

I. INTRODUCCIÓN

1. Descripción General

Los roles sexuales son un patrón de conductas establecidas en una sociedad para el hombre y la mujer (Farré en Enciclopedia de la psicología, 2003). También son considerados como las creencias y actitudes individuales acerca de los comportamientos esperados para ambos géneros en nuestra sociedad (Fitzpatrick, Salgado, Suvak, King y King, 2004).

Sin embargo, las actividades consideradas adecuadas para el hombre y la mujer son diferentes en cada cultura (Coon, 1999). En la cultura mexicana la visión del hombre está asociada con el prototipo del rol instrumental. Por otro lado a la mujer se le relaciona con actividades encaminadas al rol expresivo (Díaz-Loving y Rocha, 2005).

El término *androginia* es un concepto utilizado para describir a los individuos que presentan características de comportamiento masculinos y femeninos (Bem, 1984 en Norlander, Erixon y Archer, 2000).

El *bienestar psicológico* es la forma en que una persona evalúa los retos de su vida como: perseguir metas significativas, desarrollar un crecimiento personal y el establecer lazos afectivos con otros (Ryff, Keyes y Shmotkin, 2002).

En diversos estudios se ha encontrado evidencia de que la androginia tiene una relación positiva con factores como adaptabilidad, creatividad, flexibilidad y bienestar psicológico (Vander Zanden, 1986; Coon, 1999; Marsh y Byrne, 1999).

Por lo anterior, esta investigación pretende comprobar que la existencia de androginia influye positivamente en el bienestar psicológico de los jóvenes.

2. Roles sexuales

Un *rol sexual* es el patrón favorecido de comportamiento esperado de los individuos, con base en su género (Coon, 1999).

Los roles se forman debido a la influencia que tienen las diferencias sexuales y físicas en las habilidades y actitudes. También se forma por las creencias compartidas en una sociedad acerca del comportamiento esperado para los hombres y para las mujeres. Esto provoca que cada género desarrolle diferentes habilidades, actitudes, comportamiento social y emociones (Wood, Rhodes y Whelan ,1989).

Anselmi (1998), define a los roles de género como las prescripciones y creencias social y culturalmente establecidas acerca del comportamiento y emociones de hombres y mujeres.

Por su parte, Simpson y Stroh (2004) han definido los roles como normas sociales que señalan cómo, cuándo y dónde las emociones deben ser suprimidas o expresadas.

El rol de género es considerado como las creencias y actitudes individuales acerca de los adecuados roles para el hombre y la mujer; es como cada quien juzga los comportamientos y características adecuados para el hombre y la mujer en nuestra sociedad (Fitzpatrick, Salgado, Suvak, King, y King, 2004). Son características de comportamiento previamente establecidas en una sociedad destinadas para ser realizadas por un hombre o una mujer, según sea el caso.

Según Vander Zanden (1986), “los roles sexuales dependen de las definiciones sociales y de los significados socialmente construidos. Las cuestiones vinculadas con los roles sexuales proceden con frecuencia de las definiciones que

establecen hombres y mujeres en torno de conductas que conforman los estereotipos vigentes.”

Las diferencias anatómicas entre hombres y mujeres sirvieron de base para la asignación de *roles sexuales*; conjunto de expectativas en que deben comportarse los miembros de cada sexo (Ibíd.).

El rol de género es el conjunto de comportamientos que están asociados con uno u otro sexo (Farré en Enciclopedia de la psicología, 2003). Las normas adjuntas a estos roles, están asociadas con un sistema de expectativas sociales (Ibíd.). El rol es un comportamiento coherente con el sexo al que se pertenece, es todo lo que una persona dice o hace y que expresa a los demás o a sí mismo de su género (Ibíd.).

Los estereotipos de los roles sexuales son creencias simplificadas y sostenidas acerca de cómo son los hombres y las mujeres (Coon, 1999). Los roles sexuales tienden a dictar cómo nos comportamos (Ibíd.). Un estereotipo de género es un conjunto esquematizado de creencias acerca de las características y comportamientos esperados del hombre y la mujer (Stainton y Stainton, 2000).

De acuerdo con Díaz-Loving y Rocha (2005), “los estereotipos parecen inamovibles y delimitan el conjunto de creencias y prescripciones sobre el significado que tiene ser hombre y ser mujer en una cultura determinada”.

Según Barra (2004), actualmente ha habido un incremento en la importancia que le han dado las ciencias sociales a la temática de género y un factor determinante es las diferencias individuales en la orientación del rol sexual, la cual es una variable individual en actitudes y comportamientos.

La distribución de los roles sexuales se puede observar en todas las sociedades históricas y prehistóricas. Antiguamente fue usada como medio de organización a través de diversas disposiciones, restricciones y prohibiciones que cada época o región determinó si era conveniente para su desarrollo (Vera, 1987).

Eagly (1987,1997; en Myers, 2000) propone que la influencia social en la infancia está orientada hacia una división por género en el trabajo.

Bem (1993) menciona que las mujeres están mas motivadas en el cuidado de los niños que los hombres, y no sólo por un “instinto materno”, sino por la *división sexual del trabajo* que siempre ha situado a las mujeres y niñas en una condición de contacto y a los hombres y niños en una condición de no-contacto.

Las sociedades de todos los tiempos han hecho una división sexual del trabajo que ha separado a los sexos en dos grandes grupos sociales, ya que hubo trabajos que se consideraron *femeninos*, como las labores domésticas o de cuidado, y otros *masculinos*, como trabajos que impliquen fuerza física (Vera, 1987).

Ahora existen mujeres pilotas, ingenieras, astronautas, ejecutivas, científicas y hombres niños, enfermeros o secretarios (Christen, 1991). Sin embargo, aún existen estereotipos de género en el trabajo, que consideran “trabajos de hombre” y “trabajos de mujer” como concepción social mas allá de que existan diferencias en las habilidades físicas o mentales (Archer, 1995).

Las actividades que se consideran apropiadas para hombres o para mujeres varían en diferentes culturas (Coon, 1999). Ya que la cultura tiende a moldear nuestra conducta en diferentes sentidos; existen culturas con organizaciones patriarcales y otras matriarcales.

Según Vander Zanden (1986) “Lo que en una sociedad se considera el comportamiento masculino normal, puede ser considerado comportamiento femenino normal en otra.” Sin embargo, según Edwards (1991, en Myers, 2000) en todos los países las chicas dedican mas tiempo ayudando con el cuidado de la casa y los niños, y los jóvenes pasan mas tiempo en actividades externas. Asimismo, según el informe de las Naciones Unidas en 1991, “las mujeres hacen la mayor parte del trabajo doméstico” (Myers, 2000).

De acuerdo con Vera (1987), el introyectar estas conductas sexuales estereotipadas se lleva a cabo a través del *condicionamiento educativo*, la presión del medio ambiente, el peso del consenso social, las costumbres y tradiciones morales y religiosas (Ibíd.). En algunos casos extremos de *transgresiones sexuales*, por medio de la *represión* y el castigo o la exhibición pública del culpable, la prisión y la pena de muerte según el grado de agresividad de cada época o sociedad (Ibíd.).

En diversos estudios (Hayes y Mahalik, 2000 en Rochlen y Mahalik, 2004), se encontró que existe una correlación positiva entre: conflicto en la identidad de género y distress psicológico, depresión, ansiedad, baja autoestima y probablemente consumo de alcohol y problemas en la carrera.

De acuerdo con Kohlberg (1966, en Yunger, Carver y Perry, 2004), la identidad de género es cuando una persona reconoce que pertenece a un género y no al otro. Bem (1981, en Yunger et al., 2004) afirma que la identidad de género es el grado en que una persona asume la presión social para ajustarse a su género.

La interiorización de los roles sexuales empieza inmediatamente después del nacimiento de una persona (Coon, 1999). En el momento en el que nace y es presentado como hombre o mujer en la sociedad sus padres, familiares y amigos le tratarán de acuerdo a su sexo.

En la formación de la identidad de género los años mas importantes son de los dos a los seis años (Vander Zanden, 1986). Alrededor de los tres años, el niño se reconoce como niño o niña (Egan y Perry, 2001) y puede decir con bastante exactitud el sexo de otros (Vander Zanden, 1986)

A la edad preescolar los niños pueden relatar y diferenciar claramente las actividades estereotipadas para cada sexo; las niñas juegan a tender camas, a la casita y los niños juegan con cochecitos, pistolas, etcétera (Maccoby, 1974).

A los cuatro años puede designar correctamente el sexo de las personas y también muestra un indicio de comprender que el sexo no cambia a lo largo de la vida (Vander Zanden, 1986).

A los seis años, la identidad sexual del niño ya está consolidada y comienza a comportarse de distinta manera según sea su género (Ibíd.). Este aprendizaje no tiene que ver sólo con el aspecto biológico, sino con el aspecto ambiental, familiar, social y educativo.

Egan y Perry (2001) proponen un modelo de cinco factores que influyen en la identidad de género:

- a) El conocimiento de pertenencia a un género;
- b) Sentir compatibilidad con los miembros de su grupo;
- c) La presión social para comportarse con el estereotipo de su género;
- d) Las actitudes que toma la persona hacia ambos géneros.

Existen tres teorías sobre la adquisición de la identidad del género: la de modelos de aprendizaje, la cognitivo-evolutiva y la de interacción biosocial (Farré en Enciclopedia de la Psicología, 2003).

La *teoría del aprendizaje* supone que las diferencias de género se adquieren por imitación del modelo de los adultos y por la recompensa que el niño recibe al realizar el comportamiento considerado socialmente adaptativo (Ibíd.).

De acuerdo con Vander Zanden (1986) la teoría del aprendizaje social se basa en el condicionamiento, producto del refuerzo selectivo. Los niños que siguen el modelo de comportamiento de su mismo sexo, son reforzados (Ibíd.). Tanto niñas como niños “son elogiados y retribuidos por los adultos y sus pares cuando realizan conductas que éstos consideran, en general, adecuadas a su sexo y en cambio se les ridiculiza y castiga si se apartan de dichas conductas normales y recaen en otras que se estiman inapropiadas.”

En el caso de la niña, se le recompensa el hecho que sea delicada, tierna, que juegue a las muñecas, a la comidita, los cuales representan el rol social de la mujer (Farré en la Enciclopedia de la Psicología, 2003). Al niño se le recompensa que sea fuerte, emprendedor, activo, que juegue a las pistolitas, a los coches y se le castiga cuando llora (Ibíd.).

En su libro “Psicología del Mexicano” (1994), Díaz-Guerrero concluye que en México los niños han sido guiados a desempeñar actividades de acuerdo con su género como jugar a los soldaditos, pistolas, cascos, caballitos, espadas ya que esos son los juguetes que les compran sus padres. Las niñas son orientadas hacia desarrollar actividades que mas tarde serán sus labores del hogar y la maternidad. Asimismo este autor señala, que la educación pública en México se dedicó en

algún tiempo a enseñar a los niños talleres orientados para que fueran “más típicamente hombres” y a las niñas para que fueran “mas típicamente mujeres”. O sea que no sólo en la casa eran promovidas estas actividades, también eran parte de las obligaciones escolares.

Sin embargo, los comportamientos recompensados o castigados por los padres, están determinados por la sociedad y los cambios de tipo ideológicos y culturales respecto al concepto de hombre o mujer (Farré en la Enciclopedia de la Psicología, 2003).

En un estudio realizado por Lobel (1994) en niños de quinto y sexto grado de primaria, en el que se les enseñaban unos videos en los cuales un niño de once años jugaba fútbol, en otro saltaba la cuerda y en otro jugaba cartas; se encontró que al niño que jugaba fútbol le atribuyeron la mayoría de características masculinas, además de considerarlo mas popular que el niño que jugaba a la cuerda o cartas. Esto nos demuestra que los niños a esta edad ya han interiorizado que existen ciertas actividades características del género masculino.

La *teoría cognitivo-evolutiva* está relacionada con los procesos de pensamiento del niño, con su percepción del medio ambiente. Por ejemplo, un niño menor de tres años considera a una persona hombre o mujer dependiendo del largo de su pelo o de su vestimenta. Según esta teoría, el niño se comporta siguiendo el modelo que ha observado de los adultos para adaptarse a su identidad de género, lo hace porque se siente seguro con el rol que el niño cree que le corresponde y no por la recompensa que obtenga de los adultos (Farré en la Enciclopedia de la Psicología, 2003).

Las normas culturales en México han sido determinadas por el impacto de los mensajes que transmiten los medios de comunicación (Díaz-Loving y Rocha, 2005). Los niños están expuestos diariamente a largas horas frente al televisor y de esta forma interiorizan en cierta medida, los roles sexuales.

Por último, la *teoría de la interacción biosocial* supone que la identidad sexual se integra por factores biológicos, psicosociales y de aprendizaje (Farré, 2003). Los factores psicosociales, como se han mencionado anteriormente son aquellos que determina la sociedad para cada rol sexual. El factor de aprendizaje se da por observación e imitación del comportamiento de los adultos según su género.

De acuerdo con Barra (2004) “El concepto de rol sexual alude a lo que tradicionalmente se ha llamado masculinidad y feminidad, y se refiere a las expectativas sociales acerca de las características de personalidad y las conductas mas apropiadas para cada sexo.”

2.1. Feminidad y Masculinidad

Las palabras “feminidad” y “femineidad” han sido empleadas como sinónimos. En este estudio se usarán indistintamente de acuerdo con cada autor.

Los términos masculinidad y feminidad han sido distinguidos como la manera estereotipada de examinar a los hombres y mujeres; como estudio de las diferencias y similitudes por género en habilidades cognitivas, atributos de la personalidad y comportamientos sociales; y como la identidad de género y auto reportes de masculinidad y feminidad (Anselmi, 1998).

Se establecieron casilleros para cada sexo de acuerdo a *arquetipos* de “*femineidad*” y “*masculinidad*” prefijados a los que debieron ajustarse todos los seres nacidos mujeres y los nacidos varones (Vera, 1987).

Pastor (1996), afirma que la bipolarización de las categorías masculino-femenino tiene su origen en una observación tradicional basada en la naturaleza biológica, comprendida básicamente en la función reproductora.

Confundir estos roles sexuales con la naturaleza femenina y masculina es un error muy difundido y fomentado; por eso es necesario separar los *caracteres sexuales naturales* (biológicos y fisiológicos) que son inmodificables e intransferibles, de los *artificiales*, adquiridos a través de la educación basada en los modelos establecidos por cada sociedad (Vera, 1987).

Según Coon (1999), existen conductas esperadas y promovidas, específicas de la mujer como que sea sean sensibles, expresivas, emotivas, dependientes, tiernas, conformistas, intuitivas, pasivas y emocionalmente interesadas de manera “natural” en la crianza de los niños. Estas características las podemos definir como *comportamientos expresivos* u orientados a la emoción (ibid).

En diversos estudios se ha demostrado que las mujeres son mucho más expresivas que los hombres, sin embargo esto no quiere decir que los hombres no experimenten las mismas emociones (Kring y Gordon, 1998).

Por otra parte, a los hombres se les fomenta que desarrollen *comportamientos instrumentales*, es decir, dirigidos a una meta como el ser conquistadores, fuertes, activos, dominantes, controladores, competitivos,

confiados, auto afirmativos, lógicos y poco emotivos, que controlen sus emociones y se preparen para el mundo del trabajo (Coon, 1999).

La expresión de enojo y agresión son generalmente vistas como aceptables para los hombres pero no para las mujeres (Crick, 1997; Hart, De Wolf y Burts, 1993 en Simpson y Stroh, 2004). Contrario a esto, las emociones como calidez y alegría son consideradas como adecuadas para la mujer (Eder y Parker, 1987; Graham, Gentry y Green, 1981 en Simpson y Stroh, 2004).

Lo anterior no quiere decir que los hombres no puedan ser intuitivos o sensibles, ni que las mujeres no puedan ser asertivas y dinámicas, sino que algunas características prevalecen o son mas conscientes en un sexo o en otro (Lara, 1993).

Norlander et al. (2000), han sugerido que los conceptos de masculino y femenino, empleados en los tests de roles de género sean cambiados por los términos de *instrumentales* y *expresivos* respectivamente.

En la cultura mexicana la visión del hombre está asociada con el prototipo del rol instrumental; “actividades productivas, encaminadas a la manutención y provisión de la familia, caracterizándose por ser autónomo, orientado al logro, fuerte, exitoso y proveedor” (Díaz-Loving y Rocha, 2005). Mientras que a la mujer se le relaciona con “actividades afectivas encaminadas al cuidado de los hijos, del hogar y de la pareja, así como la posesión de características tales como la sumisión, la abnegación y la dependencia”(Ibíd.).

Hay labores u oficios realizados principalmente por mujeres, como las azafatas de quienes se espera que expresen emociones positivas como entusiasmo y calidez mientras que supriman las emociones negativas (Hochschild,

1983 en Simpson y Stroh, 2004). Por otra parte, los hombres vendedores de boletos generalmente demuestran mas emociones negativas que positivas (Sutton, 1991 en Simpson y Stroh, 2004).

Existe una diferencia en los intereses vocacionales de hombres y mujeres los cuales son influenciados por muchos factores como las habilidades, educación, clase social y personalidad (Holland, 1992 en Lippa, 1998).

En un estudio realizado (Loori, 2005) se encontró que los hombres prefieren las habilidades lógico matemáticas mucho mas que las mujeres.

Fasteau (1974, en Vander Zanden, 1986) afirma que estos estereotipos afectan en casi todos los aspectos de la vida de un hombre ya que al tener la necesidad de mostrarse fuertes y controlar sus emociones, suele tornar superficiales las relaciones entre hombres. Asimismo, se ha encontrado (Knobloch, Solomon y Haunani, 2002 en Rochlen y Mahalik, 2004) que los hombres que expresan sus emociones mantienen sanas relaciones.

A pesar de que la mayoría de las mujeres desean que el hombre sea sensible, Espejel (1988, en González, 1988) señala que en terapia cuando hay un hombre con la capacidad de expresar sus sentimientos, muchas veces la mujer se lo impide. Esto puede mostrarnos un poco acerca de la interiorización de los roles sexuales en hombres y en mujeres dependiendo de cada cultura.

Siguiendo con la línea masculina, Anaya (1987, en González, 1987) hace referencia a la presión que sienten muchos hombres, en México, por parte de las mujeres que aún piensan que el hombre de sus sueños debe ser un "macho".

Quick, Murphy y Hurrell (1993) afirman que existen sociedades femeninas y masculinas. Algunas de las sociedades principalmente masculinas son Japón,

Austria, Venezuela, Italia, Suiza, México e Irlanda. Por otra parte algunos países que presentan una sociedad más femenina son Costa Rica, Yugoslavia, Chile, Portugal, Tailandia, entre otros.

De acuerdo con Pastor (1996) “Desde la polarización de características, como, por ejemplo: razón-intuición, pensamiento-sentimiento, fortaleza-debilidad, público-privado, subjetivo-objetivo o activo-pasivo, asociadas a un sexo u otro, se justifica la asimetría intersexos”. Por lo tanto se consideran, por ejemplo, el deseo de autonomía y poder como comportamientos inapropiados para la mujer, y los sentimientos de vulnerabilidad, dependencia y afecto por el mismo sexo como inadecuados para el hombre (Ibíd.).

Según Marañón (en Enciclopedia Práctica de Psicología, 1990) la feminidad es una etapa entre la adolescencia y la masculinidad. Y la masculinidad es la etapa final en la evolución sexual. Menciona que para dejar de ser niño y transformarse en hombre, todo hombre pasa por una etapa de feminidad, y que toda mujer ve al final de su evolución que su feminidad se debilita y que surgen indicios de masculinidad.

Farré (en la Enciclopedia de la Psicología, 2003) menciona que “cada individuo sea cual sea su sexo, puede situarse en un punto de una escala de masculinidad –femineidad, que se halla compuesta por ítems cuya frecuencia de elección o grado de rechazo son muy diferentes para las mujeres y los hombres, sea cual sea el signo de la diferencia.”

2.2. Androginia

El evento mas significativo en la evolución del estudio de los roles sexuales ha sido el desarrollo del concepto de androginia (Anselmi, 1998).

Androginia es una palabra griega (Heilbrun, 1973 en Bem, 1993) que se refiere a Uno que contiene Dos; al hombre “andro” y a la mujer “gyne” (De Diego, 1992).

Andrógino significa literalmente “hombre-mujer”. Sin embargo esto no tiene nada que ver con los androides, hermafroditas, la asexualidad, preferencia sexual ni cambio de sexo; en realidad se refiere a *tener rasgos femeninos y masculinos* como características psicológicas y de comportamiento según los roles de género vistos anteriormente.

El concepto de androginia fue introducido por Jung al describir que una parte de la integración de la personalidad se da cuando la persona toma conciencia de sus áreas femeninas y masculinas (Lara, 1993).

Antes de la época de 1970, que fue cuando tomó fuerza el movimiento feminista, el concepto de rol de género en una persona podía ser masculino o femenino pero no ambos (Signorella y Jamison, 1986).

Posteriormente, muchas psicólogas feministas, entre ellas Sandra Bem, empezaron a cuestionarse acerca de la problemática causada por los roles sexuales rígidamente estereotipados.

Ya en 1971, Bem hizo investigaciones del concepto de androginia y en 1974 desarrolló el Inventario de Roles Sexuales de Bem (IRSB) en el cual combinó una lista con 20 rasgos masculinos, 20 rasgos femeninos y 20 rasgos neutros (Bem, 1993). En aquél entonces, Bem consideraba a las personas

andróginas como las que obtenían un nivel balanceado de respuestas masculinas y femeninas sin discriminar si el nivel era alto o no. Sin embargo, Helmreich (1978, en Hall y Taylor, 1985) afirma que además de existir un balance de respuestas, éste debe ser alto para ser considerada una persona andrógina.

Las personas andróginas han sido definidas de dos maneras: como aquellas que tienen un autoconcepto que incorpora las definiciones culturales de masculinidad y feminidad; y como personas que en su autoconcepto no intervienen las definiciones culturales de lo apropiado para cada género (Bem, 1993).

Bem propuso que las personas masculinas y los andróginos deberían desempeñar bien las actividades masculinas; igualmente las personas femeninas y las andróginas deberían realizar bien las labores femeninas (Signorella y Jamison, 1986).

Según la definición de Farré (en Enciclopedia de la Psicología, 2003) androginia es la combinación de características psicológicas tradicionales masculinas y femeninas presentes en una misma persona.

Vander Zanden (1986) señala que las personas que pueden expresar sus emociones sin prestar atención a los estereotipos sexuales, pueden ser andróginos.

Money (1977, en Vander Zanden, 1986) encontró que el “embrión humano tiene una bisexualidad potencial. Algunas conductas muy generales resultan programadas en el feto por la proporción relativa de hormonas sexuales que reciben en las bifurcaciones críticas durante su evolución.”

Por su parte, Corbella (en Enciclopedia práctica de la Psicología, 1990) asegura que fisiológicamente no existen hormonas exclusivamente masculinas (andrógenos) ni exclusivamente femeninas (estrógenos), ya que existen en ambos géneros pero en diferentes proporciones.

Todo ser humano presenta, originalmente, características de comportamiento masculinas y femeninas. Sin embargo, en la infancia, la sociedad se encarga de reforzar las conductas propias de su sexo y de bloquear las características del sexo contrario. Con todo esto se puede predecir que cualquier persona puede lograr un nivel relativamente equitativo de características femeninas y masculinas, y puede llegar a ser conscientemente andrógino.

Sin embargo, actualmente existen aún muchos tabúes en nuestro país respecto a los roles sexuales y lo que es correcto para una mujer o un hombre. Bourdieu (2000) menciona que las mujeres se ven en una disyuntiva porque si actúan como hombres, creen que pierden sus atributos femeninos, pero si actúan como mujeres se muestran incapaces e inadaptadas.

Según Barra (2004), la masculinidad y feminidad pueden darse en mayor o menor proporción en cualquier persona, sea hombre o mujer. Esta idea bidimensional de masculinidad y feminidad es la que ha dado lugar al concepto de androginia, el cual se refiere a tener en un nivel similar características femeninas y masculinas (Bem, 1974, 1981; en Barra, 2004). Por lo tanto, cualquier persona puede ser ubicada como masculina, femenina o andrógina según la prevalencia de características masculinas y femeninas.

3. Bienestar Psicológico

Al consultar la literatura, encontré que el *bienestar psicológico* es conocido también como *bienestar subjetivo*, *salud mental*, *felicidad*, *bienestar*, *calidad de vida*, entre otros... Para efectos de esta investigación consideré todos estos conceptos para tener una perspectiva más integral.

Keyes (2002; 2005) define *salud mental* como un conjunto de síntomas de hedonismo, funcionamiento positivo, vitalidad emocional y sentimientos positivos hacia la vida de uno mismo.

Según el Diccionario de psicología (1982), *bienestar* es el “estado de salud y prosperidad general experimentado por un individuo, o estado inconsciente (señalado por un tono afectivo agradable) que lo acompañe.”

Según Griffin, (1986 en Moreno, 2003) *bienestar* es el grado en que se encuentran presentes y satisfechas las necesidades básicas.

Coon (1999) señala que las personas que experimentan una sensación de *bienestar*, habitualmente presentan relaciones de apoyo con los demás, realizan un trabajo que les sea significativo y viven en un ambiente agradable.

Según Lightsey (1996 en Coon, 1999), las personas sanas alcanzan un estado positivo de bienestar. Mantener el *bienestar* es una labor de toda la vida. Las personas que alcanzan el nivel esperado de bienestar son sanas física y psicológicamente, mantienen un pensamiento positivo, muestran flexibilidad emocional, son optimistas y seguras de sí mismas.

Dasgupta (2001) menciona que existen dos formas de medir el *bienestar*. Una es estudiando los componentes (salud, felicidad, libertad). La otra es

valorando la disponibilidad de los elementos físicos determinantes del bienestar, tales como comida, ropa, agua potable, seguridad.

Históricamente el *bienestar* ha sido determinado por dos componentes: el hedónico y el cognitivo. El componente hedónico (o también llamado afectivo por Diener, 2000) se refiere al balance emocional positivo sobre el negativo en las experiencias cotidianas. Por otra parte, el componente cognitivo tiene que ver con las evaluaciones de satisfacción vital y autorrealización (Updegraff, Gable y Taylor, 2004).

De acuerdo con Maslow (en Coon, 1999) y su jerarquía o pirámide de las necesidades humanas, es necesario primero cubrir nuestras necesidades básicas (fisiológicas, amor y pertenencia, seguridad, autoestima) para poder satisfacer las necesidades de crecimiento o autorrealización.

El término de *bienestar subjetivo* surgió en la época de 1950 con la necesidad de encontrar indicadores de calidad de vida que sirvieran para investigar los cambios de la población y mejorar la política social (Land, 1975 en Ryff, Keyes y Shmotkin, 2002). Se llegó a la solución de llamarla *bienestar subjetivo*, las iniciales en inglés son conocidas como SWB de subjective well-being (Diener, 2000).

El *bienestar subjetivo* se refiere a la percepción y evaluación que cada sujeto hace acerca de su calidad de vida (Keyes, 2002; 2005), es un proceso cognitivo de juicio y atribución (Schwarz y Clore, 1983; Tversky y Griffin, 1991 en Ryff et al., 2002) la cual no siempre coincide con la evaluación concreta y objetiva realizada desde el exterior (Anguas, 2000 en Marmolejo, 2004).

Los determinantes del *bienestar subjetivo* han sido asociados con factores hereditarios (Lykken y Tellegen, 1996 en Ryff et al., 2002), de personalidad (McCrae y Costa, 1994 en Ryff et al., 2002), condiciones de vida (Veenhoven, 1991 en Ryff et al., 2002) y el acceso a la información (Schwarz y Strack, 1999 en Ryff et al., 2002).

Es obvio que el *bienestar* es el resultado de experimentar mas emociones placenteras y pocas emociones desagradables. Sin embargo, Bradburn (1969 en Ryff y Keyes, 1995) sugiere que el *bienestar* está compuesto de sentimientos positivos y negativos y que la *felicidad* es el balance de ambos.

Otros autores han incluido otro factor como componente del *bienestar subjetivo*: la *satisfacción con la vida* (Andrews y Withey, 1976; Diener, 1984; Diener y Larsen, 1983 en Diener, Wolsic y Fujita, 1995). Ésta se refiere a la percepción acerca de la distancia que existe entre las aspiraciones de un individuo y su situación actual (Campbell, Converse y Rodgers, 1976 en Ryff et al., 2002).

Los autores Diener, Suh, Lucas y Smith (1999) definieron *bienestar subjetivo* como un amplio concepto que incluye cuatro componentes específicos:

- a) Sentimientos positivos o bienestar positivo (dicha, euforia, alegría, orgullo)
- b) Sentimientos negativos o *distress* psicológico (culpa, pena, tristeza, ansiedad, preocupación, depresión)
- c) Satisfacción con la vida (evaluación global de la vida)
- d) Situaciones satisfactorias (trabajo, familia, ocio, salud, finanzas)

Por extraño que parezca, tanto los afectos placenteros como los desagradables son componentes generales del *bienestar* (Diener, 2000).

De acuerdo con la teoría de adaptación de Parducci (1995 en Diener, 2000), cuando un sujeto únicamente experimenta eventos altamente placenteros se encontrará en desventaja ya que al vivir otras experiencias positivas, no podrá percibir las de la magnitud que representan, debido a que no tiene el punto de comparación que tendría si hubiera experimentado alguna experiencia desagradable.

Aunque anteriormente se consideraba al término *felicidad* como sinónimo de *bienestar*, actualmente se puede concluir que el *bienestar subjetivo* involucra muchas facetas y que debe ser evaluado con reportes emocionales, cambios fisiológicos, memoria, reacciones, comportamiento y expresiones emocionales (Diener et al., 1999). Sin embargo, todavía se usa coloquialmente el término *felicidad* para referirse al *bienestar psicológico*.

Respecto a la *felicidad*, Dasgupta (2001) menciona que sólo es un estado de ánimo, pero no es lo mismo que bienestar; es decir, una persona puede experimentar la felicidad en algún momento mas no sentir bienestar psicológico general. En contraste, Bradburn (1969, en Ryff et al., 2002) afirma que la *felicidad* es la reflexión de experiencias inmediatas.

Asimismo Diener (2000), comenta que una persona se considera feliz cuando experimenta estados de alegría la mayor parte del tiempo, sin embargo él considera que esto no necesariamente es sinónimo de bienestar.

Por su parte, Lang y Heckhausen (2001) indican que un individuo se siente feliz y satisfecho cuando cree que puede lograr sus metas y retos cotidianos exitosamente.

Ryan y Deci (2001 en Ryff et al., 2002) organizan el *bienestar* en dos términos generales: uno que tiene que ver con la *felicidad* (bienestar *hedónico*) y otro que tiene que ver con el potencial humano (bienestar *eudaimónico*).

La palabra *felicidad* fue tomada como traducción de la palabra griega *eudaimonia*, la cual representa al mayor de los logros del ser humano: ser feliz (Ryff, 1989). Sin embargo, Waterman (1993) define a la palabra *eudaimonismo* como una teoría que lleva a la gente a vivir de acuerdo con su *daimon* o su verdadero ser. Esta teoría proviene de la filosofía helénica clásica (Ibíd.). El *daimon* se refiere al potencial de cada persona, su realización, la mayor satisfacción de vivir de acuerdo con la capacidad que tiene cada quien (Ibíd.). Esto incluye dos potenciales: el que comparten los seres humanos como especie y los potenciales únicos y que distinguen a una persona individualmente (Ibíd.). El vivir de acuerdo con el *daimon*, es lo que se considera como *eudaimonia* (Ibíd.).

A la *felicidad*, Waterman (1993) la define como el conjunto de experiencias *hedónicas*. El placer *hedónico* representa la vivencia de sentimientos placenteros, acompañado de la satisfacción de las necesidades fisiológicas, intelectuales o sociales (Ibíd.).

Ryan y Deci (2000) consideran que cuando las necesidades básicas (fisiológicas o psicológicas) son satisfechas, producen salud y bienestar psicológico y si no son satisfechas producen patología y malestar. También proponen que existen tres necesidades básicas que deben ser satisfechas en todo ser humano: competencia, autonomía y necesidad de relacionarse. Si un sujeto satisface estas necesidades experimentará bienestar o *eudaimonia*. Estas tres

necesidades, señalan los autores que son universales pero la manera de satisfacerlas y expresarlas cambia de una cultura a otra.

Ryff et al. (2002), describieron una clara diferencia entre *bienestar subjetivo* y *bienestar psicológico*. El *bienestar subjetivo* lo relacionan con el bienestar hedónico porque incluye indicadores de bienestar y una evaluación cognitiva de satisfacción vital. Por otra parte aseveran que el *bienestar psicológico* comparte algunas características con el bienestar eudaimónico como el crecimiento personal y el propósito en la vida.

En cuanto a la evaluación que realiza una persona, el *bienestar subjetivo* refiere a una valoración global del individuo respecto a sus sentimientos y su calidad de vida; mientras que el *bienestar psicológico* examina los retos de la vida como perseguir metas significativas, desarrollarse y crecer personalmente y el establecer lazos afectivos con otros (Ibíd.).

El *bienestar psicológico* se compone de las dimensiones placenteras o hedónicas en los sentimientos de una persona (Russell, 1980; Russell, Weiss y Mendelsohn, 1989 en Wright y Cropanzano, 2000).

Un aspecto que influye en la percepción del *bienestar psicológico* en un sujeto es la situación o eventos actuales que le acontecen.

Según Fernando (1991 en Beattie, Gott, Jones y Sidell, 1993), existen grandes diferencias respecto al concepto de bienestar y malestar psicológico en cada cultura, dependiendo del nivel político y económico del país. Afirma que en los países de tercer mundo no existen suficientes recursos para que todas las personas tengan una vida digna. Por esta razón es muy diferente la concepción de

bienestar que posee una persona que habita en un país de tercer mundo; en comparación con alguien que habita en uno de primer mundo.

Rosenberg (1979 en Ryff y Essex, 1992) afirma que la manera como los individuos obtienen conclusiones acerca de su carácter, habilidades y competencias se deriva de la observación de su comportamiento. Estas auto observaciones son parte del proceso por el cual los individuos le otorgan sentido a sus experiencias de vida (Ibíd.). La manera en la que cada persona percibe sus experiencias es lo que va a determinar su *bienestar psicológico*.

El *bienestar psicológico* se compone de tres características. En primera instancia es un evento fenomenológico, es decir, las personas están felices cuando creen subjetivamente que lo son (Diener, 1994; Parducci, 1995 en Wright y Cropanzano, 2000). La segunda característica es que involucra condiciones emocionales: las personas con bienestar psicológico presentan mas emociones positivas y menos negativas (Argyle, 1987; Diener y Larsen, 1993; Larsen y Diener, 1992; Warr, 1987, 1990 en Wright y Cropanzano, 2000) La tercer característica es que es una evaluación global (Diener, 1994; Myers, 1992; Veenhoven, 1988 en Wright y Cropanzano, 2000).

Por otra parte, el *bienestar psicológico* también es definido en términos del funcionamiento psicológico de un individuo y su efectividad general (Gechman y Weiner, 1975; Jamal y Mitchell, 1980; Martin, 1984; Sekaran, 1985 en Wright y Cropanzano, 2000).

Ryff (1989; Ryff y Keyes, 1995) describe seis dimensiones como componentes del *bienestar psicológico*:

- a) autoaceptación que es tener actitudes positivas hacia uno mismo, tener conocimiento acerca de muchos aspectos de sí mismo incluyendo cualidades y defectos y aceptarse, por último el estar conforme acerca de su pasado;
- b) relaciones positivas con otros que implica el tener relaciones cálidas y de confianza, preocuparse por el bienestar de otros, la capacidad de amar, sentir empatía, identificación y afecto hacia otro ser humano y tener amistades profundas;
- c) autonomía incluye la determinación, la independencia, la autorregulación de la conducta, la capacidad de resistir a la presión social y poder pensar y comportarse como desea, evaluarse a sí mismo según estándares personales;
- d) dominio del ambiente es la capacidad que tiene cada persona de escoger o crear un ambiente de acuerdo con su condición psicológica, necesidades y valores y aprovechar las oportunidades que se le presenten;
- e) propósito en la vida requiere establecer metas, ser productivo, creativo y tener dirección hacia el logro del propósito vital, sentir que su presente y pasado tienen sentido;
- f) crecimiento personal es cuando la persona tiene la sensación de un continuo desarrollo, está abierto a nuevas experiencias, es la capacidad para crecer y trascender. Es la necesidad de actualizarse y realizarse.

Por su parte, Bauer y McAdams (2004) sostienen que las metas intrínsecas que involucran el crecimiento personal, la felicidad, relaciones significativas y contribuciones a la sociedad, producen *bienestar*.

Existe un grupo de psicólogos que se han enfocado a observar las razones o circunstancias en las cuales una persona puede experimentar *felicidad* o *bienestar psicológico*, en lugar de estudiar el sufrimiento e infelicidad de la humanidad (Diener, 1984; Jahoda, 1958, en Ryff, 1989)

Seligman y Csikszentmihaly (2000) señalan la importancia de que la psicología actual, le de una importancia primordial a la salud mental, conocer cómo las personas están bien a pesar de encontrarse en situaciones tan difíciles. Proponen una psicología conocida como “positiva” que se enfoca en analizar y promover el bienestar psicológico y no exclusivamente en estudiar la psicopatología.

4. Androginia y Bienestar psicológico

Una persona andrógina, al tener características femeninas y masculinas, está más capacitado para desenvolverse en diferentes aspectos de la vida cotidiana.

De acuerdo con Vander Zanden (1986), las personas andróginas son más flexibles al enfrentar situaciones nuevas y están menos limitados en su manera de expresarse.

Al considerar que los rasgos de masculinidad y feminidad pueden presentarse en una persona, surge la hipótesis de que las personas andróginas presentarían un mayor ajuste personal y mejor salud mental (Lara, 1993).

La psicóloga norteamericana Sandra Lipsitz Bem cree que nuestra sociedad requiere flexibilidad sobre los roles sexuales; que “es necesario que los hombres sean gentiles, compasivos, sensibles y condescendientes, y que las mujeres sean

fuerteres, seguras de sí mismas, independientes y ambiciosas, de acuerdo con la situación” (Coon, 1999), es decir, que existan mas personas andróginas.

Bem se dispuso a hacer estudios acerca de los roles sexuales, los cuales han demostrado una correlación positiva entre androginia, adaptabilidad y satisfacción personal, entre otras. Mostró que los individuos andróginos son mas adaptables y que se sienten menos entorpecidos por las imágenes del comportamiento “femenino” o “masculino” (Ibíd.).

Bem declaró que los andróginos son más flexibles en su comportamiento y que pueden desempeñar labores masculinas y femeninas sin complejos (Dimitrovsky, Ilan y Yinon, 1989). Además presentan mayor motivación en sus actividades y alta autoestima en comparación con las personas que presentan una estructura estereotipada o rígida en su rol de género (Baldwin, Stevens, Critelli y Russell, 1986).

Aunque anteriormente se asumía que la salud mental requería que los hombres fueran masculinos y las mujeres femeninas, ahora se ha sugerido que para tener una salud mental todas las personas deberían tener características femeninas y masculinas (Bem, 1993).

Con el transcurso del tiempo, cada vez ha sido más necesario que las mujeres desarrollen una parte independiente y fuerte, y muchos hombres se han visto en la necesidad de participar en las labores del hogar. Estos cambios apuntan hacia una mejora en las relaciones interpersonales sobre todo en la familia.

Spence y Helmreich (en Vander Zanden, 1986), encontraron que los hombres andróginos son mejores padres, tienen mayor autoestima y una mayor

motivación para las realizaciones personales. De acuerdo con Bem (1993) esto se debe a que las puntuaciones altas en “femineidad” son características de personas que tienden a presentar mayor intimidad social con los demás y más felicidad en el matrimonio sin importar si se es hombre o mujer.

Devereux (1989) destaca que una triste prueba de la ceguera de la humanidad es el que los seres humanos no hemos sabido acoplarnos a la existencia de los dos sexos ya que es inevitable su reciprocidad. Es decir, el hecho de no interiorizar la masculinidad y femineidad en cada persona nos está “cegando” o limitando el paso hacia una mejoría.

Bem (1975, 1981 en Coon, 1999) encontró que cuando los roles sexuales son rígidos llegan a impedir el comportamiento, sobre todo en el caso de los hombres. Ella sostiene que los hombres *masculinos* tienen enormes dificultades para expresar cordialidad, alegría y preocupación.

Según Ashton y Fuehrer (1993 en Coon, 1999) a los hombres *masculinos* les es difícil aceptar el apoyo emocional de los demás, sobre todo de las mujeres. Por el contrario, a las mujeres *femeninas* les cuesta trabajo ser independientes y asertivas (Ibid).

Ickes y Barnes (1978 Vander Zanden, 1986) comprobaron en un estudio que las parejas compuestas por un hombre “masculino” y una mujer “femenina” manifiestan mayor incompatibilidad y tensión que en las que uno o ambos miembros son andróginos.

Al asumir el rol sexual de acuerdo con lo que dicta la sociedad existen ventajas y desventajas ya que se puede ser muy competente en algunos aspectos y tener deficiencias en otros.

De acuerdo con Coon (1999) tener rasgos “masculinos” y “femeninos” tiene ventajas, ya sea en hombres o en mujeres. “Las personas andróginas son más flexibles cuando se trata de afrontar situaciones difíciles, tienden a estar más satisfechas con su vida y tienen un equilibrio más adaptativo.” (Ibíd.). Esto se debe a que ejercen capacidades instrumentales y expresivas; esto les permite mejorar su vida y sus relaciones (Ibíd.).

Norlander, Erixon y Archer (2000) encontraron que los individuos andróginos eran más creativos que los individuos masculinos o femeninos. Ellos mencionan que puede ser por el hecho de presentar características psicológicas femeninas y masculinas y que no se limitan por los estereotipos de género.

De igual forma, Marsh y Byrne (1991) señalan que los sujetos con niveles altos de masculinidad y feminidad (andróginos) son socialmente más efectivos y tienen un mejor autoconcepto.

Diversos estudios (Taylor y Hall, 1982; Whitley, 1983, 1985 en Signorella y Jamison, 1986) han mostrado la relación positiva entre puntajes altos en masculinidad y feminidad (androginia) y valores altos en salud mental.

Los aspectos mencionados anteriormente como autoestima, autoconcepto, motivación, madurez, mayor satisfacción con la vida, satisfacción marital, comportamiento flexible o adaptativo son componentes del bienestar psicológico.

Sin embargo, no todos los estudios realizados han comprobado que la androginia genere un mayor bienestar psicológico que los sujetos masculinos o femeninos.

En diversas investigaciones se encontró que la masculinidad, en hombres y mujeres, era un determinante para el bienestar psicológico y no la feminidad o la

androginia (Bernard, 1980; Kelly y Worrel, 1977 en Zeldow, Clark y Daugherty, 1985; Orlofsky y O'Heron, 1987).

Hall y Taylor (1985) no encontraron resultados que concluyeran que la androginia produce bienestar, ya que no se obtuvo una diferencia significativa entre el bienestar de los sujetos andróginos y los no-andróginos.

Por otra parte, Choi (2004) encontró que los sujetos andróginos y masculinos tienen una mayor autoeficacia que los femeninos e indiferenciados. Estos son, de acuerdo con Bem, los sujetos que obtienen un puntaje bajo en masculinidad y en feminidad.

Se ha observado que los adultos que presentan características instrumentales y expresivas (consideradas también como masculinas y femeninas respectivamente) así como los sujetos hombres y mujeres que presentaron sólo características instrumentales (masculinas) presentan una mejor adaptación social (Aube, Norcliffe, Craig y Koestner, 1995; Spence y Hall, 1996; Whitley, 1983, en Egan y Perry, 2001).

5. Planteamiento del problema

El propósito de la presente investigación es detectar el nivel de androginia en estudiantes de la Universidad de las Américas Puebla, para conocer la relación con el bienestar psicológico. De existir una relación, saber en qué medida influye la androginia en el bienestar psicológico.

La pregunta de investigación es: ¿Existe una relación entre el nivel de androginia y bienestar psicológico?

La hipótesis general es que a mayor nivel de androginia, mayor nivel de bienestar psicológico en estudiantes.

Debido a las diferencias culturales que existen con respecto a los roles sexuales y para evitar confusiones; en la presente investigación se tomarán en cuenta las características masculinas y femeninas tradicionales de nuestra cultura, utilizadas en el instrumento creado y validado en México (Inventario de Masculinidad-Femineidad IMAFE de Lara, 1993).

De los estudios realizados hasta el momento, en los cuales algunos han comprobado y otros han rechazado la hipótesis de esta investigación, en su mayoría han sido efectuados en Estados Unidos y no existe suficiente evidencia de otras publicaciones realizadas en México.

Por lo tanto, resulta interesante conocer si es positiva la relación entre androginia y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos.