

## EL SENTIDO DE VIDA EN MADRES SOLAS

**Deyanira Aguilar**

**Belem Medina**

**Reina Martínez**

*Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo  
Morelia, Michoacán, México.*

### Resumen

Julieta Lujambio (2007), usa el término de madre sola para referirse a las mujeres que hoy día se hacen cargo sin el apoyo de una pareja, de sus hijos y de su hogar esto puede ser por: ser viuda, se casó legalmente y se separó o divorció, vivió en unión libre y se separó, es mamá soltera, optó por la inseminación artificial o por la adopción. Estas representan un 20.5%, lo que equivale 8.2 millones, de las cuales, menos de la mitad recibe pensión alimenticia. La mayoría de ellas llevan a cabo actividades en ambientes distintos: el doméstico, el laboral y ser madre, generando que su desempeño a la perfección sea una tarea imposible (Fuentes, 2001). Sin embargo, la madre sola pretende erróneamente creerse la mujer maravilla y busca cumplir las expectativas que impone la sociedad, este perfeccionismo puede desencadenar en un desequilibrio mental y espiritual (Lujambio, 2007). El problema de esto, es que en determinados momentos de la vida estas expectativas no se pueden cumplir, generando la falta de sentido de vida, ante esto Frankl (1991), refiere que este sentido es el propósito que tiene cada persona para enfrentar su propia condición de vida, aunque esto le represente un reto. Es por todo ello la realización de la presente investigación, la cual se realizó desde la metodología cualitativa y bajo el enfoque fenomenológico, para ello se realizó una entrevista semiestructurada y un grupo focal a 8 mujeres: 3 divorciadas, 2 viudas, 2 separadas y 1 madre soltera, todas con un trabajo remunerado económicamente. El objetivo de dicha investigación fue: analizar de qué manera se conforma el sentido de vida de las madres solas a cargo de su hogar. Dentro de los principales hallazgos se encontró que ellas se consideran autosuficientes, se sienten orgullosas y satisfechas por el trabajo remunerado que generan, aunque este representa también una dificultad por el poco tiempo que disponen para estar con sus hijos. Respecto a lo que conforma su sentido de vida se encuentra: el amor a sí misma, el amor a sus hijos y el trabajo remunerado económicamente. Entre los logros y metas personales que ellas reconocen, se encuentra el tener valor para separarse de su pareja y el sentirse capaces de mantener un trabajo que les otorga solvencia económica y da como resultado salir adelante sola con sus hijos, lo cual les hace sentir orgullo y satisfacción. Para Zicavo (2006), no se nace siendo padres y madres, sino que se deviene en tales mediante una construcción personal basada en lo que la familia, la sociedad y las pautas culturales nos van depositando en nuestras historias personales, es decir, en el proceso de apropiación de la cultura, lo que implica un gran reto en la actualidad, ya que hay un marcado incremento de mujeres, que se hacen cargo de su hogar solas, las mismas que se encuentran inmersas en la sociedad que demanda día a día cubrir las necesidades de su familia.

**Palabras clave:** Sentido de vida; madre sola; rol genérico; mujeres.

### Abstrac

*Julieta Lujambio (2007), uses the term mother alone to refer to women who today are in charge without the support of a partner, your children and your home this can be: it being a widow, she is legally married and separated or divorced, lived cohabiting and separated, is a single mom, she chose artificial insemination or adoption. They represent 20.5%, which equals 8.2 million, of which less than half receive alimony. Most of them carry out activities in different environments: domestic, labor and motherhood, generating their performance to perfection is an impossible task (Fuentes, 2001). However, the single mother mistakenly believed intended Wonder Woman and seeks to meet the expectations imposed by society, this perfectionism*

*can trigger a mental and spiritual imbalance (Lujambio, 2007). The problem with this is that at certain times of life these expectations can not be met, generating the meaninglessness of life, before this Frankl (1991) refers to this sense is the purpose of each person to face their own living conditions, although this will be a challenge. It is for all conducting this investigation, which was conducted from the qualitative methodology and under the phenomenological approach, to do a semi-structured interview and a focus group 8 women performed: 3 divorcees, 2 widows, 2 separate, 1 single mother, all paid work financially. The objective of this research was to: analyze how the sense of life of single mothers in charge of your home complies. Among the main findings it was found that they are considered self-sufficient, are proud and satisfied mainly by paid work they generate, but it also represents a difficulty for the little time available to spend with their children. Regarding what shapes their sense of life is: love themselves, love their children and paid work financially. Among the achievements and personal goals that they recognize, is the courage to separate from their partner and feel able to keep a job that gives them financial solvency and results cope alone with their children, which makes them feel pride and satisfaction to. Zicavo (2006), was not born parents, but becomes in such through a personal construction based on what the family, society and cultural patterns are deposited us in our personal histories, ie, in the process of appropriation of culture, which implies a great challenge today, as there is a marked increase in women who take care of their single home, same that are embedded in society that demands daily meet the needs of your family.*

**Keywords:** Sense of life; single mother; gender role; women.

## Introducción

Desde la antigüedad se ha atribuido a la madre el cuidado de los hijos y el hogar, aunque actualmente la mujer sale a trabajar, sigue teniendo a cargo el cuidado de los hijos. Se ha observado que este cambio favorece la independencia de la mujer, pues cada vez son más las mamás que no cuentan con el apoyo de una pareja para encargarse de los gastos de su hogar y la crianza de los hijos. Julieta Lujambio (2007) propone el término “mamá sola” para este grupo de mujeres, ya que son diversas las razones por las cuales se encuentran solas, puede ser porque están divorciadas, porque están separadas pero no divorciadas, porque son viudas, o son mamás solteras quienes se caracterizan por no haber convivido nunca con el padre de su hijo, también están las mujeres que están solas por elección, quienes decidieron optar por la adopción o la inseminación artificial, un último sector, que son las mamás que se hacen cargo de su hogar porque el esposo o pareja están lejos de casa por cuestiones de trabajo (padres periféricos). Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2014), se menciona que hoy en día la mujer se constituye como un pilar fundamental para los hogares y la economía de nuestro país, pues de más de 40 millones de mujeres mayores de 15 años, el 70% son madres, de las cuales el 44% desempeñan alguna labor productiva con remuneración económica y un 98% la combina con quehaceres domésticos.

Del 20.5% de las mujeres que son madres, 8.2 millones, son mamás solas las cuales se encargan de la crianza y manutención de sus hijos, de este porcentaje, solo menos de la mitad recibe pensión alimenticia por parte de padre de sus hijos (Lujambio, 2007). De acuerdo con estos datos, cada vez es más común apreciar que las mamás se incorporan a la actividad económica, la cual compagina con su rol tradicional de madre y ama de casa.

Son diversas las actividades que lleva a cabo la mujer que está a cargo de sus hijos, lo que puede llegar a ocasionarle posible incertidumbre sobre su desempeño como mamá o descuido consigo misma. Estando inmersa en la sociedad demandante, puede haber dificultad para encontrarle sentido a todo lo que hace, ante esto, la logoterapia propone hacer un alto y reflexionar sobre la vida, el

porqué de las cosas, llegar a establecer prioridades o reconocer lo que es significativo, lo que da sentido a la vida.

### **Objetivos**

El objetivo general que rige esta investigación es: Analizar de qué manera se conforma el sentido de vida de las madres solas a cargo de su hogar.

Los objetivos específicos son:

1. Analizar la vivencia de las mujeres que están a cargo de sus hijos y que tienen un trabajo remunerado económicamente.
2. Identificar si los logros y metas alcanzadas están orientadas al sentido de vida.
3. Identificar los elementos que conforman el sentido de vida en estas mujeres.

### **Marco conceptual**

#### **La mujer y madre contemporánea**

La sociedad está acostumbrada a estigmatizar el rol de la mujer y el hombre, como si se tratara de un reglamento a seguir, pero no desde una perspectiva de una ley o regla política, sino que va implícita en las prácticas sociales, que culturalmente se consideran adecuadas e incluso morales, aunque parece ser solo un seguimiento de pautas del que al final no es fácil desprenderse, ya que esto implica la desaprobación de la sociedad como una forma de control (Butler, 2006). Para Zicavo (2006), no se nace siendo padres y madres, sino que se deviene en tales mediante una construcción personal basada en lo que la familia, la sociedad y las pautas culturales nos van depositando en nuestras historias personales, es decir, en el proceso de apropiación de la cultura.

En el sentido sociocultural, el género se define como: conjunto de creencias, rasgos de la personalidad, actitudes, valores, conductas y actividades que diferencian a hombres y mujeres. Tal diferenciación es producto de un proceso histórico de construcción social, desafortunadamente estas diferencias implican desigualdades y jerarquías entre ambos (Burin, 1998 citado en Bautista, 2013).

Burin y Meler (1998, citado en Bautista, 2013), mencionan que la identidad femenina tiene su origen en la identificación con su madre y su cercanía, la cual consiste en adquirir rasgos difusos de personalidad, conducta, actitudes y valores de la madre o mujeres cercanas, por lo tanto, lo que enfatiza es la relación de cercanía, intimidad y afectividad, en sí, elementos específicos del rol maternal. Aunque en la adolescencia hay una crisis de identidad por la necesidad de identificación con otras figuras femeninas, los roles son los mismos.

En la actualidad la mujer contemporánea vive presionada por las diversas actividades que lleva a cabo, en dos ambientes distintos: el doméstico y el laboral, cuando la mujer tiene un trabajo remunerado económicamente se enfrenta a muchos retos, pues dentro de la sociedad se tienen estereotipos que se relacionan con esto. Por ejemplo, se piensa que la mujer trabaja para hacer un aporte secundario a su hogar, cuando cada vez son más las mujeres que son las principales o únicas que se encargan de mantener el hogar, que no se deben contratar mujeres porque al casarse o embarazarse abandonan el trabajo o que se enferman mucho y por lo tanto faltan al trabajo. La mujer por lo tanto tiene que buscar la manera de sobresalir y dejar ver que lo anterior no es la realidad,

aunque ante la igualdad de educación, experiencia y trabajo, la mujer se enfrenta a una discriminación de género en diversos aspectos laborales (Hyde, 1995). Aunado a esto la mujer cree que la sociedad le demanda que cumpla todas sus responsabilidades de una manera excelente, es decir, que sea “buena mamá”, que sea trabajadora y que se encargue del hogar, con el riesgo de poder olvidarse a sí misma. Aunque Fuentes (2001) menciona que cuando la mujer piensa en sí misma no puede evitar sentir culpa, pues al parecer lo que establece la norma social es que la mujer deje de ser ella misma a partir de que se convierte en madre, cuando en realidad la mujer tiene la necesidad y el derecho de ser ella misma, de tener una identidad y un proyecto de vida. Sin embargo la decisión siempre entrará en manos de la misma mujer, dejar de ser y de sentirse la mujer-objeto que vive por y para los demás (Del Moral, 2000).

En cuanto a las mujeres que están a cargo de sus hijos el índice más alto de madres solas son mujeres divorciadas y separadas, les siguen las madres solteras que son las que no convivieron nunca con el papá del hijo, le siguen las viudas, las madres solas por elección, quienes optaron por la adopción o la inseminación artificial y por último las esposas de padres periféricos, que es cuando el padre se ausenta por largo tiempo, que corresponde al 20.5 % de las mujeres que son mamás (INEGI 2014). De esta totalidad, más de la mitad no reciben ningún tipo de apoyo económico del padre de sus hijos y el mayor temor por parte de la madre es educar sola a los hijos, pensando en la carencia afectiva o descuido por tener que salir a trabajar. Pese a que cada vez se presentan más casos de este tipo, la sociedad sigue viendo como algo anormal a la familia monoparental, es decir, la que está compuesta solo por uno de los padres con sus hijos, pues se percibe como deficiente, con independencia del *status* socioeconómico. Sin embargo, tras diversas investigaciones se puede considerar que hay bajo riesgo patológico, más bien parece que por la cultura, la sociedad se niega a aceptar que no es un sistema incompleto o irregular (Walters, Carter, Papp y Silverstein, 1991).

Un posible sesgo en resultados de diversas investigaciones es que parten de la premisa de que la familia nuclear es el modelo familiar más viable y que todo niño requiere de los dos progenitores para estar bien, por ello apoyan un deterioro en la fibra moral de la sociedad, ruptura de valores y una amenaza para la crianza de los niños de este tipo de hogares. Esto parece indicar que valen más los prejuicios, pues cuando la mujer sale a trabajar, los hijos no se quedan a la deriva, muchas veces son los abuelos, un familiar cercano, o las guarderías quienes se encargan de ellos. Cuando una mujer decide quedarse en casa al cuidado de los hijos, ya sea porque cuenta con pensión alimenticia, una pensión por viudez o que su familia la apoya económicamente, resulta que esta mujer es una perezosa, dependiente, irresponsable e incluso mantenida (Walters *et al*, 1991). Desde este punto de vista la mujer que ahora es trabajadora, madre y ama de casa, enfrenta un reto al tratar de equilibrar estos roles. Se debe confiar en que paso a paso la mujer tendrá más apertura en el mundo laboral y se dejen de lado los prejuicios y estereotipos que hagan más fácil el doble rol que la mujer está llevando a cabo en la actualidad, que apoye a compaginar con más facilidad las labores del hogar, el ser madres y el trabajo remunerado económicamente.

### **La búsqueda del sentido de vida**

El sentido de vida es el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado, por eso es necesario buscarlo, pues no se da con el hecho de existir y no se debe buscar un sentido abstracto a la vida, pues cada uno tiene en ella su propia misión que cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto. Pues cada individuo pasa por diferentes situaciones de la vida y estas

deben representar un reto a superar (Frankl, 1991). Cuando se nos pregunta por nuestra vida solo cada uno de nosotros podemos responder y esto respecto a nuestra propia vida, solo cuando hemos sido responsables podremos contestar. Hablar de sentido de vida es ir más allá de metas materiales, de anhelos, en ocasiones se piensa en el tipo de vida que se quiere, cuáles son las cosas que nos harían sentir bien o en otro término, aunque un tanto trivial; qué nos hace feliz. El problema de esto, es que en determinados momentos de la vida estas metas no se pueden cumplir y se produce la frustración existencial sintiéndonos víctimas del destino. Para Frankl (1985), “el sentido no puede ser dado, si no ha de ser encontrado” (p.100); y para ello ha de hacer uso de tres elementos: la libertad de la voluntad, lo que implica que el hombre es libre de afrontar y elegir su destino; la voluntad de sentido para considerar la vida como una misión e ir más allá de placer y del tener (una voluntad de sentido mal lograda genera frustración y vacío, que no solo daña a la persona, también a los que la rodean) y por último el sentido de vida como tal, que si no encuentra, la persona puede caer en el vacío existencial manifestándose sobre todo en el aburrimiento con el que viven. Hay autores que han llegado incluso a afirmar que los suicidios deben atribuirse en última instancia al vacío interior que responde a la frustración existencial.

Joseph Fabry (2003) menciona que hay cinco caminos para el encuentro de un sentido de vida en la exploración de áreas específicas. Son recursos del espíritu humano y con los cuales todos contamos. La diferencia es el uso de dichos recursos entre cada ser humano.

- 1.- El Autodescubrimiento: Cuanto más se conoce sobre el ser real, detrás de las máscaras que se usan como protección, mayor sentido se puede descubrir.
- 2.- La Elección: Implica ampliar la perspectiva de la vida, visualizando más alternativas de elección analizando las ventajas y desventajas que representa, el punto clave es que la elección no debe afectar a terceros ya que puede originar conflictos y sentimiento de culpa. También debe ser una elección libre y responsable.
- 3.- La Unicidad: Es parte de la esencia humana y un recurso del espíritu para la búsqueda del sentido de vida, en situaciones en las que el individuo puede sentirse único.
- 4.- La Responsabilidad: Es el principio básico es la libertad, pues esta solo puede existir cuando se ejerce con responsabilidad. Dentro de esta área hay tres rutas:
  - a) Dando respuesta al sentido del momento: la vida está llena de oportunidades para que respondamos.
  - b) Haciendo elecciones responsables cuando es posible y se encuentran en el ámbito de la libertad de la persona.
  - c) No sentirse responsable cuando no hay alternativa: liberarse de la culpa por consecuencias que no dependieron de la persona, recordemos que hay situaciones en las que no se puede elegir solo se pueden afrontar con una actitud positiva, por ejemplo ante una muerte o una enfermedad incurable.

La capacidad de respuesta, es la habilidad de reaccionar a las ofertas del sentido implícitas en cada situación. Se puede seguir la filosofía general, es decir, seguir los valores según la sociedad en la que se vive, si no, se debe escuchar la conciencia personal. “La salud mental de la persona depende de que sepa distinguir entre áreas del predestino (es cuando los esfuerzos provocan incomodidad y

enfermedad) y las de la libertad (en las que si no se asume la responsabilidad, produce inquietud espiritual y enfermedad)". ( Fabry, 2003, p. 137).

5.- Autotrascendencia: Esta área es de gran importancia porque incluye a todas las demás, autodescubrimiento, selección, unicidad y responsabilidad, es convertir una derrota en una victoria, lo cual implica el máximo poder espiritual.

Para Bretones (2005), otra manera de encontrar sentido a la vida es a través de tres valores que suponen pasar de un acto reflexivo a una acción:

- a) Valores de creación: Lo que se hace en vida es un legado y modo de trascender, en la medida en que se disfrute lo que se hace, se está en la búsqueda del sentido de vida, esta categoría de valores normalmente son de placer y los principales medios de ejercicio es en el trabajo o actividades artísticas como escribir, hacer esculturas, artesanías o incluso ideas en gestión para la elaboración de proyectos.
- b) Valores vivenciales: Se basan en la capacidad del ser humano de asombrarse. Es vivir al máximo y manifestarlo, agradecer por el entorno, la vida misma y que se dan por el simple hecho de existir.
- c) Valores de actitud: Considerados los valores supremos, con la particularidad de que son de displacer, básicos para enfrentar situaciones límite y la muerte. El ejercicio de estos valores requiere de la fuerza indómita del espíritu cuando hay un abandono de las fuerzas físicas. Se basan en la modificación de actitudes ante circunstancias adversas de la vida para poner de manifiesto nuestra libertad espiritual.

Esto lleva a la persona a asumir una actitud positiva y a aceptar la realidad y responsabilidad de lo vivido ya que es irreversible, pero puede elegir si lo usas como piedra atada al cuello o como salvavidas de experiencia que le mantienen a flote y más aun, como un desafío para aprender a hacer las cosas mejor (Fabry,2003).

Otro camino para encontrar el sentido de vida es por medio el amor, por el acto espiritual del amor (no visto como resultado del impulso sexual), dado que la persona que ama posibilita al amado a que manifieste su mayor potencial. Al hacerle consciente de lo que puede ser y de lo que puede llegar a ser, logra que esas potencias se conviertan en realidad (Frankl, 1997).

### **Metodología**

La presente investigación se realizó desde la metodología cualitativa y bajo el enfoque fenomenológico, utilizando como técnica la entrevista semiestructurada y un grupo focal a 8 participantes (Fig. 1) mujeres de entre 27 a 40 años de edad: 3 divorciadas, 2 viudas, 2 separadas y 1 madre soltera, fueron elegidas de forma aleatoria por conveniencia, la cual consiste en identificar a las personas que cumplen los criterios de inclusión: ser madres, jefe de familia y contar con un trabajo remunerado económicamente, e invitarlas a participar en la investigación.

PARTICIPANTE	EDAD	SITUACIÓN CONYUGAL	NÚMERO DE HIJOS	OCUPACIÓN	TIEMPO DE VIVIR SOLA
1	30 años	viuda	1 niña de 8 años	Comerciante/ tienda de abarrotes.	8 años
2	40 años	divorcio en proceso	Dos hijas de 23 y 13 años.	Labores domésticas	10 años
3	36 años	divorcio en proceso	Niña de 15 años/ niño de 14 años.	Coeditora de un periódico	2 años
4	38 años	divorciada	Dos niñas de 6 y 12 años.	Mercado-Tianguis Labores domésticas	2 años
5	35 años	separada	Niña de 13 años.	Mediadora en H. Ayuntamiento de TarímbaroMich.	10 años
6	29 años	mamá soltera	Niña de 3 años 7 meses.	Facturación de una empresa farmacéutica.	-----
7	27 años	separada	Niño de 6 años.	Trabaja en una estancia infantil.	5 años
8	29 años	viuda	Niño de 9 años.	Prefecta en una secundaria	2 años

Fig. 1.- Listado de participantes.

### Hallazgos

A partir de los discursos obtenidos en las entrevistas semiestructuradas y el grupo focal con las participantes, se sistematizó la información, lo que permitió identificar tres categorías de análisis: la vivencia de la mujer que está a cargo de sus hijos y trabaja, los logros y metas orientadas al sentido de vida en la mamá sola y los elementos que conforman el sentido de vida de la mamá sola.

#### Categoría 1. La vivencia de la mujer que está a cargo de sus hijos y trabaja

Dentro de las vivencias de la mamá sola encontramos que desempeñan tres roles: ser madre, trabajadora y ama de casa, al respecto ellas refieren:

*Part. 7 “Le preparo el lonche a mi hijo, lo llevo a la escuela y me vengo a trabajar. De regreso a casa jugamos un rato y hacemos la tarea después yo me pongo a hacer limpieza de la casa”.*

Part. 4 *“En el tianguis trabajo de 6 de la mañana a 4 de la tarde, el resto el día es para hacer tarea con las niñas y labores domésticas de mi casa. Cuando trabajo en casa es de 11 de la mañana a 7 de la noche, igual llegando es para estar con mis hijas y en la casa”.*

La mamá sola se encuentra inmersa en el mundo laboral como parte normal de sus vivencias aunque abarca el mayor tiempo en su día, ellas aclaran que no por orden de importancia, pues saben que deben cumplir como trabajadoras porque esto es lo que les da la solvencia económica para que ellas y sus hijos cuenten con lo necesario; sin embargo lo que ganan solo alcanza para lo más básico, por lo que se ven en la necesidad de encargarse ellas mismas de las labores domésticas en su hogar. Ante esto Burin y Meler (1998, citado en Bautista, 2013) mencionan que la identidad femenina es dada a partir de la cercanía con la madre, esto implica que adquiere un rol maternal en el cual incluye el cuidado de los hijos y del hogar, sin olvidar que estos constructos son reforzados socialmente y hacen que una mamá sola tenga que distribuir su tiempo para cubrir esos tres roles, observando que cuentan con poco tiempo para convivir con sus hijos, como ellas mismas lo refieren:

Part. 3 *“No hay tanto tiempo para estar con mis hijos, en ocasiones tengo problemas en el trabajo y me distraigo”.*

Part. 4 *“No tengo mucho tiempo para estar con mis hijas, siento que las descuido pero no es falta de ganas”.*

La responsabilidad que implica el hacerse cargo de sus hijos, trabajar y las labores domésticas, no las podrían llevar a cabo sin el apoyo de los abuelos, sobre todo en el cuidado de los hijos.

Part. 2 *“No tenía quien me cuidara la niña, ha sido mi mamá la que me ha apoyado”.*

Part. 6 *“Mi mamá se encarga de recoger a mi hija de la guardería y la cuida en lo que yo llevo de trabajar”.*

Este apoyo conlleva una desventaja, a decir de ellas mismas, con frecuencia tienen conflictos con sus padres por la educación de los hijos, pues al estar bajo el mismo techo, saben que existen reglas y que deben ser cumplidas, aunque puede ser que ante la falta de una figura paterna para los pequeños, los abuelos tiendan a cometer el error de querer llenar ellos ese espacio. Las mamás solas mencionan lo siguiente:

Part. 6 *“Tengo problemas con el carácter de mi papá, dice que mientras esté en su casa las cosas se hacen como él ordena, eso incluye cómo educar a mi hija”.*

Part. 7 *“Mi mamá quiere educarlo a su manera pero yo le digo que es mi hijo, que eso me toca a mí”.*

Aunque los abuelos son de gran ayuda, no se deben olvidar de que cuando la mamá está en casa, ella es la responsable de poner límites a sus hijos (Lujambio, 2007).

## **Categoría 2. Logros y metas orientadas al sentido de vida**

Han sido varios los logros de las mamás solas como el mantenerse en un trabajo estable, salir adelante ellas solas, sacar adelante a sus hijos por medio del esfuerzo que hacen día a día, lo que les genera orgullo y satisfacción de sí mismas.

Part. 5 *“Yo soy muy responsable, en mi trabajo saben que cuentan conmigo porque no los defraudo”.*

Part. 6 *“Pues no tenía empleo, fui a hablar con mi antiguo jefe y de inmediato me contrató porque conoce mi trabajo, había renunciado a este por motivos personales”.*

El tener un trabajo estable, fortalece a la mamá sola para que salga adelante, y se sienta autosuficiente, así lo refiere las siguientes participantes:

Participantes 5 y 6. *“No, yo no le pido nada”.*

Julieta Lujambio (2007) menciona que hay una pérdida gradual de la capacidad del hombre como proveedor único ya sea por falta de trabajo o abandono de sus responsabilidades, también menciona que de todas las mamás solas, menos de la mitad reciben apoyo económico.

Las participantes también mencionan que tal vez las demás personas piensan que ser una mamá sola es una desventaja, sin embargo para ellas es una ventaja y se sienten orgullosas de ello:

Part. 1 *“Yo le estoy demostrando a mi papá que si puedo sola, no solo para mi hija, sino para toda la familia, todo sale de mi negocio”.*

Part. 5 *“Soy una luchadora, siempre he sido muy creativa para salir adelante.”*

Part. 6 *“Me siento orgullosa de que he sabido salir adelante con mi hija”.*

Hacer un alto y reflexionar sobre la vida y encontrar que sí vale la pena, que no ha sido desperdiciada, es hablar de trascendencia. Para Frankl (1988), la autotrascendencia se realiza en el servicio a una causa o en el amor a una persona, en ese sentido ellas han trascendido su vivencia y están haciendo de su vida algo valioso para ellas y sus hijos.

### **Categoría 3. Elementos que conforman el sentido de vida de la mamá sola.**

Sabiendo ahora que en todas partes se encuentra el sentido, solo se debe descubrir, los principales elementos que conforman el sentido de vida de la mamá sola son: el amor a sí mismas, el amor a sus hijos y el trabajo. Al respecto ellas refieren:

Part. 3 *“Me gusta ser mamá sola, porque soy libre, puedo ser yo misma”.*

Part. 4 *“Estoy luchando contra la corriente, morí y reviví, en el buen sentido”.*

Tener amor a sí mismo no es cuestión de autoestima alta o baja, más bien es cuestión de esfuerzo, es decir, si realmente deseo algo solo tengo que esforzarme lo suficiente para lograrlo (Magaña, 2003).

Las mamás solas dicen estar seguras que muchos de los logros no existirían si no fueran madres, porque como menciona Frankl (citado en Lukas, 2006) *“somos seres que no solo existimos, sino que vivimos para alguien o para algo que tiene sentido para nosotros”.* (p. 124).

Part. 3 *“Mi motivo para seguir adelante, son mis hijos quiero que estén bien”.*

Part. 5 *“Muchas de las cosas que he logrado, no las hubiera hecho si no fuera mamá, es lo mejor que me ha pasado”.*

Part. 8 *“Mi hijo es mi motivo, que esté bien, que sea feliz”.*

El gran motivo que tiene la mamá sola para salir adelante, son sus hijos, no cabe duda que como decía Sófocles (citado en Lujambio, 2007), “los hijos son las anclas que sujetan a la madre a la vida” (p.178). Todas las participantes coincidieron en que todo lo que ellas hacen es por el bienestar de estos y que verlos bien las fortalece para seguir adelante.

El último elemento que conforma su sentido de vida es el trabajo que más allá de brindarle una solvencia económica, es para ella un espacio de crecimiento y satisfacción personal. Ellas refieren:

Part. 1 *“El ocuparme en el trabajo me ayudó a salir de la depresión y gracias al trabajo estamos bien”.*

Part. 5 *“El trabajo ha doblgado mi ego, de estar en un muy buen trabajo, regreso a volantear, ha sido muy interesante mi vida, aprendes mucho de las enseñanzas de la vida”.*

Part. 7 *“Me gusta mi trabajo, aprendo mucho de los niños y es parte de lo que estudié”.*

Parte importante del trabajo es la responsabilidad, que es una área a explorar en busca de sentido, es la capacidad y habilidad que tiene el ser humano de dar respuesta y reaccionar a las ofertas de sentido implícitas en cada situación (Fabry, 2003).

La mamá sola está consciente de que sí puede salir adelante, el reconocer todos sus los logros y que ha sido por su propio esfuerzo le da sentido a lo que hace y demuestra a los demás que sí puede salir adelante.

### **Conclusiones**

La mamá sola ejerce tres roles, como madre ella se encarga de la crianza de los hijos, como trabajadora para correr con todos los gastos y como ama de casa para realizar las labores domésticas de su hogar.

La mamá sola buscar con quien se quedan sus hijos mientras ellas trabajan para cubrir las necesidades básicas, además se da tiempo para platicar con sus hijos para saber cómo están emocionalmente, aunque para ello cuenta con poco tiempo por la multiplicidad de roles que ejerce.

Sin el apoyo de los padres y de familia cercana, la mamá sola tal vez no podría salir adelante como lo está haciendo. Ella puede ir a trabajar con más tranquilidad sabiendo que alguien de la familia está cuidando a sus hijos y por lo general son los abuelos.

Al recibir el apoyo para la crianza de sus hijos por parte de sus padres, la mamá sola se encuentra bajo las reglas de ellos, pero con la responsabilidad de ser ella quien se encargue de la educación de sus hijos.

La mujer está haciendo caso omiso a las críticas sociales, en ocasiones hasta de la propia familia, la mamá sola tiene la facultad de transformar una tragedia en un triunfo personal, al sacar adelante a sus hijos y sortear las adversidades que se le presentan.

Aunque la mamá sola se siente orgullosa de no tener la necesidad de pedir apoyo al padre de sus hijos, posiblemente sí está errando en esta parte, pues ellos deben cumplir con su responsabilidad, puede ser que el hombre se encuentre en una zona de confort donde sabe que a sus hijos no les falta

nada porque están con su madre sin la necesidad de que ellos aporten nada pero es un derecho que la mamá no está haciendo valer.

La mamá sola trata de reencontrarse consigo misma después de todas las actividades que lleva a cabo, busca tener un espacio para ella y declara que sí se ama, aunque esto ocurre esporádicamente pues como ella lo dice, es su última prioridad. Además de cuando lo hace, no deja de sentir culpa por ocuparse de ella, de lo que puede también sacar lo positivo, pues la culpa puede ser la brújula que le dice cuándo puede estar actuando mal.

Por último el trabajo no solo brinda una remuneración económica, es también otro medio en el cual la mamá sola puede explayarse, ser ella misma, conocer a otras personas y hacer amistades duraderas, lo que les da más riqueza y sentido a su vida.

### Referencias bibliográficas

- Bautista M. (2013). Crisis y violencia en las relaciones familiares: una perspectiva de género. Tesis para titulación. Facultad de Psicología UNAM, México. Recuperado de <http://www.oem.com.mx/eloccidental/notas/n3386646.htm#sthash.rvvhUg0N.dpuf>
- Bretones F. (2005). *Logoterapia: la audacia de vivir. Un facilitador para el hombre común de la calle para comprender mejor el pensamiento de Viktor Frankl*. Buenos Aires: San Pablo.
- Butler J. (2006). *El reglamento del género. Deshacer el género*. México: Paidós.
- Del Moral M. (2000). Los modelos de mujer y hombre a través de la publicidad. Investigaciones comunicar (14), 208-217 recuperado de: [file:///C:/Users/Particular/Downloads/dcfichero\\_articulo.pdf](file:///C:/Users/Particular/Downloads/dcfichero_articulo.pdf)
- Fabry J. (2003). *Señales del camino hacia en sentido. Descubriendo lo que realmente importa*. México: LAG.
- Frankl V.E. (1985). *La presencia ignorada de Dios: psicoterapia y religión*. Barcelona: Herder.
- \_\_\_\_\_. (1988). *La voluntad del sentido. Conferencias Psicológicas sobre la Logoterapia con la colaboración de Elizabeth Lukas*. Barcelona: Herder.
- \_\_\_\_\_. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- \_\_\_\_\_. (1977). *Ante el vacío existencial, hacia la humanización de la psicología*. Barcelona: Herder.
- \_\_\_\_\_. (2000). *Psicoanálisis y existencialismo de la psicoterapia a la logoterapia*. México: Fondo de la cultura económica.
- Fuentes S. (2001). *Soy madre, trabajo y me siento culpable*. Barcelona: Grijalbo Mondari.
- Hyde J. (1995). *Psicología de la mujer; la otra mitad de la experiencia humana*. Madrid: Morata.
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (2014). Recuperado de: [www.inegi.gob.mx](http://www.inegi.gob.mx)
- Lujambio J. (2007). *Mamá sola un nuevo significado para la maternidad sin pareja*. México: Planeta.
- Magaña N. (2003). Autoestima, valores y sentido de vida. *Revista Mexicana de Logoterapia* (9), 39-43.
- Pareja, G. (2004). *Viktor E. Frankl: Comunicación y resistencia*. México: Ediciones Coyoacán.
- Walters M., B. Carter, P. Papp, O. Silverstein (1991). *Hogares de progenitor único. Madres e hijos. La red invisible. Pautas vinculadas al género en las redes familiares*. Barcelona: Paidós.
- Zicavo, N. (2006). *¿Para qué sirve ser padre?: un libro sobre el divorcio y la padrestomía*. Chile: Universidad del Bio-Bio.