

Maureen González
CN614
Dra. Leída Matías
04/08/2023

Bibliografía Anotada

Arcand, M., Juster R., Lupien, S., Marin, Marie. (2020). Gender Roles in relation to symptoms of anxiety and depression among students and workers. *Anxiety, Stress & Coping*, 33(6).
<https://eds-p-ebshost-com.ezproxy.nyack.edu/eds/detail/detail?vid=7&sid=fe2fdbe9-1fd3-4bde-a91f-a77f7228b5e7%40redis&bdata=JnNpdGU9ZWRzLWxpdmUmc2NvcGU9c2l0ZQ%3d%3d#AN=146677052&db=a9h>.

En este artículo o investigación los autores examinan como los roles de género y la dinámica de estos tienen un impacto en la depresión y ansiedad en estudiantes y trabajadores perfectamente saludables. En este estudio analizaron a 108 estudiantes (50 hombres) y 151 (75 hombres) trabajadores de edades desde 18 hasta 65 con métodos como: "Pooled Data", "Bem Sex-Role inventory", "State and Trait Anxiety Inventory" y por último el "Beck Depression Inventory II". La conclusión del estudio fue que determinaron que los roles de género marcan la salud mental de estudiantes o trabajadores de acuerdo a su estatus. Llegaron a esta conclusión ya que los resultados conforme a los métodos utilizados denotaron que alta masculinidad anticipaba bajos síntomas de ansiedad y de depresión en trabajadores, pero no en los estudiantes. Por el contrario en la feminidad, que determinaba automáticamente altos niveles de síntomas tanto de depresión como de ansiedad sin importar el estatus de la persona. Para mi trabajo de investigación quiero analizar la relación entre la baja autoestima y la depresión en las mujeres conforme a su rol en la sociedad. Según las estadísticas al nivel global es obvio que el nivel de los síntomas de ansiedad y depresión presente en las mujeres es el doble comparado al de los hombres. El propósito de utilizar este recurso es porque no solo el aspecto biológico influye en el número de mujeres presentando síntomas de desorden de depresión y ansiedad, sino que también

existe el factor de lo que la cultura y la sociedad influyen en los hombres y mujeres. Es interesante que utilizan estos métodos en ambos géneros y en sus estatus social para así poder determinar que no solo lo biológico afecta, sino también lo psicológico y cultural. Ahora bien, el enfoque del estudio es el de estudiar el efecto de la masculinidad en los síntomas de ansiedad y depresión ya que según estudios anteriores, se ha probado que la masculinidad predice bajos niveles de depresión y ansiedad. No obstante, en el caso de la feminidad todavía no se ha probado esta asociación que en realidad es lo que estoy buscando investigar. Sin embargo, como el estudio se enfoca en los roles de género y características masculinas y femeninas independientemente del género, este estudio puede ayudarme para señalar una de las mayores causas de la depresión y ansiedad en las mujeres es que sus rasgos de personalidad femenina las predeterminan a estos síntomas. Las características masculinas ayudan a alta autoestima que por ende influye en bajos niveles de depresión. Al el estudio usar dos métodos operacionales: categorial o de grupos y continuo o de dimensiones, puede determinar con más precisión este tema en términos dimensionales e individuales a comparación a otros estudios que llegan a conclusiones conforme a resultados grupales.

Borzumato-Gainey, C., Kennedy, A., McCabe, B., & Degges-White, S. (2009). Life satisfaction, self-esteem, and subjective age in women across the life span. *Adulthood Journal*, 8(1), 29+. https://link-gale-com.ezproxy.nyack.edu/apps/doc/A196533387/AONE?u=nysl_se_nyac&sid=bookmark-AONE&xid=a826f93e

En este estudio en particular los autores observan 320 mujeres de edades entre 21 y 69 años con el fin de indagar más a fondo la relación de como tener una relación de pareja o marital afecta los niveles de satisfacción y autoestima en las mujeres. También, es importante destacar la variable de la edad en este estudio, donde las mujeres en sus 30s y 40s presentan bajos niveles de satisfacción de vida o realización que otras mujeres de diferentes edades. El enfoque en este estudio es poder observar los factores determinantes de tal fenómeno en el cual concluyen que la autoestima

influencia directamente la realización personal o satisfacción de vida en las mujeres. Los instrumentos utilizados en el estudio fueron un cuestionario demográfico y una evaluación aplicando los métodos: the Rosenberg Self-Esteem Scale”(SES), “the Satisfaction with Life Scale” (SWLS) y por último “the Subjective Age Questionnaire”(SAQ). Cada una de estas escalas y evaluaciones tienen un factor de suma importancia en determinar un promedio de cómo se sienten las mujeres evaluando todos estos factores. La escala de SWLS mide la satisfacción personal globalmente. El SES evalúa los sentimientos autoestima mientras que el SAQ se enfoca en como uno se percibe a sí mismo en relación con relación a la edad. Esta data permitió que ellos llegaran a varias conclusiones con respecto a cómo las mujeres de diversas etapas de la vida se sienten con respecto a su autoestima y satisfacción de vida. Los elementos por considerar en estas conclusiones fueron los siguientes: relaciones maritales o de pareja y la edad en todos los sentidos de la palabra. En cuestión a la situación de pareja los resultados concluyeron que las mujeres en una relación estable y saludable tuvieron altos niveles de satisfacción de vida comparada con las mujeres que tenían relaciones causales o aun a las que estaban solteras. Su conclusión es que las mujeres se sienten mejor y satisfecha cuando ellas saben dónde están paradas en sus relaciones. En cuestión a la edad se probó que las mujeres que se sentían menores a su edad actual tenían alta autoestima y satisfacción de vida. Las limitaciones del experimento son el número de mujeres evaluadas no pueden determinar porque hay varios factores envueltos en cuestión de cultura, ideales, cosmovisión, etc. También, la exactitud de la evaluación de sí mismo porque pueden existir varios factores que las mujeres tal vez oculten o limiten en escribir de si mismas. A pesar de las limitaciones del estudio, seria excelente colaboración a mi estudio porque explora varios puntos que quiero tratar de la autoestima de la mujer tales como: el de satisfacción de vida que indirectamente tiene que ver con la estabilidad de relaciones pueda ser de pareja o amistades o aun familiares. También, explora que la edad puede afectar la autoestima ya sea positiva o negativamente, todo tiene que ver cómo nos sintamos y el alto valor que nos demos a nosotras mismas.

Campbell, J. (2023). Perfectionism (psychology). *Salem press Encyclopedia of Health*.

Este artículo no es realmente un estudio, sino más bien una explicación de cómo el perfeccionismo es una hierba mala que corrompe la autoestima y es uno de los males que afecta en gran manera al individuo causándole altos niveles de ansiedad e incluso depresión. Este escrito define la palabra y sus efectos según el psicólogo Randy O. Frost. Según Frost, el individuo sobrelleva una carga inmensamente grande cuando este conecta la perfección con la autoestima o mejor dicho el valor que este se da a sí mismo. Las ideas de este artículo es presentar las raíces del perfeccionismo y cómo podemos identificarlo, para así poder controlarlo e incluso superarlo. A pesar de este no ser una investigación en sí del perfeccionismo, me pareció interesante introducirlo en la bibliografía porque así puedo autoevaluarme con las causas y efectos que este rasgo de personalidad ha ocasionado durante mi vida. La metodología utilizada por la autora Campbell en este escrito es presentar la definición del perfeccionismo, pero luego hace una aclaración o diferenciación de que el deseo de sobresalir no quiere decir perfeccionismo y no deben de confundirse estos términos. También, la autora define los aspectos del individuo perfeccionista. No obstante, se debe de subrayar la idea de que el hecho que una persona tenga este rasgo de personalidad no quiere decir que este individuo consiga las metas perfectas que están en su mente. Por lo contrario, esta característica en el ser humano se traduce como: duda en sí mismo y una obsesión en no cometer errores. Por lo que describe esta definición, es más que probable que la persona padeciendo de este rasgo sufra de baja autoestima, altos riesgos de caer en depresión por no lograr las altas expectativas trazadas, y aun hasta contemplar la idea del suicidio. La autora explica cómo, si la persona relaciona la perfección con valoración de sí mismo, entonces, estas personas pueden estar en un alto riesgo de desarrollar enfermedades mentales y hasta cometer suicidio. Esto es debido a la alta tarea de querer que los demás los valoren por lo que hagan perfecto. Aparte de discutir las raíces de este rasgo de personalidad, Campbell ofrece varios

consejos de cómo evitar llegar al punto extremo de este rasgo y se debe de comenzar desde la niñez. Los padres deben ofrecer el mejor ambiente para que los niños que tienen esta personalidad puedan sentirse libres de cargas y aprender a aceptar sus fallas sin reproches de sus padres. La autora explica varias estrategias y tratamientos terapéuticos para poder aprender a superar y lidiar con el perfeccionismo. La metodología indirectamente aparte del escrito es presentar varias tablas como: "the Big Five Personality Traits" y una tabla de los aspectos positivos y negativos del perfeccionismo para así poder visualizar el tema con más precisión. La utilidad de esta fuente es que puede servir de espejo para aquellos que sufren de este rasgo, para así poder lidiar con el tema o tal vez los familiares de un individuo que padece de esto, poder ofrecerle las mejores herramientas al individuo. En mi escrito aparte de presentarlo como referencia para hablar del tema como una de las causas de la baja autoestima, depresión y ansiedad, me interesa porque como explique anteriormente he sufrido por tal rasgo de personalidad y he sufrido mucho por eso. Sin embargo, Dios ha obrado en mi vida de manera sobrenatural, pero todavía quedan secuelas de este. En este caso de manera positiva porque he aprendido a usarlo en un aspecto positivo. Fue interesante leer este artículo y poder identificar esas características y a la vez poder leer acerca de cómo lidiar con esto. Las limitaciones del estudio es que realmente no es un estudio, pero puede ser una plataforma para investigación y búsqueda de otras fuentes que traten del tema con el fin de utilizarlo como referencia para conocimiento y estrategias para combatirlo.

Consiglio, I., Van Osselaer, S. (2022). The Effects of Consumption on self-esteem. *Consumer Psychology*. ScienceDirect.

Esta referencia es una revisión de la literatura que trata acerca de los efectos del consumismo en la autoestima del ser humano. El propósito de este escrito según los autores es que se hagan más investigaciones de este tema con el fin de que se hagan investigaciones empíricas relevante en la sociedad que estamos viviendo. Los autores se hacen tres preguntas para motivar a la investigación del tema: ¿En qué condiciones se esperaría efectos a largo plazo

del efecto del consumismo en la autoestima? Otro tema de enfoque del escrito es señalar moderadores para los efectos a largo plazo del consumismo en la autoestima del individuo. Con el fin de lograr esto es necesario hacer comparaciones de las estadísticas. Por ejemplo, encuestas hechas a adolescentes y niños muestran un declive en la autoestima de estos; esto está relacionado con un alto nivel de uso de las redes sociales por parte de ellos. Aquellos niños y adolescentes que pasan menos tiempo en interacciones sociales tienden a tener un nivel bajo en su bienestar psicológico. El artículo invierte mucho tiempo en explicar lo que es "self-discrepancy", que es un fenómeno que causa incongruencias en uno mismo por la comparación social que los medios de comunicación presentan como estándares de la sociedad. La autoestima es definitivamente amenazada por este factor. La autocongruencia, por otro lado, muestra como esta discrepancia personal es influenciada por el yo real y una estándar de comparación ideal según explican los autores. La autodeterminación juega un papel como ese deseo de alcanzar esas metas y mejorar la autoestima a través de lograr eso que la sociedad nos pone den frente como individuo perfecto. La metodología de esta literatura es definitivamente: definición, observación e interpretación de los términos acerca de la autoestima con relación al consumismo para así poder identificar los problemas que el consumismo causa en el ser humano conforme a las estadísticas y estudios anteriores. Como mencionan los autores de hacer una investigación y pruebas más a fondo de este tema, es importante comprender los estudios anteriores para poder enfocarnos en las variables señaladas por los autores de esta investigación. Este artículo es más que relevante para mi trabajo porque aparte de que habla de otros factores en la influencia de la autoestima en el ser humano. También, explica detalladamente ocho tipos de procesos por el cual el consumismo afecta definitivamente la autoestima y cabe estudiar estos para poder ayudar al individuo en el futuro que pueda estar sufriendo por este proceso en su autoestima. Como el enfoque de mi trabajo es en las mujeres tal vez tratar de buscar artículos que estudien las mujeres con relevancia al consumismo.

Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213–240. <https://doi.org/10.1037/a0028931>

Este es uno de los artículos más importante para mi trabajo porque trata de la conexión entre la baja autoestima y la depresión, la cual todavía no existe una evidencia concreta de la esencia de esta relación. Sin embargo, sabemos que existe una relación que es necesario investigar. Este estudio evalúa los modelos de vulnerabilidad y cicatriz que observa la baja autoestima y la depresión o la baja autoestima y la ansiedad a través del metanálisis de datos disponibles de 77 estudios de acerca de la depresión y 18 estudios sobre la ansiedad. Los promedios de edad son entre niñez hasta edad avanzada. Los resultados indican que para la depresión, el modelo que lo sustenta es el de vulnerabilidad. Es decir, el efecto de la autoestima en la depresión es mucho más fuerte que al revés. Por otro lado, el efecto de la autoestima y la ansiedad es balanceado. Los resultados de los moderadores indicaron que el efecto de la autoestima en la depresión no está tan influenciado por género, edad, niveles de autoestima y depresión, o el tiempo transcurrido entre las pruebas. Para el procedimiento meta-analítico utilizaron calculaciones de “Fisher’s transformation”. Utilizaron SPSS y el SPSS macros para hacer las computaciones. En cuanto a las limitaciones del estudio, los autores explican como esta investigación no respalda una fuerte conclusión en cuanto a la relación entre la autoestima, depresión, y ansiedad. Esto es porque todos los estudios analizados usaron diseños correlacionales y por ende, algunos resultados pueden haber sido causados por terceras variables que no fueron reguladas. Esta investigación es de suma importancia en mi escrito porque a pesar que el estudio no puede dar una idea precisa de la correlación entre la autoestima y la depresión, si prueba que la autoestima afecta mucho mas a la depresión que la depresión a la autoestima. Entonces, es importante profundizar en esta área porque la baja autoestima puede causar tanto daño en las personas sobre todo en las mujeres, que padecen más de depresión que los hombres. Obviamente, tiene mucho que ver con la baja autoestima y la percepción que las mujeres tengan de sí mismas. Este estudio observa varias

variables que podemos utilizar para analizar que podríamos descartar en nuestro estudio y que podría agregar para tratar de ayudar a las mujeres que están atravesando por un tiempo de baja autoestima y depresión.