo en cuenta que no a cualquiera se le cuenta sus intimidades.	que determinaban todo eran los hombres.
-------------------------------	------------	---	----------------------------------	--	---

Fuente: autor (2021).

En la tabla 9, se observan los relatos que testimonian las vivencias y experiencias de las mujeres de Barragán. En el análisis de las emociones se pudo evidenciar que la totalidad de las entrevistadas se sienten orgullosas de vivir en el campo, reafirmando con ello, el dominio del entorno, definido por Ryff (1989) como la habilidad personal para crear entornos favorables que permiten satisfacer las necesidades de un individuo al interior de un colectivo. Otro de los hallazgos es que las participantes de manera general consideran que las mujeres de la actualidad han logrado ganar espacios de participación, al igual que expresar sus opiniones libremente, sintiéndose auto-aceptadas, aspecto que reafirma el sentimiento de libertad, el cual posibilita la capacidad para reflexionar sobre las experiencias vividas.

Otro de los hallazgos evidenciados en los relatos de las participantes es la situación contextual que ha generado que las mujeres de Barragán hayan sufrido por muchos años la invisibilización de sus derechos, en particular, la vulneración a la igualdad de género, especialmente en la etapa de la infancia, situación que se observa marcada cuando expresan que en otrora no podían exteriorizar sus sentimientos libremente y estaban obligadas a vivir silenciadas. Ahora, un aspecto referido al bienestar positivo que se evidenció en las entrevistadas, es que las mujeres barragueñas manifiestan un fuerte apego hacia sus familias, constituyéndose en un motivo de felicidad y de orgullo, sintiéndose alagadas de ser madres y poder consolidar el núcleo de una familia, para así enseñarles buenos modales a sus hijos. Según Yamamoto y Feijoo (2007) sostienen que “la familia constituye el centro de las satisfacciones en las personas” (p. 28).

Otro de los testimonios de las mujeres rurales entrevistadas, es que relatan que los tiempos han cambiado de manera vertiginosa con la irrupción de la internet, dado que las niñas de la postmodernidad exteriorizan sus sentimientos en las redes sociales y consiguen amigos y amigas a través de este medio tecnológico.

Tabla 10.

Matriz sobre la categoría emociones de las mujeres entrevistadas del corregimiento de

Puerto Frazadas.

Entrevistadas	E-001	E-002	E-003	E-004	E-005
Criterios					
¿Cómo se siente usted siendo una mujer rural?	El ser criada en el campo me da mucho orgullo.	Estoy orgullosa de ser del campo.	Es muy especial para mi ser una mujer campesina.	Me siento bien por ser del campo ya que es un ambiente tranquilo.	Soy muy feliz de haber nacido y de vivir en mi corregimiento.
¿Qué emociones le generan bienestar?	Que mi familia y conocidos estén bien de salud.	Me da mucha alegría el poder compartir con mi comunidad y con mi familia.	Mi prioridad es mi familia, teniendo en cuenta que el lugar donde vivo es un motivo de orgullo.	Haber podido criar a mis hijos, tener un trabajo honrado.	Me hace sentir completa y feliz el saber que mi familia está bien.
¿Entre sus experiencias y las experiencias de su madre o abuelas cuáles le producen mayor felicidad, miedo, enojo o tristeza?	Antes las mujeres no teníamos decisión en las cosas de la casa ni tampoco podíamos opinar de lo que pasaba a nuestro alrededor.	La experiencia más importante ha sido poder colaborar con mi comunidad en organizarnos y liderar procesos con ellos; poder ser valorada por la gente que me rodea.	Mi mayor felicidad ha sido convertirme en madre.	Me daba mucha felicidad cuando podíamos compartir con nuestros hermanos y padres, cuando ellos nos llevaban al pueblo a comer cosas diferentes.	El alejarme de mi familia cuando era niña para vivir donde unos tíos fue muy difícil para mí.
¿Cómo considera que han cambiado en el tiempo, las maneras de expresar emociones entre las mujeres de su familia o comunidad?	A mi mamá y a mis tías les tocaba hacer lo que decía el esposo, no podían opinar nada porque no eran tenidas en cuenta.	Antes, en épocas pasadas las mujeres no eran tan tenidas en cuenta ni para las decisiones del hogar, ni para la organización de la comunidad, pero se puede ver que las mujeres ahora somos más	El papel de la mujer ha cambiado en gran medida, puesto que anteriormente la mujeres no podían decir nada y tenían que estar supeditadas a lo que dijeran los hombres.	Han sido muchos cambios los que se han visto, ahora las mujeres son más comunicativas.	En la actualidad, las mujeres tenemos la posibilidad de expresarnos de todas las maneras posibles, sin necesidad de ser juzgadas y hablar de todo lo que ocurre y lo que sentimos.

		organizadas y escuchadas.			
A lo largo del tiempo cómo considera que han cambiado las formas en que las niñas y las mujeres expresan sus emociones	Han cambiado mucho porque antes había que quedarse callada o no decir nada, pero ahora las mujeres podemos expresarnos.	Las niñas pueden expresarse con mucha naturalidad y aceptación por parte de los demás.	Ahora las mujeres nos sentimos libres y poder expresar todo aquello que sentimos.	Las niñas ahora pueden expresarse libremente pero hacen uso del internet y de otros elementos que las distraen de la realidad.	Las niñas de hoy se expresan más libremente.

Fuente: autor (2021).

En la tabla 10, se observan los relatos de las mujeres de Puerto Frazadas sobre sus experiencias asociadas al bienestar psicológico, donde para ellas es un orgullo vivir en el campo en compañía de sus familias, aspecto que deja entrever su sentido de empoderamiento por la zona rural, al igual que el dominio del entorno. Según Ryff (1989) el entorno juega un papel mediador entre el bienestar de las personas con su comunidad, de hecho, la totalidad de las mujeres entrevistadas consideran que la vida en el campo es más tranquila que la urbana y que trabajar en las diferentes labores agrícolas se constituye en una apuesta hacia su desarrollo personal. Algunas investigaciones en el terreno de la Psicología Comunitaria demuestran que la gran mayoría de personas que residen en zonas rurales, se encuentran satisfechas no solamente en lo que respecta a su salud mental, sino también en su grado de bienestar.

Asimismo, las entrevistadas consideran que en el tiempo actual las mujeres cuentan con mayor apertura y receptividad, ya que pueden expresar sus sentimientos sin el prejuicio de ser silenciadas o discriminadas como ocurría en otras épocas, donde el machismo y la hegemonía patriarcal terminaba invisibilizando las voces de las mujeres campesinas. De igual forma, las participantes en sus relatos manifiestan que las niñas de hoy son más expresivas y que ese cambio se debe a las redes sociales. Ahora, los hallazgos muestran que la felicidad, son las emociones más marcadas en la población, en especial cuando la participante E-03, expresa “me siento feliz de

contar con una familia”, con ello se parte de la premisa que en la actualidad no solamente existe un mayor reconocimiento a la emocionalidad de las mujeres rurales, sino que también a su organización social en cuanto a liderazgo y a su sentimiento de expresión dentro de los colectivos. Comprendiéndose que la comunicación, al igual que la expresión posibilitan exteriorizar sentimientos o ideas y supone una parte vital de cada persona. Incluso las formas de expresión permiten la interacción comunicativa tanto con los miembros de la familia como con los vecinos de la comunidad. El entorno es considerado como ese medio que posibilita la proximidad con otros y otras, es decir, que desde las interacciones se construyen lazos empáticos y afectivos.