UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

TESIS DE GRADO

# Salud mental en madres solteras

**Benavidez, C; Rivas, Y; Rizo, J.**

**Tutora**

Lic. **Tania Libertad Pérez Guevara**

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE ESTELI

*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

**Centro universitario Regional de Estelí**

**CUR-Estelí**

**Recinto Universitario "Leonel Rugama Rugama"**

# Salud mental en madres solteras

**Tesis para optar al grado de Licenciadas en Psicología**

**Autoras**

**Cintya Marilen Benavidez Videa**

**Yaneyri Yamileth Rivas Rodríguez**

**Jatziri Danieska Rizo Vanegas**

**Tutora**

**Lic. Tania Libertad Perez Guevara**

**10 de diciembre, 2024**

## Dedicatoria

La presente investigación es dedicada principalmente a Dios por ser guía en este camino, a nuestros familiares por siempre motivarnos para seguir adelante, principalmente a nuestros padres, los cuales siempre confiaron plenamente en nosotras, depositando sus sueños, esperanza, amor y la confianza, para sentirnos apoyados emocionalmente.

De igual manera dedicamos el presente estudio a nuestros familiares, principalmente a nuestras madres por haber sido el pilar emocional que nos ha apoyado continuamente, mostrando como su afectividad ha sido el motor para seguir adelante.

Dedicamos esta investigación a los compañeros que nos apoyaron y no motivaron en el transcurso de la carrera y de igual manera en el proceso de este estudio.

A nuestra asesora de tesis por mostrar siempre su apoyo dedicación para con nosotras, brindándonos herramientas para mejorar cada día más y para hacer nuestro trabajo de la mejor manera posible.

## Agradecimientos

Agradecemos a Dios por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

Agradecemos infinitamente a nuestros padres por forjarnos como las personas que somos actualmente, muchos de nuestros logros son gracias a ellos, así como esta investigación. Ya que nos formaros como personas esforzadas para luchar constantemente en alcanzar nuestros anhelos.

A nuestros hermanos por estar siempre presentes, acompañándonos y por apoyo emocional que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A todas las personas que nos han apoyado y han permitido que este trabajo se realice con éxito y principalmente a aquellas personas que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

Agradecemos a nuestros docentes, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión, de manera especial, a nuestra tutora, quien nos ha guiado con su paciencia y su rectitud como docente, y a las protagonistas de esta investigación por su valioso aporte

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL, ESTELÍ

**"2025: Eficiencia y Calidad para seguir en victorias"**

## CONSTANCIA DEL TUTOR

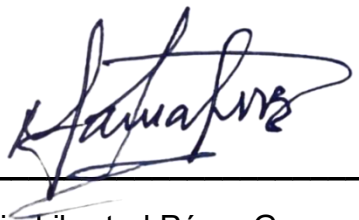
**Estelí, 08 de enero 2025**

Por este medio estoy manifestando que la investigación: Salud mental en madres solteras, cumple con los requisitos académicos de la clase de Seminario de Graduación, para optar al título de Licenciatura en psicología.

Los autores de este trabajo son los estudiantes: Benavidez Videa Cintya Marilen, Rivas Rodríguez Yaneyri Yamileth, Rizo Vanegas Jatziri Danieska; y fue realizado en el II semestre de 2024, en el marco de la asignatura de Seminario de Graduación, cumpliendo con los objetivos generales y específicos establecidos, que consta en el artículo 9 de la normativa, y que contempla un total de 60 horas permanentes y 240 horas de trabajo independiente.

Considero que este estudio será de mucha utilidad para la comunidad estudiantil y las personas interesadas en esta temática.

Atentamente,



Lic. Tania Libertad Pérez Guevara

ORCID: 0000-0002-6060-1962

UNAN-Managua/CUR-Estelí

## Resumen

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en que vivimos. La salud mental es además un derecho humano fundamental y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. Las afecciones de la salud mental comprenden trastornos mentales y discapacidades psicosociales, así como otros estados mentales asociados a un alto grado de angustia, discapacidad funcional o riesgos de conducta autolesiva, las personas que las padecen son más propensas a experimentar niveles más bajos de bienestar mental, aunque no siempre es necesariamente así **(Organización Mundial de la Salud, 2022)**. La salud mental de las madres solteras es un tema relevante y poco explorado en estudios contemporáneos, a pesar de que tiene un impacto muy significativo en el bienestar individual y familiar. Estas madres que les dan crianza a sus hijos sin apoyo de una pareja pueden enfrentar desafíos adicionales que afecten su salud mental, ya sea estrés, ansiedad, depresión o sobrecarga emocional. Estos factores mencionados pueden llegarse a intensificar por dificultades económicas, el no tener redes de apoyo, y sumándole a esto la presión social, que las coloca en situaciones vulnerables frente a desafíos psicológicos. En esta investigación se investigarán los diversos factores que llegan a influir en la salud mental de las madres solteras, claro que estos también incluyen aspectos sociales y económicos, pero el principal objetivo es encontrar rasgos psicológicos.



**Palabras claves:** Madres solteras, salud mental

## Abstract

Mental health is a state of mental well-being that allows people to cope with stressful moments in life, develop all their skills, be able to learn and work adequately and contribute to the improvement of their community. It is a fundamental part of health and well-being that underpins our individual and collective capacities to make decisions, establish relationships and shape the world in which we live. Mental health is also a fundamental human right and an essential element for personal, community and socioeconomic development. Mental health conditions include mental disorders and psychosocial disabilities, as well as other mental states associated with a high degree of distress, functional disability or risks of self-harming behavior. People who suffer from them are more likely to experience lower levels of mental well-being, although this is not always necessarily the case. (World Health Organization, 2022) The mental health of single mothers is a relevant and little-explored topic in contemporary studies, despite the fact that it has a very significant impact on individual and family well-being. These mothers who raise their children without the support of a partner may face additional challenges that affect their mental health, whether it be stress, anxiety, depression or emotional overload. These factors mentioned may be intensified by economic difficulties, not having support networks, and adding to this the social pressure, which puts them in vulnerable situations facing psychological challenges. This research will investigate the various factors that influence the mental health of single mothers, of course these also include social and economic aspects, but the main objective is to find psychological traits.

**Keywords:** Single mothers, mental health

## Índice


1. Introducción ..... 1
2. Antecedentes ..... 3
3. Planteamiento del problema ..... 6
3.1. Caracterización general ..... 6
3.1.2. Delimitación del problema ..... 7
3.2. Preguntas de estudio ..... 8
3.4. Contexto de estudio ..... 8
4. Justificación ..... 9
5. Objetivos ..... 11
5.1. Objetivo general ..... 11
5.2. Objetivos específicos ..... 11
6. Fundamentación teórica ..... 12
6.1 Madres solteras ..... 12
6.2 Salud mental ..... 12
6.3 La salud mental materna ..... 12
6.4 Factores que Inciden en la salud mental materna ..... 13
6.5 ¿Por qué es importante la salud mental materna? ..... 13
3.6 La condición de las madres solteras ..... 13
6.7 Como se relaciona la salud mental ..... 14
6.8 Ansiedad y depresión en madres solteras ..... 14
6.9 La depresión durante y después del embarazo ..... 14
6.10 El estigma de la madre soltera: una reflexión ..... 15
6.11 La maternidad en solitario ..... 15
6.12 Familia monoparental (madres solteras) ..... 15
6.13 La familia ..... 15
6.14 La mujer y madre contemporánea ..... 16
6.15 En el sentido sociocultural ..... 16
6.16 En la actualidad la mujer contemporánea ..... 16
6.17 Consecuencia que tienen las madres solteras ..... 16
6.18 Factores de riesgo ..... 17
6.19 Depresión posparto ..... 17
6.20 Apoyo Social ..... 18

6.21 El rol de la mujer que materna ha ido cambiando..... 18
6.22 Madre mala ..... 18
6.23 Barreras que enfrenta una madre soltera ..... 18
Estrés por sobre carga de responsabilidades..... 18
6.24 Conciliación de la vida familiar y laboral. ..... 18
6.2.1 Discriminación laboral..... 19
6.3.2 Las dudas de los hijos..... 19
6.2.3 Clases de madres solteras..... 19
6.2.4 Las condiciones materiales en madres solteras..... 19
6.2.5 La infancia de las madres solteras ..... 19
6.3 Patrones de crianza..... 20
6.3.1 La edad de las madres solteras ..... 20
6.3.2 Madres solteras en la actualidad ..... 20
6.3.3 Situación económica en madres solteras..... 20
6.3.4 El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales ..... 20
6.4 Las teorías psicodinámicas..... 21
6.4.1 Teoría psicoanalítica de Sigmund Freud..... 21
¿Qué aportó?..... 21
6.4.2 Teoría de la personalidad de Carl Jung..... 21
6.4.3 Teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson..... 22
¿Qué aportó?..... 22
6.4.4 Teoría de la motivación de Alfred Adler ..... 22
¿Qué aportó?..... 23
6.4.5 Teoría del apego de John Bowlby..... 23
¿Qué aportó?..... 23
6.4.6 Teoría de la personalidad de Karen Horney ..... 23
¿Qué aportó?..... 24
6.4.7 Teoría de la identidad narrativa de Dan P. McAdams ..... 24
¿Qué aportó..... 24
6.4.8 Modelo conductivo conductual..... 24
6.4.9 Modelo de atención integrar..... 25
6.5 Ley 779 ..... 25

8. Matriz de categorías ..... 26
9. Diseño Metodológico ..... 28
9.1 Tipo de Estudio ..... 28
9.1.2 Enfoque del estudio ..... 28
9.1.3 Paradigma ..... 28
9.1.4 Unidad de Análisis ..... 29
9.1.5 Aplicación del estudio a la psicología ..... 29
9.2 Áreas de estudio ..... 30
9.2.2 Área geográfica ..... 31
9.3 Población y muestra ..... 31
9.3.1 Población ..... 31
9.3.2 Muestra intencionada ..... 32
9.4 Métodos, técnicas e instrumentos de investigación ..... 32
9.5 Fases de la investigación ..... 34
10. Análisis y discusión de los resultados ..... 38
11. Conclusiones ..... 58
12. Recomendaciones ..... 60
13. Referencias Bibliográficas ..... 62
14. Anexos ..... 68
ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA A MADRES SOLERAS ..... 84
Entrevista semiestructurada dirigida a madres solteras ..... 84
Galería de imágenes ..... 95

## Índice de tablas

Tabla 1 Matriz de categorías ..... 26
Tabla 2 Instrumentos utilizados ..... 33
Tabla 3 Matriz de resultados ..... 90

## Índice de graficas

**Figura 1 Distribución de madres por edad ..... 40**
**Figura 2 Ciclo de procesos terapeutico..... 52**
**Figura 3 Proceso de atención..... 53**
**Figura 4 Tratamiento a corto plazo..... 54**
**Figura 5 Modelo de terapia de exposición y respuesta ..... 55**
**Figura 6 Propuesta de pruebas en el proceso..... 56**

# 1. Introducción

La salud mental en las madres solteras es un aspecto crítico que a mendo se pasa por alto en el diálogo sobre bienestar y desarrollo personal. Criar a un hijo como madre soltera conlleva responsabilidades significativas y una gran carga emocional, lo que puede impactar su salud mental de múltiples maneras. Estas mujeres enfrentan desafíos únicos, como la combinación de las exigencias de criar a sus hijos, la presión financiera, y en algunos casos, la falta de un sistema de apoyo sólido que complemente el gran esfuerzo de estas mujeres.

La soledad y el estrés pueden ser constantes compañeros, exacerbando sentimientos de ansiedad y depresión. Además, la estigmatización social y las expectativas culturales pueden añadir una capa adicional de tensión. En este contexto, es fundamental reconocer la importancia de la salud mental de las madres solteras y promover recursos y redes de apoyo que puedan ayudarlas a manejar mejor estos desafíos.

El siguiente trabajo académico muestra diferentes escenarios y perspectivas en cuanto a las madres solteras y su crecimiento y desarrollo lo largo de sus vidas, poniendo testimonios de madres solteras menores de 20 años, madres solteras en sus 40 años y madres solteras de la tercera edad que ya han superado y sacado adelante a sus hijos, esto con el fin de entender los diferentes problemas que han enfrentado en la salud mental a lo largo de su vida y ver los estragos o posibles traumas existentes en la actualidad.

Los instrumentos utilizados en esta investigación fueron de gran importancia para la ejecución de este trabajo los cuales permitieron la recolección de información, dentro de estos podemos encontrar entrevistas, aplicación de test y observación.

Para cada persona a quien se le aplicaron las diferentes herramientas se utilizaron diferentes iniciales a las originales, para de este modo guardar la confidencialidad de cada persona evaluada.

El enfoque de esta investigación no solo contribuirá al bienestar de las madres, sino que también tendrá un impacto positivo en el desarrollo y la salud emocional de sus hijos. Al entender y abordar las necesidades de salud mental de las madres solteras, estamos dando un paso importante hacia una sociedad más justa y compasiva.

El porcentaje de madres solteras en el país ha sido exponencial y aunque algunas mujeres guerreras por naturaleza han sabido salir adelante, sus profundas heridas sentimentales les causaron y continúan causando un gran estrago en su salud mental.

Tomando todo esto en cuenta procedimos a elegir la población y muestras a estudiar, en todo caso fue de acuerdo a nuestra ubicación y tratando de minimizar los factores en contra, tales como la distancia y disponibilidad que pudieran causar un problema en la ejecución del mismo.

Se formularon los objetivos a manera general y especifica y procedimos a desglosar responsabilidades y actividades por separado para ir avanzando a las etapas que necesitaron de una acción conjunta, fue una gran experiencia el poder visitar centro de salud local, autoridades municipales, barrios, en búsqueda de organizaciones que trabajaran con estas mujeres al punto de llegar al tendido local de barrio Saul Tercero en el municipio de Pueblo Nuevo, donde encontramos la población y muestra que de manera amable acepto participar en el trabajo académico, a pesar de las distancia las 3 participantes nos hemos podido acoplar y realizar con éxito todas las fases del trabajo como un equipo funcional.

El escuchar a estas mujeres en sus diferentes etapas como madres solteras nos ha marcado y pudimos detectar en ellas la necesidad de una ayuda profesional, de la cual solo han obtenido la fuerza necesaria proveniente de sus hijos y el deseo de salir adelante.

Este trabajo en todas sus etapas nos ha mostrado el enorme material y calidad del mismo para poder continuar a futuro trabajando en una continuación que sirva de apoyo a estas mujeres valientes que con su constante esfuerzo diario sacan adelante sus familias y a nuestro país.

## 2. **Antecedentes**

La mujer ha sido a lo largo de la historia un eslabón de gran importancia para el desarrollo de las sociedades en general, una de sus labores más importantes y más difíciles de sobrellevar es el hecho de convertirse en madre. Si bien tener hijos representa un gran reto para las parejas, convertirse en madre soltera eleva la dificultad del mismo a un nivel demasiado alto, el cual se complica en diferentes factores. Aun cuando el factor económico podría salir a resaltar más, el bienestar emocional en cuanto a la salud mental de estas mujeres debería de tener el mismo nivel de importancia, ya que es un aspecto poco tratado y que condiciona a estas mujeres para toda la vida, incluso al nivel de poder ser un consecuente reflejado hacia la propia vida de sus hijos.

Por esta razón esta investigación se orienta hacia el estudio de la salud mental de las madres solteras, tomando como punto de partida las siguientes investigaciones de relevancia.

Zambrano **(2022)**, de la Universidad de Cuenca en Ecuador en su investigación Ansiedad y depresión en madres solteras, menciona que históricamente, las madres solteras que luchan contra la ansiedad y la depresión han estado sujetas a una variedad de construcciones discursivas estigmatizantes, lo que ha resultado en su marginación social y falta de apoyo comunitario. Como resultado, este desafío es aún más apremiante ahora que más del 25 % de los niños son criados por madres solteras. Todo encaminándose al hecho de que la mayoría de mujeres están ligadas a problemas de salud mental, la importancia de abordar estas condiciones de manera integral para promover un entorno familiar saludable.

También enfatiza la importancia de las intervenciones psicológicas y de apoyo para madres solteras, con un enfoque en estrategias terapéuticas e iniciativas educativas pueden impulsar su bienestar mental y aumentar su resiliencia **(Zambrano, 2022)**.

Una investigación de la Universidad tecnológica de Chile con título Estrés parental y las actitudes de las madres solteras hacia la relación con los hijos ha evidenciado que el nivel de estrés de las madres solteras se relaciona inversamente con las actitudes positivas hacia las relaciones de crianza con sus hijos; esto significaría que el estrés es un factor que disminuye la calidad de la relación socioemocional entre madre e hijo. En condiciones de pareja, las madres son las que asumen mayores responsabilidades; pero en el caso de las madres solteras son ellas las que asumen todos los compromisos **(Tacca, Tacca Huamán, Alva Rodríguez, & Chire Bedoya, 2021)**.

Hay resultados interesantes en esta investigación, y que en la información que fue recolectada con el cuestionario de estrés parental y con el inventario de relaciones padre-hijo, ambos instrumentos adaptados al contexto peruano. Los resultados indican que la correlación entre el estrés parental y la actitud hacia la relación con sus hijos es negativa (-.65), esto indicaría que, a mayor estrés, las madres solteras manifiestan menos apoyo a los hijos, baja satisfacción, compromiso, comunicación y autonomía, no establecen límites y presentan baja deseabilidad social. **(Tacca, Tacca Huamán, Alva Rodríguez, & Chire Bedoya, 2021)** un dato que alimenta en gran medida el interés al tema de la salud mental en madres solteras.

A nivel nacional se encuentra un trabajo investigativo de nombre "Situación de las madres jóvenes solteras universitarias y la organización de sus estudios, en la Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas de la UNAN-Managua durante el segundo semestre del año 2020" el cual concluye que existen factores que inciden en la organización y culminación de los estudios de las madres jóvenes universitarias, destacando el abandono temporal de sus estudios y la del cambio o adaptación de una nueva rutina para que puedan organizar el tiempo requerido de sus estudios en conjunto de la maternidad **( Cruz Castillo & Prado Martínez , 2021)**.

De igual manera Cruz Castillo & Prado Martínez **(2021)** concluyen que la presencia de condiciones sociales, económicas y académicas inestables para las madres estudiantes que deciden continuar con los estudios resulta evidente que lo hacen por el deseo de superación personal que surge desde un anhelo propio que las motiva a enfrentar las dificultades que existen y que surgen en el recorrido de la formación profesional; sin dudarlo el apoyo familiar respecto al cuido de los hijos es indiscutiblemente la principal condición socio cultural para que las estudiantes continúen estudiando.

Otro trabajo investigativo encontrado que se relaciona con el tema de esta investigación es Incidencia de los Préstamos Informales en las Finanzas Personales de las madres solteras del Área de Manufactura de Puro de la Tabacalera NACSA en la ciudad de Estelí en el I Semestre del 2016. En este trabajo investigativo orientado al área económica arrojando datos en el área cuantitativa, destacando que el 86% son madres solteras porque fueron abandonadas por su cónyuge al momento del embarazo o después de éste dejando a sus hijos a una corta edad en lo cual las madres se encargaron de tomar el papel paterno, mientras que el 14% es a causa de divorcio que es una de los mayores factores que acaban con una familia. Estas separaciones tienen responsabilidad extra para las madres al momento de educar y mantener a sus hijos debido a que cargan con mayor compromiso moral y económico para con ellos **(Herrera G. , 2016)**.

También destaca que el número de hijos es un factor importante en la evaluación de las finanzas personales de estas mujeres, teniendo en cuenta que casi la mitad de ellas tienen 1 hijo por lo cual no acarrea con tantos gastos como los que poseen dos o más hijos a cargo. El 46% de las mujeres que tienen un hijo y habitan en casa propia, mientras que el 54% viven con su familia o alquilan una casa porque son mujeres que tienen más gastos debido a la cantidad de hijos que poseen **(Herrera G. , 2016)**.

## 3. **Planteamiento del problema**

### 3.1. **Caracterización general**

Se considera importante realizar la investigación sobre la salud mental de madres solteras en el barrio Saúl Tercero del municipio de Pueblo Nuevo, Estelí dado a que se observan innumerables casos de mujeres madres solteras que en muchas ocasiones incluso llegan a ser adolescente de 15 a 20 años a más.

Como se ha mencionado, son pocas las personas que piensan más allá del ámbito económico que vivencian estas mujeres, el área psicológica es un tema algo delicado que las personas poco hablan y rara vez razonan de las consecuencias que esto podría provocar en estas madres, ya que no es conocido que alguien les ofrezca estrategias para tener una buena salud mental.

El hecho de convertirse en madre soltera no solo afecta el punto de apoyo económico, sino también el aspecto de la moral, a nivel educativo y el soporte emocional que pueda brindar a la familia, siendo una madre soltera la mujer es estigmatizada por la sociedad, encapsulándola bajo tal grado de rechazo, que se ha convertido casi en una nueva clase social, en la que se describe a la madre soltera como una mujer desamparada.

El tema de las madres solteras trae consigo consecuencias que afectan también a sus hijos, creando una atmosfera de ambientes tensos para estos, al punto de crear en ellos inconscientemente un impacto que profundiza y crea personas emocionalmente frágiles, que reflejan su comportamiento a futuro de diferentes maneras.

Es importante que se conozca que el termino madre soltera no solo se aplica y se representa el abandono de un padre para con su familia, sino también el hecho que este acto desencadena una serie de sucesos fuertes y determinantes, en cuyo caso se estudia las consecuencias de los mismos en el estado de la salud mental de estas madres solteras. Por lo que nos preguntamos ¿Conocen estas madres los problemas psicológicos que pueden desarrollar? ¿Qué problemas psicológicos pueden desarrollar las madres solteras? Y principalmente ¿Qué técnicas se pueden proponer para fortalecer la salud mental de madres solteras?

## 3.1.2. Delimitación del problema

En el barrio Saúl Tercero la predominancia de madres soltera ha sido notable en los últimos años, siendo una base de estudio a evaluar la condición de la problemática de salud mental que afecta y es palpable en todo el municipio, se tomó esta zona como referencia debido al previo conocimiento de proliferación de casos en la zona.

Los desafíos que enfrentan las madres solteras derivadas a ser las únicas responsables de sus hijos y familia, la problemática de un trabajo estable o de igual manera la falta de trabajar en sí, el poco acceso a viviendas dignas y de dificultades para completar las escuelas o falta de oportunidades en educación superior, limitaciones en el acceso a servicios de salud dignos y eficientes, estas dificultades son visibles y predominantes en las madres solteras del barrio Saul Tercero.

Igualmente, a nivel emocional y psicológico las madres solteras tienen dificultades en superar las relaciones con las crianzas de los hijos más allá de dificultades económicas, cargas extras de responsabilidades. También el desafío en mantener un equilibrio respecto al padre ausente, las cuales albergan sentimientos negativos y que trasmiten a sus hijos, lo cual puede ser una dificultad en su desarrollo posterior de vida.

Estas madres demuestran en cada acto que luchan por ofrecerles a sus hijos una vida mejor en los cuales no sufran de creencias y que siempre estén rodeados de amor y cariño, pero la existencia de sacrificios es muy grande y sus vidas no están exentas de obstáculos, dificultades y problemáticas que las superan a ellas.

## 3.2. **Preguntas de estudio**

1. ¿Cuáles son los efectos psicológicos de las madres solteras?
2. ¿Cuáles son los problemas psicológicos de las madres solteras?
3. ¿Cuáles son las técnicas de atención para fortalecer la salud mental de madres solteras?

## 3.4. **Contexto de estudio**

El estudio se llevó a cabo en el barrio Saúl tercero del municipio de Pueblo Nuevo, Estelí. Pueblo Nuevo es municipio perteneciente al departamento de Estelí que cuenta con una extensión territorial 222 kilómetros cuadrados, ubicado a 205 kms de distancia de Managua dicho municipio mantiene un elevado dinamismo comercial y además cuenta con una gran actividad agropecuaria.

En el municipio se cultiva maíz, frijoles, café, sorgo y hortalizas, también existen actividades ganaderas, recreación, cultivos de tabaco. Este último es uno de los cultivos más importantes económicamente, ya que genera una gran cantidad de empleos para los habitantes.

El circuito turístico constituye un atractivo histórico de alta relevancia y busca poner en valor turístico la gesta heroica e histórica de la Revolución. Tiene por objeto aportar al bienestar de las familias nicaragüenses que se encuentran en el área de influencia, a través de la valorización de la historia de la lucha del pueblo nicaragüense por su libertad, así como diversificar la actividad turística.

Pueblo Nuevo tiene una población actual de 24, 207 habitantes. De la población actual el 49.8% son hombres y el 50.2% son mujeres. Casi el 22.5% de la población vive en la zona urbana.

Pueblo Nuevo limita al norte con los municipios de Somoto y Yalagüina, al sur con el municipio de San Juan de Limay, al este con el municipio de Condega, al oeste con los municipios de San Lucas y Las Sabanas. El municipio se divide en 10 comarcas, el casco urbano se divide en 8 barrios y la zona rural en 47 comunidades.

La ubicación actual del barrio Saúl Tercero se encuentra ubicado en el costado sur de la escuela Mentor de Excelencia Rubén Darío, municipio de Pueblo Nuevo **(EcuRed contributors, 2019)**.

## 4. Justificación

La importancia de esta investigación es de un interés muy vital, puesto que son pocas las personas que en algún momento de su vida se involucran en las situaciones que viven la mujer madres solteras y como estas situaciones afectan en su salud mental y no solamente afectando su bienestar, inclusive el de su o sus hijos, familia y la sociedad.

En culturas más reservadas, en países con tradiciones más estrictas incluso estas madres son rechazadas y/o marginadas por la población, obligando a estas a realizar actividades que ponen en riesgo tanto su salud física como mental para darle un hogar a su/sus hijos, estas actividades pueden ser, por ejemplo: la prostitución, tráfico de sustancias psicoactivas, trabajos no aptos para sus condiciones.

Décadas atrás estas mujeres eran tachadas de indecentes con oportunidades de trabajo mínimas y en muchas ocasiones eran trabajos tan denigrantes que fomentaban la humillación hacia estas, muchas personas incluso se podían aprovechar de estas situaciones y darles un maltrato físico a estas mujeres lo que desencadenaba muchos problemas psicológicos en ellas, aunque esto generalmente pasaba en mujeres campesinas que no tenían quien resguardara sus derechos.

Por fortuna, actualmente se han hecho valer los derechos de las mujeres, y se les ofrecen mejores oportunidades laborales, aunque no hay que descartar que hay muchas que por sus situaciones económicas siguen ejerciendo actividades poco seguras para ellas, muchas otras inclusive han tenido que tomar la opción de emigrar para darle una vida mejor a sus hijos, pero se llevan muchos sentimientos encontrados debido a la dura decisión de tener que dejarlos durante mucho tiempo.

En el municipio de Pueblo Nuevo son muchos los casos en que la mujer madres solteras tienen que dejar a sus hijos al cuidado de familiares o amigos para salir a trabajar, ya sea dentro o fuera del país, muchos pasan fuera de sus hogares hasta un mes para obtener un sueldo que les proporcione comodidad a sus hijos, aunque la carga emocional que esto puede llegar a tener es algo que solo ellas saben.

Gracias a muchos proyectos y oportunidades que el gobierno ha implementado muchas madres solteras han podido salir adelante, han podido superarse, terminar sus estudios, conseguir un salario fijo, y muchas personas se preocupan por el alimento y la vivienda que estas puedan tener para ofrecerle a sus hijos, pero, Cuántas personas se han detenido a

preguntarse ¿qué tan bien están emocionalmente? ¿Qué niveles de ansiedad o depresión pueden presentar?

Como seres humanos muchas veces nos olvidamos que las madres solteras también tienen sentimientos y que además la presión que llevan ellas gracias a la sociedad puede afectar de gran manera su autoestima, su amor propio, su salud mental, y que estas mujeres requieren de actividades que trabajen no solo su empoderamiento económico, sino también su empoderamiento psicológico, son pocas las personas que se enfocan en crear estrategias que se centren en la elaboración de herramientas que hagan de ellas personas con una buena salud mental.

# 5. **Objetivos**

## 5.1. **Objetivo general**

- Identificar los conocimientos y la conciencia acerca de los problemas psicológico que pueden desarrollar las madres solteras.

## 5.2. **Objetivos específicos**

- Conocer los efectos psicológicos de las madres solteras.

- Describir los problemas psicológicos de las madres solteras.

- Proponer técnicas de atención para fortalecer la salud mental de las madres solteras

# 6. Fundamentación teórica

Desde la antigüedad la existencia de madres solteras ha sido predominante visualizar familias monoparentales y su enorme problemática con relación a su estado emocional y psicológico, y sus diferentes factores de afectación en su vida. En el siguiente apartado se describe acerca de las madres solteras, factores que inciden en su salud mental, sus condiciones, factores y consecuencias que predominan en las situaciones que enfrentan estas madres.

## 6.1 Madres solteras

Se llama madre soltera a la mujer que cumple con la crianza de los hijos y el manejo del hogar sin la compañía o apoyo de una pareja; por decisión propia o circunstancias de su entorno.

Madre soltera es aquella mujer que tras relacionarse sexual y genitalmente por diversas circunstancias y motivaciones (amor, violación, seducción, inseminación, por decisión propia) con un varón, o en matrimonio procrea sola un niño o niña" **(Lam, 2013)**.

La salud mental suele presentarse como continuidad del proyecto psiquiátrico moderno, basándose en la complejidad y diversificación del problema de los padecimientos psíquicos o mentales y en el cambio de enfoque o estrategia para entender y atender dichas situaciones **(Jose & Moreira , 2018)**.

## 6.2 Salud mental

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad **(Organizacion mundial de la salud , 2022)**.

## 6.3 La salud mental materna

Se refiere a la salud mental de las mujeres durante el embarazo, el parto y el período posparto, y también incluye la salud mental de los padres y la salud mental de la familia en general. La salud mental materna es crucial para el bienestar de la madre y su familia **(Artigas , SF)**.

En Nicaragua no difiere la situación de cada una de las regiones y municipios en lo que más prevalece la soltería de las mujeres, pero con la enorme responsabilidad de criar con dificultad a su hijo o hijas sola. El problema sigue siendo el mismo en todos los ámbitos sociales

y económicos. Es notoria la situación de pobreza y las madres solas que tienen hijos sin padres responsables **(Lam, 2013)**.

## 6.4 Factores que Inciden en la salud mental materna

**(Artigas , SF)** En la etapa del embarazo las mujeres experimentan grandes cambios físicos, hormonales y emocionales los cuales, en caso de no recibir oportunamente la atención adecuada, pueden impactar en su salud física y mental.

- Depresión perinatal.
- Ansiedad.
- Trastorno Obsesivo Compulsivo.
- Trastorno Bipolar.
- Psicosis Posparto.

## 6.5 ¿Por qué es importante la salud mental materna?

Cuidar la salud mental materna es igualmente importante que el cuidado físico durante el embarazo, parto y postparto, beneficiando al bebé y el entorno familiar, social y laboral de la madre. Es fundamental que las mujeres se mantengan al margen de la angustia, el estrés y la ansiedad durante el embarazo y posparto. En caso contrario es preciso buscar ayuda médica y terapéutica para un desarrollo psicológico sano, así como prevenir los trastornos mentales **(Artigas , SF)**.

## 3.6 La condición de las madres solteras

Según muchas fuentes, madre soltera quiere decir: " Mujer que decide llevar a cabo la crianza de los hijos y el manejo del hogar sin la compañía o apoyo de una pareja" y observándose popular la mujer de la que se aprovecharon y la abandonaron cuando se enteraron que estaba embarazada.

Para algunas ciencias es importante el estudio de la mujer, siendo esta uno de los principales integrantes que radica en la sociedad. La sociología, la antropología y la psicología han sido solo algunas ciencias que se han encargado del estudio minucioso en los últimos años acerca de la condición de la mujer **(Rosalva, 2010)**.

## 6.7 Como se relaciona la salud mental

Se considera que la salud mental está relacionada con nuestra forma de vivir, de alimentarnos y cuidarnos, con nuestra vivienda, nuestro trabajo, con la manera en que experimentamos nuestras relaciones y afectos. Con lo que sentimos hacia nosotras mismas, con nuestros proyectos y actividades, nuestro modo de disfrutar y de percibir el mundo, de afrontar los problemas y conflictos que conlleva vivir **(Dias & Capdevilla , SF)**.

## 6.8 Ansiedad y depresión en madres solteras

Históricamente, las madres solteras que luchan contra la ansiedad y la depresión han estado sujetas a una variedad de construcciones discursivas estigmatizantes, lo que ha resultado en su marginación social y falta de apoyo comunitario **(Briones, Ansiedad y depresión en madres solteras, 2022)**

Si bien el ámbito económico es importante, los padres deben velar por el desarrollo emocional de los hijos, su presencia dentro y fuera del hogar es importante; es decir, la familia continúa siendo el pilar de apoyo para los hijos y debe propiciar un contexto social y emocional que ayude a su desarrollo humano y personal , la familia nuclear está perdiendo su posición de referente en la sociedad, y gracias a los cambios sociales, se está observando la aparición de nuevos tipos de organización familiar **(Huaman , Rodriguez, & Chire , 2020)**.

## 6.9 La depresión durante y después del embarazo

se manifiesta con síntomas de vacío emocional, desesperanza, irritabilidad, falta de energía, pensamientos o intentos suicidas, falta de motivación, falta o incremento de apetito y el llorar con más frecuencia de lo normal. La depresión en la maternidad puede ser impulsada por factores como la perdida de bebes, el cansancio, problemas sociales y económicos, cambios hormonales, y conflictos de pareja.

Es importante buscar ayuda profesional con un psicoterapeuta. Si los trastornos de salud mental no son tratados pueden tener consecuencias graves para la mamá, la familia**,** los hijos y la sociedad. Las madres pueden llegar al punto de autolesiones o suicidio y el vínculo con los hijos puedo ser afectado **(Balandra , 2021)**.

Particularmente, un clima familiar estresante propicia conflictos entre los padres e hijos, prácticas de crianza negativas, problemas de conducta en la adolescencia, deserción escolar, inicio de actividad sexual y maduración puberal temprana, casamientos prematuros, relaciones de pareja inestables y temporales en hombres.

Además de una alta tasa de divorcios, por el contrario, ambientes familiares donde prevalecen fuentes predecibles y relativamente estables favorecen en los niños rasgos para una crianza competitiva, mejor ajuste social y emocional **(Vega & Nova , 2009)**.

## 6.10 El estigma de la madre soltera: una reflexión

Cuando se habla de la mujer, se habla también de muchos logros que ha tenido durante el transcurso de la historia, sin embargo, es importante señalar que también se ha considerado a esta como un ser estigmatizado, representando algo diferente, lo cual se hace resaltar desde hace mucho tiempo por ejemplo se le ha reprimido en su sexualidad **(Rosalva, 2010)**.

Principalmente las mujeres que inician a temprana edad su sexualidad, todavía son señaladas socialmente, lo que impide que haya una igualdad de oportunidades, pues muchas de las actividades que pudiesen compartir hombres y mujeres, son truncadas por la misma sociedad **(Rosalva, 2010)**.

## 6.11 La maternidad en solitario

La maternidad en solitario o familia monoparental, es una realidad que ha cobrado cada vez más relevancia en la sociedad contemporánea. Esta situación conlleva una serie de desafíos tanto para las madres como para sus hijos.

## 6.12 Familia monoparental (madres solteras)

La familia monoparental se caracteriza por la convivencia de uno de los padres con uno o varios hijos menores, lo que diferencia este tipo de familia de la clásica es la ausencia de uno de los progenitores, lo que puede afectar negativamente la crianza de los hijos **(Gomez , Mosquero , & Jaramillo, 2024)**.

## 6.13 La familia

**“**Es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado”. Conociendo que la familia es lo primordial en la estabilidad emocional, económica de la persona, podemos darnos cuenta que la situación de padres separados de la paciente ha sido perjudicial para el desarrollo de su vida.

Viviendo con inestabilidad desde muy pequeña y desprotegida de sus progenitores con quienes no convivió mayor tiempo **(Espinoza & De Leon, 2015)**.

## 6.14 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 **(Aguilar, Medina, & Martinez, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia, Michoacán, México., 2017)**.

## 6.15 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.

## 6.16 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 **(Aguilar, Medina, & Martinez, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia, Michoacán, México., 2017)**.

## 6.17 Consecuencia que tienen las madres solteras

La primera y principal dificultad de la mujer soltera embarazada está en el rechazo y acusación que sufre por parte de sus seres queridos cercanos que la consideran culpable de un delito y que se desentiende de su situación económica y personal y de la de su futuro hijo.

Es claro que ante las temáticas de género, se explique que la mujer se encuentra en una clara desventaja frente al sexo opuesto, de tal forma que se argumente que el hombre ante la mujer, tiene mayores oportunidades por su posición que se ha legitimado histórica y socialmente

hablando, ahora bien considerando desde la lógica el argumento dicho, un mujer madre soltera –por los prejuicios de algunas culturas- tendría menos legitimidad que la mujer que no lo es **(Vega F. , 2010)**.

La creación de redes de apoyo y la provisión de recursos que aborden tanto los aspectos emocionales como las dificultades prácticas pueden desempeñar un papel esencial en la promoción de la salud mental de estas madres y en la mitigación de los riesgos asociados con su situación, como la implementación de protocolos de detección, lo cual permitiría identificar a aquellas madres en riesgo de manera temprana, brindando oportunidades para intervenciones preventivas y tratamientos adecuados **(Briones , 2022)**.

## 6.18 Factores de riesgo

Se ha establecido que el desencadenante principal de la depresión postparto es de causa hormonal, debido a la caída de niveles de progesterona y estrógenos en esta etapa, pero la evidencia científica menciona que el origen hormonal no es su causa principal, siendo que los principales desencadenantes de depresión luego del parto son de índole psicosocial

La situación real en que se encuentra la gestante o la mujer en su postparto es la que determina que sufra de depresión; entre los factores psicosociales están: falta de apoyo por parte de la pareja, una madre soltera.

También los antecedentes de perdidas familiares en los últimos 10 años, haber sido víctima de violencia física, emocional o sexual en la infancia, antecedente de depresión, aislamiento social, que la mujer no cuente con redes de apoyo o familia extendida; factores socioeconómicos.

No poder pagar servicios básicos o de salud, vivir en un área peligrosa donde no haya espacios de recreación, también la separación prolongada de sus padres, perdida de uno de sus padres (dificulta cumplir el rol de madre) y un embarazo no deseado **(Benitez & Puente, 2021)**.

## 6.19 Depresión posparto

La depresión posparto es una condición que repercute negativamente en el entorno familiar y, a pesar de ello, no siempre se diagnostica.

La Organización Mundial de la Salud reporta que alrededor del 20 al 40% de las mujeres padecen depresión posparto en países en vías de desarrollo.

El ser madre soltera, o no vivir con alguna pareja, o tener problemas maritales da lugar a un riesgo incrementado de sufrir depresión posparto. A esto se añade, en la mayor parte de las ocasiones, una peor situación económica y menor apoyo social **(Sonabria , 2023)**.

## 6.20 Apoyo Social

El apoyo social se puede entender y evaluar desde dos perspectivas. Una 'cuantitativa-estructural', o también conocida como de integración social, la que se centra en la cantidad de vínculos en la red social de la persona, y una segunda perspectiva, denominada "cualitativa-funcional", que le da énfasis a las relaciones cercanas y significativas y a la evaluación propia del individuo sobre sus redes de apoyo disponibles.

Consideran que el apoyo social proviene, la mayor parte del tiempo, de redes sociales que son informales, pero también de redes sociales formales **(Blanco , Lago, Hernandez , & Espinoza , 2023)**.

## 6.21 El rol de la mujer que materna ha ido cambiando

Hoy gran parte de las madres no sólo cumplen ese rol, sino que también tienen un trabajo remunerado (a veces por necesidad, otras por necesidad y opción) **(Chavez, 2023)**.

## 6.22 Madre mala

Según la sociedad una madre mala es aquella que busca como como salir adelante con sus hijos, aquella que quiere llevar el alimento a los hijos, y que producto a ese valor que ella tiene como mujer puede llegar a desobligarse de los hijos.

## 6.23 Barreras que enfrenta una madre soltera

### Estrés por sobre carga de responsabilidades

Cuidar a un niño sin el apoyo de una pareja requiere de tiempo y un esfuerzo extra, algo que no siempre es fácil de asimilar, incluso cuando se trata de una decisión madura y meditada.

Es necesario que la mamá soltera sea consciente de sus limitaciones y no se sobrecargue física y mentalmente. Evitar la ansiedad y las metas inalcanzables favorece que la madre disfrute de la experiencia de criar a su hijo.

## 6.24 Conciliación de la vida familiar y laboral.

Es uno de los principales obstáculos de estas mujeres. La sensación de "no llegar a todo" y de que "al día le faltan horas" es una constante en las familias monoparentales. Tienen que

trabajar duro porque necesitan el dinero y quieren dedicar el máximo tiempo posible a la crianza y educación de su hijo.

### 6.2.1 Discriminación laboral

De acuerdo a estudios, uno de los puntos, es tener menores oportunidades de acceder a un empleo y de desarrollarse y promocionarse, si ya lo tienen. Según expertos en el terreno laboral, los empresarios tienden a pesar que el compromiso de estas mujeres con la compañía será menor.

### 6.3.2 Las dudas de los hijos

Entre los mayores temores de las madres solteras están las preguntas de su hijo sobre su padre, porque, aunque las familias monoparentales cada vez son más frecuentes en nuestra sociedad, es posible que el niño se cuestione si tiene padre o no y cuál es su paradero.

Por su parte, estas mujeres son conscientes de que sus hijos pueden necesitar una figura masculina, que generalmente suelen encontrar en hombres de su entorno **(Coqueta & Audas , 2019)**.

### 6.2.3 Clases de madres solteras

- Madre soltera por motivo de muerte de pareja.
- Madre soltera por motivo de abandono por la pareja.
- Madre soltera por motivo de violación.

### 6.2.4 Las condiciones materiales en madres solteras

Algunas mujeres ven este periodo mucho más oscuro, ya que ellas no decidieron vivir la maternidad en solitario, sino que por azar o diversas circunstancias de la vida, tienen que acabar solas haciéndose cargo de esta gran responsabilidad.

### 6.2.5 La infancia de las madres solteras

Este factor desempeña un papel importante que determina su forma de vida, las circunstancias que rodean la concepción del hijo o la hija al margen de las tradiciones propias de su grupo socio-cultural posterior frente a su hijo.

## 6.3 Patrones de crianza

La forma en que se es educado a lo largo de la niñez y adolescencia es la forma que se manifiesta como futuro padre, como lo son desde los extremos: Desde los disciplinados, autoritarios y muchos más **(Chocoj & Arevalo , 2018)**.

### 6.3.1 La edad de las madres solteras

Las edades de madres soltera han ido cambiando con el tiempo, ya que cada vez son adolescentes que por un motivo diferentes tienen la necesidad de criar a sus hijos con la ausencia de la figura paterna en el hogar, un factor importante para que se den este tipo de problemas o situaciones es la educación en casa y la poca información que las adolescentes reciben a lo largo de su vida **(Chocoj & Arevalo , 2018)**.

### 6.3.2 Madres solteras en la actualidad

En muchas sociedades actuales existe un cuerpo legal que elimina la discriminación hacia las madres solteras y sus hijos, e incluso algunos gobiernos nacionales e incluso de países del "Tercer mundo cuenta con programas de ayuda institucionalizada para hogares donde las mujeres son las jefas.

Que 9 incluyen ayuda estatal, becas de estudio para los hijos, créditos bancarios para que las mujeres inicien pequeñas y medianas empresas, y otros **(Chocoj & Arevalo , 2018)**.

### 6.3.3 Situación económica en madres solteras

Las situaciones socioeconómicas que tienen que enfrentar las madres solteras en condición de desventaja, conlleva a realizar actividades laborales de la que depende el ingreso económico que llevan al hogar. Dichas labores son realizadas por las mujeres en circunstancias difíciles **(Lam, 2013)**.

### 6.3.4 El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales

Este fenómeno representa un problema de gran relevancia actual en el marco del estudio social del estrés, ya que las condiciones sociales (organización social**,** apoyo social, aspectos socioeconómicos, estatus marital, rol laboral, género, pueden estar implicadas tanto en el origen como en las consecuencias de las experiencias estresantes.

Las situaciones sociales pueden provocar altos niveles de estrés que, a su vez, afectan a la salud, a la calidad de vida y la longevidad.

Las influencias sociales sobre la salud no se limitan al influjo de variables como el sexo, la edad, el nivel de ingresos, sino que incluyen otras variables menos estratificadas, tales como

los estilos o hábitos de vida (por ejemplo, fumar, tomar drogas, hacer poco ejercicio físico, seguir una dieta poco saludable **(Sandin , 2002)**.

## 6.4 Las teorías psicodinámicas

son un conjunto de perspectivas psicológicas que se enfocan en la interacción entre el inconsciente y la conciencia, y en cómo estos procesos influyen en la personalidad y el comportamiento de las personas. Estas teorías, desarrolladas principalmente por Sigmund Freud, han tenido un impacto significativo en la psicología y han dado lugar a diversas corrientes de pensamiento **(Calle , 2023)**.

### 6.4.1 Teoría psicoanalítica de Sigmund Freud

La teoría psicoanalítica de Freud es una de las más influyentes en la psicología moderna. Freud propuso que la mente humana está compuesta por tres partes: el ello, el yo y el superyó. Según Freud, el ello es la parte más primitiva y está impulsada por instintos y deseos inconscientes, mientras que el yo es la parte consciente y racional, y el superyó representa los valores morales internalizados.

Freud también introdujo conceptos como el complejo de Edipo, las etapas del desarrollo psicosexual y los mecanismos de defensa, que son mecanismos psicológicos que el yo utiliza para protegerse de la ansiedad.

¿Qué aportó?

La teoría psicoanalítica de Freud ayudó a cambiar la forma en que se entiende la mente y la conducta humanas, al destacar la importancia de lo inconsciente y de las experiencias tempranas en la formación de la personalidad. Esta teoría también ha influido en el desarrollo de tratamientos psicoterapéuticos como el psicoanálisis **(Calle , 2023)**.

### 6.4.2 Teoría de la personalidad de Carl Jung

Carl Jung fue un discípulo de Freud que desarrolló su propia teoría de la personalidad, conocida como psicología analítica. Jung introdujo conceptos como el inconsciente colectivo, los arquetipos y la tipología psicológica, que se refiere a las diferencias individuales en la forma de percibir y procesar la información.

Jung también propuso la existencia de dos orientaciones de la personalidad: la extraversión, caracterizada por el interés en el mundo externo y las interacciones sociales, y la introversión, caracterizada por el enfoque en la vida interior y las reflexiones personales.

¿Qué aportó?

La teoría de la personalidad de Jung amplió la visión de la psicología al incorporar aspectos como la espiritualidad, la simbología y la búsqueda de sentido en la vida. Sus conceptos han sido utilizados en terapias como el análisis junguiano y han contribuido al campo de la psicología profunda **(Calle , 2023)**.

### 6.4.3 Teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson

Erik Erikson fue un psicoanalista que profundizó en la teoría del desarrollo psicosexual de Freud y la extendió con su teoría del desarrollo psicosocial. Erikson propuso que las personas atraviesan una serie de crisis psicosociales a lo largo de su vida, y la forma en que resuelven estas crisis impacta en su desarrollo de la personalidad.

Según Erikson, cada etapa de desarrollo está marcada por un conflicto específico, por ejemplo, la confianza frente a la desconfianza en la etapa del bebé, la autonomía frente a la vergüenza y duda en la etapa de la infancia, entre otras.

¿Qué aportó?

La teoría de Erikson enriqueció la comprensión del desarrollo humano al incluir aspectos sociales y emocionales en la formación de la identidad. Su enfoque en las crisis y los logros del ciclo vital ha sido fundamental en campos como la psicología del desarrollo y la psicología educativa **(Calle , 2023)**.

### 6.4.4 Teoría de la motivación de Alfred Adler

Alfred Adler fue un psicoanalista contemporáneo de Freud que desarrolló la teoría de la personalidad que se conoce como psicología individual. Adler destacó la importancia de la motivación y la búsqueda de significado en la vida de las personas, proponiendo que los individuos están impulsados por la "tendencia de autorrealización".

En lugar de centrarse en conflictos internos como Freud, Adler se enfocó en la importancia de la relación entre el individuo y su entorno social, así como en el impulso hacia la superación de los sentimientos de inferioridad.

¿Qué aportó?

La teoría de Adler puso énfasis en la importancia de la perspectiva individual y en la capacidad de las personas para crear su propio destino a través de sus elecciones y acciones. Sus ideas han influido en enfoques terapéuticos como la psicoterapia centrada en la persona y han enriquecido la comprensión de la motivación humana **(Calle , 2023).**

## 6.4.5 Teoría del apego de John Bowlby

John Bowlby fue un psicoanalista y psiquiatra que desarrolló la teoría del apego para explicar la importancia de las relaciones tempranas en el desarrollo emocional de los niños. Según Bowlby, los niños forman vínculos de apego con sus cuidadores primarios que impactan en su sentido de seguridad y en su capacidad para regular sus emociones en la vida adulta.

Bowlby identificó diferentes estilos de apego, como el seguro, el ansioso ambivalente, el evitativo y el desorganizado, que pueden influir en la forma en que las personas establecen relaciones en la vida.

¿Qué aportó?

La teoría del apego de Bowlby ha tenido un gran impacto en la psicología del desarrollo y en la psicoterapia, al destacar la importancia de las experiencias tempranas en la formación de la seguridad emocional y en la capacidad de establecer vínculos afectivos saludables. Esta teoría ha sido fundamental en el campo de la psicología infantil y en la comprensión de los trastornos del apego **(Calle , 2023)**.

## 6.4.6 Teoría de la personalidad de Karen Horney

Karen Horney fue una psicoanalista y psicóloga que desarrolló una teoría de la personalidad crítica con respecto a la visión freudiana. Horney propuso que las personas son motivadas principalmente por la ansiedad en lugar de por instintos sexuales, y que la cultura y la sociedad desempeñan un papel crucial en la formación de la personalidad.

Horney también introdujo conceptos como el "deseo de movilidad", que se refiere a la búsqueda de seguridad y amor en las relaciones interpersonales, y la "tiranía de los deberes", que alude a las expectativas sociales que pueden generar conflictos en la persona.

¿Qué aportó?

La teoría de Horney amplió la comprensión de la personalidad al incorporar aspectos socioculturales y emocionales en la formación de la identidad. Su enfoque en la ansiedad y en la influencia de la cultura en la psique humana ha tenido un impacto significativo en la psicología contemporánea y en la terapia psicodinámica **(Calle , 2023)**.

## 6.4.7 Teoría de la identidad narrativa de Dan P. McAdams

Dan P. McAdams es un psicólogo que ha desarrollado la teoría de la identidad narrativa, que propone que las personas construyen su identidad a través de la creación de narrativas autobiográficas que les permiten dar sentido a sus experiencias y trazar un sentido de continuidad en sus vidas.

McAdams identifica diferentes niveles en la construcción de la identidad, como el nivel de los rasgos disposicionales y el nivel de los temas narrativos, que reflejan las preocupaciones y motivaciones centrales de la persona a lo largo del tiempo.

¿Qué aportó

La teoría de la identidad narrativa de McAdams ha enriquecido la comprensión de la identidad humana al destacar la importancia de la narrativa en la creación de significado y coherencia en la vida. Su enfoque ha sido relevante en campos como la psicología del yo y la psicoterapia narrativa, al resaltar la importancia de la narración de historias personales en la formación de la identidad **(Calle , 2023)**.

## 6.4.8 Modelo conductivo conductual

La Terapia Cognitivo Conductual (TCC) puede definirse como una forma de psicoterapia cuyo propósito consiste en resolver problemas actuales, emociones y conductas disfuncionales, tomando en cuenta el rol que juega el aprendizaje humano, así como los efectos del ambiente, las cogniciones y el lenguaje en los problemas psicológicos.

Esta se ha extendido por casi todo el territorio en donde se practica psicoterapia, siendo una de las psicoterapias más aceptadas y aplicadas en el mundo **(Mendoza , 2020)**.

## 6.4.9 Modelo de atención integrar

Es un conjunto de procedimientos de gestión, que fortalece la articulación del sistema de atención para proteger a las víctimas de delitos, realizando acciones de investigación, persecución y sanción penal desde el conocimiento del hecho, hasta su recuperación, resarcimiento de daños y restitución de sus derechos.

## 6.5 Ley 779

La presente Ley tiene por objeto actuar contra la violencia que se ejerce hacia las mujeres, con el propósito de proteger los derechos humanos de las mujeres y garantizarle una vida libre de violencia, que favorezca su desarrollo y bienestar conforme a los principios de igualdad y no discriminación.

Establecer medidas de protección integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia y prestar asistencia a las mujeres víctimas de violencia, impulsando cambios en los patrones socioculturales y patriarcales que sostienen las relaciones de poder (Ley 779, 2014).

La Ley 779 es una respuesta al grave problema de la violencia que causa muerte, mutilaciones, daños físicos, psicológicos y patrimoniales para las mujeres del país. **(pág. 746)**

El artículo 1 de la Convención Belen do Para establece que la violencia contra la mujer incluye cualquier acción o conducta basada en su género que cuse muerte, daño, o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en ámbito público como en el privado.

El artículoo 11 menciona que el Estado debe garantizar el acceso a la salud integral de las mujeres, lo que incluye atención psicológica y psiquiátrica para las víctimas de violencia. Esta disposición puede ser aplicada a cualquier mujer, incluyendo a madres solteras que enfrenten problemas de salud mental derivados de situaciones de violencia o estrés extremo **(pág. 4)**.

*Tabla 1 Matriz de categorías*

## 8. Matriz de categorías

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Tema** | Salud mental en madres solteras | | | | | | |
| **Objetivo general** | **Identificar los conocimientos y la conciencia acerca de los problemas psicológico que pueden desarrollar las madres solteras.** | | | | | | |
| **Objetivos Específicos** | **Preguntas Especificas** | **Categoría** | **Definición de categoría** | **Subcategoría** | **Instrumentos** | **Informantes** | **Elementos** |
| Conocer los efectos psicológicos de las madres solteras. | **¿Cuáles son los efectos psicológicos de las madres solteras?** | **Efectos psicológicos**<br><br>**Madres solteras** | **Fenómeno que influye en la percepción, pensamiento y comportamiento.**<br><br>**Las madres solteras son aquellas que han tenido uno o varios hijos fuera de matrimonio sin presencia física, ni el apoyo económico del padre de su o sus hijos.** | **Consecuencias**<br>**Estado emocional**<br>**Trastornos síndromes**<br>**Baja autoestima**<br>**Malas relaciones interpersonales**<br>**Agresividad**<br>**Fracasos en las relaciones amorosas**<br>**Traumas de la infancia**<br>**Percepción**<br>**Pensamiento**<br>**Comportamiento**<br>**Edad**<br>**N° de hijos**<br>**Situación laboral**<br>**Historia de vida**<br>**Estado civil**<br>**Nivel académico**<br>**Procedencia**<br>**Religión** | **Entrevista** | **Madres solteras** | **Preguntas principales** |
| Describir los problemas psicológicos de las madres solteras. | **¿Cuáles son los problemas psicológicos de las madres solteras?** | **Problemas psicológicos**<br><br>**Madres solteras** | **Es cualquier condición o trastorno que afecta nuestra salud mental y emocional**<br>**Tipo de familia mono parental en la que una mujer lleva a cabo la crianza de sus hijos y el manejo de su hogar sin compañía y apoyo de una pareja** | **Condición**<br>**Trastornos**<br>**Salud mental**<br>**Problemas económicos**<br>**Depresión**<br>**Ansiedad**<br>**Estrés**<br>**Familia**<br>**Crianza**<br>**Hijos**<br>**Hogar**<br>**Pareja** | **16 PF forma A y B** | **Madres solteras** | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Proponer técnicas de atención para fortalecer la salud mental de las madres solteras | **¿Cuáles son las técnicas de atención para fortalecer la salud mental de madres solteras?** | **Salud Mental**<br><br>**Técnicas de atención psicológica** | **La salud mental es, en términos generales, los estados de equilibrio social y conductual de una persona con su entorno sociocultural. Conjunto coherente de recursos utilizados por un equipo profesional disciplinario, con el propósito de desplegar tareas en un determinado espacio social y socio-cultural.** | **Equilibrio Social**<br>**Equilibrio conductual**<br>**Sociocultural**<br>**Recursos**<br>**Disciplinario**<br>**Espacio social**<br><br>**Técnicas de psicoterapia** | **Entrevista** | **Expertos** |

## 9. Diseño Metodológico

Este apartado comprende el proceso metodológico, la descripción de la etapa investigativa científica, los instrumentos que se eligieron para aplicar acorde a la temática, las consideraciones éticas necesarias para la calidad científica.

## 9.1 Tipo de Estudio

Estudio descriptivo experimental: Según el enfoque de estudio esta es una investigación descriptiva, bajo un método cualitativo, ya que el comportamiento, y sentir de las madres solteras primerizas fue observado y descrito en su ambiente natural. Se decidió usar el método descriptivo ya que uno de los objetivos de este informe es analizar la situación que pasan las madres solteras y como las condiciona desde el punto de vista de la salud mental y su situación ante la sociedad, como tal desde enero a septiembre del año 2023.

El método descriptivo es uno de los métodos cualitativos que se usan en investigaciones que tienen como objetivo la evaluación de algunas características de una población o situación en particular. En la investigación descriptiva, el objetivo es describir el comportamiento o estado de un número de variables **(Sabino, 2014)**.

### 9.1.2 Enfoque del estudio

Enfoque cualitativo

El enfoque de estudio de la investigación es cualitativo tomando a referencia el estado de salud mental bajo el que se encuentran las madres solteras que fueron usadas como muestra de la población.

El enfoque cualitativo consiste en recopilar y analizar datos no numéricos para comprender conceptos, opiniones o experiencias, así como datos de experiencias vividas, emociones o comportamientos, como los significados que las personas les atribuyen, siendo esta la razón para que los resultados se expresen en palabras.

### 9.1.3 Paradigma

Esta investigación se desarrolló bajo el paradigma interpretativo que aspira simplemente a explicar significados subjetivos, asignados por los actores sociales a sus acciones, así como a descubrir el conjunto de repercusiones vividas por las madres solteras del barrio Saúl Tercero, del municipio de Pueblo Nuevo, y así rediseñar estrategias de apoyo para estas madres vulnerables y su futuro en el aspecto mental como factor determinante.

El paradigma interpretativo apuesta por la pluralidad metodológica y por la aplicación de estrategias diversas de investigación de características cualitativas: por ejemplo, para recoger datos se vale de entrevistas, encuestas, historias de vida, observación participativa, cuadernos de campo, entre otros.

### 9.1.4 Unidad de Análisis

La unidad de análisis de este diseño metodológico es “al grupo de madres solteras” en los cuales se utilizaron técnicas e instrumentos para la recolección de información los cuales están validados por profesionales.

La importancia de la unidad de análisis en este estudio fue de mucha importancia, ya que gracias a las diferentes herramientas se pudieron llegar a identificar las diferentes problemáticas que vivencian las madres solteras, desde la crianza que tuvieron, así como los patrones que estas presentan, su influencia en la salud mental y de este modo se permitió obtener una comprensión más explícita de los factores que afectan y repercuten en su salud mental.

### 9.1.5 Aplicación del estudio a la psicología

La aplicación de este estudio en la psicología es una vital fuente de conocimientos para muchos, es un tema que pocas personas llegan a abordar, la gran mayoría de madres solteras vivencian un sin número de problemas emocionales que incluso han llegado a ser cuadros clínicos, pero son pocas las personas que se interesan en ello.

Las madres solteras pueden estar en mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental debido a la sobrecarga de responsabilidades y la falta de apoyo emocional o económico. El estudio de la salud mental de las madres solteras permite diseñar programas de intervención específicos que aborden sus necesidades particulares.

La salud mental de las madres solteras también tiene implicaciones directas en el bienestar y desarrollo de sus hijos. La psicología estudia cómo el estrés y los trastornos emocionales de las madres pueden afectar el ambiente familiar y el desarrollo socioemocional de los niños.

Una madre con síntomas de estrés podría no responder adecuadamente a las necesidades de los hijos, lo que afectaría su normal desarrollo, las madres que asignan mucho tiempo a los temas laborales dedicarían menos tiempo a la atención de los hijos. Esta situación traería problemas en el fortalecimiento del vínculo emocional con la madre, los hijos la sentirían distante, ausente y emocionalmente inaccesible.

Si esto va acompañado por los síntomas naturales del estrés, por ejemplo, cambios en el humor, los hijos pueden llegar a tenerle miedo y cuando sean adultos podrían tener problemas para construir relaciones socioemocionales con los demás **(Daniel Rubén Tacca Huamán, 2020)**.

## 9.2 Áreas de estudio

### 9.2.1 Área de conocimiento

Desde las líneas de investigación de la UNAN Managua y CINE 13 corresponde a las siguientes,

**LÍNEA SAL-2: Salud Pública**

La línea de investigación considera el estudio de la distribución y determinantes de los procesos salud, enfermedad y estilos de vida, así como las estrategias de prevención de enfermedades y promoción de la salud. Involucra la identificación de problemas en la comunidad, seguridad y el ambiente laboral, medio ambiente, desastres, reducción del riesgo, hasta la gobernanza, inter sectorialidad, gestión y calidad de los servicios de salud, para generar evidencia y proponer intervenciones efectivas a nivel del individuo, familia y comunidad con el fin de promover y preservar la salud de la población.

**SUB-LÍNEA SAL-2.3: Salud mental, discapacidad e inclusión**

Esta sub línea contempla el estudio de la promoción del bienestar, los derechos humanos, inclusión, el tratamiento y rehabilitación en las diferentes etapas del ciclo de vida, considerando las necesidades de la sociedad, así como la exposición a sucesos vitales adversos o condiciones extremas de estrés y de las afecciones conexas como el consumo de drogas, la intervención temprana en la discapacidad y la salud mental (UNAN MANAGUA, 2021)

Con relación a la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación (CINE-13), el estudio se encuentra dentro de la clasificatoria de los Campos de educación y capacitación CINE: Campo amplio 03: Ciencias sociales, periodismo e información, asimismo en el Campo específico 031: Ciencias sociales y del comportamiento y en el campo detallado 0313 Psicología Bajo los criterios y clasificación la investigación está enfocada en la formación e investigación social (UNESCO, 2013)

### 9.2.2 Área geográfica

Geográficamente el área de estudio estará centrada en el barrio Saúl Tercero del municipio de Pueblo Nuevo, departamento de Estelí.

Se tomó como punto de referencia este municipio ya que existe un gran número de madres solteras, de las cuales se ha conocido previamente casos de mujeres con problemas críticos en su salud mental, vulnerables emocionalmente que necesitan tener una alternativa profesional a sus problemas.

De igual forma las mujeres a quienes se les ha planteado la propuesta de implementar herramientas para fortalecer su salud mental, creen que, si les puede ayudar a mejorar su calidad de vida y sus relaciones sociales y familiares, dando a conocer que si hay una sentida necesidad de que un profesional de la salud conozca sus necesidades con respecto a su salud mental y de esta forma proponer métodos para mejorar.

Cultura, patrimonio, territorio y desarrollo, centra su interés en la generación de conocimientos pertinentes al patrimonio integral desde sus diversas expresiones y manifestaciones, para el fortalecimiento de las identidades comunitarias, locales, regionales, nacionales, transnacionales e internacionales, vistas desde los actores sociales en sus procesos de desarrollo. Complementa su interés en el análisis de las dinámicas territoriales en los distintos aspectos que configuran el devenir social en entornos interculturales e interconectados.

**Sub Línea CSH-1-2:** Actores sociales y desarrollo comunitario

Esta sub línea se enfoca en el estudio interdisciplinar de los distintos sujetos sociales que coexisten en el territorio y los procesos que desarrollan entre grupos, individuos e instituciones públicas o privadas generando el desarrollo comunitario en sus diversas expresiones. El estudio de los actores sociales permitirá conocer comportamientos, intereses y alianzas que aportan a la construcción de modelos de desarrollo desde y con las comunidades.

## 9.3 Población y muestra

### 9.3.1 Población

La población para esta investigación será un total de 220 madres solteras del casco urbano del municipio de Pueblo Nuevo.

### 9.3.2 Muestra intencionada

El muestreo por juicio o intencional se refiere a la selección intencionada de elementos de la población de estudio, basad en el juicio del investigador y en la búsqueda de participantes que cumplan con ciertas características o criterios relevantes para el estudio. **(Manero , 2023)**

Al tomar la muestra de esta investigación se seleccionó el barrio Saul Tercero del municipio de Pueblo Nuevo, por la accesibilidad de las investigadoras, la confianza en el territorio brinda la posibilidad de poder visitarlas con más seguridad donde serán participes 4 mujeres madres solteras quienes colaboraron en la realización de esta investigación.

### 9.3.4 Criterios de selección de la muestra

- No tener pareja
- Tener uno o varios hijos de una relación fallida
- Edad indiferente

## 9.4 Métodos, técnicas e instrumentos de investigación

Para realizar esta investigación se utilizó el método inductivo, el cual es un tipo de razonamiento que consiste en obtener conocimientos generalizables a partir de conocimientos específicos. Así, va desde ala observación de fenómenos particulares a la formulación de conclusiones generales. **(Arellano, 2023)**

Las técnicas de una investigación son las herramientas y procedimientos empleados en dicha investigación para obtener información, se utilizan de acuerdo a los protocolos establecidos en una metodología de investigación determinada. Esto permite organizar las diversas etapas de la investigación, facilita el control de la cantidad y la calidad de la información y constituye una guía sobre la validez de la hipótesis. **(Editorial Etecé, 2024)**

• Técnica: conjunto de reglas y procedimientos que permiten al investigador establecer la relación con el objeto o sujeto de la investigación.

• Instrumento: mecanismo que usa el investigador para recolectar y registrar la información: formularios, pruebas, test, escalas de opinión y listas de chequeo.

• Las fuentes de información: Primaria y Secundaria.

En este caso vamos a utilizar la fuente de información primaria ya que estaremos trabajando con las siguientes fuentes.

**Tabla 2** ***Instrumentos utilizados***

| Técnica | Instrumento |
|---|---|
| **Entrevista** | **Guia de entrevista dirigida a madres**<br>**Es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Canales la define como "la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto".**<br>**Entrevista Clinica**<br>**Es un proceso esencial en el campo de la salud ya que permite a especialistas obtener informacion relevante sobre el paciente. Gracias a esta herramienta, el professional conocer major el caso y establece un diagnostico adecuado, así como un tratamiento a seguir. (Escuelad de Postgrado de Medicina y Sanidad, 2022)** |
| **Encuesta** | **Test 16 PF**<br>**El test de personalidad 16 factores, también conocido como 16 pf, es uno de los instrumentos mas utilizados para conocer la personalidad de un individuo. Esta prueba fue desarrollada por el psicólogo Raymond Cattel, quien postulo que la personalidad esta conformada en gran medida por 16 rasgos principales. La prueba 16 pf se compone de preguntas de selección múltiple en las que el encuestado debele elegir una de tres alternativas diferentes. (QuestionPro, 2024)** |

## 9.5 Fases de la investigación

### 1. Fase epistemológica

El proceso investigativo inicia con la observación y descripción de la realidad, mismas que permiten identificar un problema de estudio y describirlo a través de las causas y consecuencias reconocidas. Contempla las siguientes actividades

- Descripción del problema
- Formulación y delimitación del problema
- Objetivos de la investigación
- Justificación y viabilidad

### 2. Fase teórica

Es un proceso que inicia con un debate acerca de lo que ya se conoce del problema, aspectos que son necesarios conocer y resultados que se esperan encontrar al final del estudio. En esta fase se construye el marco teórico para proponer relaciones, comportamientos o hechos. Contempla las siguientes actividades:

- Descripción del contexto (Marco contextual)
- Revisión de la literatura relacionada (Marco de antecedentes)
- Construcción de la normativa (Marco legal)
- Desarrollo del Marco Teórico

### 3. Fase metodológica

Es un plan general que implica decidir qué método se va a emplear para resolver el problema y comprobar la hipótesis. Las actividades son:

- Selección del paradigma y método de investigación
- Identificación de la población que se estudiará
- Diseño de un plan de muestreo
- Selección, realización y validación de técnicas e instrumentos de recolección de datos

## 9.5.1 Fase inicial

La fase inicial consta de incluir elementos con el fin identificar el motivo mediante el cual la investigación se llevará a cabo, la presente investigación tiene como objetivo analizar a profundidad las diferentes problemáticas de abordaje que se verán en este trabajo, a través de una serie de técnicas e instrumentos que se utilizarán. Se tiene pensado utilizar una metodología de investigación enfocada en el paradigma interpretativo porque aspira a obtener un significado subjetivo, así como descubrir el conjunto de repercusiones vividas por las madres solteras y el impacto en su salud mental.

## 9.5.2 Fase metodológica

**3. Fase metodológica**

Es un plan general que implica decidir qué método se va a emplear para resolver el problema y comprobar la hipótesis. Las actividades son:

- Selección del paradigma y método de investigación
- Identificación de la población que se estudiará
- Diseño de un plan de muestreo.
- Selección, realización y validación de técnicas e instrumentos de recolección de datos

**4. Fase técnica**

Es el momento de aplicar los instrumentos diseñados en la metodología. Contempla los siguientes pasos:

- Aplicación de los instrumentos de recolección de datos
- Organización de los datos para el análisis
- Análisis de información
- Interpretación de resultados
- **Síntesis y discusión de resultados**

## 9.5.3 Fase de trabajo de campo

Para la realización de este trabajo académico se ha tomado en cuenta un problema común en nuestra sociedad, relacionado a un común denominador que forma parte de las bases de nuestra realidad, siendo la mujer madre soltera, la protagonista y objeto de estudio ligado a dicha investigación. Tomando como punto de partida la salud mental, la cual ha venido tomando protagonismo como factor determinante del estatus, nivel de vida y convivencia general de las mujeres y personas en general.

### 9.5.4 Entrega de informe final

El Desarrollo del trabajo ha traído sus desafíos en la etapa de ejecución de campo debido a las distancias que debemos enfrentar en cuanto a ubicación, más allá de eso se ha tenido el apoyo constante de las protagonistas, quienes han estado muy presentes en el transcurso del proceso, demostrando siempre que quieren y necesitan el apoyo de programas de atención psicológica que se interesen en ofrecer un apoyo, tal cual lo estamos haciendo con ellas.

Se ha dado salida a los objetivos planteados;

Comenzando por el primer objetivo, las dificultades emocionales detectadas en las protagonistas y todo el sufrimiento que transmiten en sus entrevistas han demostrado que el convertirse en madre soltera conlleva un sinnúmero de eventos que generan un caos emocional en la madre.

En la investigación realizada se han tomado en cuenta protagonistas jóvenes, mediana edad y tercera edad para obtener un perfil más practico sobre lo que se quiere descubrir, el poder tener noción de que tanto afecta a lo largo de los años de vida estos traumas y problemas psicológicos, como el caso de una abuelita protagonista que no pudo con el conjunto de emociones y sentimientos encontrados que genero la entrevista al tener un vistazo al pasado en las historias grabadas en su interior.

Los problemas psicológicos de las madres solteras en las diferentes edades, van desde inseguridades, baja autoestima, depresión entre otros solo por mencionar en actualidad, pero en su momento hubo otros problemas psicológicos que desencadenaron más problemas, como una depresión post parta, la incapacidad de controlar sus sentimientos l punto de sentir rechazo por su propio hijo, ya que veía en su hijo el recuerdo de su padre.

En fin, mujeres castigadas por la vida, en desamores, malas decisiones, embarazos a temprana edad y la mala suerte de haber escogido compañeros que en su momento jamás les ofrecieron un lugar en sus vidas y la oportunidad de tener una familia unida.

Es verdad que estas situaciones crean mujeres independientes, pero son mujeres que tuvieron que aprender a las malas, exponiéndose a situaciones de las cuales ha sido imposible salir ilesas psicológicamente.

Las técnicas de atención para las madres solteras pueden implementarse si ofrecemos los medios necesarios para que ellas se sientan a gusto y en un ambiente de seguridad para las mismas, todas las protagonistas manifiestan desconocer de entidades que ofrezcan este servicio y que pudieran ayudarles a dar un poco de alivio a sus diferentes problemáticas, ya que mencionan que es un apoyo profesional necesario que les encantaría tener.

### 9.5.5 Consideraciones éticas

Para la realización de esta investigación y conocer su evolución se tomaron en cuenta todas aquellas consideraciones éticas que mantendrían en total discreción aspectos como la identidad de las personas a quienes se consultó para obtener todos los datos que hicieron que la información obtenida lograra coherencia y logística.

Se conoce que la ética son las normas que rigen la conducta de una persona, que estudia la moral y que establece la forma en la que deben actuar los individuos, en donde también se refleja su integridad, principios, conciencia, responsabilidad, principios psicológicos, confidencialidad entre otros valores humanos.

Un rasgo ético de suma importancia él es consentimiento informando, que es un procedimiento mediante el cual se garantiza que el sujeto ha expresado voluntariamente la intención de participar en la investigación, el consentimiento informado más que un documento formal, es un modelo de una virtuosa relación entre los profesionales de la salud y los pacientes. **(Revista Médica Clínica Las Condes , 2010)**

Por otro lado, tenemos la existencia de raport el cual consiste en crear una conexión de empatía con otra persona, para que se comunique con menos resistencia, el raport es uno de los elementos más importantes de psicoterapia, dado que, en ellos, los profesionales de la psicología trabajan para crear este vínculo terapéutico adecuado. En definitiva, se trata de crear un clima conversacional que sea adecuado **(encuadrado , 2022)**.

## 10. Análisis y discusión de los resultados

En este apartado se presentarán los resultados obtenidos de las pruebas realizadas a cada una de madres solteras, con el objetivo de conocer los efectos psicológicos de estas madres, así como también el de identificar los conocimientos y la conciencia que tienen estas madres acerca de los problemas psicológicos que pueden llegar a desarrollar.

### 10.1. Caracterización general

A continuación, se presentarán los hallazgos más notados de forma general, siempre con el objetivo conocer los efectos psicológicos de estas madres solteras, así como también el de identificar los conocimientos y la conciencia que tienen acerca de los problemas psicológicos que pueden llegar a desarrollar y como su salud mental se puede llegar a ver afectada.

Al haber sido analizadas de forma exhaustiva las pruebas aplicadas a las diferentes madres solteras, desde la aplicación de entrevistas, hasta el test 16 factores de la personalidad se encontró que en gran medida estas madres solteras se han visto afectadas significativamente por una serie de factores relacionados con su rol parental y las dificultades socioeconómicas que estas enfrentan.

La carga psicológica y emocional de darle crianza a sus hijos sin el apoyo de una pareja puede generar altos niveles de estrés, ansiedad y depresión, que fueron los rasgos psicológicos más mencionados por ellas, según su experiencia estos estados emocionales son los más comunes en su rol de madre soltera.

Estas madres solteras suelen experimentar con frecuencia una mayor presión debido a que poseen una responsabilidad exclusiva sobre el bienestar físico y emocional de sus hijos, lo que ha ocasionado sentimientos de agotamiento excesivo y mucha soledad.

Por otro lado, la falta de apoyo social, incluyendo las dificultades económicas y los pocos recursos para el autocuidado llegan a contribuir al deterioro de su salud mental, al presentar estos resultados se puede evidenciar que estas madres poseen muchas probabilidades de presentar trastornos de ánimo y altos niveles de estrés. Esto puede llegar a afectar su bienestar general y la capacidad que tiene para enfrentar sus vivencias cotidianas.

Analizando las diferentes entrevistas realizadas a profesionales de psicología, se han identificado factores que llegan a afectar de manera negativa a las madres solteras. Como anteriormente se mencionaba, la mayoría de las madres solteras enfrentan niveles de estrés muy altos, así como ansiedad, depresión, pensamientos suicidas y generalmente siempre en la búsqueda de culpables ante sus situaciones, la falta de redes de apoyo son factores claves que agravan estas dificultades emocionales.

Los psicólogos señalan que la sensación de aislamiento y la preocupación constante por el bienestar de su o sus hijos pueden generar sentimientos de desesperanza y agotamiento. Es importante reconocer que, con el acompañamiento adecuado, estas madres solteras pueden desarrollar estrategias de resiliencia y encontrar mecanismos para afrontar el estrés, por esto existe la necesidad de implementar programas de apoyo superior y de constancia por madres solteras.

### 10.1.2 Descripción de las respuestas de las mujeres según la edad

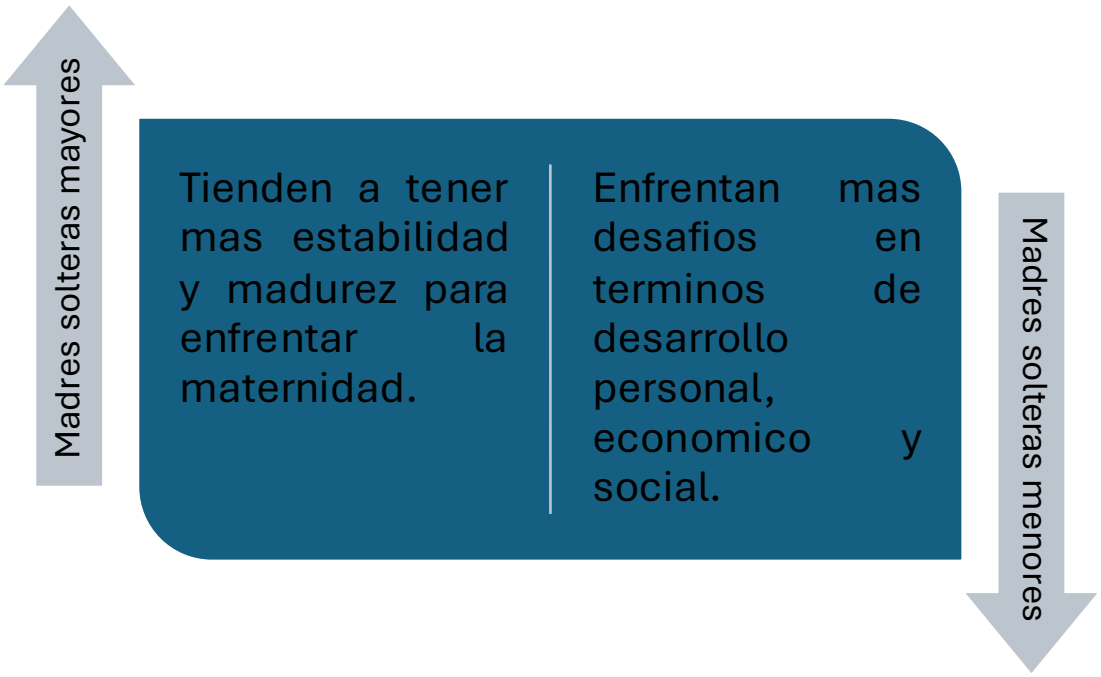
Las diferencias entre una madre soltera joven y una mayor están profundamente influenciadas por la etapa de desarrollo, los recursos disponibles y el contexto del municipio de Pueblo Nuevo en este caso 3 mujeres del casco urbano y 1 de una comunidad rural enfrenta.

En este estudio se consideraron mujeres en edades de: 20, 34, 40 y 60 años.

En las madres menores

Analizando el proceso de resiliencia, considerando las vivencias por la edad, las madres mayores seguramente como fruto de la interacción entre ellas y su entorno. Es un proceso, un devenir, de forma que no es tanto la persona la que es resiliente como su evolución y el proceso de vertebración de su propia historia vital **(Carretera , 2010)**.

**Figura 1** *Distribución de madres por edad*




### 10.1.3 Reacciones de las madres de acuerdo con el número de hijos

Las madres solteras con un solo hijo pueden tener una relación más cercana y exclusiva con su hijo y sentir una mezcla de orgullo y presión al sentir que es la única fuente de apoyo para su hijo, puede sentir la carga de la soledad y la falta de apoyo.

Una madre soltera con dos o más hijos puede experimentar sentimientos de agobio o sobrecarga, aunque el amor por sus hijos sigue siendo igual y fuerte, la demanda de tiempo y atención aumenta, lo que provoca que se lleguen a sentir abrumadas y experimentar altos niveles de estrés

A medida que el número de hijos va aumentando la madre suele enfrentar más desafíos en términos de tiempo, recursos y energía, sin embargo, pueden desarrollar una mayor resiliencia, la reacción emocional varía según la personalidad de la madre, su red de apoyo y la capacidad que posee para manejar el estrés.

### 10.1.4 Reacciones de las madres de acuerdo a la escolaridad

La escolaridad afecta tanto la estabilidad económica como la capacidad para gestionar las responsabilidades de la maternidad, las madres solteras con poca educación pueden sentir frustración o inseguridad respecto a su capacidad para ofrecer un futuro estable a sus hijos, esto las lleva a experimentar estrés por las limitadas oportunidades que podrían tener, también pueden sentirse aisladas o estigmatizadas debido a su nivel educativo.

Las madres solteras con una educación superior tienden a sentirse más seguras respecto a su capacidad para proporcionar estabilidad a sus hijos, tanto emocional como económicamente. Esto puede generar un mayor sentido de autosuficiencia y confianza en su rol como madre. Pero, aunque tiene más acceso a empleos remunerados y a redes de apoyo, la presión de ser madre soltera puede ser intensa.

El desafío de encontrar tiempo para la crianza y las responsabilidades laborales puede llevarlas al agotamiento y tener problemas para equilibrar su vida personal, profesional y materna, y esto sumándole que debe enfrentarse a expectativas sociales altas debido a su nivel educativo, lo que puede aumentar el estrés.

### 10.1.5 Condición laboral de las madres

La condición laboral de las madres solteras tiene un gran impacto en su salud mental, ya que las presiones y exigencias del trabajo se suman a las responsabilidades de la crianza, lo que puede afectar tanto su bienestar emocional como físico, las exigencias laborales pueden sumarse a las dificultades inherentes a la crianza de sus hijos.

Mientras que la estabilidad laboral puede proporcionar seguridad y confianza, los trabajos precarios, inestables o la falta de empleo pueden incrementar el estrés, la ansiedad, la frustración y la depresión. La conciliación entre la vida laboral y familiar es un desafío constante, y las madres solteras deben encontrar formas de gestionar estas presiones para preservar su bienestar emocional.

### 10.1.6 Historia de la infancia y la relación con las madres solteras

Tiene gran influencia en su salud mental y en la forma en la que esta maneja la responsabilidad en su rol como madres. Las experiencias tempranas, las relaciones

familiares y los posibles eventos traumáticos pueden moldear su autoestima, sus habilidades de afrontamiento y la manera en que interactúa con sus hijos.

Si una madre soltera creció en un ambiente familiar amoroso es más probable que desarrolle un sentido de seguridad y confianza en sí misma como madres, replicando modelos de crianza saludables. La sensación de ser apoyada durante su propia crianza puede permitirle ser más resiliente cuando enfrentan dificultades en su maternidad.

Sin embargo, si una madre creció en un entorno de negligencia, abuso o con poca atención emocional, puede experimentar inseguridades y dificultades para establecer vínculos emocionales con sus hijos. La falta de apoyo puede hacer que se sientan solas, temerosas de repetir patrones negativos. Estas historias pueden llegar a contribuir a problemas de salud mental como la ansiedad, depresión o niveles de estrés muy altos.

### 10.1.7 Influencia de la religión en las madres solteras- diferentes percepciones

La religión puede tener una influencia significativa en las madres solteras, tanto positiva como negativa, y puede afectar la forma en la que perciben su situación, enfrentan los desafíos de la maternidad y toman decisiones sobre su vida personal y familiar. La relación con la religión varía según las creencias individuales, las tradiciones culturales y el contexto social.

Las comunidades religiosas a menudo ofrecen un sentido de pertenencia, las madres solteras que llegan a participar activamente en estas comunidades o grupos espirituales pueden sentir que tienen un grupo de apoyo que las respalda, esto llega a ser valioso cuando enfrentan la soledad o el aislamiento social.

En algunas religiones las madres pueden sentir una presión significativa debido a las normas sociales y religiosas que condenan la maternidad fuera del matrimonio. Algunas religiones interpretan que las mujeres deben estar casadas para ser madres dentro de un contexto moralmente correcto, y eso puede llegar a generar sentimientos de culpa, vergüenza o autocensura, lo que desencadena las afecciones en la autoestima y la salud mental.

### 10.1.8 Relación con la autoestima

La autoestima de las madres solteras esta influenciado por una combinación de factores personales, sociales y culturales. La forma en la que una madre soltera se percibe a sí misma, su capacidad para manejar desafíos de maternidad y como se ve en relación con su entorno y expectativas sociales pueden afectar su bienestar emocional y mental.

Mientras que algunas madres experimentan desafíos que pueden socavar su autoestima, otras encuentran en su situación una fuente de orgullo, resiliencia y autoconfianza. El desarrollo de una autoimagen positiva, el acceso a redes de apoyo son claves para que las madres solteras mantengan una autoestima saludable.

5.2 Efectos psicológicos relacionado con la condición de madre soltera

La condición de ser madre soltera puede tener varios efectos psicológicos que dependen de factores como el contexto socioeconómico, el apoyo emocional, y las experiencias personales de cada madre.

El rol de madre soltera puede dejar poco espacio para el autocuidado. La dedicación a las necesidades de los hijos y la gestión del hogar pueden hacer que la madre no tenga tiempo o energía para atender su salud mental, hacer ejercicio, descansar o simplemente disfrutar de momentos de relajación. Esta falta de autocuidado puede aumentar la irritabilidad y contribuir a la sensación de agotamiento.

## 10.2 Consecuencias en la salud mental

El estrés crónico es una de las consecuencias más comunes en las madres solteras, ya que deben equilibrar múltiples responsabilidades, la **ansiedad** es otro problema común entre las madres solteras. La constante preocupación por el bienestar de sus hijos, su propia estabilidad financiera y la incertidumbre acerca del futuro pueden generar altos niveles de ansiedad.

Las madres solteras pueden sentirse solas, sin esperanza, o abrumadas por la responsabilidad que recae únicamente sobre ellas. Sentimientos de no ser suficientes o incapaces, comparación con otros modelos de madre, críticas sociales o familiares, experiencias pasadas de abuso o fracaso en relaciones anteriores.

### 10.2.2 Posibles trastornos

#### Depresión

La depresión, puede surgir debido a la sensación de aislamiento, la falta de tiempo para sí mismas, o la presión constante para cumplir con todas las expectativas familiares y sociales.

Las madres solteras a menudo luchan con sentimientos de culpa relacionados con la crianza de sus hijos sin una pareja. Pueden sentirse inadecuadas o incapaces de ofrecer una vida "ideal" para sus hijos, lo que puede afectar su autoestima.

Estrés

Las madres solteras suelen experimentar altos niveles de estrés debido a la carga doble de responsabilidades que enfrentan: ser proveedoras económicas y cuidadoras principales. Esta sobrecarga puede generar sentimientos de agotamiento. Las tareas de crianza, trabajo, y gestión del hogar pueden resultar abrumadoras, afectando su bienestar emocional.

Ansiedad

La ansiedad puede manifestarse por preocupaciones constantes sobre el futuro, el bienestar de sus hijos, o la estabilidad económica.

### 10.2.3 Traumas de la infancia

Los traumas de la infancia pueden tienen un impacto significativo en la salud mental de las madres solteras, ya que las experiencias pasadas afectan la forma en que una persona maneja las dificultades y las responsabilidades en la vida adulta.

Las madres solteras que han sufrido traumas durante su niñez pueden tener dificultades para manejar el estrés, la frustración o la tristeza, lo que puede manifestarse como irritabilidad, llanto frecuente o dificultad para gestionar conflictos.

Las experiencias negativas de la infancia influyen sobre la personalidad, tanto que en la adultez pueden emerger en forma de psicopatología y síntomas como el estrés, la ansiedad o el retraimiento social, sin que el propio afectado sepa que es a causa de un hecho del pasado que todavía no ha gestionado **(Rubio, 2021)**.

### 10.2.4 Relaciones interpersonales y relaciones amorosas

Las relaciones interpersonales y relaciones amorosas juegan un papel fundamental en la salud mental de las madres solteras, ya que estas interacciones afectan directamente su bienestar emocional, su autoestima y su capacidad para enfrentar los retos cotidianos de la maternidad en solitario. Las dinámicas sociales y afectivas de las madres solteras pueden ser complejas y tener tanto efectos positivos como negativos, dependiendo de la naturaleza de las relaciones que mantengan.

Las relaciones saludables, basadas en el apoyo, la comprensión y la cooperación, pueden fortalecer el bienestar emocional de la madre, proporcionándole estabilidad, autoestima y recursos prácticos. Mientras que las relaciones conflictivas o disfuncionales pueden agravar el estrés, la ansiedad y la depresión, afectando no solo a la madre, sino también a sus hijos.

### 10.2.5- Resultados del test de manera individual

**Madre soltera de iniciales DJVH**

Al haber sido aplicado el test 16 factores de la personalidad a esta madre soltera la cual tiene una edad cronológica de 34 años, se encontraron los siguientes hallazgos:

Es una persona muy reservada y apartada, lo que puede significar que esta persona se puede llegar a sentir sola la mayor parte del tiempo, por otro lado, mostro rasgos de ser significativamente afectada por sus sentimientos, lo que refleja una mayor incidencia en tener una menos estabilidad emocional.

Esta madre toma decisiones con rapidez, generalmente basándose en hechos lógicos, y esto lo hace de modo en que pueda ser racional, ya que posee una mentalidad muy práctica, el hecho de tener una voluntad fuerte le dan lugar a generar un comportamiento dominante.

Al poseer un superyó débil, esta persona presenta una presión mínima para adherirse a las normas morales establecidas por la sociedad o la cultura, esto también significa que existe un nivel más alto de que presente conductas impulsivas o arriesgadas.

Es una persona ligeramente sensible, suele experimentar el mundo y sus vivencias con cierta intensidad en comparación a otras personas, esto la ayuda a comprender y llegar

a sentir las emociones de los demás de forma innata. Esta persona comprende la vida desde un sentido más colaborativo y empático.

Presenta características de desconfianza y suspicacia lo que la lleva a interpretar los eventos y las interacciones sociales de manera negativa, por esto modo llegan a asumir que hay motivos maliciosos detrás de ellos, esto en muchas ocasiones se puede llegar a manifestar en ocasiones muy diversas, ya sea en relaciones personales o en el entorno laboral en que esta persona se desempeña.

Muestra rasgos de ser una persona muy hábil para evitar el engaño, lo que la hace capaz de leer el lenguaje corporal de las demás personas, lo que le permite adaptar su comportamiento y su comunicación, para de este modo lograr satisfactoriamente cualquier fin que esta persona tenga, esto le permite crear relaciones solidas.

Existe un ligero rasgo de conservadurismo, es muy probable que l forma en la que esta persona piensa es de que asume que hasta que no se demuestre lo contrario, la sociedad dicta cuales son las reglas a seguir.

Por lo general tiene altibajos en su estado emocional debido al estrés causado por las demás personas. Esto puede llevarla a tener acciones negativas como autolesionarse si se enoja con mucha frecuencia.

**Madre soltera de iniciales NNCH**

Al haber sido aplicado el test 16 factores de la personalidad a esta madre soltera la cual tiene una edad cronológica de 20 años, se encontraron los siguientes hallazgos:

Esta persona presenta rasgos en su personalidad de soliloquia, esto quiere decir que tiende a ser introspectiva y reservada. Prefiere pasar tiempo consigo misma, reflexionando sobre sus pensamientos y emociones en lugar de compartirlos abiertamente con los demás. Además, suele ser crítica, no solo con lo que observa en su entorno, sino también consigo misma, lo que puede llevarla a un cierto nivel de autoconciencia o duda.

Tiende a tener dificultades para establecer una identidad sólida y una autoestima estable. El sentido que tiene de sí misma es frágil, lo que puede llevarla a sentirse insegura, indecisa o incluso vulnerable frente a las expectativas externas. A menudo depende demasiado de la aprobación de los demás para sentirse validada, y puede ser fácilmente influenciada o manipulada por el entorno. La inseguridad sobre su propio valor puede generar ansiedad y una constante búsqueda de reafirmación externa.

Suele ser una persona con una gran necesidad de controlar las situaciones y ejercer influencia sobre los demás. Tiene una personalidad fuerte, segura de sí misma, y no duda en expresar sus opiniones o tomar decisiones de manera directa y decisiva. La afirmación de sus puntos de vista es una característica central: se muestra firme y persuasivo en sus creencias y acciones.

Es alguien que experimenta las emociones de manera intensa y profunda. Tiende a ser muy consciente de sus propios sentimientos y, a menudo, los de los demás, lo que lo hace empática y compasiva. Esta sensibilidad puede llevarla a reaccionar de manera más fuerte a los estímulos emocionales, lo que puede resultar en vulnerabilidad ante críticas, rechazos o conflictos, esta capacidad de sentir intensamente puede hacer que sea muy conectada con las experiencias emocionales de los demás, también puede hacerla propensa a sentirse abrumada o estresada por las demandas emocionales.

Es alguien que duda constantemente de la sinceridad o de la honestidad de las personas, lo que puede llevarla a interpretar las acciones o palabras ajenas con una actitud de sospecha. La suspicacia puede llevarla a estar en alerta constante, evaluando situaciones y comportamientos en busca de señales de engaño o manipulación. Esta actitud puede generar dificultades en sus relaciones interpersonales, ya que las personas a su alrededor pueden percibirla como distante, paranoica o excesivamente crítica.

Esta persona suele ser persuasiva, ingeniosa y muy observadora, usando su inteligencia para resolver problemas o alcanzar objetivos con poca confrontación directa. Aunque la astucia puede ser una cualidad valiosa, en algunos casos también puede estar asociada a un enfoque calculador, lo que puede generar desconfianza en quienes lo rodean. Sin embargo, su capacidad para adaptarse y reaccionar rápidamente a las situaciones lo convierte en alguien difícil de predecir o manipular.

Se encontró que es una persona propensa a sentir culpabilidad, este rasgo suele ir acompañado de una gran sensibilidad hacia las expectativas de los demás y un deseo de cumplir con ciertos estándares morales o sociales. La persona puede internalizar los errores o fallos, asumiendo una carga emocional excesiva, incluso cuando la situación no está completamente bajo su control. La culpa puede ser una motivación para mejorar y corregir comportamientos, pero también puede generar ansiedad y estrés.

Es alguien que valora profundamente su independencia y capacidad para resolver problemas por sí misma. Tiende a ser muy autónoma en sus decisiones y acciones,

prefiriendo no depender de los demás para obtener apoyo emocional, material o práctico. Este rasgo suele ir acompañado de una gran confianza en sus habilidades, lo que le permite enfrentar desafíos y situaciones difíciles con una actitud resolutiva.

Tiende a estar en un estado constante de alerta o inquietud, mostrando una gran dificultad para relajarse o sentirse tranquila. Su mente y cuerpo suelen estar en un estado de "sobrecarga", lo que la hace más propensa a experimentar ansiedad, estrés o irritabilidad en situaciones cotidianas.

Madre soltera de iniciales DEVM

Al haber sido aplicado el test 16 factores de la personalidad a esta madre soltera la cual tiene una edad cronológica de 40 años, se encontraron los siguientes hallazgos:

Le gusta estar en una posición de liderazgo y toma la iniciativa en diversas situaciones. Esta persona es decidida, asertiva y, a menudo, toma decisiones rápidas sin dudar. La competencia es un motor clave en su vida y llega a sentirse motiva al ser comparada con otras personas buscando superarlas. Es una persona impaciente o intolerante con la mediocridad.

Se caracteriza por su pasión y energía en lo que hace, a menudo actúa de manera impulsiva tomando decisiones rápidas sin pensar en las consecuencias, guiada por las emociones que presenta en el momento, el entusiasmo que presenta generalmente es contagioso, ya que tiene una actitud positiva y optimista ante la vida. Su naturaleza impetuosa puede llevarla a ser impaciente lo que la coloca en situaciones complicadas.

Experimenta las emociones de manera intensa y tiene una gran capacidad para empatizar con otras personas, su sensibilidad la hace muy consciente de las relaciones interpersonales, lo que la hace vulnerable a las situaciones que puedan lastimarla emocionalmente. Esta sensibilidad puede llevarla a sentirse abrumada o a experimentar ansiedad, estrés o tristeza con mayor facilidad. Pero a pesar de ser sensibles emocionalmente suele ser autentica, genuina y valora profundamente las conexiones emocionales.

Al presentar niveles altos de tensión puede vivir en un estado constante de estrés o nerviosismo y esto se puede manifestar tanto del modo físico como emocional, esto debido a que puede sentirse sobrecargada por las demandas que tiene en su vida y esto muestra signos de ansiedad, irritabilidad o impaciencia, lo que la lleva a verse atrapada en la

necesidad de controlar su entorno preocupándose excesivamente por los detalles y los posibles problemas.

### Madre soltera de iniciales JSMM

Al haber sido aplicado el test 16 factores de la personalidad a esta madre soltera la cual tiene una edad cronológica de 60 años, se encontraron los siguientes hallazgos:

Es una persona que generalmente necesita más tiempo para pro cesar información, al poseer una capacidad mental escolar baja se puede destacar en otras áreas creativas, lo que le permite mostrar habilidades más artísticas, lo que le permite tener un pensamiento fuera de lo convencional.

Puede tener dificultades para resistir impulsos o tentaciones, es posible que tenga una comprensión más laxa de las normas sociales y esto puede resultar en decisiones que no suelen ser éticas o responsables, puede no tener expectativas muy altas de sí misma, lo que la puede llevar a una falta de motivación para alcanzar sus metas personales.

Su carácter es energético y directo y suele tomar decisiones rápidas guiadas por sus emociones o deseos, no suele hacer planes con anticipación y se muestra indiferente ante las normas o expectativas sociales, su personalidad puede resultar atractiva para quienes valoran la libertad y la aventura, aunque en muchas ocasiones su falta de previsión puede generar conflictos o mal entendidos.

Tiende a poseer falta de control moral y ético, lo que puede llevarla a comportamientos impulsivos, irresponsable y una escasa capacidad para autorregularse frente a las normas sociales, esta persona no suele sentirse culpable o responsable por sus acciones, incluso si están son inapropiadas o afectan a otros. Esto puede manifestarse en un comportamiento egocéntrico o irresponsable.

Tiene una visión positiva de sí misma, pero a veces esa confianza puede llevarla a ser imprudente, poco realista y menos abierta a la crítica o el aprendizaje, puede ser vista como una persona con liderazgo o carisma, pero su exceso de confianza puede generar desconfianza de las demás personas si esta se percibe como presuntuosa o desconsiderada.

Puede ver el mundo de manera personal y creativa, interpretando la realidad a través de su propia perspectiva emocional. Posee una gran creatividad debido a que su mente es fértil y le gusta explorara nuevas ideas, tiene una gran capacidad para la

creatividad y la introspección, aunque su interpretación de la realidad puede ser influenciada por sus emociones, llevándola a ver las situaciones desde una perspectiva más personal.

Tiende a ser autoexigente y tener altos estándares de comportamiento, suele estar muy consciente de sus acciones y de cómo estas pueden afectar a los demás, esto hace que llegue a sentirse responsable incluso cuando no tiene la culpa y no tiene control de las situaciones que la hacen sentir culpable. La culpa de esta persona puede estar vinculada a una profunda necesidad de aceptación.

Generalmente suele estar en un estado de alerta o estrés, esto la vuelve perfeccionista, controladora y propensa a la preocupación, esto le llega a generar sensaciones de incomodidad, de manera emocional esto se puede reflejar experimentando ansiedad o inseguridad con mucha frecuencia.

## 10.3 Técnicas cognitivo conductual para la atención en el fortalecimiento de la salud mental de las madres solteras

El fortalecimiento de la salud mental de las madres solteras es fundamental para su bienestar y el de sus hijos. Dado que las madres solteras suelen enfrentar una serie de desafíos, como el estrés financiero, la falta de apoyo social y la sobrecarga de responsabilidades, es esencial que cuenten con herramientas que les ayuden a manejar el estrés y promover su salud emocional.

Los objetivos de las técnicas para el fortalecimiento de la salud mental de las madres solteras son diversos, pero todos buscan mejorar su bienestar emocional, reducir el estrés y fomentar una vida equilibrada y saludable.

Algunas técnicas del modelo cognitivo-conductual (TCC) que pueden ser útiles para trabajar con madres solteras que enfrentan ansiedad, depresión y estrés.

Reestructuración Cognitiva

Esta técnica se centra en identificar y cambiar pensamientos negativos y distorsionados. Las madres solteras pueden aprender a reconocer pensamientos automáticos negativos y reemplazarlos por pensamientos más realistas y positivos Beck, A. T. (1967).

Exposición Gradual

La exposición gradual ayuda a las personas a enfrentar sus miedos de manera controlada y progresiva. Esto puede ser especialmente útil para madres solteras que temen situaciones específicas, como la crianza sola o la falta de apoyo.

Entrenamiento en Habilidades de Afrontamiento

Esta técnica incluye enseñar a las madres solteras habilidades prácticas para manejar el estrés y la ansiedad, como la respiración profunda, la relajación muscular progresiva y la atención plena (mindfulness) Beck, J. S. (2011).

Registro de Pensamientos

Llevar un diario de pensamientos puede ayudar a las madres solteras a monitorear sus pensamientos y emociones, identificar patrones y trabajar en cambiarlos Seligman, M. E. P. (1975).

Resolución de Problemas

Enseñar técnicas de resolución de problemas puede ayudar a las madres solteras a abordar desafíos específicos de manera estructurada y efectiva, reduciendo así el estrés y la ansiedad.

Terapia de Grupo

Participar en terapia de grupo puede proporcionar un apoyo adicional y una oportunidad para compartir experiencias y estrategias con otras madres solteras en situaciones similares.

Terapia Familiar

Involucrar a la familia en el proceso terapéutico puede fortalecer el apoyo emocional y mejorar la dinámica familiar, lo que puede ser beneficioso para la madre soltera y sus hijos Garber, J., & Flynn, C. (2001).

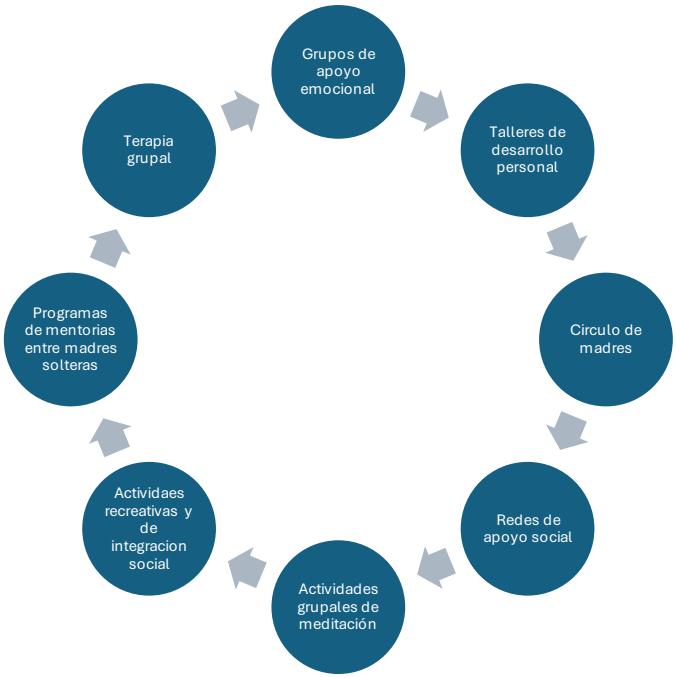
Estas técnicas pueden ser adaptadas según las necesidades individuales de cada madre soltera y pueden ser implementadas por un terapeuta capacitado en TCC.

- Otras Técnicas (pasos, materiales, tiempo)

Colectivas

Las técnicas colectivas para el fortalecimiento de la salud mental de las madres solteras se centran en crear espacios de apoyo y colaboración donde puedan compartir experiencias, recibir apoyo emocional y aprender herramientas para manejar el estrés y mejorar su bienestar.

**Figura 2** ***Ciclo de procesos terapeutico***



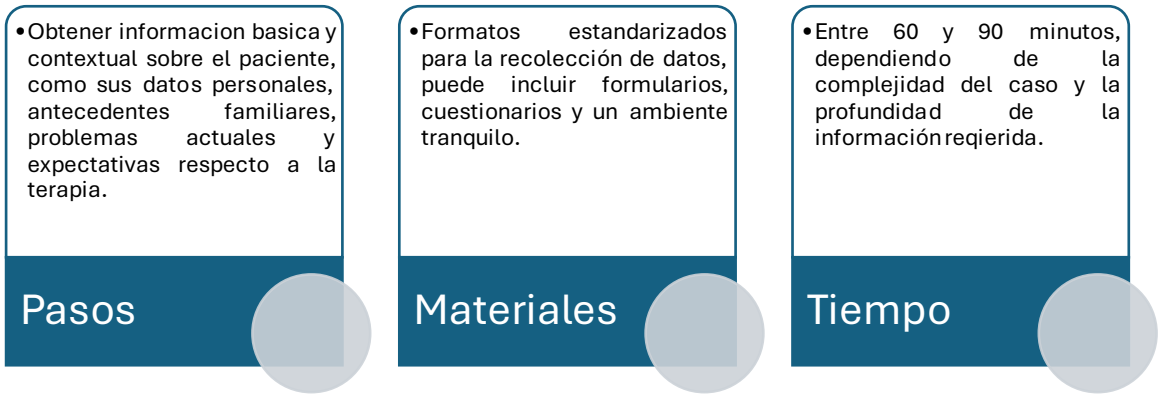

Individuales Clínicas

- Historia Clínica

Esta técnica es un documento de uso profesional en el que el psicólogo o psicoterapeuta recopila los diferentes aspectos que conforman la realidad del paciente.

A su vez, esta información de carácter confidencial es una base para el psicodiagnóstico y la elaboración de los objetivos que corresponden a conformar el plan de intervención. En tanto, estos datos son recolectados desde la primera entrevista, completándose a lo largo de las sesiones **(Quílez, 2022)**.

**Figura 3** ***Proceso de atención***




- TCC- Traumas de la infancia

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) es un enfoque psicoterapéutico eficaz que se utiliza para tratar una amplia variedad de trastornos psicológicos, incluidos los trastornos relacionados con el trauma. En el caso de los traumas de la infancia de madres solteras, la TCC puede ser una herramienta útil para abordar las secuelas emocionales y cognitivas derivadas de las experiencias difíciles vividas en la infancia, como el abuso, el abandono, la negligencia, la pobreza o la inestabilidad familiar. El fortalecimiento de la salud mental de las madres solteras es un objetivo crucial que implica el uso de diversas técnicas de atención y apoyo psicológico. Dado que las madres solteras pueden enfrentar una combinación única de desafíos emocionales, sociales y económicos, es importante emplear estrategias que aborden estas necesidades específicas.

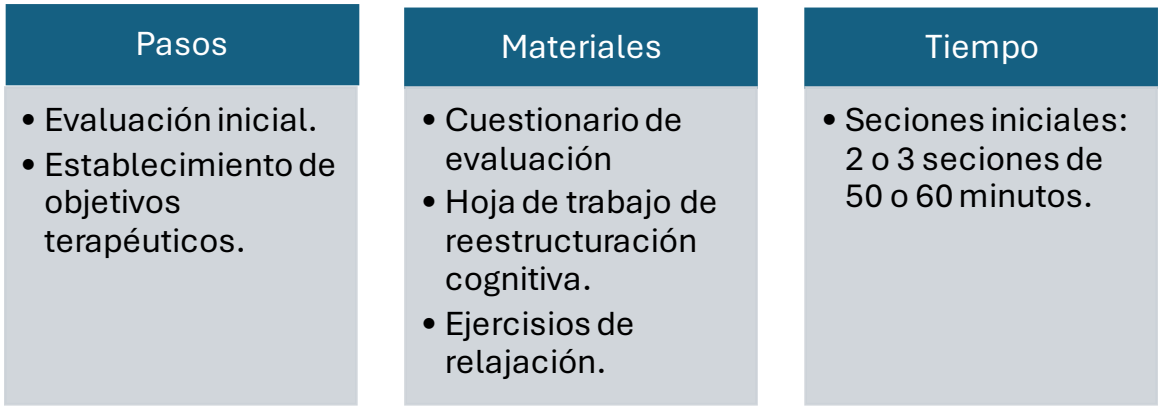
La Terapia Cognitivo-Conductual es una técnica eficaz para tratar problemas emocionales como la ansiedad, la depresión y el estrés. Reestructurando pensamientos disfuncionales y aprendiendo a manejar el estrés, desarrollando habilidades de afrontamiento.

El corriente cognitivo conductual es un conjunto de teorías y técnicas que establecen un sistema psicoterapéutico. Por tanto, la terapia cognitivo-conductual es una forma de psicoterapia.

La terapia cognitivo-conductual (TCC) se basa en la relación entre pensamientos, emociones, sensaciones físicas y comportamientos. Todas estas áreas están interconectadas y ejercen influencia entre ellas. **(Badia, 2024)**

Es un tratamiento psicológico a corto plazo que ayuda a modificar los pensamientos, sentimientos y comportamientos negativos. La TCC suele usarse para tratar la ansiedad y la depresión.

**Figura 4** ***Tratamiento a corto plazo***




### Terapia exposición y respuesta

Este modelo terapéutico ha probado ser una efectiva manera para superar problemas de ansiedad y miedos, cuando existe un temor que llega a ser casi paralizante, esta opción terapéutica puede ser de gran de ayuda, especialmente de la mano de un psicólogo, el cual mediante un ambiente controlado y seguro puede guiar al paciente de manera sistemática para salir del tormento que puede representar el temor y la angustia.

**Figura 5** *Modelo de terapia de exposición y respuesta*

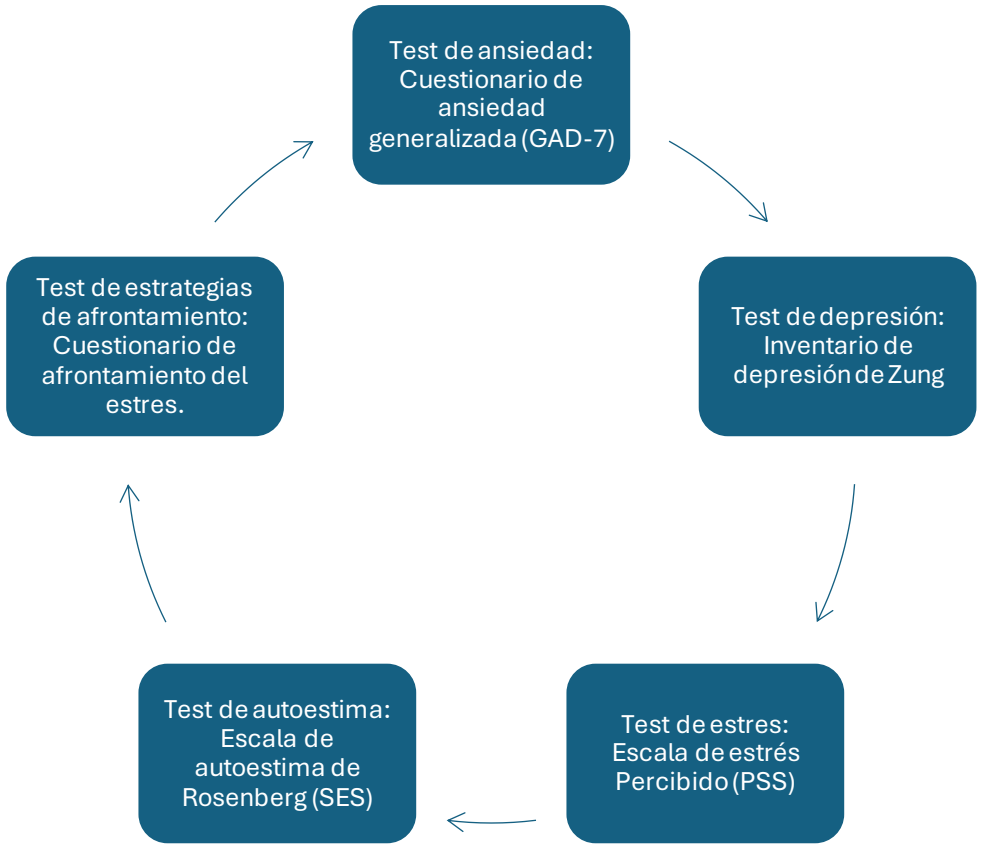
| Pasos | Materiales | Tiempo |
|---|---|---|
| • Realizar una evaluación diagnóstica<br>• Crear una lista de gerarquias de las situaciones que generan ansiedad. | • Cuestionario de evaluación inicial<br>• Guias de prevención de respuestas<br>• Diario de ansiedad | • De 1 a 2 seciones con un tiempo de 50 y 60 minutos.<br>• De 20 a 45 minutos por seción. |

**Psicoeducación**

La psicoeducación en el contexto de la salud mental de las madres solteras es un proceso terapéutico mediante el cual se brinda información y herramientas sobre los aspectos psicológicos, emocionales y sociales relacionados con la salud mental, específicamente adaptados a las experiencias y desafíos que enfrentan las madres que crían a sus hijos solas.

**Test para el acompañamiento**

**Figura 6** ***Propuesta de pruebas en el proceso***




**Resultados** esperados

- Reducción de la ansiedad y depresión: Gracias a técnicas que ayudan a modificar pensamientos negativos y mejorar la regulación emocional.
- Mejora en la autoestima: A través del apoyo emocional, la psicoeducación y el fortalecimiento de habilidades para afrontar los desafíos de la maternidad.
- Mayor bienestar emocional y psicológico: Gracias a la integración de prácticas como la terapia cognitiva.
- Mejor manejo del estrés: Las técnicas terapéuticas ayudan a las madres a organizar mejor su vida, reduciendo la sensación de sobrecarga.
- Refuerzo de redes de apoyo: Las terapias de apoyo crean un entorno en el que las madres se sienten comprendidas, lo que les ayuda a sentirse menos solas en su proceso.
-

La combinación de estas técnicas terapéuticas puede ser muy efectiva para mejorar la salud mental de las madres solteras, promoviendo una mejor gestión de sus emociones, fortaleciendo su autoestima y brindándoles herramientas para enfrentar los desafíos cotidianos de la maternidad. Los resultados esperados incluyen una mayor resiliencia, menos estrés y una vida emocional más equilibrada.

Instituciones que pueden apoyar a madres solteras

- MIFAM
- Usura Cero
- Casa Materna
- Ixchen
- Proyecto Miriam
- Mefcca
- Ministerio de la Mujer MINIM

### 10.4 Conocimientos y experiencias de las pacientes

Las madres solteras que fueron atendidas poseen un conocimiento ligeramente limitado sobre lo que es salud mental, esto debido a la falta de educación y los recursos que tiene sobre el tema, si bien reconocen que enfrentan estrés, ansiedad, agotamiento, entre otros factores no suelen reconocer que estos síntomas son indicadores de un problema que puede ir más allá, como lo puede llegar a ser un trastorno.

Debido a las exigencias que tienen a diario para con su maternidad y sus dificultades económicas, estas madres tienden a priorizar las necesidades de los demás, principalmente sus hijos, por encima de ellas mismas y esto las ha llevado a desatender su bienestar emocional.

Al reconocer estas dificultades llegaron a concientizar la necesidad de buscar ayuda o por lo menos informarse sobre lo que es salud mental y como cuidarse a sí mismas, ya que mencionaron que existen muchas barreras como la falta de tiempo o la falta de acceso a diferentes servicios y esto las ha llevado a limitar la capacidad que tienen para comprender y darle abordaje a las dificultades emocionales de manera efectiva.

## 11. Conclusiones

En conclusión, el abordaje de la salud mental de madres solteras es una temática que puede llegar a ser muy compleja porque requiere de una atención integral para abordar adecuadamente las dimensiones que influyen en el bienestar emocional de estas mujeres madres solteras.

A medida en que se fue desarrollando esta investigación se logró identificar acerca de los conocimientos y el nivel de conciencia de los problemas psicológicos que pueden desarrollar las madres solteras, así mismo se evidencio acerca de los factores que llegan a ser estresantes y que impactan negativamente en su salud mental, entre las más mencionadas eran las dificultades económicas, el sentirse sobrecargadas de responsabilidad, la falta apoyo social y más que nada la preocupación constante por el bienestar de sus hijos.

Estos catalizadores permitieron conocer los efectos psicológicos de las madres solteras, que al ser combinados en un contexto social que generalmente es marginal y estigmatizado, contribuyen a una mayor vulnerabilidad frente a problemas emocionales, como ya se mencionaba el estrés, la depresión, ansiedad y agotamiento.

La salud mental es una parte crucial del bienestar de cualquier persona, y para las madres, es especialmente importante tener recursos y apoyo adecuado para manejar las múltiples demandas de su vida cotidiana. **(Schoham, 2024)**

Por medio de esta investigación nos permitió describir los problemas psicológicos de las madres solteras, analizando exhaustivamente acerca de las causas que originan a partir de asumir su rol como madre soltera.

Ser madre soltera es un desafío que llega a ser abrumador en la mayoría de las ocasiones, especialmente en el contexto que la sociedad romantiza el papel de la madre, poniendo sobre ella un cumulo de exigencias en su rol. A menudo, esto resulta en hacerle frente a diferentes tareas como criara a sus hijos con la expectativa de hacerlo de la mejor forma y sin agotarse, mientras que, al mismo tiempo lucha por cumplir sus responsabilidades laborales, familiares y personales.

Este un desafío ser madre soltera debido a las complicaciones emocionales que se presentan, pero es importante reconocer que pueden contar con ayuda profesional y es aún más importante establecer límites claros en la vida de ser madre soltera y aunque muchas

veces este rol llegue a ser abrumador, la maternidad también puede dejar experiencias gratificantes y enriquecedoras. **(Sansores, 2024)**

A través de la evaluación realizada se propone técnicas de atención para fortalecer la salud mental de las madres solteras con el propósito de brindar apoyo emocional y psicológico que permita desarrollar habilidades de afrontamiento y resiliencia para hacer frente a las diferentes dificultades que se presenten día a día.

## 12. Recomendaciones

El trabajo académico realizado ha brindado la oportunidad de identificar muchos puntos clave a tomar en cuenta para las diferentes variables claves en la investigación, madres solteras, hijos de madres solteras y organizaciones con incidencia a nivel local en el que se han propuesto las siguientes recomendaciones.

A madres solteras:

- Tener en cuenta que el estatus de madre soltera no viene acompañado de un destino predispuesto.
- Considerar el apoyo profesional para poder superar todos los posibles traumas que conlleva el ser madre soltera.
- No someter a sus hijos a sujetos de descarga de emociones.
- Estar atentas a su comportamiento que les indique que necesitan apoyo.
- Investigar el número de posibilidades existentes de apoyo para madres solteras en el aspecto económico, social y emocional.
- Promover un apoyo mutuo en círculos de reunión a madres solteras con problemas de diferentes indoles.
- Tomarse un tiempo para meditar y darse cuenta que son mujeres capaces de salir adelante.
- Autoridades y organizaciones destinadas al trabajo con familias y poyo a madres solteras.
- Promover la creación de círculos de reunión de apoyo entre madres solteras por barrios
- Brindar todos los programas existentes de apoyo emocional, social y económico que existan para madres solteras.
- Implementar nuevos programas dirigidos exclusivamente a madres solteras mediante el cual puedan emprender y tratar su salud mental.
- Fortalecer a mayor escala la importancia de la salud mental.
- Incluir en los programas dirigidos a mujeres en general profesionales de la salud mental para generar un cambio en personas vulnerables con respecto al tema.
- Crear programas que se dirijan a los hijos de madres solteras con el fin de dar un apoyo y poder identificar posibles traumas que se hayan generado en el hogar originados por las circunstancias vividas de sus madres.

- Asegurar la participación de profesionales de la salud mental en colegios para servir de apoyo a niños y jóvenes que acarreen problemas de esta índole.

## 13. Referencias Bibliográficas


Cruz Castillo , E., & Prado Martínez , L. (2021). *Situación de las madres jóvenes solteras universitarias y la organización de sus estudios, en la Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas de la UNAN-Managua durante el segundo semestre del año 2020.* Managua: UNAN-Managua. Obtenido de https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/16146/1/16146.pdf

Aguilar, D. (04 de 09 de 2016). *Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia, Michoacán, México.* Obtenido de https://integracion-academica.org/attachments/article/158/10%20Madres%20solas%20-%20DAguilar%20BMedina%20RMartinez.pdf

Aguilar, D., Medina, B., & Martinez, R. (02 de 10 de 2017). *Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia, Michoacán, México.* Obtenido de El sentido de la vida en madres solas: https://integracion-academica.org/attachments/article/158/10%20Madres%20solas%20-%20DAguilar%20BMedina%20RMartinez.pdf

alegre, A. p. (04 de 02 de 2007). *XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología.* Obtenido de https://cdsa.aacademica.org/000-066/619.pdf

Ana, .. D. (01 de 06 de 2009). *UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA*. Obtenido de https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/12170/1/100678.pdf

aniel Rubén Tacca Huamán1, M. A. (07 de 06 de 2020). *Revista de investigacion de psicologia .* Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322020000100005

Arellano, F. (16 de 2 de 2023). *Método Inductivo*. Obtenido de www.significados.com: https://www.significados.com/metodo-inductivo/

Artigas , J. (04 de 05 de SF). *La Losta.* Obtenido de La salud mental materna: https://www.lacosta.com.py/documentos/Salud%20Mental%20materna,%20Mayo.pdf

Badia, A. (8 de julio de 2024). *Terapia cognitivo-conductual: qué es y qué técnicas utiliza*. Obtenido de www.psicologia-online.com: https://www.psicologia-online.com/terapia-cognitivo-conductual-que-es-y-que-tecnicas-utiliza-4395.html

Balandra , M. (05 de 09 de 2021). *Violence Intervention Program.* Obtenido de La salud mental durante la maternidad: https://www.vipmujeres.org/2024/05/la-salud-mental-durante-la-maternidad/

Benitez, L., & Puente, J. (05 de SF de 2021). *Depresión postparto y su relación con la tipología familiar, en el centro de salud INNFA del cantón Morona.* Obtenido de https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11522/1/17054.pdf

Blanco , V., Lago, S., Hernandez , C., & Espinoza , A. (05 de 06 de 2023). *Intervencion revista del departamento de trabajo social de la Universidad Alverto Hurtado .*

Obtenido de SALUD MENTAL Y APOYO SOCIAL DE MADRES EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD SOCIOECONÓMICA POSTCONFINAMIENTO POR PANDEMIA COVID-19: https://www.researchgate.net/publication/374310484_SALUD_MENTAL_Y_APOYO_SOCIAL_DE_MADRES_EN_SITUACION_DE_VULNERABILIDAD_SOCIOECONOMICA_POSTCONFINAMIENTO_POR_PANDEMIA_COVID-19

Briones , F. (02 de 05 de 2022). *Niversidad Técnicade Manabí. Portoviejo, Ecuado.* Obtenido de https://soeici.org/index.php/biosana/article/view/41/83

Briones, F. (01 de 06 de 2022). *Ansiedad y depresión en madres solteras.* Obtenido de Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador: file:///C:/Users/Lenovo%20ThinkPad%20X1/Downloads/ARTICULO+1+BIOSANA+-+2022-1%20(2).pdf

Calle , G. (03 de 05 de 2023). *Montes abiertas psicologia .* Obtenido de Teorías psicodinámicas principales: https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/teorias-psicodinamicas-principales

Carretera , R. (2010). RESILIENCIA. UNA VISIÓN POSITIVA PARA LA PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN. *Critical Journal of Social and Juridical Sciences*. Obtenido de https://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf

Chavez, V. (03 de 05 de 2023). *Infobae.* Obtenido de Qué es el síndrome de la mala madre y cómo afecta la crianza de los hijos: https://www.infobae.com/tendencias/2023/05/14/que-es-el-sindrome-de-la-mala-madre-y-como-afecta-la-crianza-de-los-hijos/

Chocoj, F., & Arevalo , L. (04 de 10 de 2018). *MANEJO DE LA ANSIEDAD Y FRUSTRACIÓN EN MADRES SOLTERAS, CON CARENCIAS ECONÓMICAS.* Obtenido de UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA: http://www.repositorio.usac.edu.gt/8074/1/T13%20%282677%29.pdf

Coqueta , & Audas . (27 de 11 de 2019). *4 BARRERAS A LAS QUE SE ENFRENTA UNA MADRE SOLTERA.* Obtenido de 4 BARRERAS A LAS QUE SE ENFRENTA UNA MADRE SOLTERA

Daniel Rubén Tacca Huamán, M. A. (26 de junio de 2020). *Estrés parental y las actitudes de las madres solteras hacia la relacion con sus hijos*. Obtenido de www.scielo.org.bo: http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n23/n23_a05.pdf

Dias , C., & Capdevilla , R. (03 de 2021 de SF). *Instituto de las mujeres .* Obtenido de La salud mental de las mujeres: https://www.inmujeres.gob.es/publicacioneselectronicas/documentacion/Documentos/DE1785.pdf

EcuRed contributors. (31 de agosto de 2019). *Pueblo Nuevo (Nicaragua)*. Obtenido de www.ecured.cu: https://www.ecured.cu/Pueblo_Nuevo_(Nicaragua)

Editorial Etecé. (30 de septiembre de 2024). *Técnicas de investigación* . Obtenido de concepto.de : https://concepto.de/tecnicas-de-investigación/

encuadrado . (10 de agosto de 2022). *Qué es el rapport y cómo crearlo con tus pacientes*. Obtenido de www.encuadrado.com: https://www.encuadrado.com/blog/que-es-el-rapport-y-como-crearlo-con-tus-pacientes

Escuelad de Postgrado de Medicina y Sanidad. (19 de 7 de 2022). *Entrevista clínica: qué es y qué preguntas incluye*. Obtenido de postgradomedicina.com: https://postgradomedicina.com/entrevista-clinica-pasos-caracteristicas/

Espinoza, G., & De Leon, M. (05 de 01 de 2015). *La somatización que se desarrolla en madres solteras, con limitado soporte económico, familiar y su efecto en el desempeño laboral.* Obtenido de Universidad Panamericana,Facultad de Ciencias Psicológicas: https://glifos.upana.edu.gt/library/images/3/3b/TESIS_DE_GIPSY_MICHELLE_DE_LE%C3%93N_ESPINOZA.pdf

flores, D. (13 de 12 de 2019). *Univision .* Obtenido de https://www.univision.com/estilo-de-vida/madres/las-madres-solteras-crian-hijos-mas-fuertes-y-saludables-segun-estudio

FRANCO, R. V. (09 de 11 de 2010). *UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO* . Obtenido de https://www.uaeh.edu.mx/nuestro_alumnado/esc_sup/actopan/licenciatura/Situacion%20de%20las%20madres%20solteras.pdf

Fredi}y, B. Z. (02 de 05 de 2022). *Niversidad Técnicade Manabí. Portoviejo, Ecuado.* Obtenido de https://soeici.org/index.php/biosana/article/view/41/83

Gaceta-Nicaragua. (02 de enero de 2014). *La Gaceta-No 19.* Obtenido de Ley N°. 779, "Ley Integral Contra la Violencia hacia las Mujeres y de Reformas a la Ley N°. 641, "Código Penal", con sus Reformas Incorporadas": http://legislacion.asamblea.gob.ni/gacetas/2014/1/g19.pdf

Galarza, H. J. (07 de 10 de 2020). *FACULTAD DE HUMANIDADES Escuela Académico Profesional de Psicología.* Obtenido de https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11823/1/IV_FHU_501_TI_Camposano_Leon_2020.pdf

Gomez , C., Mosquero , N., & Jaramillo, M. (03 de 07 de 2024). *Madre Soltera y la Influencia en el Desarrollo Psicosocial del Adolescente.* Obtenido de revista hagpa: file:///C:/Users/Lenovo%20ThinkPad%20X1/Downloads/Madre+Soltera+y+la+Influencia+en+el+Desarrollo+Psicosocial+del+Adolescente%20(7).pdf

GÓMEZ, F. D. (03 de 10 de 2014). *UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA*. Obtenido de http://www.repositorio.usac.edu.gt/8074/1/T13%20%282677%29.pdf

González, J. M. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*. Obtenido de ruidera.uclm.es : https://ruidera.uclm.es/server/apl/core/bitstreams/fdf77886-6075-453a-b7cc-731232b56e77/content#~:text=La%20entrevista%20estructurada%20es%20aquella,cerradas%20o%20de%20opci%C3%B3n%20m%C3%BAltiple).

GONZALEZ, M. N. (03 de 01 de 2016). *UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR FACULTAD DE HUMANIDADES.* Obtenido de http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Sulet-Marlen.pdf

Herrera, F. C. (05 de 10 de 2011). *Universidad Anáhuac Mayab.* Obtenido de https://www.redalyc.org/pdf/292/29215963015.pdf

Herrera, G. (2016). Obtenido de https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/4050/1/17828.pdf

Huaman , D., Rodriguez, M., & Chire , F. (03 de 06 de 2020). *Estrés parental y las actitudes de las madres solteras hacia la relacion con los hijos.* Obtenido de Revista de psicologia: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_serial&pid=2223-3032&lng=es&nrm=iso

Jose , M., & Moreira , G. (05 de 04 de 2018). *Revista de historia de la psicologia.* Obtenido de Salud Mental: file:///C:/Users/Lenovo%20ThinkPad%20X1/Downloads/Dialnet-SaludMentalYCiudadania-6976454.pdf

La Gaceta, Diario Oficial. (Jueves de Enero de 2014). *LA GACETA, DIARIO OFICIAL.* Obtenido de https://www.poderjudicial.gob.ni/genero/pdf/doc_rel_discursos_ponencias/2013_PRESENTACION_ASAMBLEA_NACIONAL.pdf

Lam, D. (02 de 12 de 2013). *Situación socioeconómica de las madres solteras en el barrio Rigoberto López Pérez del municipio de Siuna 2012 - 2013.* Obtenido de URACCAM: http://repositorio.uraccan.edu.ni/1392/1/Monograf%C3%ADa%20Dania%20del%20Carmen.pdf

Las madres solteras.

Manero , P. (23 de 8 de 2023). *Investigacion de Mercados, muestreo por juicio* . Obtenido de blog.estudiocontar.com: https://bloh.estudiocontar.com/2023/08/23/muestreo-por-juicio-que-es/

Mendoza , I. (01 de 07 de 2020). *TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL .* Obtenido de Universidad Peruana Cayetano Heredia Facutad de Psicologia : https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8907/Terapia_MendozaFernandez_Ingrid.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Millán, L. D. (06 de 06 de 2020). *facultad de estudios sociales y trabajo .* Obtenido de https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/19782/AN%C3%81LISIS%20TEM%C3%81TICO%20SOBRE%20LA%20REALIDAD%20DE%20LAS%20MADRES%20versi%C3%B3n%20desan%C3%B3nima.pdf?sequence=1

Organizacion mundial de la salud . (02 de 06 de 2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.* Obtenido de www.who.int: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Organización Mundial de la Salud. (17 de junio de 2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Obtenido de www.who.int: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strenghening-our-response

Ovoclinic . (2024). *SER MADRE SOLTERA: TODO LO QUE DEBES SABER* . Obtenido de ovoclinic.net: https://ovoclinic.net/ser-madre-soltera-todo-lo-que-debes-saber/

QuestionPro. (2024). *Test de la personalidad 16 factores: Qué es y cómo aplicarlo* . Obtenido de www.questionpro.com: https://www.questionpro.com/blog/es/test-de-personalidad-16-factores/

QuestionPro. (2024). *Test de personalidad 16 factores: Qué es y cómo aplicarlo*. Obtenido de questionpro.com: https://www.questionpro.com/blog/es/test-de-personalidad-16-factores/

Quílez, M. (12 de 4 de 2022). *Cómo llenar el historial clínico psicológico: Paso a Paso*. Obtenido de pro.doctoralia.es: https://pro.doctoralia.es/blog/especialistas/historial-clinico-psicologico#:~:text=La%20historia%20cl%C3%ADnica%20en%20psicolog%C3%ADa%20es%20un%20documento,diferentes%20aspectos%20que%20conforman%20la%20realidad%20del%20paciente.

Revista Médica Clínica Las Condes . (julio de 2010). *Consentimiento informado*. Obtenido de www.elsevier.es: https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-consentimiento-onformado-S0716864010705824

Rosalva, F. (04 de 11 de 2010). *Situaciones de las madres, visto desde la teoria de Goffman.* Obtenido de Universidad Autonoma del estado de Hidalgo: https://www.uaeh.edu.mx/nuestro_alumnado/esc_sup/actopan/licenciatura/Situacion%20de%20las%20madres%20solteras.pdf

Rubio, N. M. (2 de diciembre de 2021). *Las 6 características de los traumas de la infancia*. Obtenido de psicologiaymente.com: https://psicologiaymente.com/clinica/caracteristicas-traumas-infancia

Sabino, C. (2014). *El proceso de investigacion.* Caracas, Venezuela: Episteme.

SALAS, Y. M. (05 de 10 de 2015). *UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.* Obtenido de https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/16709/1/TESIS.pdf

Sandin , B. (02 de 04 de 2002). *El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales .* Obtenido de Universidad Nacional de Educación a Distancia, España: (Universidad Nacional de Educación a Distancia, España

Sansores, L. E. (2024). *psicometria.com*. Obtenido de EL RETO DE SER MADRE SOLTERA: https://psicometria.com/blog/el-reto-de-ser-madre-soltera/

Schoham, C. (30 de Agosto de 2024). *Cuidado de la salud mental de Mamá*. Obtenido de blog.metropolitanocr.com: https://blog.metropolitanocr.com/cuidando-la-salud-mental-de-mama

Sonabria , L. (04 de 02 de 2023). *Depresión posparto: prevalencia y factores de riesgo asociados en una muestra de población mexicana.* Obtenido de Ginecologia y

obstetricia de mexico : https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0300-90412023000400002

Tacca, D., Tacca Huamán, D., Alva Rodríguez, M., & Chire Bedoya, F. (2021). Estrés parental y las actitudes de las madres solteras hacia la relacion con los hijos. *Revista de Psicologia*(23), 45-62. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322020000100005

Vega, E., & Nova , S. (19 de 06 de 2009). *Relación entre el estrés y el ambiente familiar en la niñez.* Obtenido de Revista Psicologia Cientifica: https://psicologiacientifica.com/estres-ambiente-familiar-ninos/

Vega, F. (09 de 11 de 2010). *Universidad Autonoma de Hidalgo*. Obtenido de https://www.uaeh.edu.mx/nuestro_alumnado/esc_sup/actopan/licenciatura/Situacion%20de%20las%20madres%20solteras.pdf

WIKIPEDIA. (2024). *Pueblo Nuevo (Nicaragua) municipio de Nicaragua*. Obtenido de es.m.wikipedia.org: https://es.m.wikipedia.org/wiki/Pueblo_Nuevo_(Nicaragua)

Zambrano, F. B. (2022). Ansiedad y depresión en madres solteras. *Revista Científica de Salud BIOSANA, 2*(3). Obtenido de https://www.ucuenca.edu.ec/

## 14. Anexos

**Instrumentos**

**Entrevista # 1 realizada a madre soltera DJVH, 34 años de edad**

**1- ¿Qué edad tenía cuando se convirtió en madre soltera?**

**Sali embarazada a los 21 años**

**2- ¿Cuál fue el motivo por el que se convirtió en madre soltera?**

**Opté este rol de madre soltera, en un principio el papá de mi hijo mayor me ofreció un hogar, pero no miraba un futuro con el porque lo vi muy inestable y también por el trabajo que el tenia**

**3- ¿Cuántos hijos tiene?**

**Dos hijos**

**4- ¿Cuántos hijos dependen económicamente de usted?**

**Ambos hijos**

**5- ¿Ha experimentado algún desafío emocional o psicológico como madre soltera que haya interferido o afectado su vida en general?**

**Claro que sí, por estar a cargo de dos hijos, depresión al enterarse de su segundo embarazo.**

**6- ¿Podría describir algún desafío emocional psicológico que haya enfrentado en su experiencia como madre soltera?**

**El estrés cuando tengo momentos en que no sé cómo darle salida a un problema, lo que me ha llevado a sentimientos de tristeza profundos.**

**7- ¿Cuál es su principal fuente de ingresos como madre soltera?**

**Trabajo de enfermería y el trabajo de campo**

**8- ¿Qué dificultades económicas presenta en su hogar?**

**Actualmente ninguna**

**9- ¿Ha tenido apoyo de familiares durante esta etapa? Explique**

**He tenido el apoyo de mi familia, de mis hermanos y también del papá de mi hijo mayor**

**10- ¿Piensa en establecer una nueva relación de pareja?**

**Es probable, pero algo más serio, mis relaciones anteriores no tenían importancia**

**Entrevista # 2**

**1- ¿Cómo cree usted que se puede ver afectada la salud mental al ser madre soltera?**

**Se ve muy afectada porque a veces, uno le quiere dar muchas cosas a los hijos y no puede por la situación económica, por las responsabilidades y esto me ha llevado al estrés, la ansiedad y la depresión**

**2- ¿Qué emociones ha experimentado en la experiencia de ser madre soltera y en qué momentos?**

**Siempre el estrés, la desesperación y la ansiedad.**

**3- ¿Qué desafíos emocionales o psicológicos cree que puedan surgir al ser madre soltera? ¿Ha considerado la posibilidad de enfrentar alguno de estos desafíos?**

**La depresión es un factor importante, además de que uno se estresa.**

**4- ¿Cómo ha influido en su autoestima su experiencia como madre soltera?**

**Me ha servido porque me considero una mujer valiente y fuerte, y que nada me derrumba. Si es duro porque uno es todo para los hijos, ya que mis hijos solo conocen su figura materna y no tienen un papá al lado**

**5- ¿Ha tenido conflictos con otras personas debido a su situación de madre soltera?**

**Hasta ahora no**

**6- ¿Cómo madre soltera ha vivido situaciones que le hagan sentir agresiva? ¿Por qué?**

**Con mi hijo mayor, cuando había mucho estrés lo trataba mal y descargaba mi enojo en el**

**7- ¿Cree que las madres solteras pueden ser afectadas negativamente por la conducta del padre de sus hijos? Describa**

**Creo que no**

**8- ¿Considera que deberían existir espacios de apoyo para madres soltera? ¿Qué tipo de apoyo deberían ofrecer?**

**Si, los implementos gubernamentales como prestamos, además se debería incluir círculos de ayuda psicológica**

**9- ¿Ha experimentado críticas, violencia, discriminación o maltrato por ser madre soltera? Describa**

**Criticas**

**10- ¿Cómo describiría la relación con sus padres durante su infancia?**

**Fue mi mejor experiencia, no había mucha riqueza, pero si mucho amor y cariño, nunca nos faltó el alimento, no hubo agresión ni física ni psicológica**

**11- ¿Como han sido sus relaciones amorosas y cuales cree que han sido las razones principales de su evolución?**

**Pues no han sido malas, pero no han llegado a ser relevantes**

**12- Relate brevemente su infancia, describiendo la relación con sus padres y mencione algún evento que recuerde con regularidad.**

**Pues un recuerdo que nunca se me olvida fue cuando era pequeña me dieron mi primer pantalón, pues era poco vistos en donde vivía por la economía que existía, y siempre la relación con mis padres estuvo llena de amor.**

**Entrevista # 1 realizada a madre soltera NNCH, 20 años de edad**

**1- ¿Qué edad tenía cuando se convirtió en madre soltera?**

**Sali embarazada a los 18 años**

**2- ¿Cuál fue el motivo por el que se convirtió en madre soltera?**

**El papá se fue para Estados Unidos**

**3- ¿Cuántos hijos tiene?**

**Una hija**

**4- ¿Cuántos hijos dependen económicamente de usted?**

**Solo mi única hija**

**5- ¿Ha experimentado algún desafío emocional o psicológico como madre soltera que haya interferido o afectado su vida en general?**

**Cuando la niña se enferma me siento sola y desesperada**

**6- ¿Podría describir algún desafío emocional psicológico que haya enfrentado en su experiencia como madre soltera?**

**Considero que estrés y depresión**

**7- ¿Cuál es su principal fuente de ingresos como madre soltera?**

**Mi mamá**

**8- ¿Qué dificultades económicas presenta en su hogar?**

**Ninguna**

**9- ¿Ha tenido apoyo de familiares durante esta etapa? Explique**

**Si, porque los abuelos de la niña la ayudan**

**10- ¿Piensa en establecer una nueva relación de pareja?**

**No quiero nada con nadie**

**Entrevista # 2**

**1- ¿Cómo cree usted que se puede ver afectada la salud mental al ser madre soltera?**

**Por el estrés y la soledad, porque al estar solas pienso en cómo sería una familia perfecta y eso me frustra.**

**2- ¿Qué emociones ha experimentado en la experiencia de ser madre soltera y en qué momentos?**

**Felicidad cuando nació, tristeza cuando se enferma y la felicidad que experimente cuando dio sus primeros pasos.**

**3- ¿Qué desafíos emocionales o psicológicos cree que puedan surgir al ser madre soltera? ¿Ha considerado la posibilidad de enfrentar alguno de estos desafíos?**

**La depresión es un factor importante, además de que uno se estresa.**

**4- ¿Cómo ha influido en su autoestima su experiencia como madre soltera?**

**Si, me dio depresión.**

**5- ¿Ha tenido conflictos con otras personas debido a su situación de madre soltera?**

**Bien, ahora las opiniones de las demás personas ya no me importan, porque las personas me juzgan, considero que tengo un alto autoestima.**

**6- ¿Cómo madre soltera ha vivido situaciones que le hagan sentir agresiva? ¿Por qué?**

**Con mi mamá, ella me apoya, pero tiene un carácter fuerte**

**7- ¿Cree que las madres solteras pueden ser afectadas negativamente por la conducta del padre de sus hijos? Describa**

**No, al contrario, eso no vuelve más fuertes**

**8- ¿Considera que deberían existir espacios de apoyo para madres soltera? ¿Qué tipo de apoyo deberían ofrecer?**

**Si, un centro donde den apoyo emocional para no sentirse sola, como reuniones para desahogarse y recibir ese apoyo, consejo, etc.**

**9- ¿Ha experimentado críticas, violencia, discriminación o maltrato por ser madre soltera? Describa**

**Claro, críticas por otras mujeres**

**10- ¿Cómo describiría la relación con sus padres durante su infancia?**

**No fue una buena relación, no había comunicación. Existía maltrato físico y psicológico**

**11- ¿Como han sido sus relaciones amorosas y cuales cree que han sido las razones principales de su evolución?**

**Al principio bien, pero su evolución era afectada por la falta de comunicación y conexión.**

**12- Relate brevemente su infancia, describiendo la relación con sus padres y mencione algún evento que recuerde con regularidad.**

**No tengo recuerdos bonitos, mi mamá trabajaba todo el día igual que mi papá, la que me cuidaba era una tía.**

**El evento que más recuerdo fue un primer día de clases en primaria, que como no me quería vestir para ir a clase me golpearon con una faja.**

**Entrevista#1 Madres solteras DEVM, 40 años de edad**

**1- ¿Qué edad tenía cuando se convirtió en madre soltera?**

**16 años**

**2- ¿Cuál fue el motivo por el que se convirtió en madre soltera?**

**Abandono por parte de su pareja**

**3- ¿Cuántos hijos tiene?**

**3 hijos**

**4- ¿Cuántos hijos dependen económicamente de usted?**

**Actualmente 2 a mi cargo**

**5- ¿Ha experimentado algún desafío emocional psicológico que como madre soltera haya inferido o afectado su vida?**

**Depresión**

**Ansiedad**

**Soledad**

**6- ¿Podría describir algún desafío emocional o psicológico que haya enfrentado o afectado su vida en general?**

**Tristezas cuando se enferman o estamos mal económicamente maltrato psicológico, golpes**

**7- ¿Cuál es su principal fuente de ingreso como madre soltera?**

**Trabajar como doméstica**

**8- ¿Qué dificultades económicas presentan en su hogar?**

**Sueldo básico**

**Dificultades de manutención**

**9- ¿Ha tenido el apoyo de familiares durante esta etapa explique**

**Si, estando en enfermedades, económicamente y emocionalmente**

**10- ¿Piensa establecer una nueva relación de pareja**

**No**

**Entrevista #2 Madres solteras**

**1- ¿Como cree ustedes que se puede ver afectada la salud mental en madres soltera?**

**Si por qué cómo madre necesitamos apoyo ya sea de nuestra pareja o familiares y al ser madres solteras no la tenemos**

**2- ¿Qué emociones ha experimentado en las experiencias de ser madres solteras y en qué momento?**

**Tristezas**

**Ansiedad, cuando estoy sola y no sé qué hacer**

**Miedo cuando estoy pasando momentos difíciles**

**3- ¿Qué desafíos emocionales o psicológicos cree que puedan surgir al ser madre soltera ha considerado la posibilidad de enfrentar algunos de estos desafíos?**

**Depresión**

**Rechazo**

**Bajo autoestima**

**Le gustaría tratarse con un psicólogo sus problemas**

**4- ¿Cómo ha influido en su autoestima en su experiencia como madre soltera?**

**Ha influido bastante por qué tienen debilidad se sientes sola**

**5- ¿Ha tenido conflictos con otras personas debido a su situación como madre soltera?**

**Si, las actuales parejas del papá de mis hijos**

**6- ¿Como madre soltera ha vivido situaciones que la hagan sentir agresiva? ¿Por qué?**

**Si, cuando lastiman a uno de mis hijos o hablan mal de ellos**

**7- ¿Cómo cree que las madres solteras pueden ser afectadas negativamente por la conducta del padre de su hijo? Describa**

**Si por qué uno como mujer es flexible a lo que dicen de uno y más de alguien que compartió momentos con nosotros.**

**8- ¿Considera que deberían existir espacios de apoyo para madres solteras? ¿Qué tipo de apoyo deberían de ofrecer?**

**Si debe de haber espacios de apoyo para las madres ya sean charlas de autoayuda, centros de apoyo como fundaciones para madres solteras**

**9- ¿Ha experimentado críticas, violencias, discriminación, o maltrato por ser madre soltera? Describa.**

**Si de las mismas mujeres que consideraba mis amigas**

**10- ¿Cómo debería de describir la relación con sus padres durante su infancia**

**Fatal, padre ausente, madre soltera, con 8 hijos soy la última también maltratos y carencias**

**11- ¿Cómo han sido sus relaciones amorosas y cuales creen que han sido las razones principales de su evolución**

**Solo con el padre de los niños**

**Inestables y traumatizantes**

**12- Relacioné brevemente su infancia descríbala la relación con sus padres y mencioné algún evento que recuerde con regularidad.**

**La mamá cariñosa con ellos cuando se encontraban en su casa, ya que trabajaba por qué era el sustento de su familia, y lo que recuerdo con regularidad es en navidad por qué pasamos en familia y el día de las madres**

**Entrevista #1**

**Realizada a madre soltera de iniciales JSMM de 60 años de edad**

**1. ¿Qué edad tenía cuando se convirtió en madre soltera?**

**16 anos**

**2. ¿Cuál fue el motivo por el cual se convirtió en madre soltera?**

**La traición amorosa de mi esposo**

**3. ¿Cuántos hijos tiene?**

**3 hijos**

**4. ¿En la actualidad cuantos hijos dependen económicamente de usted?**

**Actualmente ningunos porque todos son mayores de edad, pero en el crecimiento a dos.**

**5. ¿Ha experimentado algún desafío emocional o psicológico como madre soltera que haya inferido o hay afectado su vida en general?**

**Si el rechazo de la sociedad, la falta de oportunidades en ese entonces para las mujeres la falta de recursos.**

**6. ¿Cuál es su principal fuente de ingreso como madre soltera?**

**La venta de totillas era una fuente de trabajo propio y después me iba a trabajar a una casa.**

**7. ¿Qué dificultades económicas presenta en su hogar?**

**Actualmente ninguno, pero en la crianza de mis hijos se me dificulto muchas cosas sufriendo muchas carencias.**

**8. ¿Ha tenido apoyo de sus familiares durante esta etapa? Explique**

**muy poca, ya que en mi familia solo era mi mama y mi abuelo y mi tía y mi mama murió cuando yo tenía 10 años.**

**9. ¿Como es posible sobrevivir siendo una madre soltera?**

**El compromiso como madre ya que yo quería algo bueno para mis hijos y gracias a Dios lo logre.**

**10. ¿Piensa en establecer una nueva relación sentimental con alguna nueva pareja?**

**Nunca**

**Entrevista #2**

**1. ¿Como cree usted que se puede ver afectada la salud mental al ser madres solteras?**

**Mi salud mental fue afectada ya que me toco trabajar a temprana edad y esto me genero tristeza ya que, al haber criado a mis hermanos y a mis hijos, por lo que mis padres murieron cuando yo aún era menor de edad me llevaron a tomar decisiones no aptas para la edad que tenía, y que no viví una infancia como otros niños de mi edad, esto causo contantes**

**ataques de depresión, inseguridad viendo reflejada la frustración en mis hijos y ahí buscaba como descontrolarme.**

2. **¿Qué emociones ha experimentado al ser madre soltera y en qué momento de su vida las ha vivido?**

**La impotencia en querer darle lo mejor a mis hijos, pero económica mente no tenía como ya que el trabajo solo me alcanzaba para la comida y algunas cosas que ellos necesitaban en el colegio, porque a pesar de todo siempre les di estudios, comprometiendo ellos y yo a dar lo mejor de nosotros.**

**Unas de las emociones negativas que tuvo fueron frustración, tristeza, pero también satisfacción de ver como si logramos juntos los estudios obteniendo una carrera con mayores logros.**

3. **¿Qué desafíos emocionales o psicológicas cree que puedan surgir al ser madre soltera? ¿Ha considerado la posibilidad de enfrentar algunos de estos desafíos?**

**Al ser abandonada por mi esposo pude sobrellevar la depresión amorosa cargando un embarazo lidiando con sentimientos negativos para no afectar mi embarazo y a mis otros hijos psicológicamente, enfrente a la sociedad ya que fui juzgada al ser una madre soltera un desafío también fue salir fuera de mi casa a trabajar ya que yo no trabajaba porque me mantenía haciendo las labores del hogar.**

4. **¿Como ha influido en su autoestima su experiencia como madre soltera?**

**En un inicio fue grandemente afectada por que mi marido me abandono con mis hijos por una de mis mejores amigas, me preguntaba ¿soy fea? ¿Estoy vieja? Entre otras.**

5. **¿Ha tenido conflictos con otras personas debido a su situación como madre soltera?**

**El machismo ha sido uno de los conflictos principales y lo que me ha marcado como madre soltera ya que los hombres me miraban como una persona vulnerable, fácil porque me encontraba en una situación llena de soledad, y necesitad de una figura paterna para mis hijos.**

**6. ¿En su experiencia como madre soltera ha vivido situaciones que la hagan actuar como una persona agresiva? ¿Por qué?**

**Ser sobreprotectora con mis hijos yo no quería que ellas pasaran lo mismo que pase yo, cuando a uno le pasa algo así, siente que dándole la oportunidad a sus hijos de experimentar el mundo pueden repetir la misma historia, yo recuerdo que cuando mis hijas me hablaban de algún hombre yo me ponía furiosa al punto que las castigaba para que no salieron y las golpeabas ya que para mí un hombre representaba desprecio y traición. También recuerdo que cuando mire a mi esposo con otra mujer reaccione de manera violenta golpeando y gritando de tan enojada y traicionada que me sentía.**

**7. ¿Usted cree que por ser madres solteras pueden ser afectadas negativamente por la conducta del padre de sus hijos? Explique**

**Sí, porque por ejemplos el desinterés de ser una buena persona o de realizar una familia eso lo sufrió una de mis hijas ella desde muy pequeña decía que ella solo quería tener un hijo y después separarse de su pareja por que para ella eso no era tan importante, pero también tengo un hijo que tenía su novia salió embarazada y lo primero que pensó fue casarse y tener un hogar seguro con su esposa e hija dándole lo que él nunca tuvo una figura paterna.**

**8. ¿Considera que debería existir espacios de apoyo para madres solteras? ¿Qué tipos de apoyo?**

**Si, por ejemplo, servicios donde permitan a las madres solteras apropiarse de estudios técnicos que nos permitan ayudarnos en nuestras**

**vidas, siempre han existido esos programas, pero nos exigen tener un proyecto ya físico y hay mujeres que necesitan empezar de cero.**

**Entonces me gustaría que existiera un espacio donde la mujer empiece de cero y con el tiempo apropiarse de su propio proyecto.**

**9. ¿Por qué cree usted que algunas madres solteras descuidan su cuidado personal?**

**Por la falta de tiempo, ya que para nosotras buscamos a hacer sentir mejor a nuestros hijos y hacemos a un lado todas nuestras necesidades, en mi casa yo trabajaba en una casa haciendo la limpieza y era algo que yo tenía que andar de chinela ropa para nada buena porque cocinaba limpiaba hacía de todo y no iba a ocupar mi mejor ropa para ir a trabajar.**

**10. ¿Como describiría la relación con sus padres durante la infancia?**

**Mi papa abandono a mi mama cuando yo tenía dos meses de nacida y mi mama murió cuando yo tenía 10 años, el tiempo no me permitió experimentar muchas cosas con ella y era con la que tenía mejor relación, después de esto me fui a vivir con mi abuelo y para mí el significaba mi figura paterna**

**Entrevista realizada a psicólogo**

**1- ¿Atiende usted a madres solteras?**

**Si**

**2- ¿Cuáles son sus experiencias en la atención a madres solteras respecto a vivencias que ellas han tenido**

**Las experiencias han sido redundantes, mujeres con problemas de salud emocional sin resolver, traumas, complejos que la persiguen y se han convertido en su historia, impidiéndoles incluso alcanzar un estatus de felicidad.**

**3- ¿Cuáles son los motivos más referentes por lo que las madres solteras solicitaron atención?**

**Algunas mujeres lo han hecho por atención a sus hijos ya que el tratamiento de los mismos ha necesitado involucrar a sus madres. También por casos de depresión y pensamientos suicidas en madres que citando textualmente describen sus vidas como una pesadilla.**

**Otras madres han sido por motivos de custodias en la que solicitan un perfil psicológico de la paciente.**

**4- ¿Existe un protocolo que indique realizar una sección preventiva o exploratoria para conocer el estado de salud mental en las madres solteras?**

**Protocolos de rutina según según requerimientos preestablecidos**

**5- ¿Qué opciones o Perfectivas de evaluación recomienda usted para colaborar en el análisis de las madres solteras?**

**Primero que todo debería haber un monitoreo conjunto de mujeres madres solteras vulnerables, algo que permita integrarles de manera preventiva, algo tan importante como las citas obligatorias con sus bebés**

**6- ¿En su práctica profesional que técnica utiliza para atender y acompañar a las madres solteras?**

**Reciben la atención promedio de cualquier otro paciente promedio durante un diagnóstico, después de acuerdo a su estatus se van adecuando los procedimientos puntuales para atender su padecimiento**

**7- ¿Cada cuanto se programan secciones con madres solteras?**

**Dependiendo de su padecimiento y avance hay sesiones semanales durante al menos 3 meses**

**8- ¿Tiene un lugar específico para reuniones?**

**En mi consultorio**

**9- Considerando las limitaciones del protocolo de atención institucional ¿Qué aspectos considera usted que quedan sin atender o acompañar en relación a la salud mental de las madres solteras?**

**Necesitan organizarse para poder potenciar el apoyo que pudiere necesitar al momento**

**Atención puntualizada acorde al requerimiento de cada mujer protagonista.**

**Conexión de casos con relaciones familiares (traumas de la madre proyectado a los hijos)**

**Frecuencia de los seguimientos de atención a casos**

**Plan de reincorporación sin traumas**

**Ejecución a largo plazo**

## 8.2 Validación

**CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO**

**Yo, Luis David Torres Esquivel, Licenciado en Psicología con cédula de identidad 001-190494-0003C, certifico que he realizado un juicio experto sobre los instrumentos de investigación (Cuestionario y Entrevista) diseñados por Cintya Marilen Benavidez Videa, Yaneyri Yamileth Rivas Rodríguez y Jatziry Danieska Rizo Vanegas para el estudio titulado *Salud Mental en Madres Solteras*. En consecuencia, propongo las siguientes observaciones:**

**Instrumento 1**

**En este instrumento no hice observaciones, al ostentar la aplicación de una prueba psicológica no podría validar, por lo tanto, recomiendo lectura y adecuación de la prueba para evitar invalidez.**

**Instrumento 2**

**Las observaciones sugeridas fueron integradas, resultando en una mejora en la claridad y precisión de las preguntas.**

**Instrumento 3**

**Las observaciones fueron implementadas, garantizando una mayor consistencia y validez en la estructura del cuestionario.**

**Firma: _____**

**Fecha: 16-08-2024**

**CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO**

**Yo, Aura Elieth Chavarria Chavarria Lic. en Psicología y MSc. en Docencia universitaria con cédula de identidad: 243-081183-0001Q certifico que realicé cuidadosamente el juicio como experto de instrumentos de investigación (diseño metodológico y cuestionario), diseñado por Cintya Marilen Benavidez Videa, Yaneyri Yamileth Rivas Rodríguez y Jatziry Danieska Rizo Vanegas, para el estudio titulado: Salud Mental en madres solteras, por lo cual sugiero las siguientes observaciones:**

**Instrumento 1**

## ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA A MADRES SOLERAS

**Mejorar las siguientes preguntas**

**¿Cómo afecta la salud mental ser madre soltera?**

**¿Cómo ha afectado su autoestima su condición de madre soltera, ejemplifique?**

**¿Ha tenido situaciones que le pongan agresiva relacionadas a ser madre soltera?**

**Instrumento 2**

## Entrevista semiestructurada dirigida a madres solteras

**¿Cuántos hijos tiene?, ¿Piensa en establecer una nueva relación de pareja?**

**(Estas preguntas no son relevantes)**

**¿Cuántos hijos tiene?, si se considera esta pregunta importante creo que debería estar plasmada en datos generales.**

**Instrumento 3**

**¿Qué opciones recomienda usted para colaborar en los análisis de las mujeres madres solteras? (Considero ambigua esta pregunta, si pueden mejorarla sería bueno)**

**Firma: _____**

**Aura Elieth Chavarría Chavarría**

**Fecha: 25 07 24**

**CONSTANCIA DE JUICIO DE EXPERTO**

**Yo, Karen Junietrh Villarreyna Lanuza Licenciada en Psicología _____ con cédula de identidad: 161-121189-0000P certifico que realicé cuidadosamente el juicio como experto de instrumentos de investigación (diseño metodológico y cuestionario), diseñado por Cintya Marilen Benavidez Videa, Yaneyri Yamileth Rivas Rodríguez y Jatziry Danieska Rizo Vanegas, para el estudio titulado: Salud Mental en madres solteras, por lo cual sugiero las siguientes observaciones:**

**Instrumento 1**

**Instrumento 2**

**Instrumento 3**

**Firma:**

**Fecha: martes 27 de ago. de 2024**

## Participante #1, 34 años

**Participante de iniciales DJVH manifiesta en la grafica los siguientes resultados, altos niveles de sociabilid, pero un bajo nivel mental escolar, con una personalidad dominante, es una persona tranquila y que prefiere experimentar.**

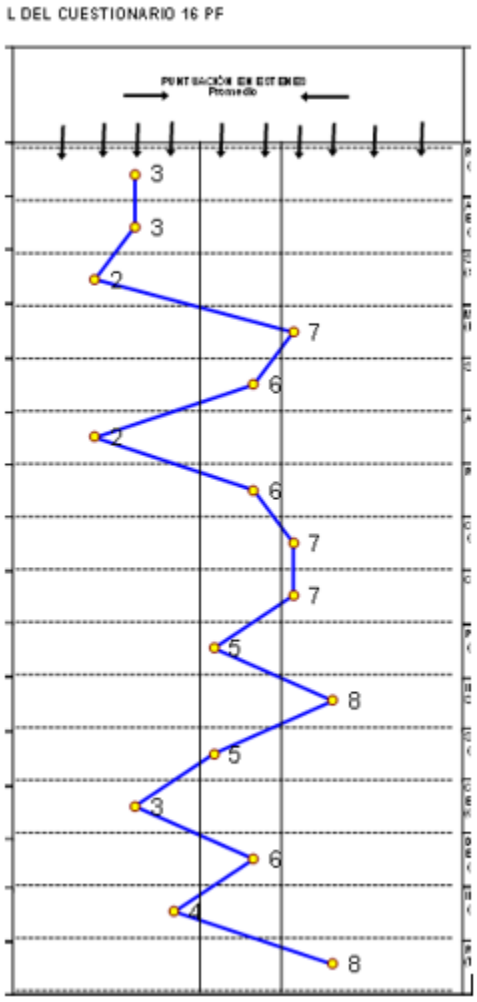



*Ilustración 1participante #1*

**Participante #2, 20 años**

**Participante de iniciales NNCH manifiesta en la grafica los siguientes resultados, es una persona social y confiada, segura de si misma y apacible.**

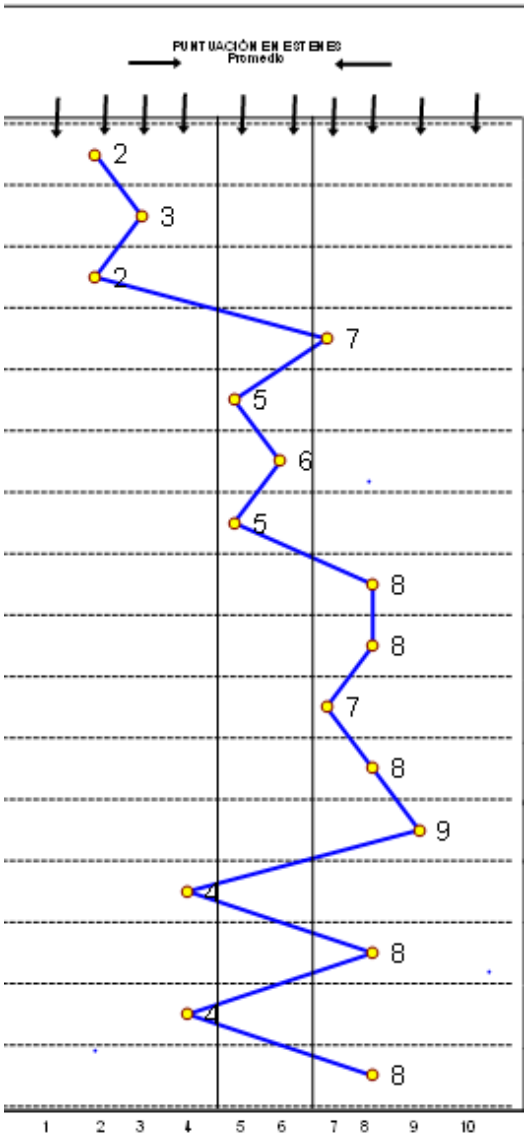



*Ilustración 2 participante #2*

## Participante #3, 40 años

**Participante de iniciales DEMV manifiesta en la grafica los siguientes resultados, es una persona tranquila, en muchas ocasiones retraida y severa con ella misma.**

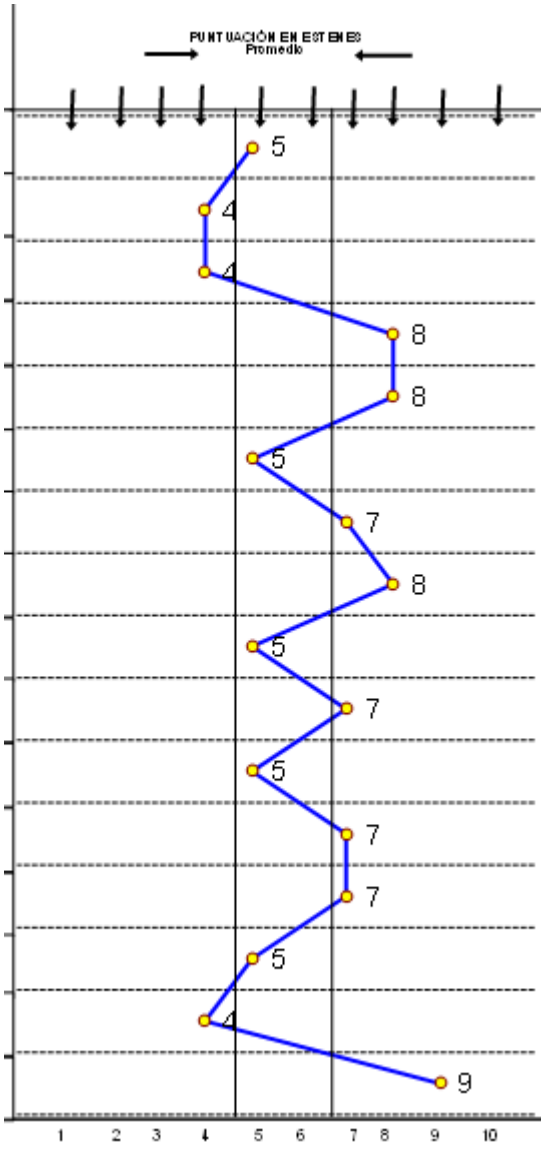



*Ilustración 3 Participante #3*

## Participante #4, 60 años

**Participante de iniciales JSMM manifiesta en la grafica los siguientes resultados, es una persona tranquila, conservadora y objetiva en cada una de sus acciones.**

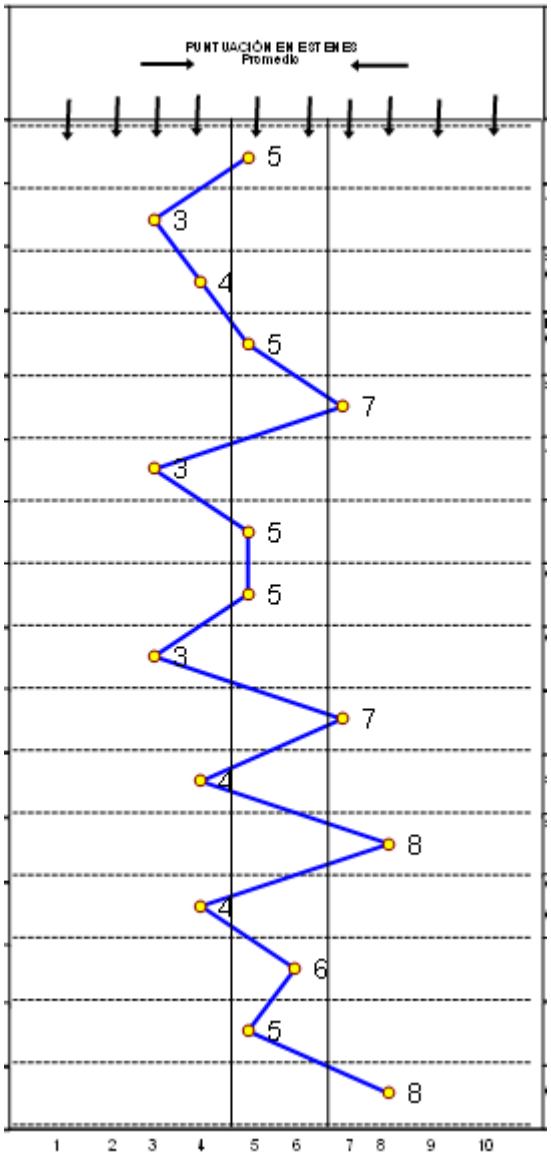



*Ilustración 4 Participante #4*

*Tabla 3 Matriz de resultados*

# Matriz de resultados

| Objetivo general | Identificar los conocimientos y la conciencia acerca de los problemas psicológico que pueden desarrollar las madres solteras. | | |
|---|---|---|---|
| **Objetivos específicos** | **Categorías** | **Subcategorías** | **Interpretación** |
| Conocer los efectos psicológicos de las madres solteras. | Efectos psicológicos<br><br>Madres solteras | Consecuencias<br>Estado emocional<br>Trastornos síndromes<br>Baja autoestima<br>Malas relaciones interpersonales<br>Agresividad<br>Fracasos en las relaciones amorosas<br>Traumas de la infancia<br>Percepción<br>Pensamiento<br>Comportamiento<br>Edad<br>N° de hijos<br>Situación laboral<br>Historia de vida<br>Estado civil<br>Nivel académico<br>Procedencia<br>Religión | Consecuencias: Los efectos de ser madre soltera pueden ser diversos, desde económicos hasta emocionales, y pueden aumentar el estrés y la ansiedad. Las madres pueden enfrentar la sobrecarga de responsabilidades, lo que puede afectar su salud mental.<br>Estado emocional: Las madres solteras pueden experimentar emociones como tristeza, estrés, frustración, y ansiedad debido a la carga de las responsabilidades, lo que puede derivar en depresión o un agotamiento emocional prolongado.<br>Trastorno: El aislamiento, el estrés crónico o los problemas en las relaciones familiares pueden derivar en trastornos mentales como la depresión, la ansiedad o el trastorno de estrés postraumático (TEPT) en algunas madres solteras.<br>Síndrome: Se puede desarrollar el síndrome de burnout o agotamiento extremo, debido a la constante presión de manejar múltiples roles sin el apoyo adecuado, lo que impacta negativamente la salud mental.<br>Baja autoestima: La sensación de no cumplir con las expectativas sociales o familiares puede disminuir la autoestima de la madre soltera, afectando su autoconfianza y aumentando la probabilidad de experimentar ansiedad o depresión.<br>Malas relaciones interpersonales: Las dificultades en las relaciones familiares o de pareja pueden generar un ambiente de conflicto que afecta la estabilidad emocional de la madre soltera, limitando el apoyo social que recibe.<br>Agresividad: La falta de recursos o el estrés constante pueden generar reacciones impulsivas o agresivas, afectando las interacciones sociales y el bienestar emocional tanto de la madre como de los hijos.<br>Fracaso en las relaciones amorosas: La dificultad para mantener una relación estable puede generar un sentimiento de fracaso, lo que puede afectar la salud mental, incrementando el estrés y la soledad. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | **Traumas de la infancia: Experiencias previas de abuso o negligencia pueden tener efectos duraderos en la salud mental de la madre soltera, haciendo que repita patrones de relación disfuncionales o desarrolle trastornos psicológicos.**<br><br>**Percepción: La forma en que la madre soltera percibe su rol, la sociedad y las expectativas familiares puede influir directamente en su estado emocional y salud mental. Las presiones sociales para ser una "madre perfecta" pueden aumentar el estrés y la ansiedad.**<br>**Pensamiento: Los pensamientos negativos o irracionales sobre sí misma o sobre sus capacidades para ser madre pueden incrementar la probabilidad de trastornos como la depresión o el trastorno de ansiedad generalizada.**<br>**Comportamiento: Los comportamientos impulsivos o evitativos, como el aislamiento social o la negación de las necesidades emocionales, pueden estar relacionados con una mala salud mental.**<br>**Edad: La edad de la madre soltera puede influir en su capacidad para manejar la situación. Las madres jóvenes pueden sentirse más abrumadas, mientras que las mayores podrían tener más recursos emocionales pero enfrentar desafíos relacionados con el cansancio o los conflictos de pareja pasados.**<br>**Número de hijos: Tener más de un hijo puede aumentar la carga emocional y económica, especialmente si no se cuenta con una red de apoyo, lo que eleva los niveles de estrés y ansiedad.**<br>**Situación laboral: La estabilidad laboral es clave para la salud mental de una madre soltera. La inseguridad laboral o la sobrecarga de trabajo pueden contribuir a altos niveles de estrés, afectando su bienestar.**<br>**Historia de vida: Las experiencias previas de la madre, como su entorno familiar, social y educativo, son determinantes en su salud mental. Una historia de abuso o dificultades previas puede hacer que la madre soltera enfrente más desafíos emocionales.**<br>**Estado civil: Aunque una madre esté separada, viuda o soltera, su estado civil influye en el tipo de apoyo que recibe. El estigma social de ser madre soltera puede agravar su situación emocional.** |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | **Nivel académico: Un mayor nivel educativo puede ofrecer mayores oportunidades laborales y sociales, reduciendo la ansiedad económica, mientras que una baja educación puede limitar las oportunidades, afectando la salud mental debido a la inseguridad financiera.**<br>**Procedencia: La cultura y el entorno social de la madre soltera juegan un papel importante en cómo es percibida y tratada. En algunas culturas, las madres solteras pueden enfrentarse a discriminación, lo que aumenta el estrés y la ansiedad.**<br>**Religión: La religión puede ser una fuente de consuelo, pero también puede ser un factor de presión si las creencias sociales o familiares crean expectativas irreales sobre el comportamiento de la madre. La espiritualidad puede ofrecer apoyo emocional, pero también puede ser una fuente de conflicto interno si se sienten rechazadas.** |
| **Describir los problemas psicológicos de las madres solteras.** | **Problemas psicológicos**<br><br>**Madres solteras** | **Condición**<br>**Trastornos**<br>**Salud mental**<br>**Problemas económicos**<br>**Depresión**<br>**Ansiedad**<br>**Estrés**<br>**Familia**<br>**Crianza**<br>**Hijos**<br>**Hogar**<br>**Pareja** | **Condición y trastorno: Las madres solteras pueden estar más expuestas a desarrollar trastornos mentales debido a las tensiones inherentes a su situación. La presión constante por equilibrar el trabajo, la crianza y la vida personal puede derivar en condiciones como depresión y ansiedad. La falta de apoyo o el acceso limitado a atención médica también puede agravar estas condiciones, haciendo más difícil el manejo de los síntomas.**<br>**Salud mental: La salud mental de las madres solteras puede verse comprometida por el estrés crónico. La sobrecarga de responsabilidades, la falta de descanso adecuado y la preocupación constante por el bienestar de sus hijos pueden llevarlas a sufrir desde cuadros leves de ansiedad hasta depresiones graves. Además, la estigmatización social de ser madre soltera puede generar sentimientos de culpa y soledad, lo que afecta negativamente la autoestima.**<br>**Problemas económicos: Las dificultades económicas son uno de los mayores factores de estrés para las madres solteras. La presión por proveer económicamente para sus hijos puede resultar en una constante sensación de inseguridad y ansiedad. Las madres solteras suelen enfrentar un acceso limitado a recursos, lo que también puede generar frustración y sentimientos de impotencia. La falta de apoyo económico también puede incrementar los riesgos de trastornos psicológicos, como la depresión.**<br>**Depresión y ansiedad: Estas son las condiciones más comunes entre las madres solteras, dado que se enfrentan a una carga significativa tanto emocional como física. La depresión puede ser el resultado de la acumulación de estrés por la falta de apoyo social, la carga económica y la responsabilidad de criar a los hijos por cuenta propia. La ansiedad también puede derivarse de las preocupaciones diarias sobre el** |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | futuro, la estabilidad de la familia y la percepción de no estar cumpliendo con todas las expectativas sociales o familiares.<br><br>Estrés: El estrés es un factor constante para las madres solteras, quienes deben equilibrar muchas responsabilidades simultáneamente. La falta de tiempo personal y el esfuerzo constante para satisfacer las necesidades de los hijos, el trabajo y la casa contribuyen a un agotamiento físico y emocional. Este estrés crónico puede afectar no solo su salud mental, sino también su salud física, incrementando el riesgo de enfermedades.<br><br>Familia y crianza: La familia es un aspecto fundamental en la salud mental de las madres solteras. La falta de un sistema de apoyo familiar puede intensificar las dificultades que enfrentan. Sin embargo, aquellas que cuentan con el apoyo de familiares cercanos o redes de apoyo social tienen más probabilidades de lidiar mejor con los desafíos. La crianza de los hijos también puede ser un factor protector si la madre encuentra satisfacción en el vínculo con sus hijos, aunque también puede generar ansiedad si las expectativas de la maternidad no se cumplen debido a la falta de recursos o apoyo.<br><br>Hijos: Los hijos son tanto una fuente de motivación como una fuente de estrés para las madres solteras. El bienestar de los niños es una prioridad constante, y cualquier dificultad que enfrenten los hijos (como problemas de salud, dificultades escolares o emocionales) puede generar más estrés y ansiedad en la madre. La preocupación por el futuro de los hijos también puede ser una carga emocional.<br><br>Hogar: El ambiente del hogar puede ser tanto un refugio como un lugar de tensión. Un hogar desordenado o caótico debido a la falta de tiempo o recursos puede incrementar el estrés de la madre. Además, si la madre soltera enfrenta problemas como la falta de vivienda o inestabilidad, esto puede afectar gravemente su salud mental. La creación de un ambiente armonioso es crucial, pero a menudo es un desafío debido a la carga de responsabilidades.<br><br>Pareja: En el caso de las madres solteras, la falta de una pareja o la presencia de una relación conflictiva pueden tener un impacto significativo en su salud mental. La ausencia de apoyo emocional y físico puede generar soledad y desesperanza, mientras que una relación conflictiva puede aumentar el estrés, la ansiedad y la depresión. Por otro lado, una pareja que ofrece apoyo puede aliviar muchas de las presiones que enfrentan. |
| Proponer técnicas de atención para fortalecer la salud mental de las madres solteras | Salud Mental<br><br>Técnicas de atención psicológica | Equilibrio Social<br>Equilibrio conductual<br>Sociocultural<br>Recursos<br>Disciplinario<br>Espacio social | El equilibrio social y conductual son esenciales para reducir el estrés y mantener una buena salud emocional. Las madres solteras pueden beneficiarse de un entorno social positivo que les permita mantener relaciones sanas y equilibradas.<br>El entorno sociocultural influye en cómo la madre percibe su rol y cómo la sociedad la percibe, afectando su autoestima y bienestar emocional. Las presiones socioculturales pueden aumentar el estrés y la ansiedad. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | **Técnicas de psicoterapia** | **Los recursos, tanto materiales como emocionales, son cruciales para aliviar las cargas que enfrentan las madres solteras. El acceso a apoyo social, recursos económicos y servicios de salud mental puede reducir significativamente la tensión y mejorar la salud mental.**<br>**El enfoque disciplinario adecuado puede reducir el estrés, ayudar a la madre a manejar situaciones difíciles y contribuir a un ambiente familiar más armonioso, lo que a su vez beneficia la salud emocional de la madre.**<br>**El espacio social en el que una madre soltera se desenvuelve también impacta su bienestar. Tener un espacio de apoyo y aceptación social puede reducir la sensación de soledad y ansiedad.**<br>**Las técnicas de psicoterapia juegan un papel fundamental en el tratamiento y manejo de los problemas emocionales derivados de la maternidad en solitario. El apoyo profesional puede ayudar a las madres a superar obstáculos emocionales y a manejar el estrés, mejorando su salud mental y calidad de vida.** |

## Galería de imágenes

SAUCE

*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*