

# ACCION PARA EL EMPODERAMIENTO DE LAS EMPLEADAS DEL HOGAR EN LA EQUIDAD DE GÉNERO





# Í N D I C E

<b>I. Introducción</b>	<b>5</b>	Construyendo el Poder desde dentro: ¡Salir de casa!	<b>27</b>
<b>II. El empoderamiento de las empleadas del hogar: Un camino hacia la equidad y el desarrollo.</b>	<b>7</b>	Construyendo el Poder con: Organizarse	<b>30</b>
El empoderamiento desde Género y Desarrollo (GED)	<b>10</b>	Construyendo el Poder de hacer: Y ¿hacer dinero?	<b>34</b>
El empoderamiento	<b>12</b>	Construyendo el Poder para: Mis capacidades	<b>36</b>
Contenido del empoderamiento: Cómo entender el poder	<b>16</b>	Construyendo el poder de las relaciones	<b>37</b>
<b>III. Qué es el género y para qué sirve?</b>	<b>19</b>	<b>V. Vias para el empoderamiento de las mujeres empleadas del hogar.</b>	<b>39</b>
<b>IV. Acciones para el empoderamiento (estrategias de desarrollo y empoderamiento)</b>	<b>25</b>	<b>Conclusiones</b>	<b>65</b>
		<b>Anexos</b>	<b>67</b>



# I N T R O D U C C I Ó N

*“...Desde nosotras las empleadas del hogar, tener poder significa poder para modificar, accionar para transformar nuestro ser mujer, nuestro medio, cambiar las relaciones de trabajo, las relaciones con los hombres y, conjuntamente con los pueblos...”*

**E**l empoderamiento conduce a lograr autonomía individual, a estimular la resistencia, la organización colectiva y la protesta mediante la movilización. En suma, los procesos de empoderamiento son, para las mujeres empleadas del hogar, un desafío a la ideología patriarcal con miras a transformar las estructuras que refuerzan la discriminación de género y la desigualdad social.

El empoderamiento, por lo tanto se entiende como un proceso de superación de la desigualdad de género.

Se busca que las empleadas del hogar, reconozcan que hay una ideología que legitima la dominación masculina y que entiendan que esta ideología perpetúa la discriminación que ellas sufren permanentemente. Si la subordinación ha sido vista

por la ideología patriarcal como natural, es difícil que el cambio parta espontáneamente de la condición de subordinación.

En este sentido, el empoderamiento es inducido y de allí la importancia de crear conciencia de la discriminación de género. Ello significa que las empleadas del hogar modifiquen la imagen de sí mismas y las creencias sobre sus derechos y capacidades y desafíen los sentimientos de inferioridad. Facilitar las condiciones que permitan o induzcan estos cambios, es el papel de los agentes externos.

El empoderamiento se proyecta como herramienta que permitirá en este siglo XXI “mirar al mundo con ojos de mujer”, como se señaló en el lema del camino a Beijing o IV Conferencia Mundial de la Mujer celebrada en 1995.







Los estudios de las mujeres se han visto obligados a encontrar una palabra en español equivalente al verbo empower y al sustantivo empowerment, utilizándose como sinónimos de este término potenciación o poderío o en su forma verbal, empoderar, potenciar y apoderar.

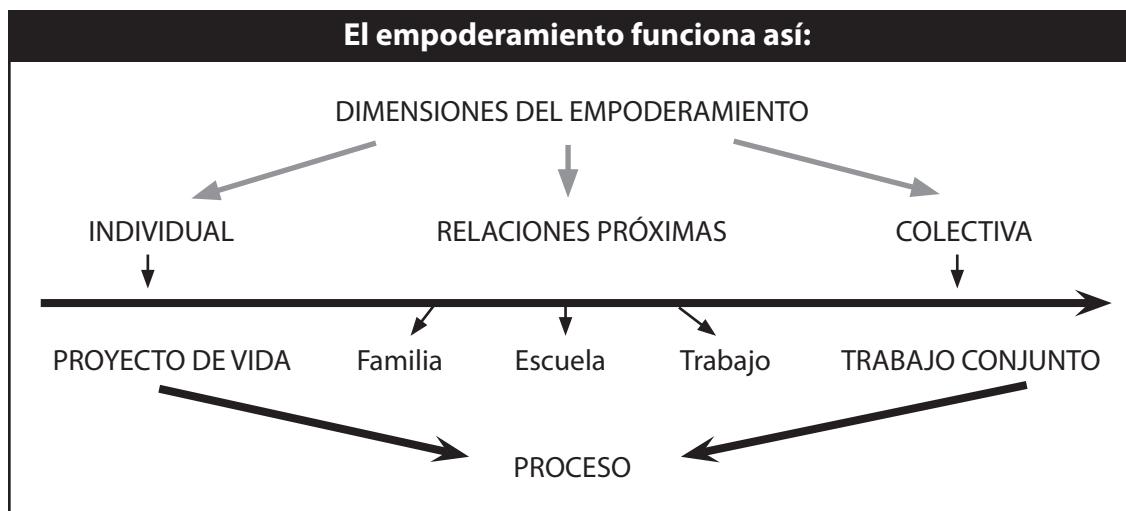
El empoderamiento tiene significados diferentes en cada escenario y para cada individuo o grupo. Las definiciones varían según las disciplinas que lo utilicen: psicología, ciencias políticas, educación, derecho o economía, entre otras. Su uso se ha generalizado en los últimos quince años. Sin embargo hay ambivalencias, contradicciones y paradojas en la utilización de este concepto, ya que al tiempo que se ha proyectado la agudeza de su perspectiva, se ha diluido y vaciado su concepto.

Aunque han sido los estudios de las mujeres y el género en el desarrollo, los que han utilizado el concepto como uno de los ejes de su discurso, tampoco hay en estos campos consenso total en cuanto a su sentido, al punto que cuando se habla de empo-

deramiento hay que preguntar si se está haciendo referencia a los mismos contenidos. El concepto se usa como sustituto de integración, participación, identidad, desarrollo y planeación y no siempre referido a su origen emancipador.

El empoderamiento es el proceso de ganar control sobre una misma, sobre su ideología y los recursos que determinan el poder. Estos recursos podrán ser humanos, intelectuales, financieros, físicos y de una misma. Para otros autores consiste en asumir el control sobre sus propias vidas, organizarse para ayudarse unas a otras y elevar demandas de apoyo al Estado y de cambio a la sociedad.

La variabilidad de uso y contenido del término empoderamiento ha hecho que desde el feminismo, sobre todo de la década de los 90, se haya tratado de llenar este vacío de significado. El concepto tiene significado si es utilizado para la transformación social según la concepción feminista del mundo.



### **El empoderamiento desde Género y Desarrollo (GED)**

La estrategia de empoderamiento, ampliamente desarrollada dentro del enfoque de Género y Desarrollo (GED), es una estrategia metodológica que cada día está adquiriendo mayor importancia dentro de los proyectos de desarrollo.

El avance teórico que facilitó la distinción entre las necesidades básicas y los intereses estratégicos, permitió dar un paso adelante, al establecer que la intervención en el

ámbito de lo práctico implica considerar lo estratégico, otorgándole un carácter político. Para conseguir un verdadero cambio, lo práctico tiene que volverse estratégico y la forma de darse esta conversión es a través de la idea del empoderamiento, como una manera alternativa de percibir el desarrollo, desarrollo que va de abajo hacia arriba, desde las bases.

El empoderamiento, estrategia impulsada por los movimientos de mujeres de los países del Tercer Mundo se ha convertido en el eje central de la perspectiva de género y supone un fortalecimiento de la posición

social, económica y política de las mujeres. Esta estrategia ha sido identificada como meta principal de las organizaciones feministas de base que se han marcado por objetivo superar el enfoque de Mujeres en el Desarrollo (MED), enfoque que al no cuestionar las relaciones de poder autoritario, no incidía en la modificación de la posición subordinada de las mujeres.

Para las feministas, el empoderamiento pretende alterar radicalmente los procesos y estructuras encargados de reproducir la posición subordinada de las mujeres. Las relaciones de género son básicamente relaciones subordinadas de poder, donde todo lo femenino tiene un valor inferior a lo masculino. De ahí que para conseguir un verdadero desarrollo para las mujeres sea necesario modificar estas relaciones, siendo la adquisición de poder por parte de las mujeres empleadas del hogar, la forma de equilibrar la balanza.

Se infiere, entonces, que el empoderamiento dentro del ámbito del desarrollo se manifiesta como una redistribución del poder entre los géneros. Sus metas son desafiar la ideología patriarcal, transformar las es-

tructuras e instituciones que refuerzan y perpetúan la discriminación de género y la desigualdad social (la familia, la etnia, la clase, la religión, los procesos educativos y las instituciones) y capacitar a las mujeres empleadas del hogar para que logren tener acceso y control de los recursos materiales y simbólicos.

El empoderamiento supone potenciar que las mujeres empleadas del hogar adquieran poder a nivel individual, colectivo y en las relaciones cercanas, dando especial importancia a las diferencias que existen según –la raza, clase, historia colonial y posición actual en el orden económico-ya que todo esto va a marcar su forma de opresión.

El empoderamiento es un proceso personal, cada mujer tiene que empoderarse a sí misma, no es posible hablar de dar poder a otras personas. No obstante, si se pueden abrir espacios y dar posibilidades a éstas, para que se desarrolle este proceso, de ahí la importancia de crear conciencia de la discriminación de género y del compromiso de las organizaciones como agentes facilitadores del mismo.

Cabe mencionar también que el empoderamiento de las empleadas del hogar representa un desempoderamiento de hombres o desventaja de la posición privilegiada que los ha colocado el patriarcado, de ahí la necesidad de trabajar también con ellos. Visto de otra manera, el empoderamiento de las empleadas del hogar puede significar también un empoderamiento psicológico y emocional de los hombres, por medio del cual muchos de ellos lograrán avanzar y quitarse la coraza limitante en que los colocan los estereotipos de género.

Para que el enfoque de empoderamiento sea efectivo se requiere una metodología que potencie, por lo tanto, por tanto, el incremento del cambio personal, colectivo y de las relaciones cercanas que intervenga a nivel de la “condición” de éstas mujeres, mientras, al mismo tiempo se está transformando su “posición”, abordando simultáneamente las necesidades prácticas e intereses estratégicos. La participación de las empleadas del hogar es considerada fundamental en la implementación y puesta en práctica de todas las estrategias de desarrollo y de empoderamiento. Asimismo, es de vital importancia concientizar en equidad

de género a los hombres, compañeros de estas mujeres.

Los procesos de empoderamiento entran, pues, cambios en la conciencia, la autonomía, las identidades individuales y colectivas, la percepción del mundo y de su propio ser de las mujeres. De ahí que sea visto como una estrategia de aplicación “obligatoria” dentro de todas las políticas y ámbitos de desarrollo, al considerarse, la adquisición de poder por parte de éstas un pre-requisito fundamental para superar la discriminación genérica en que viven inmersas, produciéndose, por ende, una mejora en su calidad de vida y en su desarrollo.

### **El empoderamiento:**

La diferencia entre las visiones tradicionalistas y la visión feminista de la autoestima, además de ser filosófica, es política y ética.

El objetivo de la política feminista a favor de la autoestima de las mujeres empleadas del hogar, es logra que los cambios que propugnamos en el mundo correspondan con los cambios internos en la subjetividad y

esto potencie la incidencia de las mujeres en su propia vida. Se trata de ir siendo, aquí y ahora, las mujeres que queremos ser.

Al relacionar la autoestima con las condiciones objetivas y subjetivas de la existencia, y con los modos de vida, se cimenta una base tangible de la autoestima. Lo fundamental desde la perspectiva feminista es que fortalecer la autoestima consiste en lograr el empoderamiento personal y colectivo de las mujeres empleadas del hogar, y en potenciar nuestra capacidad democratizadora en el mundo.

Un objetivo de las agendas políticas de mujeres de todo el mundo actúan a favor de diversas causas, es lograr el empoderamiento de las mujeres al modificar las pautas políticas que coartan la vida personal y colectiva al crear condiciones para eliminar los poderes personales y sociales que oprimen a las mujeres. El empoderamiento se concreta, al mismo tiempo, al lograr que cada mujer consolide los poderes personales que ya tiene, y cada día se haga de más poderes vitales y los conecte de manera integral.

Empoderada, cada mujer es la primera satisfactora de sus necesidades y defensora de sus intereses, y la principal promotora de su sentido de la vida, de su desarrollo y enriquecimiento vital, de sus libertades y de su placer.

En la perspectiva feminista, la relación entre cada mujer y las mujeres es fundamental: la mejoría de las condiciones de vida sólo puede lograrse socialmente, y los derechos de las mujeres sólo son derechos si son reconocidos como tales. Por eso tener derechos individuales como mujeres depende de los derechos de género y pasa por la autoestima de género y la identificación con las otras mujeres en dos sentidos: la aceptación de pertenecer al género, de compartir la especificidad o diferencia sexual y la aceptación y el reconocimiento de las otras mujeres como merecedoras de los mismos derechos y las mismas libertades a las que aspiramos. Ambos sentidos son esenciales en la "sororidad" como conciencia de género y experiencia política, para ir en el camino del género, con las otras mujeres, las más semejantes entre todos los seres vivientes y con quienes es factible coincidir en el sentido de alternativas nodales.

Al quedar colocadas en el mismo compartimiento, las mujeres compartimos con las otras mujeres un sendero por asignación política patriarcal. Sin embargo, la sororidad implica una decisión y una elección. Hemos decidido que para salir de ese compartimiento vamos juntas y nos elegimos como legítimas equivalentes.

A partir de esta mirada, las claves feministas para la autoestima son el empoderamiento y la equidad.

Desde una perspectiva feminista, es primordial reconocer que la opresión de género afecta la formación y el desarrollo de la autoestima, y marca negativamente la biografía de cada mujer. Cada una recibe, además, trato y reconocimiento de diferentes en cada espacio de convivencia (trabajo, estudio, tránsito). Cada persona evalúa a cada mujer de acuerdo con el grado de su aprobación a las mujeres en general y a esa mujer en particular. El déficit de género es un déficit en la autoestima de las mujeres.

La desigualdad genérica define las relaciones entre mujeres y hombres y, para las mujeres como las empleadas del hogar, que

han aprendido la desigualdad como algo natural, no hay defensa: la desigualdad las constituye como marca de agua en su identidad y en su autoestima. No sólo están socialmente interiorizadas, sino que asumen que son inferiores y que eso es inmodificable. Asocia la inferioridad con una deficiencia subjetiva de capacidades, de inteligencia, de posibilidades. Ser "fallidas" proclives a la falta o en falta originaria, es una clave de identidad por el solo hecho de ser mujeres. Y si además el mundo social coloca a las mujeres en sitios de subordinación y sometimiento, como el es el caso de las empleadas del hogar, el refuerzo es constatación y hundimiento.

Si, además, las mujeres empleadas del hogar, han recibido violencia, la marca y el daño a la autoestima dejan heridas y secuelas no sólo físicas sino emocionales, afectivas, intelectuales y que inhiben el desempeño en el mundo tanto como el estado de la persona consigo misma. El temor se convierte en un estado vital o, si la violencia continúa, aparece la anestesia para no sufrir. Por eso, la alternativa feminista para remontar los estados deficitarios y los daños en la autoestima se construye en torno al poder.

El empoderamiento se crea en procesos en los cuales cada mujer (de cualquier edad y estado) fortalece y desarrolla la capacidad política que le permite defenderse, enfrentar la opresión y dejar de estar sujeta a dominio (deshumanización, violencia, explotación, pobreza)

Pero hablamos también del empoderamiento colectivo de género, de la capacidad colectiva de las mujeres de enfrentar con conciencia y en alianza política el desmontaje del viejo orden y la construcción cotidiana de formas renovadas de convivencia social, de economía, política y cultura.

“...el empoderamiento consiste en que la gente esté en posición de ejercer su capacidad de elegir de acuerdo con su propio y libre deseo. El empoderamiento implica una política democrática en que la gente esté libre de regulaciones y controles económicos excesivos. Significa la descentralización del poder, de tal manera que la gobernabilidad sea traída a la puerta de cada persona. Significa que los miembros de la sociedad civil, particularmente las organizaciones no-gubernamentales, participen de lleno en la tarea de tomar e implementar decisiones.”

Desde la perspectiva de género feminista, destaca la necesidad del empoderamiento de las mujeres y de los hombres para poder competir y convivir en igualdad de condiciones. Por eso la ciudadanía plena, la ciudadanía democrática, es emblemática del poderío de las mujeres. La ciudadanía es por ello el objetivo y el soporte de esta transformación creativa de las mujeres y de la sociedad. Su contenido se da en el derecho a tener derechos entrelazados con las responsabilidades individuales y sociales, de acuerdo con las necesidades básicas y estratégicas cuya satisfacción permita el desarrollo.

## **Contenido del empoderamiento: Cómo entender el poder**

### **El poder, los ricos y los pobres**

Los países ricos tienen como meta reducir a la mitad la pobreza del mundo en el año 2015. Para que existiera la más mínima posibilidad de lograrlo, la teoría, la práctica y los métodos tendrían que girar en torno al concepto del poder. Sin embargo, no sucede así. El abuso del poder es una de las cuestiones principales (si bien no la única) para mantener la actual situación, con la que se produce y mantiene la pobreza en el mundo. Tal abuso se da en el ámbito internacional del comercio, el endeudamiento de los países, la inversión y la ayuda; en el de la política nacional y local, así como en el trato que los ricos dan a los pobres y los hombres a las mujeres. Todos estos abusos son posibles porque los países pobres, las personas pobres y las mujeres no tienen el poder para impedirlos.

Los sistemas globales de desigualdad en el poder comienzan desde la base, "Las relaciones de dominación y subordinación en

los niveles micro y locales de la sociedad posibilitan los sistemas globales de desigualdad de poder". "El objetivo del empoderamiento de las mujeres no es sólo cambiar las relaciones jerárquicas de género sino todas las relaciones jerárquicas de la sociedad, ya sean de clase, de casta, raciales, étnicas etc.

En nuestra institución quisimos aprender sobre cierto tipo de cambio, profundizar acerca de la experiencias de 30 empleadas del hogar pobres que están, adquiriendo el poder necesario para ayudarse a sí mismas. En vista de que la principal prioridad de estas mujeres es la lucha contra la pobreza, ésta ocupa un destacado lugar en nuestras reflexiones sobre el poder.

El empoderamiento. En la actualidad, la adquisición de poder por parte de poblaciones vulnerables, con frecuencia se denomina empoderamiento. El trabajo con quienes están privados de poder (o las y los socialmente excluidos) dio lugar a la idea de que lo que realmente necesitan los indigentes, los hambrientos o los sin techo es el poder para resolver sus propios problemas. Grupos muy diversos han desarrollado este

punto de vista a lo largo de las últimas dos décadas en naciones tanto pobres como ricas. En las primeras muchas de las personas que trabajan con poblaciones en condiciones de pobreza extrema, han llegado a considerar como problema fundamental “la mentalidad de la asistencia”.

En los países pobres, las feministas llegaron por diversas vías a enfoques muy prácticos sobre el empoderamiento. En Latinoamérica, gran parte de la educación popular adoptó el concepto de concientización –la idea de que los pobres tienen que cobrar conciencia crítica de su propia sociedad a fin de asumir más control sobre sus vidas-. En los años setenta, las feministas latinoamericanas aprendieron mucho de la educación popular y la conciencia crítica. Al mismo tiempo que en otros lugares, las activistas que trabajaban por cuenta propia estaban aprendiendo de luchas muy diferentes libradas en torno a los derechos de la mujer.

El interés por el tema se incrementó en los ochenta, conforme las medidas de ajuste estructural afectaron en forma muy negativa las condiciones de vida de los sectores

más desprotegidos y en especial de las mujeres pobres.

De forma semejante, la palabra empoderamiento se usa para describir a las personas pobres que obtienen el poder de ayudarse a sí mismas, o bien al gobierno que privatiza los servicios de salud o el sistema de pensiones a fin de reducir los impuestos y empoderar a los ciudadanos para que decidan si prefieren gastar sus ingresos en su salud o en pensiones o bien en el consumo ostentoso. En el nivel local, el empoderamiento parece eludir actualmente a promover cierta confianza empresarial entre las mujeres pobres en lugar de que los poderosos cambien.

### **¿Desarrollo?**

El significado de la palabra desarrollo se limita con demasiada frecuencia a la asistencia social o al alivio de la pobreza, e incluso al libre comercio y la inversión extranjera. Sin embargo, los pobres requieren cambios fundamentales en las relaciones de poder en todos los niveles, desde el global hasta el local. Las mujeres pobres también necesitan que se transformen las estructuras que las mantienen sojuzgadas; les hacen falta cambios

radicales en las leyes, los derechos de propiedad y otras instituciones que perpetúan el control que los hombres ejercen sobre ellas. El poder sigue desempeñando un papel fundamental tanto para mantener pobres a las personas como para que las y los pobres cambien su condición, pero esta realidad se esfuma de los debates tanto en relación con los hombres como con las mujeres.

De hecho se creó toda una escuela de pensamiento, para poner énfasis en la importancia de las relaciones de poder entre las mujeres y los hombres. Se tenía la esperanza de que esta línea de pensamiento despejara el camino para que se expusieran las relaciones de poder en el desarrollo, pero muchos de los proyectos y programas a los que se adhiere esta eti-

queta sólo manejan el poder o empoderamiento en apariencia.

En la planificación del desarrollo, al igual que en los estudios de administración de empresas, las personas hablan, en cambio, de construir capacidades, un concepto más específico y muy útil también, pero que carece de las implicaciones incómodas del concepto del poder. O bien ponen tanto énfasis en las complejidades y las dificultades políticas del poder que el algún momento ya nadie puede mencionar esta palabra. En general, siempre se ha evitado hablar del poder y se ha tratado de presentarlo desde una perspectiva profesional y técnica. Sin estar de acuerdo en esa posición ya que este abordaje frustra la posibilidad de muchos cambios positivos.





Uno de los acuerdos cada vez más extendidos, es el uso de la categoría de género en la explicación de la desigualdad social. El género es una categoría analítica que cruza transversalmente toda la estructura social y puede ser aplicada a todas las áreas del desarrollo social; a la política, lo económico, lo ambiental, lo social, lo cultural y lo institucional.

El género es un principio de organización de la vida social que afecta todo el conjunto de las relaciones sociales. La diferencia sexual y su construcción social, permean todo el cuadro institucional y normativo de las sociedades modernas. Todas las relaciones: económicas, políticas y simbólicas que regulan los intercambios entre los individuos, están modeladas por las jerarquías de género, que se expresan en la desigualdad social, económica y política entre mujeres y hombres.

**El análisis de género** estudia las relaciones entre mujeres y hombres (relaciones de género), así como las diferencias y disparidades en el acceso y control sobre recursos, decisiones, oportunidades, re-tribuciones y todos los aspectos del poder. El género, como la clase, es un elemento central en la

construcción de las relaciones sociales de dominación.

**Las Jerarquías de género** se expresan en el conjunto articulado de costumbres, valores, reglas, normas y leyes, con las cuáles las sociedades regulan la formación de las subjetividades; la definición de los roles, funciones y los estilos de vida permitidos y aceptados para mujeres y hombres.

**La categoría de género** permite así comprender que en las sociedades, lo femenino y lo masculino no son simples derivaciones de las diferencias biológicas, sino complejas construcciones sociales cargadas de significación, que se proyectan y activan en las estructuras discursivas y regulatorias de las sociedades.

**La desigualdad de género** es consecuencia de las jerarquías que mantienen y sostienen la subordinación de las mujeres. Su sustento son las prácticas culturales discriminatorias, naturalizadas hasta el punto de pasar desapercibidas, que se presentan en todos los órdenes de la vida y en las diversas instituciones.

Desde esta perspectiva, lo específico de la demanda por la equidad que enarbola el feminismo como movimiento cultural y actor social, es el reconocimiento y la legitimación de los intereses básicos de las mujeres; el reconocimiento de sus medios de acción y de su experiencia.

Se demanda no sólo la inclusión de sus reclamos directos y la garantía de sus derechos específicos, sino también, el reconocimiento de su cultura instrumental y valórica en el orden institucional y normativo. Esto implica en última instancia, modificar o ampliar los fundamentos androcéntricos

del mundo y de la cultura, para dar paso a una humanidad donde compartan poder y representación, las visiones y experiencias de ambos géneros.

Por esta razón la transformación de las actuales relaciones de género, es un compromiso ineludible si se quiere lograr un verdadero cambio social hacia un mundo más equitativo, justo y pacífico.

La atención a las demandas del género se incluye así, como una asignatura pendiente de las políticas de desarrollo, y un déficit de la democracia que debe abordarse.

## EL Género como enfoque analítico.

La categoría, permite:

**Problematizar** las relaciones sociales y analizar las razones y supuestos de la exclusión de las mujeres o de los hombres, de ciertas actividades y funciones sociales.

**Estudiar** las formas de incorporación de las mujeres en el mercado, la política y la familia y desentrañar los procesos de diferenciación sexual, tanto en el espacio público como en el privado.

**Analizar** cómo se han venido construyendo las instituciones que norman y reproducen las relaciones de género en ámbitos clave de las sociedades: la familia, el matrimonio, la maternidad y la paternidad, la ciudadanía, el trabajo remunerado y la propiedad.

**Considerar** que hay un sistema de género formado por el conjunto de relaciones y funciones sociales sexualizadas, pautadas por valores, racionalidades, reglas, normas, juicios y simbolizaciones, que definen social e históricamente las relaciones entre mujeres y hombres.

**Develar** la supuesta neutralidad e incontestabilidad del universalismo masculino, que ha colocado al hombre (trabajador y ciudadano) como medida e imagen de todos los derechos y analizar los discursos que legitiman las jerarquías y desigualdades entre los sexos.





# IV ACCIONES PARA EL EMPODERAMIENTO (ESTRATEGIAS DE DESARROLLO Y EMPODERAMIENTO)





## **Construyendo el Poder desde dentro: ¡Salir de casa!**

### **El Poder desde dentro:**

Se produce al reconocer que una no es indefensa ni la fuente de todos sus problemas, sino que se encuentra restringida por estructuras externas. Se trata de la "fuerza" y unicidad espiritual que residen en una y que nos hacen ser auténticamente humanas. Se basa en la aceptación y el respeto hacia sí misma, y hacia los demás como nuestros iguales.

Se genera en el propio sujeto.

Hablamos de cambio profundo, significativo, cuando los avances sociales no han dejado atrás a las mujeres o no se han cebado en ellas, sino que, al tomar en cuenta las necesidades y los aportes de las mujeres, se han traducido en su empoderamiento.

El empoderamiento está enmarcado en la emancipación y su sentido es la constitución de las mujeres en sujetas. Por eso, impulsar el empoderamiento de las mujeres en su proceso de emancipación es una de las aspiraciones más insistentes y un eje

prioritario de las acciones políticas en las últimas décadas. Por su propia voluntad, las mujeres determinan salir de la interiorización, la sujeción, la tutela, el sometimiento y la colonización de género, mecanismos políticos que reproducen su opresión integral. El empoderamiento contiene las acciones concretas y los recursos para lograrlo.

El empoderamiento es un camino efectivo y sólido de las mujeres para salir de sus cautiverios y eliminar los cautiverios que enajenan a las mujeres como género.

Si las mujeres empleadas del hogar incorporan su experiencia y sus avances como parte de ellas mismas y se transforman, se empoderan, ya que cambia su subjetividad, amplían su visión del mundo y de la vida, aumentan sus capacidades y habilidades y su incidencia, adquieren seguridad y fortaleza; o sea, al interiorizar ese conjunto de poderes vitales, adquieren potencia vital.

Así fortalecerse, aprender, imaginar, inventar y crear son poderes vitales específicos generados frente a los desafíos vitales. Todas ellas características subjetivas producto del empoderamiento y además lo pro-

pician. De manera independiente de los triunfos se crea un plus de experiencia, un plus de conocimientos, un plus de vínculos sociales o afectivos, un plus de autovaloración y autoestima y, además, poderes de reconocimiento, visibilización, interlocución, negociación o pacto, poderes para transformar, para incidir y lograr la consecución de objetivos.

El proceso de empoderamiento involucra, de forma central, procesos y cambios psicológicos y psicosociales de carácter fundamental...Un lugar preponderante lo ocupa el desarrollo de la confianza en sí mismo (a) y la autoestima, así como cierto sentido de capacidad de actuar...el concepto de sí mismo (a) en un contexto más amplio.

De acuerdo con diferentes textos, el poder desde adentro se basa tanto en la autoestima como en la conciencia de la realidad externa. Significa saber quién se es y estar consciente del propio derecho de existir; es la dignidad.

El término desde adentro, abarca el amor propio ligado al respeto que se espera recibir así como el derecho a respetar a otros. El

sentido que se tenga sobre la capacidad de actuar reviste suma importancia, aunque también se acompañe de la conciencia de ciertas limitaciones sobre la misma.

El poder desde adentro implica fuerza, valor, coraje y deshacerse del miedo. Algunas mujeres empleadas del hogar lo utilizan al "atreverse a hacer muchas cosas a las que ellos no se atreven".

### **Una nueva conciencia**

Adiós al miedo. Lo más importante de esta nueva conciencia es el poder inédito de las mujeres empleadas del hogar, para darse cuenta de que son capaces de hacer cosas, de que cuentan con opciones y pueden dejar atrás viejos temores.

Uno de los grandes obstáculos para nuestro desarrollo personal y nuestra autonomía es el miedo, ya que éste nos bloquea y hace que desaparezcan las palabras de nuestra mente. Esta reacción a veces tiene que ver con mensajes de rechazo que alguna vez hemos recibido y a los que nosotras asociamos otros mensajes de rechazo que elaboramos.

Debemos distinguir entre un miedo físico real, entendido como prevención frente a un peligro, y los miedos psicológicos y/o sociales.

Muchos de nuestros miedos son fantasías que nos impiden actuar o elegir libremente. Siempre que digo: "Tengo que...", "No puedo...", "Necesito..." o "Tengo miedo...", me hipnotizo, creyéndome menos capaz de lo que realmente soy: "No puedo..." y "Tengo miedo..." me debilitan y acobardan: "Tengo que..." me hace esclava: "Necesito me hace desvalida e incompleta. Cuando digo: "Elijo...", afirmo que tengo el poder de elegir... También puede haber momentos en que "no puedo", pero tomo conciencia de ello, me identifico con mi experiencia y mis vivencias, lo que me da poder y capacidad.

El miedo es paralizante, bloquea la creatividad. Reconocerlo nos ayuda a gestionarlo y manejarlo; en muchas ocasiones nos permite darnos cuenta de cuál es su dimensión. El miedo que sentimos se relaciona con la capacidad de resolver problemas. Por ello, en los ámbitos en los que actuamos con seguridad no tenemos miedo.

Otra herramienta que nos permite resolverlo es expresarlo con palabras, cosa que podemos hacer oralmente frente a otra persona que nos escuche, o por escrito. Verbalizar nos permite liberarnos y la persona que nos escucha nos puede ayudar a encontrar el hilo conductor de nuestro miedo. Hacerlo por escrito nos da más autonomía y nos permite aclararnos frente a lo que nos pasa.

Entre los distintos efectos que genera el miedo está la alteración de la respiración, además de las descargas de hormonas que preparan el cuerpo para huir o atacar. Aunque apenas podemos intervenir en la segregación hormonal, si podemos hacerlo en la respiración. Respirar profundamente nos ayuda a disminuir la sensación de miedo.

## Construyendo el Poder con: Organizarse

### El Poder con:

Es la capacidad de lograr junto con los demás lo que no sería posible conseguir solo; muy a menudo esto se descarta como un ideal socialista poco práctico en el actual mundo competitivo.

“Todo es más que la suma de los individuos, sobre todo cuando un grupo aborda un problema en conjunto”

En el contexto de crisis que viven los países de América Latina desde 1980, una se sorprende al encontrar grupos de mujeres que luchan por organizarse y resistir creativamente los cambios globales. Se pensaría que la sobre vivencia diaria las deja inermes para la movilización. Pero, la acción colectiva no solo es muy amplia y creativa sino que, en algunos casos, los grupos se hacen invisibles o de bajo perfil para resistir organizadamente los cambios. La literatura sobre movimientos sociales ha tenido que cambiar en los últimos años, tanto en la interpretación de éstos, como en la teoría.

De acuerdo con éstos teóricos y teóricas se deja atrás una época caracterizada por la división del espacio político en dos campos claramente demarcados: la burguesía y el proletariado. En la nueva situación aparece una multiplicidad de actores sociales que establecen su presencia y esferas de autonomía en espacios sociales fragmentados. La sociedad, en general está influida por la pluralidad de la lucha y las visiones de aquellos involucrados en los nuevos movimientos sociales.

El poder con, se ve en la “propia organización”, En las propias formas de organización”, en permitirse “tomar un papel activo y protagónico en las organizaciones”, en estar “juntas, definir objetivos y metas, y ejecutar acciones”.

Una primera característica que los grupos identifican en relación al poder con es la alegría de compartir, verse, convivir y aprender de otras. El poder con lo definen como ese “...que nos da fuerza y valor para salir y probarnos”, “...el poder que estamos construyendo más desde lo colectivo...”, es la fuerza que adquieren del trabajo conjunto es la colectivización de los planes,

propuestas, sueños y reflexiones. Es la posibilidad de crecer juntas, de evaluar juntas y juntas perder el miedo. Las formas de expresar el poder son variadas, se manifiestan en la búsqueda de una identidad colectiva, en la posibilidad de negociar con el grupo, compartir el poder, buscar apoyo de otras organizaciones, respaldo externo, construir el poder desde una forma creativa, propositiva, ya que, el poder se ha visto como algo negativo, algo de lo que no se quiere hablar. En una organización como CACEH, el poder tiene otra faceta, se va constructivo, y en este caso positivo. El poder con puede adoptar varias formas y darse entre clases y edades disímiles, todo ello apunta hacia reivindicar la creatividad de las mujeres así habría posibilidad de aprovechar este poder.

El poder con puede expresarse en diferentes formas, tales como la búsqueda de identidad, la oportunidad de negociar con otros grupos, compartir el poder, búsqueda del respaldo de otras organizaciones; todo ello construye e poder desde un punto de vista positivo. El poder de los grupos solidarios puede verse como vínculo entre actos solidarios con otros grupos, en ese caso puede ser limitado en los alcances, porque puede

generar precisamente empoderamiento . Las formas colectivas son mucho más compatibles para los grupos feministas que para las estructuras burocráticas.

El poder puede establecer nexos entre los grupos para actuar juntos. En este caso su potencial es ilimitado.

La participación colectiva da conciencia de pertenencia, y posibilidades de crecer y expresarse. Las participantes, saben y dan voz a sus intereses, porque las integrantes también las tienen. En un principio la lucha se da por la sobrevivencia, para superar la pobreza generalizada que se ha intensificado a partir de políticas restrictivas. Pero en el proceso, al ir construyendo la organización, empiezan a trabajar por intereses más cualitativos buscando mayores niveles de bienestar. Estas mujeres saben donde están sus intereses y han aprendido a expresarlos.

Son múltiples las formas en que las mujeres empleadas del hogar participan en las organizaciones, la política del estado y el acceso a los puestos de representación. La participación de las mujeres debe ir mucho más allá de la inserción individual en proyectos,

ya que los obstáculos que las limitan están en el Estado, la sociedad civil, las estructuras económicas, las culturales, las étnicas. La capacidad que tengan para luchar contra esas fuerzas políticas y cambiar las prioridades, es la medida en que el poder de las mujeres sale de los límites de su proyecto individual para impactar la política general. Con relación a la vida cotidiana, las actividades de las mujeres empleadas del hogar son un reto a la división del trabajo en la familia, ya que alguien tiene que acarrear la leña y el agua. Pero, la participación económica o política de las mujeres obliga a otros miembros del grupo doméstico a compartir las actividades del hogar. Lo más importante es que les da impulso para la construcción del poder con:

Las compañeras han transmitido a sus hijos (as) la necesidad de participar, también a los esposos, y eso ha mejorado la relación de la familia, no solamente en las actividades del grupo, sino en las actividades domésticas. Los (as) hijos (as) de las compañeras lavan y se preparan los alimentos porque las compañeras tienen que participar.

### ¿Qué es el liderazgo?

Al principio, los esfuerzos impulsados por el gobierno hacia los grupos de mujeres estuvieron dirigidos hacia la sobrevivencia, romper el círculo de la pobreza en los cuales las políticas restrictivas de los gobiernos se han entrampado. En esta dinámica las mujeres empiezan también a luchar por cambios cualitativos y mejorar sus condiciones de vida. Sin embargo, no hay una transición natural hacia un liderazgo exitoso de esta naturaleza que no sea opresivo y que, por el contrario, les permita avanzar. En general, se les impone una jerarquía en la que sólo la “presidenta”, “secretaria” y la “tesorera” reciben entrenamiento. Con frecuencia, una poderosa jerarquía controla al grupo y puede ser causa de su colapso o del control monopólico de los recursos. La construcción del poder con en estas organizaciones ha seguido un rumbo diferente. Los grupos están analizando diversas formas de manejar el poder con tales como ese liderazgo que algunas personas tienen para facilitar el trabajo de otras estimulando las potencialidades o aumentando su moral.

Las mujeres líderes deben enfrentar simultáneamente los problemas familiares, generar políticas informadas para sus organizaciones y ponerlas a funcionar en la práctica. Las líderes deben entender la subordinación para compartir este conocimiento con otras y trabajar en la búsqueda de una mejor sociedad.

### ¿Un camino lleno de obstáculos?

Aprender en el camino. Los grupos deben luchar no sólo por superar la falta de experiencia en los procesos organizativos sino también para contrarrestar la ausencia de credibilidad que sus acciones merecen en la comunidad. Es necesario poner énfasis en los análisis de todos los obstáculos que las mujeres y otros grupos tienen que vencer para que sus demandas se escuchen. Por una parte, no existe la costumbre de participar, por otra, la poca credibilidad que les asignan.

En algunas experiencias, los obstáculos culturales se manifiestan en acciones concretas para desvalorizar las acciones de las mujeres: el chisme, la agresión, el repudio

que se da tanto a nivel familiar, como comunitario, con otros grupos organizados y con otras mujeres. Los económicos se traducen generalmente en falta de recursos (tierra, agua, crédito, tecnología) para producir y para realizar actividades a favor de la organización.

Las principales características organizacionales que respaldan al proceso de empoderamiento son:

- Un sistema de creencias, el cual estimula el desarrollo personal basado en la capacidad de la gente para trascender su propio yo.
- Una estructura de oportunidades que tiene capacidad de penetración, altamente accesible y multifuncional.
- Un sistema de respaldo envolvente, basado en compañerismo que provee sentido de comunidad.
- Liderazgo talentoso, que inspira, que respalda tanto a las y los miembros, como a la comunidad.

Por medio del poder con las mujeres empleadas del hogar quieren construir un nuevo poder político para potenciar las capa-

ciudades y dar alternativas a problemas que sus comunidades no han solucionado. Es decir se están constituyendo como protagonistas pensantes en la conducción de sus propias vidas. Desde las relaciones personales hasta la política nacional, las mujeres dicen que los hombres nunca reconocerán una idea brillante de ellas, para ocupar un lugar estratégico en el proceso decisorio. La propuesta de cambio de las relaciones de género no surgirá de los varones, tendrá que partir de las mujeres que han tenido la iniciativa de buscar el poder con otras, la iniciativa de cambiar.

### **Construyendo el Poder de hacer: Y ¿hacer dinero?**

El simple acto de hacer tiene un gran significado, pero cuando este hacer se da a partir de una reflexión intencionada de lo que significa, entonces se da paso al poder de hacer con un fuerte carácter emancipatorio. De esta forma este poder de hacer tiene la connotación de capacidad, habilidad, creatividad y algunas veces de resistencia. De lo que se trata entonces, en los procesos de empoderamiento, es de ir creando un nuevo tipo de relaciones donde la connotación

de poder sea de enriquecimiento y no de opresión. Esto, sin duda, es una larga y ardua tarea que se construye día a día desde organizaciones comprometidas en tal proceso. En esto se enfrentan muchos obstáculos, de los cuales el mayor es el contexto socioeconómico. Múltiples son los aspectos culturales que impiden el desenvolvimiento de las propias mujeres y de sus organizaciones en el alcance de nuevos objetivos.

Las mujeres empleadas del hogar están ganando control sobre sus propias acciones, como mujeres van hacia delante, ellas quieren ejercitar nuevas formas de poder. Es decir su progreso supone darse cuenta de donde están paradas.

Las mujeres empleadas del hogar están hablando de un poder de hacer expresado en estar organizadas, el diseñar proyectos, conseguir financiamiento, enseñanza o capacitación, hacer cambios y valorar nuestro trabajo.

Nuestro grupo se define con visión de género, porque algunas de nosotras hemos estado en contacto con el movimiento feminista. Hemos intentado usar la experien-

cia con las mujeres empleadoras con las que trabajamos.

Una cuestión fundamental para el proceso de empoderamiento en las mujeres empleadas del hogar es la que se refiere a su formación como dirigentes y promotoras.

### **Poder de obtener financiamiento.**

Nuestro grupo tiene o ha tenido financiamiento de agencias, tanto internacionales como nacionales, y algunas del gobierno local, el cual negociamos generalmente con ayuda de nuestras promotoras. Dichos financiamientos los utilizamos para brindar capacitación a las compañeras que acuden al Centro.

### **Poder de aprender**

Capacitación, educación y análisis son fundamentales para nuestro propio empoderamiento, como nosotras lo entendemos. Un elemento cognitivo es parte del proceso. Nuevo conocimiento es esencial para llegar a un nuevo entendimiento de las re-

laciones de género y destruir las creencias mantenidas por mucho tiempo, las cuales contribuyen a la construcción de género. La capacitación también surge como el espacio donde el poder de hacer puede crecer y ser reproducido. Las mujeres empleadas del hogar que acuden al centro muestran mucho optimismo y entusiasmo acerca de la capacitación que han recibido, están muy satisfechas por las cosas que ellas pueden hacer. "Cuando yo me uní a la organización, aprendí a tomar parte de, y tuve el derecho también, como mujer, de salir (de mi comunidad)" "Tuve el coraje de aprender a hablar, de asistir a talleres, a encuentros y reuniones". Esto manifiestan algunas de las compañeras del centro.

La capacitación ha abierto las puertas a estas mujeres permitiéndoles expresarse por ellas mismas cuando ellas nunca lo creyeron posible. Su hablar refleja su crecimiento personal y su propio empoderamiento, todo lo cual implica concientización o un rompimiento con el silencio impuesto por su clase y género.

Los resultados hasta aquí hablan de la viabilidad del propio empoderamiento. Como

mujeres adquieren mayor acceso y control sobre todas las clases de conocimiento y sobre otros recursos. El proceso llegará a ser independiente y crecerá por sí mismo, apoyado por la unión entre el propio empoderamiento y una mayor participación creciente en expresar sus decisiones. A largo plazo, todo dependerá de lo que las mujeres empleadas del hogar sean capaces de retar y cambiar las prioridades políticas actuales.

### **Construyendo el Poder para: Mis capacidades**

El Poder para:

Implica obtener acceso a toda la gama de capacidades y potencial humanos. Es creativo y habilita conforme las mujeres se reinventan día a día.

El Poder para realizar cosas nuevas y el orgullo por lo que son capaces de hacer se traduce en una experiencia liberadora.

- El poder para influir en los demás y participar en las decisiones
- El Poder para puede ser la expresión del poder desde dentro lo puede alimentar o ambas cosas.

El empoderamiento basado en la capacidad de “poder para” implica obtener acceso a toda la gama de capacidades y potencial humanos. El poder para es creativo y habilita conforme las mujeres empleadas del hogar se reconstruyen y reinventan. En el medio de las empleadas del hogar, el miedo y la culpa parecen desempeñar un papel muy importante en la forma en que las mujeres se limitan a sí mismas.

Estar empoderada es vencer barreras, hacer cosas que nunca imaginaste. Sobre todo es vencer el miedo de hacer cosas. Este miedo es vencido cuando te sientes capaz de hacer las cosas. Para esto tú necesitas el Poder desde dentro, esto es, necesitas un reforzamiento positivo y darte cuenta que realmente puedes, puedes aprender, puedes valerte por ti misma y puedes ir adelante. Este es un proceso dialéctico porque nunca regresas al mismo punto de inicio. El empoderamiento es un proceso de cambio cotidiano, y esto es lo que sucede con las mujeres empleadas del hogar.

El poder para realizar cosas nuevas y el orgullo por lo que son capaces de hacer se traduce en una experiencia liberadora para estas mujeres.

La literatura menciona frecuentemente el poder para en el sentido de un poder político, del poder para influir en los (as) demás y participar en las decisiones, pero las mujeres empleadas del hogar lo manejan para celebrar el orgullo por las habilidades que ellas poseen. El poder para puede ser expresión del Poder dentro, lo puede alimentar o ambas.

### **Construyendo el poder de las relaciones**

El poder relacional es vital para las mujeres empleadas del hogar; poder cambiar las relaciones en la dirección que ellas quieren. Las mujeres hablan de los cambios que han hecho en el hogar, en las relaciones entre las generaciones, entre los y las promotoras y con las organizaciones de base de mujeres, entre las mujeres en las organizaciones y con otras organizaciones. Comparten ideas con otras mujeres y con grupos que se encuentran muy lejos de sus comunidades. Se dicen una y mil veces que son capaces de hacer, de encontrarse, de hablar, gozar, sentir placer.

Las mujeres construyen o configuran nuevas relaciones interpersonales e Interorga-

nizacionales y lazos político-culturales con otros movimientos, al mismo tiempo con una multiplicidad de actores (as) y espacios culturales e institucionales. Las mujeres empleadas del hogar también establecen límites, y llegaron a la conclusión de que ellas no quieren entrar a otra organización, porque ellas quieren crecer, tomar decisiones de su propia vida, de su organización y ser capaces de construir solidaridad entre ellas.

Las mujeres empleadas del hogar consideran que los cambios más difíciles son los de las relaciones con la pareja. Al interior de sus hogares, han logrado hacer que los hijos les ayuden en los trabajos de la casa, modificar el tipo de educación que les imparten. Pero, no han podido hacer más equitativas las relaciones personales (esposo, hijos), es decir, cambiar el balance de poder. Ellas se han transformado: rompen con la rutina diaria, no permanecen dentro de las casas, van a la organización, deciden sobre su tiempo, se dan espacio para capacitarse en los talleres donde analizan la economía, la política y los símbolos culturales que perpetúan la visión negativa hacia las mujeres. Pero no reconocen avances con sus parejas.







**Revisa varias fotografías tuyas de distintas etapas de tu vida y, a partir de ellas, construye tu autobiografía.**

Elige entre 5 y 10 fotografías tuyas y colócalas en orden cronológico sobre una mesa. Míralas detenidamente y contesta a estas preguntas.

*¿En cuál de estas etapas de tu vida te sentiste mejor? ¿Por qué?*

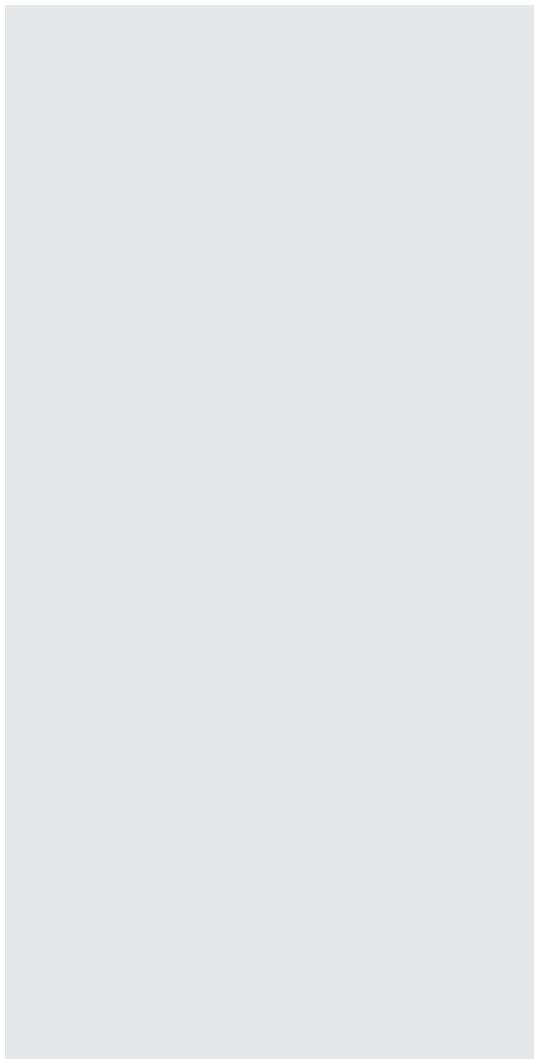
*¿En cuál te sentiste peor? ¿Por qué?*

*¿Qué te habría gustado que hubiese sido distinto?*

*¿Cómo estás ahora?*

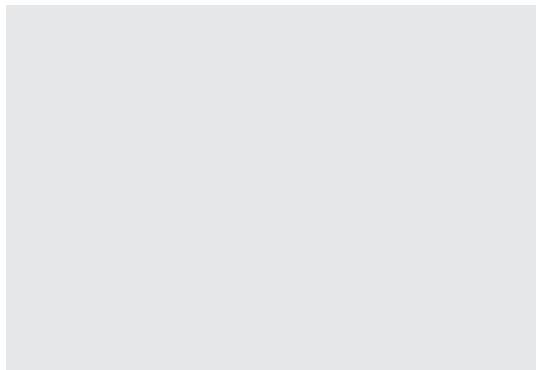
*¿Qué te gustaría cambiar?*

*Utiliza este espacio para anotar otras reflexiones relacionadas con la historia de tu vida.*

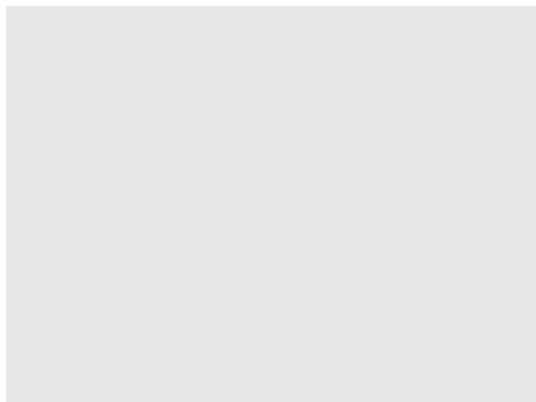


### **Signos de Autoestima**

*¿Qué contribuye a elevar tu autoestima y qué a rebajar tu autoestima?*



*¿Qué cosas valoran las y los demás de tu persona, y qué cosas señalan como defectos?*



*¿Qué cosas valoras de tu persona y qué cosas te parecen defectos?*

*¿Cómo te sientes siendo fuerte?*

*¿Cómo te ven las y los demás en relación a tus fortalezas?*

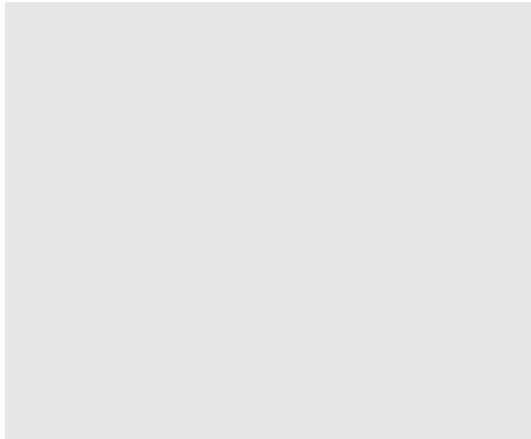
**¿Cuáles son tus fortalezas?**

Reflexiona sobre tus fortalezas:

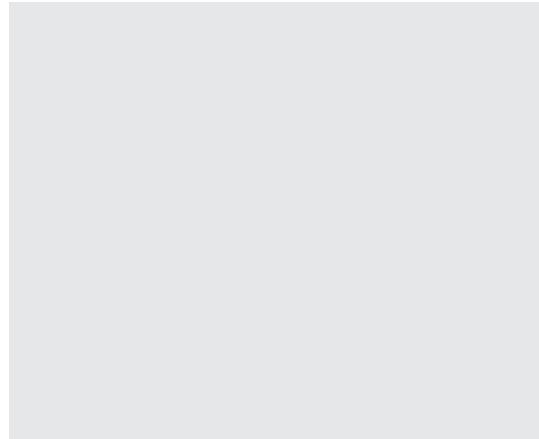
*¿Qué ventajas suponen estas fortalezas en tu vida?*

*¿Hay congruencia con la imagen que proyectas?*

*¿Cuáles son las debilidades de tus fortalezas?*



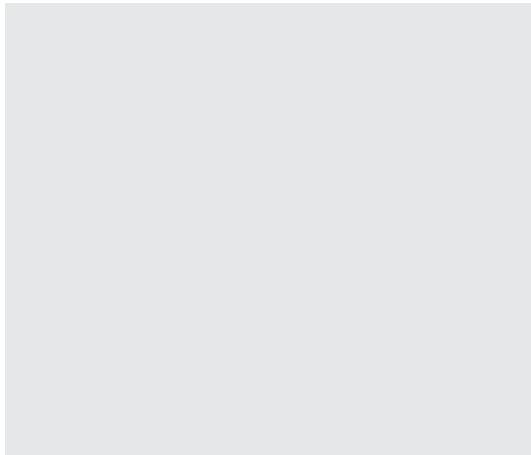
*¿Proyectas esa imagen frente a las y los demás?*



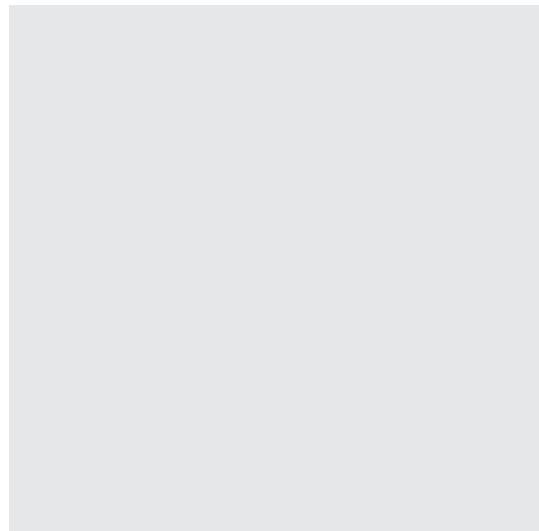
**¿Cuáles son tus debilidades?**

Reflexiona sobre tus debilidades.

*¿Cómo te sientes siendo débil?*



*¿Cuáles son las fortalezas de tus debilidades?*



### **¿Te escuchas a ti misma?**

Presta atención a los pensamientos que te rondan en la cabeza. Comienza a pronunciar esos pensamientos, intenta decirlos en voz alta, como si estuvieras hablando con alguien.

*¿Cómo es tu voz, fuerte o débil, clara o confusa, severa o dulce, enjuiciadora, quejosa, enojada, suplicante, etc?*

*¿Suena esta voz como la de alguien que conoces?*

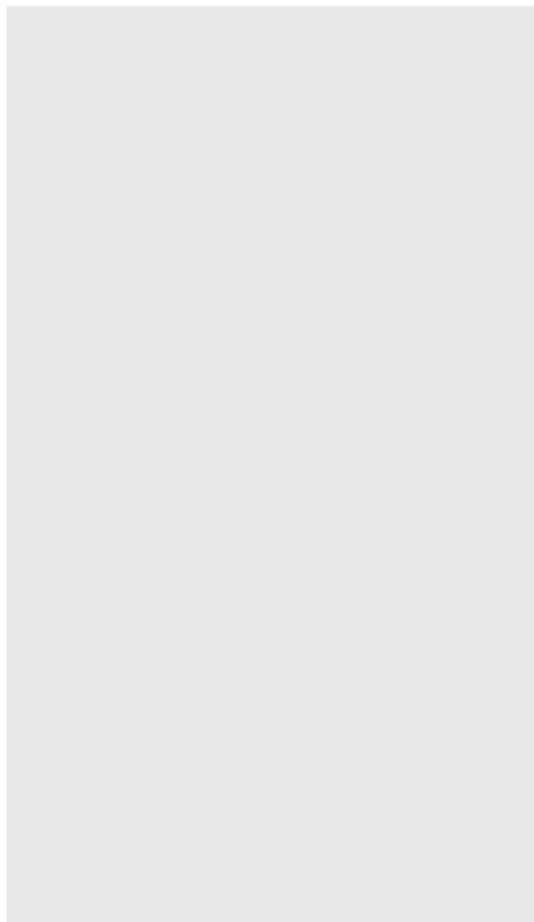
*Imagina que le dices estas mismas palabras a otra persona. ¿Cómo se las dirías? ¿Sonarían igual? ¿Cómo te sientes cuando le hablas a esa persona? ¿Contesta esa persona a lo que tú le dices? Por un momento, vive esta experiencia.*

### **Escribe sobre tus mitos y tus fantasías.**

Reflexiona sobre los mitos en torno al amor, la familia, el trabajo, la comunidad, el grupo de pertenencia, la participación social, etc. Para ello, puedes recurrir a tu autobiografía releer tus respuestas a los ejercicios anteriores y también hacerlo por etapas en tu vida.

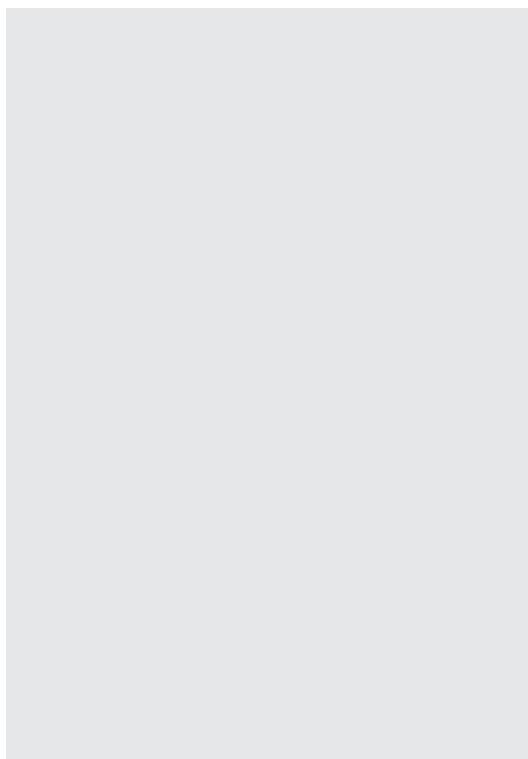
**¿Qué parte de tu identidad, de tu imagen corporal o de tu personalidad son tu fantasía?**

Identifica tus fantasías y diferencias de tu experiencia y tu realidad.



**¿Qué hechos importantes han ocurrido en tu vida que hayan marcado un antes y un después?**

Reflexiona sobre hechos en distintas etapas de tu vida que, por su importancia, hayan marcado en la misma un antes y un después, sobre experiencias que hayan provocado cambios significativos o trascendentes en tu vida.



**Darnos cuenta de nuestro cuerpo.**

Centra tu atención en tu cuerpo y siente qué partes de él entran de forma espontánea dentro de tu conciencia.

*¿De qué partes de tu cuerpo te das cuenta?*

*¿De cuáles te das menos cuenta?*

*¿Notas alguna diferencia entre tu lado derecho y tu lado izquierdo?*

*Reflexiona sobre cualquier incomodidad física que sientas y centra tu atención en ella ¿Qué sientes? ¿Con qué lo relacionas? ¿Qué emociones – rabia, miedo, pena, etc. – te produce?*

*Cuando tienes alegría, ¿Sientes alguna manifestación corporal?*

*Cuando tienes algún disgusto, ¿Sientes alguna manifestación corporal?*

*¿En general qué sensaciones corporales tienes y en qué situaciones?*

**Responde a las siguientes preguntas para realizar tu autorretrato corporal.**

*¿Cómo es tu cuerpo?*

*¿Qué atención le prestas?*

*¿Cuáles son los cuidados que das a tu cuerpo?*

*¿En qué lo descuidas?*

*¿Cómo son tu indumentaria y sus complementos: zapatos, bolsos, otros accesorios? Describe su estado.*

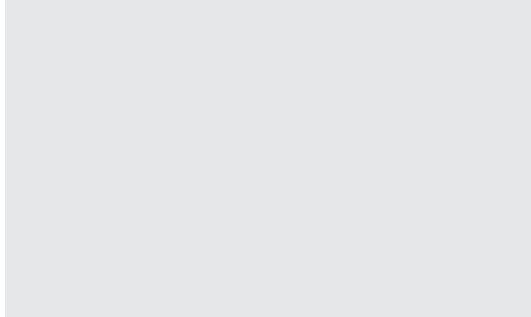
*¿Qué imagen crees que das con el cuerpo?*

*¿Qué actitudes corporales identificas en ti (maneras de ocupar los espacios, de sentarte, de conducir, de hacer tus actividades, de hablar en público; tus gestos y ademanes, el semblante, la voz, el llanto, el beso, tus modales y cualquier actitud en que se plasme tu personalidad)?*

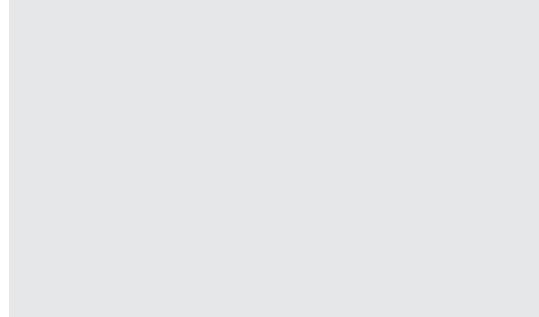
**¿Qué importancia das a tu bienestar?**

*¿Te ocupas de tu salud? ¿Cómo?*

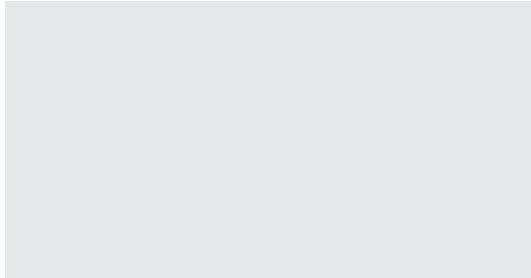
*¿Te haces revisiones médicas periódicamente?*



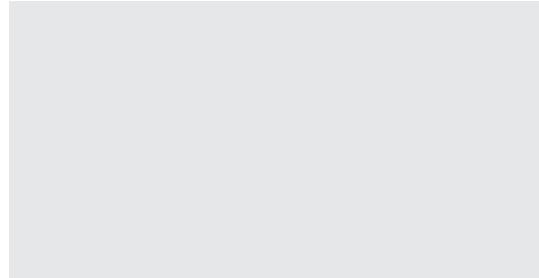
*¿Es adecuada tu alimentación?*



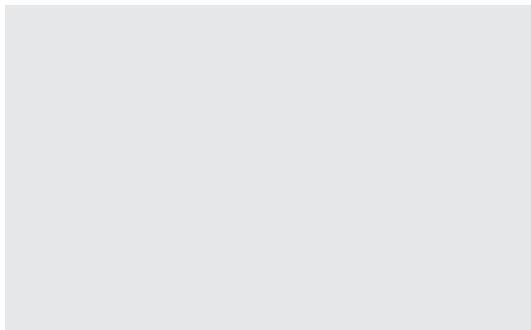
*¿Te haces regularmente revisiones ginecológicas?*



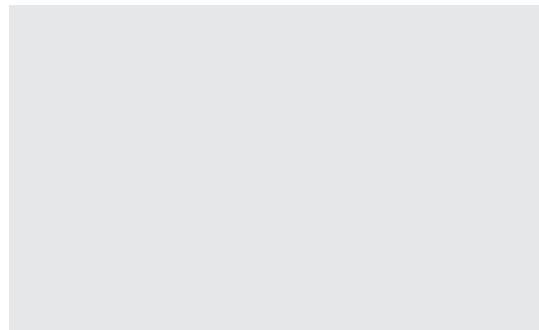
*¿Haces algún tipo de ejercicio?*



*¿Acudes periódicamente al odontólogo?*



*¿Tienes el peso adecuado a tu edad y constitución?*



**¿Tienes algún tipo de adicción?**

*¿Consumes medicamentos, alcohol, comida, tabaco u otros productos en exceso?*

*¿Tienes otros hábitos adictivos?*

*¿En alguna ocasión has intentado modificar tus hábitos? En caso afirmativo, ¿Cómo lo has hecho?, ¿Lo has logrado?, ¿Cómo te has sentido?, ¿Has vuelto al hábito?*

**¿Tienes algún espacio propio?**

*¿Dispones de un lugar donde puedas estar a solas contigo misma, sin que te interrumpan, donde puedas tener tus cosas, que utilices para escuchar música, leer, reflexionar o hacer lo que te apetezca? ¿Puedes describirlo con detalle?*

*¿Cómo has logrado que las y los demás de tu entorno respeten ese espacio?*

**¿Te das tiempo a ti misma?**

*¿Cuántas horas trabajas al día? ¿Cuántas descansas?, ¿Cuántas dedicas al ocio?*

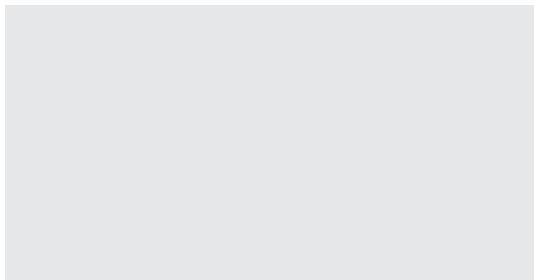
*¿En qué empleas el tiempo que dedicas a ti misma?*

*¿Te sientes presionada en tu tiempo de ocio?, ¿Por qué/ por quién?*

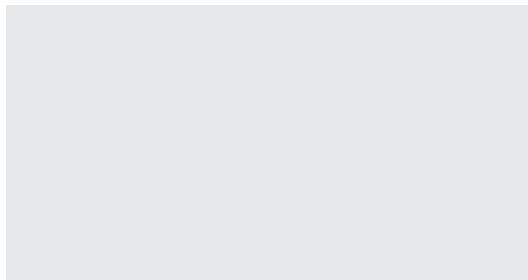
**¿Qué cosas tuyas te provocan emociones?**

*¿Qué te enfada o te entristece de ti?*

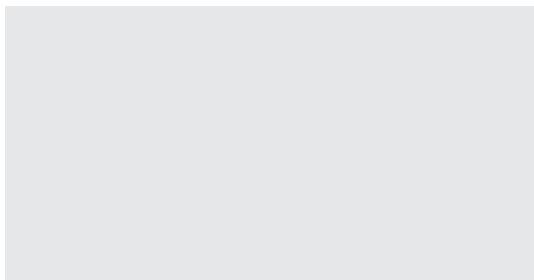
*¿Qué te entenece o te conmueve de ti?*



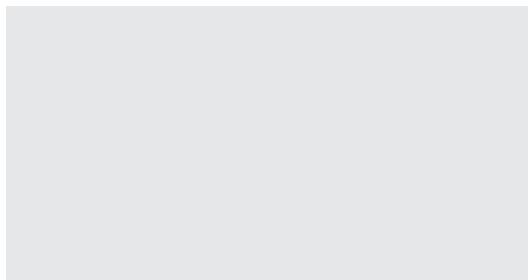
*¿Qué te hace anticiparte a la necesidad misma?*



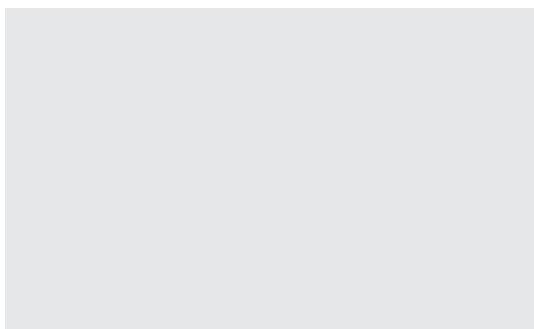
*¿Conoces tus necesidades más urgentes?, ¿Cómo reaccionas ante ellas?*



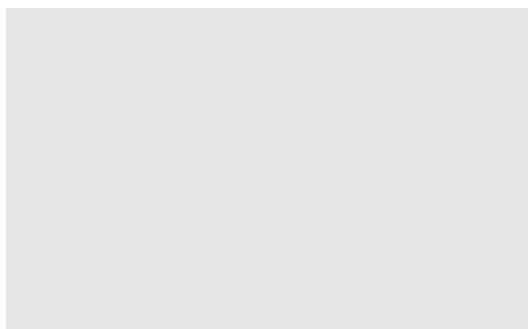
*¿Qué te hace sentir vulnerable?*



*¿Sueles posponer lo que más necesitas?, ¿Por qué?*



*¿Cómo afrontas el desánimo, el abandono y el desaliento?*



*¿En qué signos depositas tu confianza?*

**¿Expresas tus emociones?**

*¿Qué emociones te resultan más difíciles de expresar?*

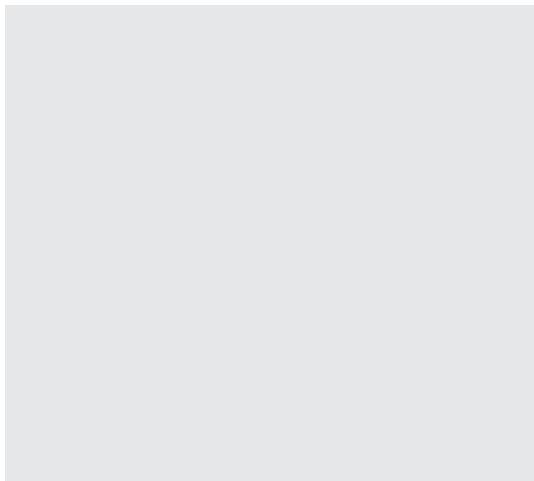
*¿Qué emociones te resultan más fáciles de expresar?*

*¿Cuáles son tus maneras de demostrar emociones, de afrontar conflictos, de intervenir para expresar tus opiniones, de hacer avanzar tus decisiones, de discutir, de convencer, de convocar, etc.?*

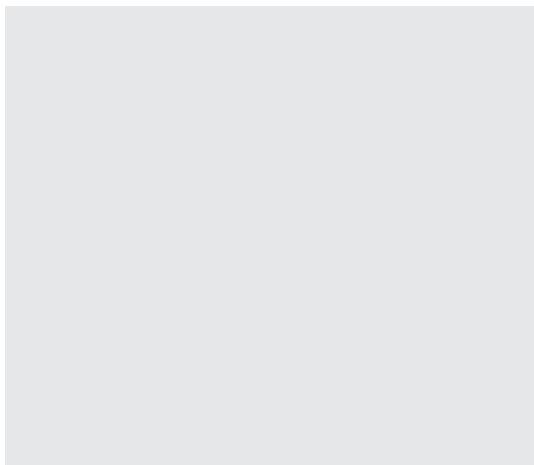
**¿Cómo tomas tus decisiones?**

*¿Te cuesta tomar decisiones? ¿Por qué?*

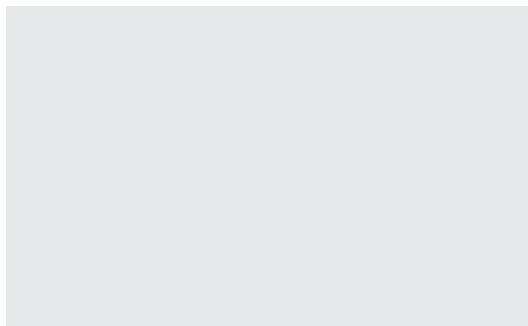
*Cuando estás ante la situación de tomar una decisión, ¿Qué haces?, Lo consultas con alguna persona de confianza, lo piensas y luego decides...*



*Una vez que tomas la decisión, ¿Cómo te sientes?*

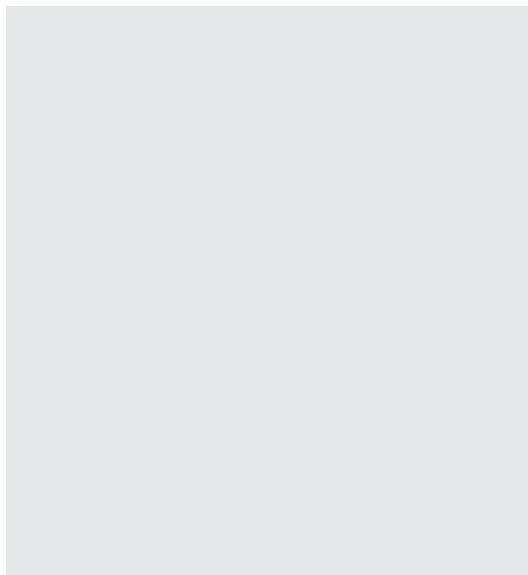


*¿Te siguen inquietando las otras opciones?*

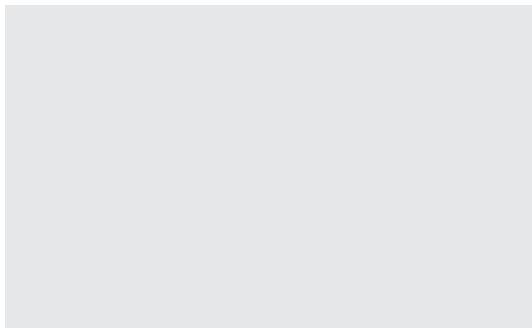


**¿A qué le tienes miedo?**

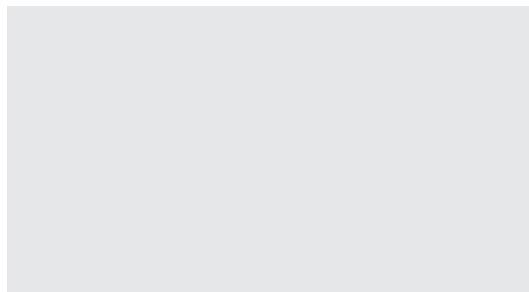
*Dedica unos cinco minutos a hacer una lista de aquellas cosas que no haces por miedo. Identifica aquellos miedos que te impiden actuar y reflexiona sobre ellos.*



*¿Te has dado cuenta de si tus miedos impiden que se cumplan algunos de tus deseos, de si tus temores te impiden obtener algún beneficio?*

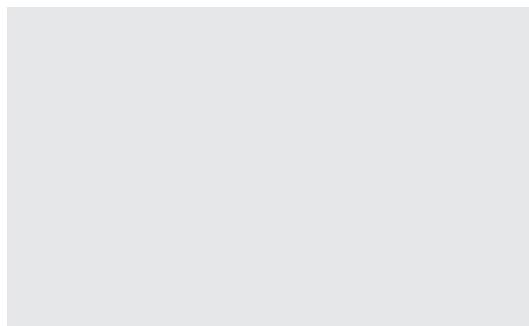


*¿Aprendes de él o simplemente lo recriminas?*



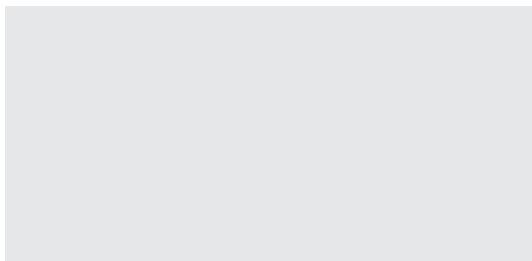
**¿Te sientes controlada por alguien?**

*Si te sientes controlada, ¿Por quién?*

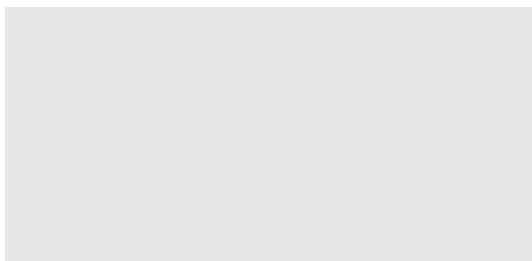


**Tus errores**

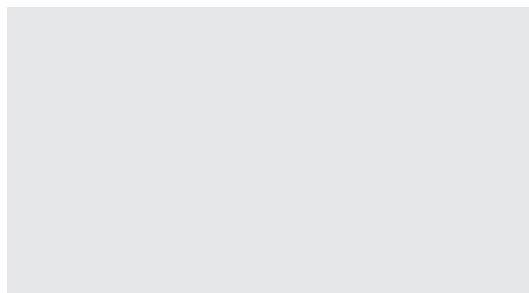
*¿Qué significa para ti cometer errores?*



*Cuando cometes un error, ¿Cómo lo vives?*



*¿Qué emociones provoca en ti ese control?*



*¿Cómo es ese control?, ¿Es implícito o explícito?, Describelo...*

**¿Te sientes controlada?**

*Si es así, ¿Qué te provoca ese control?*

*¿Sobre quién lo ejerces?*

*¿Cómo?*

*Tener todo controlado, ¿Te da mayor seguridad?*

*¿Existe para ti alguna diferencia entre controlar y manipular?*

*¿Cuál?*

### **¿Sabes decir “NO”?**

*Reflexiona sobre alguna ocasión en que dijiste “Si” queriendo decir “no”. Revive aquella situación. Trata de situarte en aquella experiencia y de reconstruir el diálogo que se produjo*

*¿Por qué lo hiciste?*

*¿Qué habrías ganado si hubieses dicho “si”?*

*¿Qué ganaste diciendo “no”?*

### **¿Sabes recibir un “NO”?**

*¿En qué circunstancias te han dicho o te dicen “no”?*

*¿Cómo te sientes cuando te dicen “no”?*

*¿Cómo manejas un “no”?*

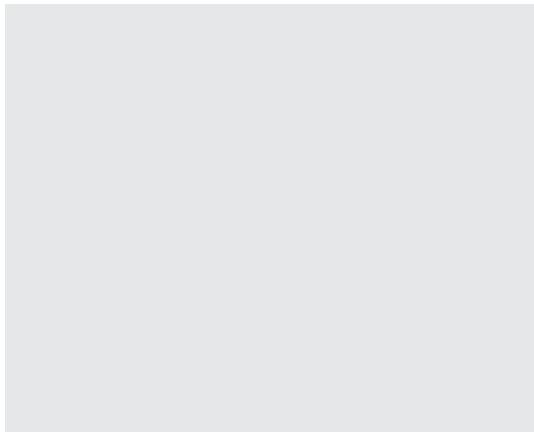
**¿Cómo te manejas con la culpa?**

*¿Qué te hace sentirte culpable?*

*¿Cuándo fue la última vez en que te sentiste culpable?, ¿Frente a quién o quiénes?*

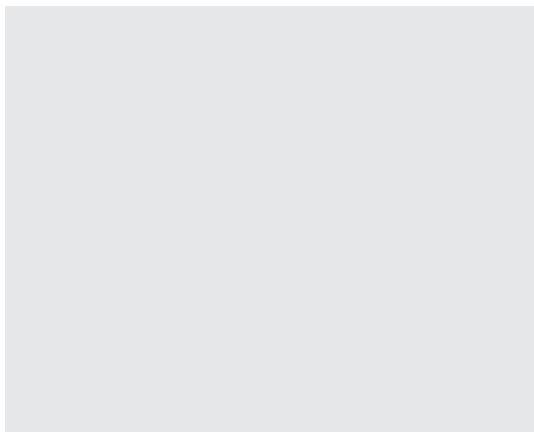
*¿A qué atribuyes ese sentimiento de culpa?*

*¿Existe para ti alguna diferencia entre “sentirte culpable” y “sentirte responsable”?*

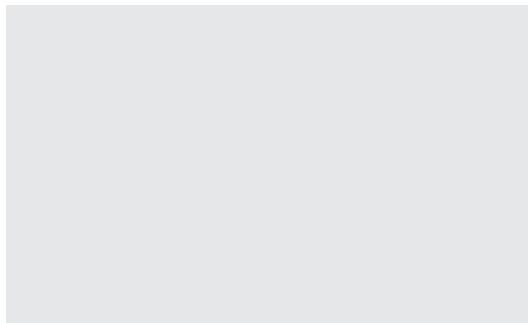


**¿Has sufrido violencia alguna vez?**

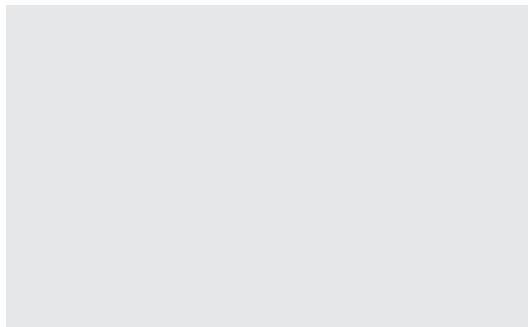
*En caso de afirmativo, ¿Qué tipo de violencia (sexual, física, psíquica, emocional..)?*



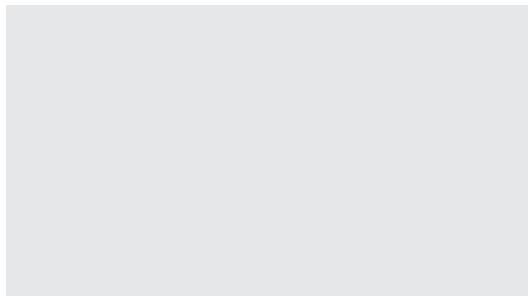
*¿Por parte de quién?*



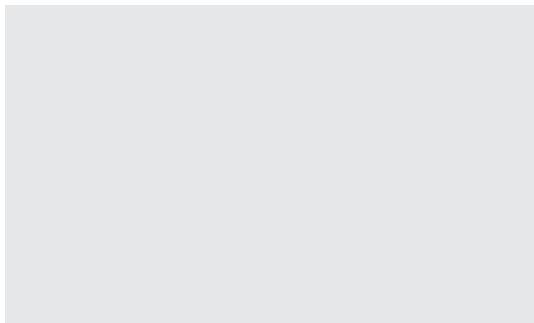
*¿Cómo te has sentido?*



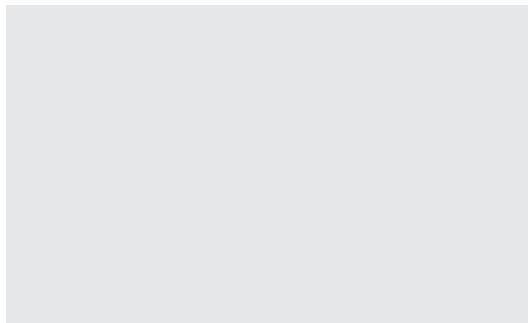
*¿Cómo lo has vivido?*



*¿Cómo has reaccionado frente al agresor?*



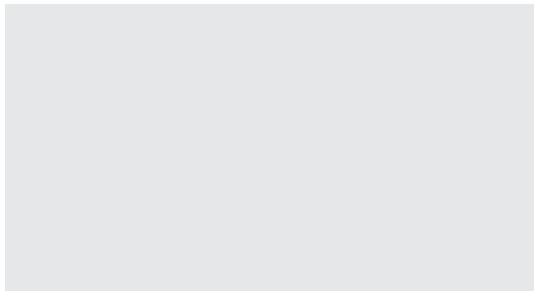
*¿Te hace sentir autónoma?*



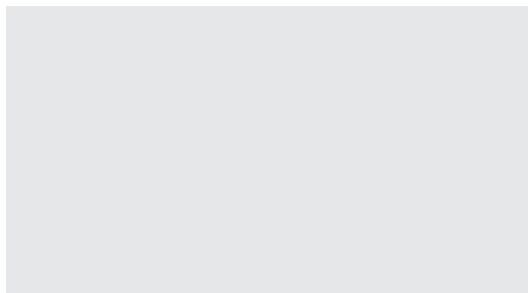
**¿Tienes un trabajo remunerado?**

**Sí**

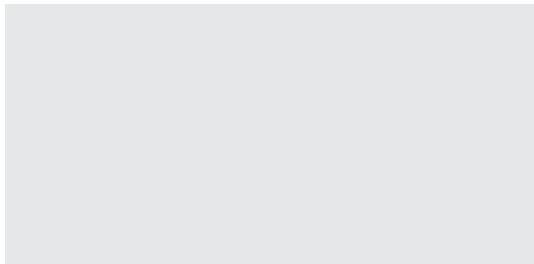
*¿Te gusta tu trabajo?*



*¿Tienes que dar cuenta de tu dinero?, ¿A quién?*



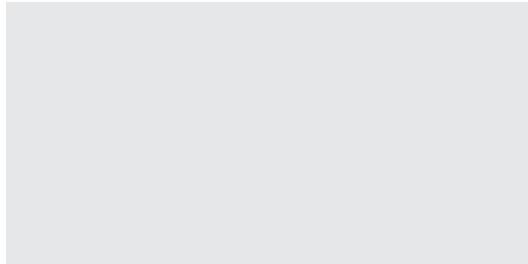
*¿Te da independencia económica?*



**¿Tienes un trabajo remunerado?**

**No.**

*¿Por qué no lo tienes?*



*¿Te gustaría tenerlo?*

*¿Qué crees que te puede aportar un trabajo remunerado?*

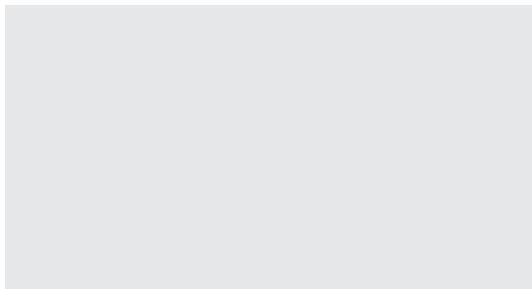
*¿Qué crees que podrías hacer para conseguir un trabajo?*

**¿Participas en la vida política y/o social?**

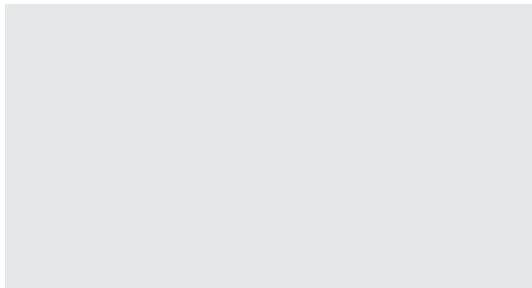
*¿Participas activamente en alguna organización social, asociación de mujeres, partido político, sindicato, ONG, etc.? ¿En cuál/cuáles?*

*¿Tienes algún cargo representativo?*

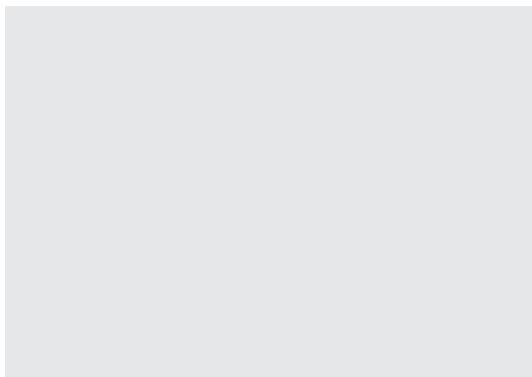
*¿Cómo te sientes participando en la vida pública?*



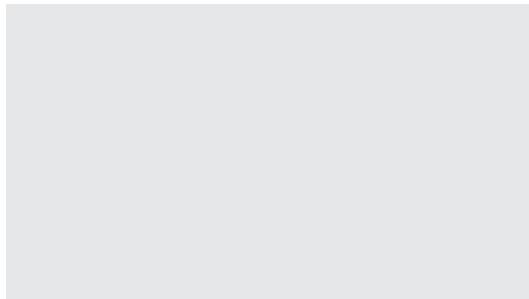
*¿Qué te aporta esta participación?*



*¿Te identificas con la organización en la cual participas?*

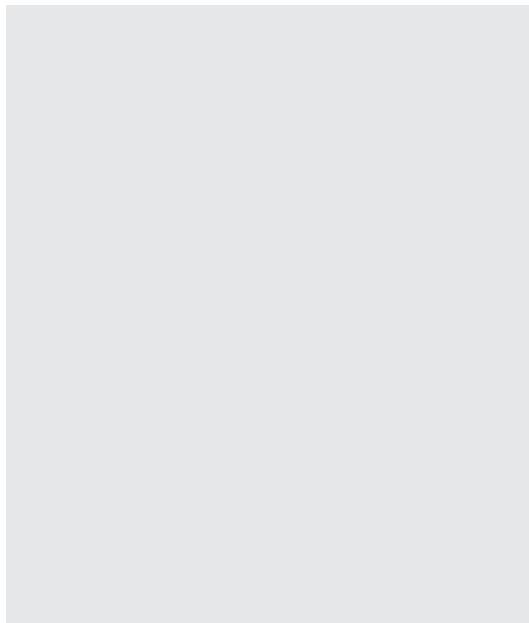


*¿Crees que es importante que las mujeres participen en la vida política y social?*



**Vínculos conyugales y familiares.**

*¿Cuál es tu lugar en tu familia de origen (hija única o en relación con tus hermanas y/o hermanos)?*



*¿Has formado familia?, ¿Cuál es tu lugar en ella con respecto a tu pareja (esposa, compañera, conviviente, amante en cualquier opción sexual)?*

*Si eres /has sido madre, ¿Qué impacto tiene el hecho de ser madre en tu posición vital y en autoestima?*

*Si no vives en familia, no tienes pareja y no eres madre, explica cómo te relacionas con tus familiares y cómo te sientes desde tu situación.*

**Imagínate que estás completamente sola en el mundo, que no existe nadie más...**

*¿Cómo lo visualizas?, Describe tu experiencia.*

*¿Cómo vives estar sola? Describe tus emociones.*

## CONCLUSIONES

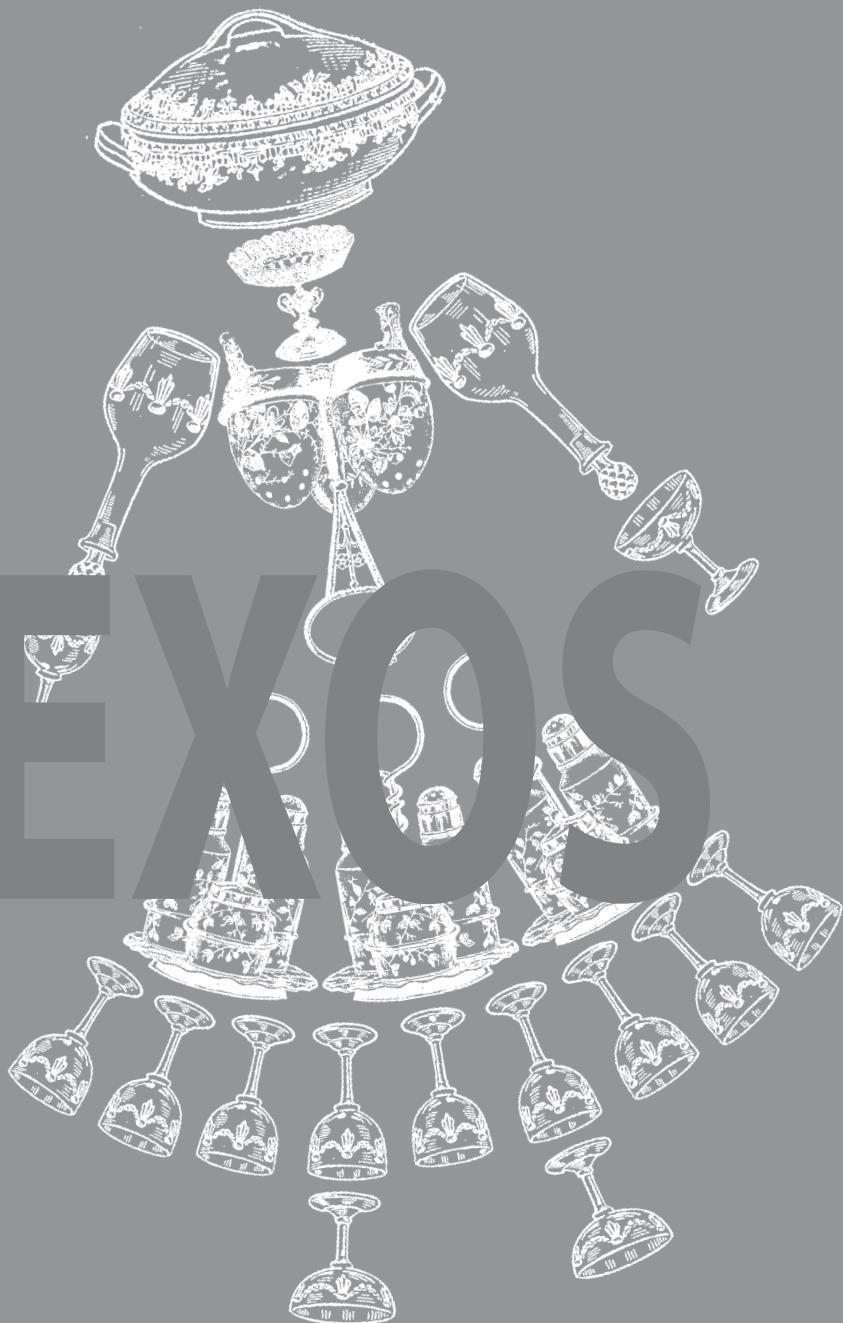
- Se consideraron muy importantes las diferentes formas de organización. Se discutieron mecanismos para compartir el poder sobre, el papel de todos (as) los (as) miembros en los procesos decisorios y la variedad de mecanismos que emplean para evitar la jerarquización. Estos puntos resultan importantes, tanto para el proceso decisorio, como para la capacitación.
- El Poder desde dentro se describió en términos de lucha y superación, tanto del miedo como de la aceptación oculta e inconsciente del poder sobre. El poder desde dentro es la fuerza, el valor y el coraje para quitarse el miedo, lo cual permite a las mujeres percibirse como “capaces de ocupar el espacio donde se toman decisiones”. Los hombres representan, en gran medida, el objeto y la causa del miedo, y el poder desde dentro se define en contraposición a los obstáculos a vencer, las barreras a superar.
- En estas culturas, el Poder desde dentro se definen en términos de movimiento. La fórmula que denota la liberación, la construcción del poder desde dentro se traduce en “salir de casa y unirse a la organización”. En CACEH, todas las mujeres comparten este discurso, a través del cual han construido una identidad compartida. Salir y unirse representan momentos claves en las vidas de todas ellas, y los celebran con entusiasmo.
- Los malos viejos tiempos antes de que salieran constituyen la referencia obligada a estar encerradas, a estancarse, a la soledad. Una vez que salieron, la casa puede convertirse en un sitio de poder, ir al pueblo vecino, incluso a la ciudad de México, es otro símbolo de liberación, libertad, aceptación de si mismas y que las llena de amor propio.
- Las lideresas son importantes para estimular el trabajo de los grupos.
- Se hizo un recuento de las dificultades que tienen que enfrentar para construir el poder con en la jerarquía de la vida dominada por varones. Los dos grupos desafían el poder sobre jerarquizado y paternalista, y quieren construir una nueva fuerza política por medio del poder con.
- Las mujeres en CACEH ven el poder con en el trabajo que hacen y en las decisiones que toman juntas en las organizaciones con estructuras de poder más hori-

zontales y mayor participación política real. Anhelan todas construir alternativas de desarrollo.

- Desarrollar el poder de hacer es enfrentar nuevos problemas, desde arreglárselas con las nuevas destrezas hasta el conflicto con la familia. La organización y

capacitación son vistas como centrales y críticas. Aún así el poder de hacer tiene su lado malo, para muchos grupos de mujeres. Ellas tienen que aprender a no hacer demasiado trabajo. Todas están bajo la presión del trabajo.

# ANEXOS





## **El empoderamiento de las mujeres: Encuentro del primer y tercer mundos en los estudios de género<sup>1</sup>**

Dos conceptos han marcado la producción de la teoría feminista: género y empoderamiento. El primero tiene su origen en pensadora del primer mundo y el segundo representa un encuentro de éstas con sus colegas del tercer mundo. En el campo de los estudios de género el empoderamiento es tal vez la herramienta analítica más importante que recoge diferentes preocupaciones en cuanto al impacto del desarrollo sobre las mujeres, y que compromete avances teóricos y metodológicos de diferentes disciplinas como la psicología, la antropología, la ciencia política, la sociología, la educación, el derecho y la economía.

El desarrollo del concepto se relaciona con el tema del poder y con las relaciones de las mujeres con éste. Como sabemos, el tema del poder ha ocupado un lugar central en los debates de las ciencias sociales. Se discute sobre la inclusión y la exclusión, sobre la gama heterogénea de sujetos sociales que aspiran a participar y tener una identi-

dad social definida en la compleja arena del poder público, así como también sobre los desafíos que tienen las mujeres de invertir los esquemas que las marginan del poder, tanto en el plano formal de lo normativo-institucional como en la cultura.

El uso del término empoderamiento se ha generalizado y ha hecho camino en el ámbito internacional, nacional y local en las últimas dos décadas. Esto se debe, en parte, al debate teórico que lo ha llenado de significado; pero, sobre todo, a su pertinencia para las experiencias prácticas de las mujeres, principalmente las de la base.

J. Rowlands<sup>2</sup> señala que desde el inicio de los años ochenta se están llevando a cabo talleres sobre el empoderamiento en el Asia del Sur, al principio diseñados para los pobres en general y posteriormente para las mujeres. En América Latina la preocupación por el empoderamiento ha estado presente y se registra en el primer taller (1995) con este nombre explícito y con metodología especializada, el cual fue convocado por el Colegio de Postgrados de México en Ciencias Agrícolas y la Universidad de Durham (ver Alberti et al., 1995).

Pese al amplio uso del término, hay ambivalencias, contradicciones y paradojas en la utilización de este concepto; como lo señala Batliwala, al tiempo que se ha proyectado la agudeza de su perspectiva, se ha diluido su significado. Muchos escritos presuponen que el lector conoce el significado de esta palabra o que por estar referida al logro de mayor poder, el término en sí mismo lo explica todo. Así, su sentido aparece como autocontenido y obvio: empoderarse significa que las personas adquieren el control de sus vidas, logran la habilidad de hacer cosas y de definir sus propias agendas. Al relacionarse con los intereses de los desposeídos de poder, el término se toma como expresión de un cambio deseable, sin ahondar en las especificidades que tal cambio implica; es decir, sin precisar su significado.

Aunque han sido los estudios en el campo Mujer y género en el desarrollo los que han utilizado el concepto como uno de los ejes de su discurso, tampoco hay en este campo consenso total en cuanto a su sentido. El concepto se usa como sustituto de integración, participación, autonomía, identidad, desarrollo y planeación y no siempre referido a su origen emancipador.

Una de las contradicciones fundamentales en el uso del término “empoderamiento” lo expresa el debate entre el empoderamiento Individual y el colectivo. Para quienes lo usan desde el área de lo individual, con énfasis en los procesos cognitivos, el empoderamiento se circunscribe al sentido que los individuos le autoconfieren. Toma un sentido de dominio y control individual, de control personal. Es “hacer las cosas por sí mismo”, es “tener éxito sin la ayuda de los otros”. Ésta es una visión individualista, que lleva a señalar como prioritarios a los sujetos independientes y autónomos con un sentido de dominio de sí mismos, y desconoce las relaciones entre las estructuras de poder y las prácticas de la vida diaria de los individuos y grupos, además de que desconecta a las personas del amplio Contexto sociopolítico, histórico, de lo solidario, de lo que representa la cooperación y lo que significa el preocuparse por el otro.

Este empoderamiento puede ser una simple y mera ilusión, si no está conectado con el contexto y se relaciona con acciones colectivas dentro de un proceso político. Si bien es cierto que resulta importante reconocer las percepciones individuales, no se

puede reducir el empoderamiento de manera que ignore lo histórico y lo político. El empoderamiento incluye tanto el cambio individual como la acción colectiva. El empoderamiento como autoconfianza y autoestima debe integrarse en un sentido de proceso con la comunidad, la cooperación y la solidaridad. Al tener en cuenta el proceso histórico que crea la carencia de poder, se hace evidente la necesidad de alterar las estructuras sociales vigentes; es decir, de reconocer el imperativo del cambio.

El uso del término empoderamiento por parte del feminismo tiene sus raíces en la importancia adquirida por la idea de poder, tanto para los movimientos sociales como para la teoría de las ciencias sociales en las últimas décadas. Los trabajos de Gramsci (1971) y Foucault (1980), así como la obra seminal para América Latina de Paulo Freire, plantean que las relaciones de poder y las formas de conciencia son históricas y culturalmente condicionadas por las luchas sociales. Sin embargo, es preciso advertir que los autores mencionados no hicieron uso del concepto empoderamiento y que dentro de las relaciones de poder que tan ampliamente identificaron y discu-

tieron no contemplaron explícitamente las de género.

El uso del término empoderamiento por parte del movimiento social de mujeres aparece a partir de la segunda ola del feminismo, que arranca en la década de los sesenta. Mediante un diálogo contestatario y rebelde se interpelan los modelos de desarrollo que habían primado en la sociedad y que de una manera u otra habían invisibilizado a las mujeres. El pensamiento de Maxine Molyneux (1994), Carolyn Moser (1991, 1993) y Kate Young (1991) estuvo en la vanguardia de las observaciones críticas y sus aportes dieron paso a una reflexión diferente, al punto que en el campo de la Mujer en el desarrollo se abrió una nueva clasificación que se llamó Enfoque del empoderamiento. Estas autoras fueron el puente en los estudios de género entre el primer y el tercer mundo. El núcleo de sus preocupaciones fue la planificación para el desarrollo y su impacto para las mujeres. Sus trabajos de campo en Perú, Cuba, México y otros países de la región facilitaron el encuentro con sus colegas y en forma conjunta y/o paralela avanzaron en conceptualizaciones o proyecciones teórico-políticas que, de ma-

nera rápida y amplia, tuvieron difusión en la región.

Se planteó la necesidad de que se visibilizaran las necesidades e intereses de las mujeres clasificados en prácticos y estratégicos. Los primeros son aquéllos que dan respuesta a las necesidades materiales de las mujeres, a demandas específicas que ellas tienen para sobrevivir, para salir de la pobreza. Son demandas prácticas: la lucha por el salario, por el empleo, por la vivienda, por el cupo en el colegio para los hijos, por las becas para el estudio, etc. Todo esto y mucho más es práctico para vivir. Entonces, ¿qué es lo estratégico? Lo estratégico son aquellas necesidades e intereses que buscan y apuntan a un cambio fundamental en las relaciones de poder existentes entre los géneros. Cuestionar las bases de las estructuras de las sociedades donde hombres y mujeres han participado de una manera diferencial.

Los debates permitieron llevar la discusión un paso más adelante, en cuanto fue cada vez más claro que la intervención en lo estratégico implica tener en cuenta lo práctico, pero imprimiéndole un carácter político. Sólo en la medida en que lo práctico sea

estratégico, puede considerarse como feminista. Surgió entonces la pregunta de cómo puede darse esta conversión, qué medios y herramientas pueden utilizarse. Entre las respuestas a estas interrogantes que aún no terminan, surgió la idea del empoderamiento como una manera alternativa de percibir el desarrollo, que viene de abajo hacia arriba como un aporte de las bases. Todo esto implicó para el Movimiento de mujeres hacer énfasis en la creación de conciencia, la participación y la organización.

En la discusión sobre los orígenes del uso del término empoderamiento en el Movimiento de mujeres, el texto más citado es el de Sen y Grown (1998) que se preparó para la Tercera Conferencia Mundial de la Mujer en Nairobi en 1985. El documento fue traducido al español por el Programa Interdisciplinario de Estudios de la Mujer (PIEM) de El Colegio de México en 1988, con el título Desarrollo, crisis y enfoques alternativos: Perspectivas de la mujer en el tercer mundo. En este texto, proveniente del feminismo académico y militante tercermundista, el concepto de empoderamiento aparece como una estrategia impulsada por el Movimiento de Mujeres del Sur, con el fin de

avanzar en el cambio de sus vidas y generar un proceso de transformación de las estructuras sociales, aspectos que se señalan como objetivo último del movimiento. Esta postura política considera el empoderamiento importante para el logro de visiones alternativas de las mujeres y, aún más, para que estas visiones se tornen en realidades dentro de un proceso de cambios lentos de las relaciones sociales. El documento hace énfasis en la necesidad de la organización y del despegue de procesos democráticos y participativos que puedan contribuir al empoderamiento de las mujeres.

En América Latina las discusiones sobre mujer y género y desarrollo se encontraron con el renacer del movimiento feminista que venía de la década de los setenta. A partir de este momento, el movimiento se ha expandido y diversificado. Se caracteriza por su heterogeneidad y sus diferentes vertientes que han propuesto, de una manera u otra, que para lograr la transformación de la conciencia de las mujeres es necesario empoderarlas. No obstante, es preciso señalar que la investigación sobre procesos de empoderamiento concretos es escasa y una tarea pendiente.

El rasgo más sobresaliente del término empoderamiento es contener la palabra poder, de manera que su uso es un llamado de atención sobre las relaciones de poder o del poder como relación social. Son múltiples las formas en que se relacionan las mujeres con el poder. Rowlands opina que éste condiciona la experiencia de las mujeres en un doble sentido: es una fuente de opresión en su abuso y fuente de emancipación en su uso. Las relaciones de poder pueden, entonces, significar dominación, como también desafío y resistencia a las fuentes de poder existentes o servir para obtener control sobre ellas.

Diferenciar los tipos de poder existentes es una herramienta para comprender los alcances del empoderamiento. Varios teóricos han señalado que por lo menos podemos diferenciar dos grandes nociones de poder. Uno que llamaremos poder sumacero, y es aquél en que el aumento de poder de una persona o grupo implica la pérdida de poder de la otra persona o grupo. Es el poder **SOBRE**, un poder dominador, controlador, con capacidad de imponer decisiones sobre otros; es el poder más común y generalmente cuando hablamos de poder

estamos hablando de este tipo. Es un poder que nos limita y que limita a muchos sujetos dentro de las sociedades; es un poder que, aunque establezca reglas visibles, domina y suele manifestarse en la toma de decisiones en conflictos abiertos u observables. Es un poder que también se expresa en la capacidad de decidir sobre lo que se decide. Más aún, es un poder tan perverso que muchas veces llega a que la persona dominada ni reconozca que se encuentra en esta situación, naturaliza su situación de dominación y defiende el statu quo.

La segunda ola del feminismo en América Latina negó, durante un periodo largo, la discusión sobre el poder. En ello estaba implícita la idea de que sólo existía el poder sobre, lo que llevó a no reconocer las relaciones de poder dentro del movimiento y a entender la posición de las mujeres en la sociedad sobre todo como de víctimas y carentes de poder. En el IV Encuentro Feminista Latinoamericano celebrado en Taxco (México) en 1987, se discutieron, por primera vez de forma abierta, los mitos que habían guiado las prácticas políticas del movimiento y que representaban obstáculos externos y trabas internas para su accionar. El

mito que encabeza la lista se expresó como: "A las feministas no nos interesa el poder". Ello implicó un llamado a reconocer el ejercicio del poder en una doble dirección: en las actividades desarrolladas dentro del movimiento y como recurso de transformación. Según Marta Lamas, el reconocimiento de este mito permitió "la crítica sobre el manejo negador y victimizado que hacemos las feministas del poder y la denuncia sobre la idealización de nuestra práctica, que aunque pretendemos diferente, en la realidad la mayoría de las veces se da de una manera atrasada, arbitraria y manipuladora".

Al aceptar el poder SOBRE, se abre la posibilidad de poner resistencia o de manipularlo a su favor, disminuyendo así el sentido victimizante. La discusión de Taxco inició un proceso en este sentido en el Movimiento de Mujeres de Latinoamérica, lo que también ha permitido pensar en la existencia de otras formas de poder más matizadas y sutiles.

El segundo tipo de poder es el poder sumapositivo, debido a que el poder que tenga una persona o un grupo incrementa el poder total disponible. Es un poder generati-

vo, productivo. Permite compartir el poder y favorece el apoyo mutuo. Éste es poder PARA que invoca la solidaridad para el cambio; el poder CON nos habla de solidaridad y alianzas, mientras el poder DESDE DENTRO nos remite a la capacidad de transformar la conciencia propia y reinterpretar la realidad en que nos movemos. Esta noción de poder se ubica en el núcleo del concepto de empoderamiento.

La siguiente pregunta que corresponde hacernos es: ¿qué tienen que ver los dos tipos de poder resumidos con la mujer? De manera general y un tanto esquemática, pero aceptando como premisa las heterogeneidades, las diferencias que existen entre las mujeres según ciclos vitales, regiones, clases sociales, etnias, etc., y sin detenernos en estas importantes diferencias, puede advertirse que las mujeres básicamente han sido objeto en la sociedad de las diferentes clases de poder SOBRE, del poder sumacero, del poder dominador, particularmente del poder invisible y por ello se ha dicho que están en situación de desempoderamiento. Sin embargo, es necesario señalar que las mujeres no han estado siempre desempoderadas, que han tenido poderes; pero és-

tos son poderes limitados que socialmente no se reconocen como tales. Son los poderes de lo privado, de lo doméstico y en gran medida de lo familiar. Empoderar a la mujer con una concepción de poder es apoyar procesos que generen poder suma positivo.

Recientemente las teóricas feministas interesadas en darle contenido analítico y metodológico al concepto, coinciden en que el empoderamiento es un proceso que se manifiesta en diferentes escenarios. Stromquist habla de fases; Unicef, de niveles en espiral; Weringa, de esferas o partes de una matriz; y Roland, de dimensiones. Los avances en la conceptualización han significado la búsqueda de estrategias holísticas para el empoderamiento, y con ello se ha enfatizado que no hay fórmula mágica o diseño infalible, que no hay receta única ni modelo prescriptivo. El empoderamiento no es un proceso lineal con un inicio y un fin definidos de manera igual para las diferentes mujeres o grupos de mujeres. El empoderamiento es diferente para cada individuo o grupo según su vida, contexto e historia, y según la localización de la subordinación en lo personal, familiar, comunitario, nacional, regional y global.

Hay también coincidencia entre las autoras en plantear que el empoderamiento representa un desafío a las relaciones de poder existentes y que busca obtener mayor control sobre las fuentes de poder. Se señala que el empoderamiento conduce a lograr la autonomía individual, a estimular la resistencia, la organización colectiva y la protesta mediante la movilización. En suma, los procesos de empoderamiento son, para las mujeres, un desafío a la ideología patriarcal con miras a transformar las estructuras que refuerzan la discriminación de género y la desigualdad social. El empoderamiento, por lo tanto, se entiende como un proceso de superación de la desigualdad de género.

Debido a que el empoderamiento tiene significados distintos en cada escenario y es diferente para cada individuo o grupo, se requiere una buena dosis de exploración empírica de los detalles prácticos del empoderamiento. Una mayor preocupación por la investigación y la sistematización de experiencias es parte de la agenda para aumentar el potencial del empoderamiento como herramienta de análisis y como instrumento de cambio.

¿Qué significa el empoderamiento de las mujeres para los hombres? La respuesta daría para otra larga ponencia. Sin embargo, responderé de manera un tanto esquemática y con la ayuda de los estudios sobre masculinidad. El empoderamiento de las mujeres significa desempoderamiento de los hombres o pérdida de la posición privilegiada en que los ha colocado el patriarcado, de ese poder dominante, de ese poder sumanegativo, de ese poder sobre, de ese poder subordinador. Ese poder que ha controlado los cuerpos, la sexualidad, la capacidad de movimiento, los bienes materiales, la participación en el mundo público. Ese poder que se refleja en el abuso físico, en la violación sin castigo, en el abandono y las decisiones no consensuales que afectan a la familia.

Sin embargo, visto de otra manera el empoderamiento de las mujeres significa un empoderamiento de los hombres, un empoderamiento que vaya por el lado del poder suma-positivo, por el lado del poder solidario, un empoderamiento que les quite el duro fardo que la sociedad les ha dado de únicos ganapanes y proveedores, como los únicos que tienen la obligación de sostener la familia.

Pero es más y más profundo en cuanto no es solamente un empoderamiento en lo material. Es un empoderamiento psicológico y emocional por medio del cual muchos más hombres lograrán avanzar y quitarse esa coraza limitante en que los colocan los estereotipos de género. Coraza que los ha puesto y los ha convertido en hombres duros, violentos, de la guerra, agresivos. Que dejen de ser los hombres Marlboro, que sean capaces de expresar sus sentimientos, de transmitir ternura, de llorar solos y con nosotras; en fin, que sean capaces de entender que ellos también tienen un lado femenino que el psicoanálisis nos ha llamado a reconocer. Que se alisten a reivindicarlo y con las mujeres luchen por el cambio de

las relaciones de género. En suma, el empoderamiento de las mujeres en las relaciones cercanas implica no sólo cambio de los comportamientos y experiencias de ellas, sino de su pareja y de otros.

El empoderamiento como concepto que representa un encuentro de la teoría y práctica del feminismo del primer y tercer mundo lo resumimos, con J. Rowlands, como "un potencial para ser utilizado en la planeación del desarrollo de manera que garantice que las necesidades de las mujeres sean abordadas. Para ello tiene que ser definido con precisión. Sólo así es un concepto útil como herramienta de análisis y planificación".

## **Reflexiones preliminares en torno al empoderamiento\***

*Ana Lorena Camacho de la O<sup>1</sup>*

Los procesos de empoderamiento remiten necesariamente a la ubicación de cuestiones claves para el logro de los objetivos buscados en estos procesos: aportar desde los esfuerzos educativos, sociales, políticos y cotidianos a trastocar el orden patriarcal; así como relevar la importancia que reviste para las mujeres la formación feminista como estrategia de crear conocimientos para la re- socialización y de- construcción de su identidad en el camino hacia su empoderamiento personal y como sujeto social y político.

### **La historia y el contexto cuenta.**

Los procesos de socialización son históricos y socioculturales, buscan – en general- que

(\*) Asumimos junto a Magdalena León, el empoderamiento, como acción que convierte al sujeto en agente activo como resultado de un accionar, que varía de acuerdo a cada situación concreta

<sup>1</sup>Socióloga Feminista.

el individuo (a) se adapte a su medio social y desarrolle su “yo” de acuerdo a lo que una sociedad determinada espera de las personas. Es decir, existe una identidad que diferencia , que identifica quién soy yo, y la otra que vincula el yo , a lo social Así durante los procesos de socialización temprana y en los distintos ciclos de vida de las personas, se va construyendo la identidad personal y la social, ambas se van desarrollando y determinando mutuamente.

Acercarse a la comprensión del papel que juegan los procesos de socialización en la formación identitaria de las personas y de su subjetividad, es clave, a fin de reconocer que las identidades son construcciones socioculturales que se pueden de-construir. Identificar.

esta posibilidad de cambio es sumamente importante, ya que desmitifica la supuesta naturalidad de la existencia de dos sexos-géneros; en donde el masculino domina al femenino, sino que señala que esa realidad es creada por las sociedades y culturas.

Identificar las rupturas necesarias para ir avanzando en la de- construcción de un

orden social que se concibe como dado, como natural, forma parte de un reto de cambio sociocultural de insospechadas consecuencias para las transformaciones de las situaciones que producen y reproducen las desigualdades y discriminaciones de distinto tipo.

Caracterizar el tipo de sociedad en la que se gesta y desarrolla la vidas de las mujeres es de gran trascendencia. El enunciado general acerca del carácter capitalista y patriarcal de nuestra sociedad es insuficiente para identificar la multi- dimensionalidad de las causas y consecuencias de la injusticia socio- económica, de las desigualdades nacionales de clase, etnia, edad, opción sexual, discapacidad, ubicación geográfica; de cultura, de adhesión política e ideológica ;articuladas a la condición genérica.

**No se <sup>2</sup>nace hombre o mujer, se aprende a serlo.**

Los procesos de socialización, además producen y reproducen las desigualdades en

<sup>2</sup> Descubrimiento célebre de Simone de Beauvoir.

razón del género, es decir, lo que determinada sociedad espera, designa y enseña como el deber ser de los hombres y las mujeres según las características sexuales; construye también el tipo de relaciones sociales que deben darse entre los géneros, entre las clases, entre las etnias, las razas y las generaciones. Se inferioriza y oprime a las mujeres en todos los ámbitos en que se desarrolla su existencia. Un sistema de género androcéntrico socializa para que las mujeres asuman su subordinación como natural, y a los hombres para que asuman un papel dominador en lo privado y en lo público.

El sistema de género imperante en nuestra sociedad, es un sistema de carácter binario , que construye la diferencia sexual con base en el cuerpo. Marcela Lagarde, lo expresa claramente en la siguiente afirmación:

*“Ser mujer es en primer lugar, no hacer las actividades de los hombres, no obtener las funciones de los hombres en la sociedad, no tener sus relaciones, ni sus formas de comportamiento, ni su subjetividad. Al revés, ser hombres, es no hacer las cosas de las mujeres, no tener las funciones, subjetividad, etc. Ya la vez, ser mujer u hombre es hacer obligatoriamente las actividades correspondientes a nuestro género.” (Lagarde, pág 6: sf.)*

La piedra angular sobre la que se construye la división en géneros en la sociedad es la sexualidad. Es este campo dónde la identidad, la vivencia de su cuerpo y subjetividad de las mujeres es signada por su ser construido para los otros, hecho que la proyecta como negatividad, como “lo otro”. Negación de su ser que la expropia de su cuerpo y sexualidad; sexualidad impuesta como reproducción no como placer y realización. Aquí reside uno de los nudos centrales a romper y a desagregar críticamente en cuanto a la construcción de la identidad femenina sobre la base exclusiva de su ser para la procreación y la maternidad.

El hecho de tener la capacidad de dar vida por parte de las mujeres, se convierte en un hecho “natural” asignado a las mujeres que las relega al aspecto doméstico y privado. Una cualidad que debiera ser valorada como un bien y responsabilidad social es otorgado como responsabilidad exclusiva para las mujeres.

Los procesos de construcción de la diferencia sexual se llevan a cabo por múltiples vías : formales e informales, institucionales de todo tipo : educativas, familiares, jurídicas,

culturales, políticas, sociales, económicas; por medio del establecimiento de normas y leyes, por determinados tipos de prácticas socialmente aceptables, por vías gubernamentales y societales.

Frente a las visiones dominantes respecto a la feminidad, que la entienden como opuesta a la masculinidad y la conciben como natural e histórica, el feminismo ha logrado desnudar la trampa androcéntrica de considerar que la humanidad es igual al hombre al descifrar la construcción social y diferenciada de los géneros.

Siguiendo el análisis feminista señalo algunos de los aspectos centrales asignados e impuestos a la identidad femenina que ubican a las mujeres como seres subordinados: el ser para otros como determinación que marca su existencia y conciencia; el ejercicio de la maternidad obligatoria; la negación del placer y el erotismo, la sexualidad-reproducción; su ubicación privilegiada en la esfera privada.

De gran trascendencia han sido los caminos teóricos y prácticos descubiertos por el feminismo y las feministas en la necesidad de

explicar la subordinación de género y de re-significar la vida de las mujeres al proponer la construcción, desde ahora, de un orden de género posible desde la emancipación de las ataduras prefiguradas genéricamente. Construcción de nuevas teorías que dan cuenta de las causas que han originado la condición y posición subordinada de las mujeres, búsqueda de explicaciones a sus dolores y a sus aspiraciones.

### **La fuerza transformadora de los procesos feministas de empoderamiento.**

Considero vital esbozar la importancia que revisten para las mujeres los procesos de participación y educación social particularmente las de género como formas de re-socialización, construcción y reconstrucción de su identidad en el camino hacia su empoderamiento personal y como sujeto social y político.

La deconstrucción y desestructuración del sistema patriarcal y su orden de organización genérica opresiva, discriminatoria y excluyente, debe ser el punto nodal a fracturar para propiciar el redescubrimiento de

la identidad y subjetividad de las mujeres desde su ser único, autónomo y libertario en conjunción con las otras, construyendo un “nosotras” para contribuir a cambiar la vida y la sociedad. No cabe duda, que aún hoy día con otras modalidades y contenidos se continúan desarrollando procesos y momentos de concientización y empoderamiento como una estrategia válida de re-socialización con fines emancipatorios para las mujeres. Dimensiones que han contribuido enormemente a que las mujeres adquieran una mayor seguridad, autonomía y salud mental que profundice un reencuentro consigo misma en el ejercicio de sus derechos. Refiriéndose al empoderamiento como una estrategia integral, Young afirma que :

*“ El empoderamiento fue originalmente una demanda articulada por los grupos de activistas feministas. En un sentido obvio, el empoderamiento es para que la gente tome control sobre sus propias vidas: lograr la habilidad para hacer cosas, sentar sus propias agendas, cambiar eventos, de una forma que previamente no existía. Pero para las feministas el empoderamiento es más que esto: comprende la alteración radical de los procesos y estructuras que reproducen la posición subordinada de las mujeres como género. **En otras palabras, las estrategias para el empoderamiento no pueden ser***

*sacadas de su contexto histórico, que creó la carencia de poder en primer lugar, como tampoco pueden ser vistas aisladamente de los procesos presentes. Las teóricas y activistas feministas, aunque aceptan y, más aún, hacen énfasis en la diversidad, sin embargo sostienen que las mujeres comparten una experiencia común de opresión y subordinación, cualesquiera que sean las diferencias en las formas que éstas asumen” (Young, pág.104 y 105 ,1997)*

Se parte de la afirmación y convicción de que el empoderamiento de las mujeres se debe propiciar a nivel personal y a nivel social, ambas transformaciones son centrales para arribar a los cambios buscados hacia relaciones genéricas de distinta índole que propicien la igualdad, la equidad, la solidaridad y la equipotencia en el ejercicio de los poderes reales y simbólicos de todas y todos los sujetos sociales; sin distingo ni discriminación por ninguna razón.

Se asume y se enriquece la propuesta de Stromquist (1998) cuando plantea que el empoderamiento abarcaría al menos cuatro facetas:

- **el componente cognitivo** : referido a la comprensión por parte de las mujeres de las causas de su condición de género.
- **el componente psicológico** : afirmación

de su ser desde las posibilidades de cambio personal y desaprender la “ desesperanza aprendida”;

- **el componente económico**: la experiencia ha demostrado que en cuanto más independencia económica exista, esto contribuye a mayor independencia general;
- **el componente político**: que lleva al desarrollo de habilidades para el cambio a nivel personal y social. Y desde nuestro punto de vista a desarrollar poder personal y social como género para enfrentar las transformaciones necesarias a fin de erradicar la opresión de género.

Es importante señalar que estos procesos no son lineales ni tienen resultados en el corto plazo, asimismo no se puede pretender lograr “el empoderamiento” sin contemplar los obstáculos que se presentan a las mujeres en un sistema capitalista neoliberal y patriarcal. Es decir, los poderes a enfrentar son de grandes magnitudes y de diversa índole, pero también es cierto que su trastocamiento es posible como lo han venido haciendo las mujeres en la historia, hasta irse transformando en uno de los movimientos más potentes y transgresores a nivel planetario.

Siguiendo la anterior línea de análisis podríamos atrevernos a destacar, en rasgos muy generales, algunos de los aspectos que consideramos claves como parte de estos procesos de empoderamiento :

- Empoderarnos, significa asumir el poder, un poder constructivo para cambiar nuestra situación de género subordinado según diversos contextos, y en todos los aspectos que conforman el cuerpo social e individual.
- El empoderamiento nos remite a procesos no a hechos aislados, que estos procesos contienen múltiples aristas interrelacionadas como la educación formal y no formal, participación y los cambios personales.
- Existen diversos procesos de empoderamiento social, no obstante, para que las mujeres logren control sobre sus vidas es necesario el desarrollo de procesos de empoderamiento emancipatorios para las mujeres desde su condición genérica, sobre la base del trastocamiento del sistema patriarcal.
- El papel de estos procesos en la revalorización personal y de las vidas de las mujeres, han generado sentimientos, aptitudes y creencias diferentes que integran una autoimagen positiva y de mayor estima, de afirmación de su ser mujer desde una perspectiva afirmativa y de apropiación y ejercicio de derechos.
- Trastocamiento de elementos centrales de la identidad asignada respecto al disfrute de la sexualidad separándola claramente de la reproducción.
- El cambio personal, el trabajo conjunto, la participación social y de género ha potenciado el liderazgo femenino.
- Reconstrucción de un nuevo mundo donde las mujeres se han ido encontrando a sí mismas, y realizan acciones para los otros y otras pero también para sí mismas.

## **Reflexiones finales.**

Se asume en esta perspectiva de análisis que la actual organización social que contiene la división genérica de la sociedad, en dónde el género masculino ejerce poder y dominio sobre el género femenino es una construcción social y cultural, perpetuada por medio de procesos de socialización, entonces, se torna imprescindible comprender la necesidad del cambio social y cultural como tarea histórica y política.

El develar que somos seres generizados en la sumisión, la subordinación y el despoder y, a la vez , comprender que somos también seres con posibilidades de cambio, de hacer, de transformar nuestra sujeción milenaria , y dotar de nuevos significados nuestra existencia y nuestras acciones; constituye

un punto de partida para enfrentar el poder patriarcal, sus discursos, sus instituciones y su introyección en la individualidad y las relaciones sociales.

La conjunción de cambios subjetivos, personales, familiares, de estructuras sociales, políticas y económicas, así como del imaginario simbólico y cultural, son parte de los desafíos que tenemos que enfrentar las mujeres para deconstruir el poder patriarcal y construir nuestros poderes. Con los procesos de empoderamiento se aspira a construir nuevas formas de ser, estar y ejercer poder; se aporta al surgimiento de identidades sustentadas en la realización como personas sin discriminaciones ni exclusiones de ningún tipo, particularmente las de género.

## **Hacia una sociedad con igualdad para las trabajadoras del hogar**

El principio de igualdad es el fundamento de los derechos humanos que son indispensables para mejorar la condición de las poblaciones más vulnerables: las mujeres, los grupos indígenas, los niños y niñas, los adultos (as) mayores, discapacitados, etc. El Estado está obligado a respetar y tener a la mano todos los ordenamientos jurídicos internacionales para garantizar a la población el pleno disfrute de éstos.

A pesar de que el Estado debe de garantizar dichos derechos, los ciudadanos (as) también debemos de ser responsables y conocerlos para prevenir cualquier vejación a nuestros derechos. Es por ello que queremos presentar en este tríptico un breve esbozo sobre los conceptos más significativos para que podamos conocerlos.

Los derechos de las mujeres han sido reconocidos con casi un siglo de retraso respecto a los de los hombres. Su conquista ha implicado cambiar las reglas del matrimonio, otorgando el divorcio como una alternativa que mejora la posición de negociación de las mujeres, equilibrando el poder masculino resguardado en la “potestad marital” y garantizando los derechos de las mujeres al patrimonio familiar, entre otros aspectos que denotan los privilegios masculinos en relación con la sexualidad y el control de los recursos. Pero también las mujeres han trastocado ámbitos de la moral sexual dominante, reclamando sus derechos reproductivos, así como sus demandas de equidad en relación con el trabajo y la igualdad de oportunidades, que suponen cuestionamientos hacia el funcionamiento de las instituciones y dependencias públicas.<sup>1</sup>

## **¿Qué son los derechos humanos?**

Los derechos humanos son atributos que forman parte de la dignidad humana. Existen diferentes dimensiones, por ejemplo; están los derechos de la persona, los derechos económicos y los derechos sociales. El Estado está obligado por tratados internacionales a defender y garantizar el pleno disfrute de éstos.

## **¿Qué son los derechos de las mujeres?**

Durante décadas las mujeres han sido excluidas y discriminadas de los derechos humanos, que aunque deben de aplicarse a todas las personas sin distingo alguno, ellas no han podido disfrutar de ciertas prerrogativas. Es por ello que a través de la lucha feminista se ha tenido que hablar de derechos específicos de las mujeres para poder visibilizar las brechas que las excluyen.

## **El concepto de género**

El concepto de género se utiliza para hacer una distinción entre las características de hombres y mujeres construidas social y culturalmente según su diferencia sexual. En este sentido, género se entiende como una construcción que influye en las relaciones sociales y de poder que se dan entre mujeres y hombres.

## **Roles y estereotipos de género**

La asignación del género se da desde que nacemos y se va configurando a través de la familia, la escuela y las instituciones del Estado con las que tenemos contacto a lo largo de nuestra vida. Los roles son el conjunto de comportamientos, funciones, tareas y responsabilidades aprendidas en grupos o comunidades. Un ejemplo claro es el trabajo doméstico y la cultura que lo rige, la cual se caracteriza por reproducir la creencia de que el trabajo en casa es asunto de las mujeres, por esta creencia muchas mujeres no han estudiado, y por otro lado si trabajan fuera de su casa viven una sobrecarga al ser, las únicas responsables del trabajo doméstico gratuito.

En el caso, de las empleadas del hogar, sus condiciones de trabajo son malas, por costumbre e ignorancia no son respetados nuestros derechos laborales que tienen por ley, pues no se le da a su trabajo la seriedad e importancia que en realidad tiene.

Por eso la misión de nuestra organización promover una nueva concepción del trabajo doméstico remunerado y no remunerado, donde logremos una cultura basada en la reciprocidad entre derechos/obligaciones, que valore estas actividades y se compartan responsabilidades entre hombres y mujeres, pero también donde el gobierno y la sociedad se responsabilicen, reconozcan su aporte al país y ofrezcan buenas condiciones para las empleadas del hogar y las personas que realizan estas labores gratuitamente, como es el caso de las amas de casa.

Los estereotipos de género son ideas preconcebidas que definen las características de cada sexo, por ejemplo, formas de comportarse o de ser.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Instituto Nacional de las Mujeres (2008). La sensibilización en género. En: Guía metodológica para la sensibilización en género: una herramienta didáctica para la capacitación en la administración pública (vol. 2). México [versión electrónica]. Consultado de: [www.inmujeres.gob.mx](http://www.inmujeres.gob.mx)

## **Equidad de género**

Cuando se habla sobre la equidad de género, se habla de la equidad en términos de derechos, beneficios, oportunidades, acceso a los recursos y obligaciones entre hombres y mujeres. No se trata de uniformidad, ni de igualar, sino de tener las mismas oportunidades y tratos entre hombres y mujeres.

## **Desigualdad de género e igualdad de género**

La desigualdad: Son las diferencias de oportunidades, resultados, méritos y recompensas en el desarrollo entre mujeres y hombres, un ejemplo de desigualdad específicamente desde la ley, es con el sector de las empleadas del hogar, quienes no cuentan con los derechos necesarios para un trabajo digno y a la vez una vida digna, incluso viven en desventaja en términos de sus derechos laborales con otras mujeres.

Por el contrario la igualdad se refiere a tener las mismas oportunidades respetando las diferencias. A través de la igualdad se trata de corregir y revertir las desigualdades y proporcionar las condiciones adecuadas

para el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres.

“La igualdad entre mujeres y hombres implica la eliminación de toda forma de discriminación en cualquiera de los ámbitos de la vida que se genere por pertenecer a cualquier sexo”

## **La perspectiva de género**

La perspectiva de género es una mirada analítica que indaga y explica cómo las sociedades construyen sus reglas, valores, prácticas, procesos y subjetividad, dándole un sentido diferente a las relaciones que se construyen entre hombres y mujeres. La PEG no alude solamente a “los asuntos de mujeres”, sino que profundiza en los procesos históricos, sociales y culturales que convierten la diferencia sexual en desigualdad de género.

## **Empoderamiento**

Es el proceso por medio del cual las mujeres transitan de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión a un estado de conciencia, autodeterminación y autonomía, el cual se

manifiesta en el ejercicio del poder democrático que emana del goce pleno de sus derechos y libertades. En este caso, el poder se entiende no como dominio de un individuo sobre otro, sino como la capacidad para actuar y tomar decisiones.<sup>2</sup>

**Bibliografía:**

*Amorós, Celia: **Hacia una crítica de la razón patriarcal.** Edit. Anthropos. 2da, edición, 1991, Barcelona, ESPAÑA.*

*Lagarde, Marcela: **Identidad de género.** Mimeo.s.f.e. Cezontle. Nicaragua.*

*León Magdalena (comp.): **Poder y empoderamiento de las Mujeres.** TM Editores. 1era edición 1997, Colombia*

*Young, Kate: **El potencial transformador en las necesidades prácticas: empoderamiento colectivo y el proceso de planificación.** En Poder y Empoderamiento de las Mujeres. TM Editores. 1era edición, 1997, Colombia.*

*Stromquist, Nelly: **La búsqueda del empoderamiento: en qué puede contribuir el campo de la educación.** En Poder y empoderamiento de las Mujeres. TM Editores. 1era edición, 1997, Colombia*

---

<sup>2</sup> León, Magdalena (1997) "El empoderamiento en la teoría y práctica del feminismo". En: León, Magdalena (comp.) Poder y empoderamiento de las mujeres, Bogotá, Tercer Mundo Editores, Fondo de documentación Mujer y Género, pág. 20.