

**U**NIVERSIDAD  
**I**NSURGENTES

*Plantel Xola*

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CON  
INCORPORACIÓN A LA UNAM CLAVE 3315-25

"RECONOCIMIENTO DE HABILIDADES DE  
EMPODERAMIENTO EN MUJERES A TRAVÉS  
DEL PROGRAMA RED DE DEFENSORAS  
POPULARES "

**T E S I S**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

ARROYO HERNÁNDEZ MARÍA ISABEL

ASESORA: LIC. BLANCA PATRICIA MURRIETA SÁNCHEZ

MÉXICO, D.F. 2012



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

*A Dios:*

Por permitirme vivir un día más y lograr llegar a este momento.

*A mis padres:*

Por su apoyo incondicional, amor, cuidados y entrega. Y por brindarme la oportunidad de hacer posible realidad este proyecto.

*A mis abuelos:*

Por su cariño, ayuda y apoyo.

*A cada uno de mis hermanas y hermanos:*

Por sus consejos, cuidados, amor, paciencia, ayuda y comprensión. Por que pese a la distancia, siempre estaremos juntos apoyandonos.

*A mi directora de tesis:*

Patricia Murrieta, por todo su apoyo que me dio a lo largo de este proyecto. Por no permitirme claudicar en ningún momento, animandome siempre con sus palabras.

*A mis sinonales:*

Rebeca Oñate y Claudia Ramírez, por sus valiosas aportaciones, enseñanzas y sus palabras de aliento.

*A Cynthia Navarro:*

Por todo su apoyo, confianza y por permitirme haber sido parte del programa *Red de Defensoras Populares*, el cual me ha dejado gratos recuerdos y un enriquecimiento tanto personal como profesional.

*A las mujeres de la Red de Defensoras Populares:*

A todas y cada una de las mujeres que participaron en el proyecto. Por su apoyo, ayuda y su entusiasmo con el que me recibieron.

*A Christian Trigueros y Yadira Aldana:*

Por brindarme su apoyo y ayuda para la realización de este proyecto. Así como su amistad y sus valiosas aportaciones.

*A quienes hicieron y hacen posible el programa de la Red de Defensoras Populares:*

Por sus enseñanzas, amistad y apoyo que recibí durante mi estancia.

*A cada uno de mis profesores:*

Que han sido participes en mi formación, a los cuales les agradezco su dedicación, paciencia, consejos y sus valiosas aportaciones.

A Berenice Navarrete:

Por su amistad incondicional, consejos, apoyo, ayuda y por esas valiosas lecciones de fortaleza, enseñandome que hasta en los peores momentos se puede salir adelante. Por cada una de esas pláticas y anécdotas juntas. Y por muchísimos años más de amistad.

*A mis amigas y amigos:*

Los cuales han formado y forman parte de mí vida y han estado en aquellos momentos difíciles y de alegría, brindandome siempre su apoyo incondicional.



*El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños*

Eleanor Roosevelt



# ÍNDICE

Resumen.....	5
Introducción.....	6
Capítulo 1. Empoderamiento.....	9
1.1. Definiciones de empoderamiento.....	10
1.2. Antecedentes del empoderamiento.....	12
1.3. El empoderamiento en la mujer.....	14
1.4. Empoderamiento en México.....	17
1.5. Poder y empoderamiento.....	22
1.6. Componentes e indicadores del empoderamiento.....	25
1.7. Pasos en los procesos del empoderamiento.....	29
1.8. Problemas, limitaciones y factores externos del empoderamiento.....	33
Capítulo 2. Habilidades de empoderamiento: su reconocimiento.....	36
2.1. Sexo, género y equidad de género.....	38
2.2. Roles y estereotipos.....	41
2.2.1. Diferencia entre roles sexuales y roles de género.....	43
2.2.2. Influencia del aprendizaje social en los roles de género.....	44
2.2.3. Estereotipos.....	45
2.3. Autoconocimiento y poder propio.....	49
2.3.1. Elementos que contribuyen a la formación del autoconocimiento.....	51
2.4. Violencia.....	54
2.4.1. Violencia hacia la mujer.....	55
2.4.2. Ciclo de violencia.....	56
2.4.3. Tipos de violencia.....	57

2.4.4. Ámbitos de la violencia.....	59
2.4.5. Instituciones que atienden la violencia.....	61
2.5. Resolución positiva de conflictos.....	62
2.5.1. Técnicas alternativas de resolución de conflictos (TARC)...	64
2.6. Sexualidad.....	66
2.6.1. Derechos sexuales y reproductivos.....	68
2.7. Crisis.....	74
2.7.1. Intervención en crisis.....	76
2.7.2. Primeros auxilios psicológicos.....	77
2.7.3. Intervención para comunidades.....	80
 Capítulo 3. Ser mujer y su rol.....	 84
 3.1. Antecedentes históricos sobre los roles.....	 85
3.2. Construcción de roles.....	87
3.3. Roles de la mujer mexicana.....	89
3.4. Factores que contribuyen a la construcción de roles.....	90
3.5. Reestructuración del papel de la mujer.....	94
 II. Método.....	 98
1. Planteamiento del problema de investigación.....	98
2. Justificación.....	98
3. Objetivos.....	99
3.1. Objetivo general.....	99
3.2. Objetivo específico.....	99
4. Hipótesis.....	99
5. Variables.....	101
5.1. Variable independiente.....	101
5.2. Variable dependiente.....	101
6. Definición conceptual.....	101
7. Definición operacional.....	102
8. Muestreo.....	103
8.1. Muestra.....	103
8.2. Criterios de inclusión.....	103



8.3. Criterios de exclusión.....	103
9. Diseño de investigación.....	103
10. Tipo de estudio.....	103
11. Instrumento.....	104
12. Escenario.....	104
13. Material.....	104
14. Procedimiento.....	104
15. Análisis estadístico.....	105
III. Resultados.....	106
IV. Discusión de resultados.....	112
V. Conclusión.....	126
VI. Alcances y limitaciones.....	128
Referencias.....	129

Anexos

# **R**ESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo reconocer y evaluar las habilidades de empoderamiento adquiridas a través del programa *Red de Defensoras Populares*. Los talleres impartidos por el programa tenían temáticas de equidad y género, roles y estereotipos, autoconocimiento, tipos y ámbitos de la violencia, entre otros.

La muestra se seleccionó de manera no probabilística de caso - tipo, la cual quedó conformada por 50 mujeres de edades entre 18 a 67 años. La forma de evaluación, fue a través de la creación de un instrumento, el cual abarcó cada uno de los temas vistos en el programa. Así mismo, este instrumento permitió reconocer si las habilidades de empoderamiento que se adquirieron eran puestas en práctica, después de haber culminado los talleres.

Los resultados obtenidos, indicaron que existe una adquisición de habilidades de empoderamiento, siendo notable aquellas áreas que sería necesario reforzar en talleres posteriores. En cuanto al uso de las habilidades de empoderamiento, se encontró que no están siendo puestas en práctica.

**Palabras clave: Empoderamiento, Mujer.**

# I NTRODUCCIÓN

Los años setenta marcan grandes cambios y el surgimiento de innumerables movimientos sociales organizados por mujeres, en los cuales se estaba en búsqueda del derecho al voto, así como el lograr una incorporación en la vida laboral y política. En este mismo tiempo se acepta el control de la natalidad por parte de la mujer y se logra que ellas puedan acceder a una educación superior (Carrasco, 1998). Dentro de estos movimientos es utilizado el término empoderamiento, quien de acuerdo a Stromsquist (1997), es un proceso que ayudará a cambiar la distribución del poder tanto en las relaciones interpersonales como en las instituciones de la sociedad, generando cambios colectivos, lo cual desarrollaría en las personas una concientización sobre su situación, motivándolas a tomar acciones para mejorar ésto, así como la búsqueda de su autonomía y dominio en temas de interés propio.

El empoderamiento se ha convertido en una herramienta importante para los estudios de género, ya que permite recolectar las diferentes preocupaciones en cuanto al impacto del desarrollo sobre las mujeres (León, 2001).

De acuerdo a Baltliwala (1997), las metas del empoderamiento, son el poder lograr una transformación en las estructuras e instituciones que refuerzan y perpetúan la discriminación de género y la desigualdad social, así como el capacitar a las mujeres para que logren un acceso y control de la información, así como de los recursos materiales. Tal vez, una de las herramientas que permitirá lograr el proceso de empoderamiento, es la propuesta por Shuler (1997), la *legal literacy*, esta herramienta promueve el desarrollo de la conciencia crítica de las mujeres como parte del conjunto de capacidades y habilidades orientadas hacia la acción,

las cuales son necesarias para poder tomar medidas que permitan una transformación.

Esto ha generado que diversos programas dedicados a la protección y capacitación de la mujer, opten por una educación no formal, en dónde por medio de abrir espacios de información, las mujeres tengan conocimiento sobre sus derechos, leyes e instituciones que las apoyan en caso de sufrir un evento hostil o se encuentren en una situación de vulnerabilidad.

En el caso particular de la Delegación Iztapalapa, se abrió un programa llamado *Red de Defensoras Populares*, el cual brinda información a mujeres y hombres, sobre diversos temas de género, violencia, leyes e instituciones a las cuales pudieran acudir en caso de necesitarlo, basándose en la educación no formal. El objetivo de este programa es la erradicación de la violencia de género, así como lograr un empoderamiento con la intención de que reconozcan y se apoderen de sus recursos con los que cuentan. Por lo que realizar una evaluación a este programa, radica su importancia en poder reconocer las habilidades de empoderamiento que han sido adquiridas, así como de reconocer si éstas están siendo puestas en práctica en la vida cotidiana. El tener conocimiento sobre los datos que arroje este tipo de evaluaciones, permitirá reconocer los elementos que pueden reforzarse para crear un programa de las mismas características.



*No deseo que las mujeres tengan poder sobre los hombres, sino  
sobre ellas mismas*

Mary Wollstonecraft



# CAPÍTULO 1

## **E**MPODERAMIENTO

Con la finalidad de entender mejor el empoderamiento, en el presente capítulo se mencionan algunas definiciones sobre este constructo. Se muestran sus antecedentes y su utilización en los movimientos feministas. Así como, una descripción sobre el empoderamiento en la mujer, conociendo así, algunos de los objetivos que se buscan dentro de este proceso.

Se describen algunas investigaciones realizadas en México, relacionadas directamente con la mujer y el empoderamiento. Se muestra la relación que tiene con la palabra *poder*, y los distintos tipos que existen de acuerdo a la autora Rowlands (1997).

Para conocer como se manifiesta el empoderamiento y los cambios que existen en la mujer; se encuentra una descripción sobre: los indicadores y componentes, así como los pasos que sigue este proceso. Finalmente se muestran algunas dificultades a las que se enfrentan las mujeres, para lograr un empoderamiento.

### 1.1. Definiciones de empoderamiento

De acuerdo al Artículo 3, fracción V de la Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal (2008):

El empoderamiento es el proceso que permite el libre tránsito de las mujeres de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión hacia un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, que se manifiesta en el ejercicio pleno de sus derechos y garantías. Además es un proceso por el cual las personas oprimidas desarrollan por sí mismas poder para desafiar sus relaciones existentes y cambiarlas, confrontando la ideología patriarcal y buscar modificar las relaciones, estructuras e instituciones que la reproducen para generar posiciones y condiciones igualitarias con los hombres (Alpízar y Bernal, 2003).

Desde la psicología comunitaria Rappaport (1981; en Sánchez, 1996), propone el concepto de *empowerment* (dotación de poder) el cual es aplicable tanto a individuos como a organizaciones o comunidades. De tal manera que el empoderamiento se refiere a un mecanismo por medio del cual las personas, las organizaciones y las comunidades ganan dominio sobre sus propios asuntos. He intenta incluir un sentido psicológico de control personal, como los aspectos relativos a la influencia social, el poder político y los derechos legales (Rappaport, 1987; en Riger, 1997).

Sánchez (1996), retoma el término *empowerment* y dice que es un proceso o mecanismo a través del cual las personas, adquieren control o dominio sobre los temas de interés que le son propios. Haciendo referencia a permitir o capacitar a autorizar o dar poder sobre algo, asumiendo que hay una condición de dominio o autoridad sobre ese algo.

Young (1997), ve al empoderamiento como una herramienta para que la gente tome control sobre sus propias vidas, desarrollando la habilidad para realizar cosas, sentar sus propias agendas, cambiar eventos, de una forma que previamente no existían.

Shuler (1997), define al empoderamiento, como un proceso dirigido a la transformación de las relaciones sociales y que requiere el desarrollo de capacidades psicológicas, cognitivas, sociales y políticas para poder emprender acciones eficaces con miras a lograr una transformación.

Cornell Empowerment Group (1989; en Silva y Martínez, 2004), define el empoderamiento como un proceso intencional, continuo, centrado en la comunidad local, que implica respeto mutuo, reflexión crítica, cuidado y participación grupal, a través del cual personas carentes de un compartir equitativo de recursos valorados ganan mayor acceso a, y control sobre esos recursos.

Stromsquist (1997), menciona que el empoderamiento es un proceso para cambiar la distribución del poder, tanto en las relaciones interpersonales como en las instituciones de la sociedad, generando cambios colectivos. Implica que las personas oprimidas que enfrentan un problema en común deben desarrollar, por sí mismas, un poder para generar el cambio; el poder no les será entregado por el solo hecho de pedirlo.

Un estudio sobre el desarrollo de los líderes comunitarios, realizado por Kieffer (1984; en Riger, 1997), describe al empoderamiento como una transformación, la cual va desde la sensación de sí como una víctima desvalida, hasta la aceptación de sí como ciudadano asertivo y eficaz; mientras que Ozer y Bandura (1990; en Riger, 1997), consideran el empoderamiento como una manifestación de la convicción de la gente en su propia eficacia.



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 (León, 2001).

## **1.2. Antecedentes del empoderamiento**

El concepto de empoderamiento surgió con los movimientos de los derechos civiles en los Estados Unidos en los años sesenta, después del sustancial trabajo de desobediencia civil y los esfuerzos de los votantes registrados para asegurar los derechos democráticos de los afroamericanos (Stromquist, 1997). El uso del término empoderamiento, comenzó a ser aplicada en los movimientos de las mujeres a mediados de los años setenta, estos movimientos interpelaban los modelos de desarrollo que habían primado en la sociedad y que de una manera u otra habían invisibilizado a las mujeres, además este término responde a la necesidad de generar cambios dentro de las relaciones de poder entre géneros (León, 1997; 2001).

Arnfred (2000; en Ávila, 2007), señala que el impulso de la segunda ola feminista en la década de los setentas, origina movimientos realizados por la preocupación de un desarrollo saludable en la mujer, los trabajos de estos movimientos y su desarrollo son expuestos en conferencias alrededor del mundo; en 1975, México se convierte en la primera sede, siendo el tema; *la salud de la mujer*.

Para los noventa, la frecuencia de las conferencias se intensifica comenzando en 1992 en Río de Janeiro, 1993 en Viena, lugar donde se asienta el precedente del reconocimiento histórico de la violencia contra las mujeres como una violación a sus derechos y reconocimiento al empoderamiento como un elemento indispensable en el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres. En 1994 en el Cairo, confluyen una serie de elementos nuevos, siendo los más relevantes; el movimiento internacional por la salud de las mujeres, la accesibilidad de las mujeres por una vida libre de violencia, y el control de su fecundidad y su salud sexual; estos elementos dan pauta para generar la idea de *empoderamiento en las mujeres* (Ávila, 2007).

Los aportes realizados por Gramsci y Foucault han sido importantes para el desarrollo del empoderamiento. Gramsci recalca la importancia de la participación de las instituciones y la sociedad para la búsqueda de un sistema igualitario. Un aporte igualmente valioso es la obra de Freire, *La pedagogía de los oprimidos*. Sin embargo, estos tres autores nunca hicieron uso del concepto empoderamiento y no contemplaron explícitamente las relaciones de género (León, 1997).

En Latinoamérica desde 1980, se propone el término de fortalecimiento. Autores como Escovar (1980; en Cedeño, 2006), plantean un modelo psicológico social del desarrollo, a partir de la necesidad de superar los efectos de procesos psicológicos como la desesperanza aprendida, el locus de control externo, el bloqueo de la autoeficacia, así como desarrollar un Yo eficaz, sin embargo nunca fue un elemento central ni desarrollo una teoría.

El concepto de empoderamiento ha sido utilizado principalmente en los proyectos de desarrollo con mujeres, el cual ha supuesto incorporar cambios culturales, económicos y políticos que aporten a la solución de desigualdad de género y las dinámicas de poder. Esto no significa que el empoderamiento sea un proceso exclusivo de las mujeres, cualquier grupo marginado u oprimido puede y requiere empoderarse (Maceira; tomado de Alpízar, 2003).

### **1.3. El empoderamiento en la mujer**

Batliwala (1994; en Casique, 2010), menciona que el empoderamiento femenino, es un proceso y el resultado de ese proceso, del cual las mujeres ganan un mayor control sobre los recursos intelectuales y materiales, desafían la ideología del patriarcado y la discriminación por género. A lo que Deere y León (2002; en Casique, 2010), indican que el empoderamiento no es un proceso lineal, con un principio y un fin claramente definido y común para todos los individuos, en este caso las mujeres, sino que es un proceso que se experimenta de manera diferenciada y de manera única por cada individuo, se define y se desarrolla en función de la historia personal y del contexto de cada quien.

El empoderamiento femenino en sí mismo constituye una valiosa meta en tanto que dota a las mujeres de conocimiento y capacidades a las que tradicionalmente, y en base simplemente a razones de género, tenían un acceso limitado o nulo (Casique, 2003).

Shuler y Hashemi (1991; en Shuler, 1997), definen al empoderamiento como un proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad de configurar sus propias vidas y su entorno; una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas, en su estatus y en su eficacia en las interacciones sociales.

Las metas del empoderamiento de las mujeres son desafiar la ideología patriarcal (*dominación masculina y subordinación de la mujer*), transformar las estructuras e instituciones que refuerzan y perpetúan la discriminación de género y la desigualdad social y capacitar a las mujeres para que logren acceso y control de la información y de los recursos materiales (Batliwala, 1997).

Young (1997), menciona que las mujeres construyen poder a través de la toma de decisiones en lo colectivo. Identificando cuatro parámetros dentro del empoderamiento:

1. La construcción de una autoimagen y autoconfianza positiva.
2. El desarrollo de la habilidad para pensar críticamente.
3. La construcción de cohesión de grupo.
4. La promoción de la toma de decisiones y la acción.

Stromquist (1997), considera que el empoderamiento es un proceso que debería centrarse en las mujeres adultas y en la educación no formal; puesto que como personas han tenido diversas experiencias de subordinación y esto les permite conocer muy bien este problema, a pesar de no poderlo reconocer como tal, por lo cual existiría una transformación en estas mujeres que permitiera romper la reproducción intergeneracional de la autoridad patriarcal.

Una herramienta para lograr el empoderamiento en las mujeres tanto en el sentido personal como en lo colectivo es la propuesta por Shuler (1997), la cual es la *legal literacy*, esta promueve el desarrollo de la conciencia crítica de las mujeres como parte del conjunto de capacidades y habilidades analíticas orientadas hacia la acción y que son necesarias para poder tomar medidas que logren una transformación.

Stromquist (1997), identifica a la educación y a la alfabetización, como herramientas indispensables e importantes en la formación de ciudadanos asertivos e independientes. Siendo el conocimiento y el poder los que permitan cambios sociales e individuales de gran relevancia.

A través del empoderamiento las mujeres obtienen acceso a un nuevo mundo de conocimientos que les permiten ampliar sus opciones, tanto en sus vidas personales como públicas. Sin embargo, los cambios radicales no son sostenibles si están limitados a unas pocas mujeres, porque las estructuras de poder tradicionales tratarán de aislarlas y excluirlas del grupo social. La sociedad se verá forzada a cambiar únicamente cuando un gran número de mujeres se movilicen y presionen para lograr el cambio (Batliwala, 1997).

Las mujeres que están empoderadas deberán ser capaces de parar lo indeseable, y crear nuevas alternativas que les permitan salir de aquellas situaciones hostiles. A través de un empoderamiento auténtico, las mujeres adquirirán una mejor comprensión de su mundo, una mayor claridad en sus habilidades para cambiarlo y recursos para desarrollar influencia. A corto plazo no cambiarán el mundo - *las jerarquías y los centros de poder permanecerán por un tiempo* - pero, gradualmente, estas mujeres empoderadas pueden redefinir el poder tradicional (Stromquist, 1997).

Dos factores importantes dentro del empoderamiento de las mujeres es que adquieran una nueva conciencia y la adquisición de nuevas habilidades que les permitan transformar la visión que tienen sobre el mundo y sobre sí mismas, desarrollando nuevos acuerdos y formas de interrelación. Esto puede contribuir que comiencen a tomar decisiones que contribuyan a cambiar las normas, tanto en la experiencia cotidiana como en el derecho, creando nuevas formas de ver el mundo y de relacionarse con él (Shuler, 1997). Freire es una fuente importante a este respecto ya que consideraba a la

educación como *la práctica de la libertad*, la cual les permite a las personas lograr un estado de concientización sobre las condiciones en las que vive. Por lo tanto, si las mujeres logran reconocer cuales son las situaciones opresoras que impiden ejercer sus derechos libremente, podrán realizar cambios significativos en sus vidas.

Batliwala (1997) y León (2001), coinciden que el empoderamiento no solo beneficia a la mujer, sino significaría un empoderamiento en los hombres y en sus relaciones cercanas. A los hombres los beneficiaría en términos materiales como psicológicos, es decir, se pueden ver liberados de los roles de opresión y de explotación, así como de quitarse esa *coraza limitante* en que los colocan los estereotipos de género que limitan el potencial de autoexpresión y el desarrollo personal. En la investigación realizada por Ávila (2007), encontró que las mujeres a las que evaluó presentan cambios en su relación de pareja a partir de su proceso de empoderamiento, a si mismo menciona que los cambios que ocurren *no es que sean aparentes sino más bien el proceso de transición es lento*.

#### **1.4. Empoderamiento en México**

Autores como Cedeño (2006) y Ávila (2007), mencionan que en México la investigación sobre el empoderamiento es escasa. León (1997), refiere que uno de los problemas al que se enfrentan los investigadores, es que existe una carencia de información y documentos en español y en ocasiones se presentan dificultades de acceder a la literatura en otros idiomas.

Cedeño en el 2006, realiza una investigación la cual tenía por objetivo evaluar la relación que existe *entre el empoderamiento y la conducta reproductiva y anticonceptiva*, en mujeres habitantes del Distrito Federal, además de establecer si existían diferencias, entre mujeres con y sin trabajo remunerado en ese

mismo rubro. La muestra estuvo constituida por 93 mujeres, de entre 25 y 35 años, de ellas, 51 trabajan y 42 no cuentan con un trabajo remunerado. El instrumento de medición utilizado, estaba compuesto de tres secciones: 1) Datos socioeconómicos 2) Empoderamiento (que contenía los indicadores de Autoestima, Autoeficacia anticonceptiva, Toma de decisiones, Autonomía física, Estereotipos de género, Actitudes hacia el rol de género, Nivel de información sobre salud reproductiva, Estilos de afrontamiento, Participación del hombre en los quehaceres domésticos, Faceta económica y Faceta política del empoderamiento) y 3) Comportamiento reproductivo - anticonceptivo. Los resultados indicaron que existe relación entre los diferentes indicadores de empoderamiento y el comportamiento reproductivo - anticonceptivo, sin embargo la relación entre algunos indicadores de empoderamiento (como libertad de movimiento, la actitud hacia los roles tradicionales, la actitud hacia la equidad, la autoestima, la participación del hombre en los quehaceres domésticos y la faceta económica) solo presentan relación con el comportamiento reproductivo - anticonceptivo en las mujeres que tienen un trabajo remunerado. Respecto a si existe diferencias en el empoderamiento en las mujeres que cuentan o no con un trabajo remunerado, se encontraron diferencias en la toma de decisiones familiares, en la participación del hombre en las tareas del hogar, en el conocimiento sobre ITS (Infecciones de Transmisión Sexual) y los lugares en donde se provea de información sobre métodos anticonceptivos, siendo en todos los casos las medias mayores para las que trabajan. Estos resultados para la autora reflejan que la dependencia económica que tienen las mujeres hacia sus esposos, y su restricción al ámbito del hogar, restringen en forma considerable los tipos de decisiones en que las mujeres pueden tener injerencia, limitando su poder de decisión al ámbito del hogar y los hijos. El trabajo de las mujeres, les da un mayor poder de decisión, brindando así herramientas para negociar posiciones de igualdad, facilitando que el hombre intervenga en

áreas en donde anteriormente no lo hacía, compartiendo responsabilidades con las mujeres.

Idrovo y Cacique (2006), realizan una investigación en México para *evaluar el efecto del empoderamiento de las mujeres sobre la esperanza de vida al nacer en los estados federativos de México* y comparar los resultados de medir el empoderamiento de las mujeres con diferentes indicadores compuestos que privilegian en mayor o menor medida un enfoque individual o poblacional y si éstos son una buena herramienta. Para esta investigación se realizó un estudio ecológico analítico de grupos múltiples con datos de los 32 estados federativos mexicanos. La EVN (Esperanza de Vida al Nacer) por sexo para cada uno de los estados para 2003 se obtuvo de los registros del Consejo Nacional de Población (CONAPO), que se encuentran recopilados por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI). Para medir el empoderamiento en la mujer (EM) se ocupó: la Medida de Empoderamiento de Género (MEG) propuesta en 1995 por el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) para medir el empoderamiento relativo de las mujeres y los hombres en las esferas de las actividades política y económica. La MEG se compone de tres variables que intenta reflejar las diversas dimensiones del empoderamiento en la mujer y se apoya en un enfoque poblacional de la participación femenina en: a) la política, medida por la proporción de escaños parlamentarios ocupados por mujeres; b) las oportunidades profesionales, medidas por la proporción de puestos administrativos, ejecutivos, profesionales y técnicos ocupados por mujeres; y c) la posición económica, medida a través de los salarios pagados a las mujeres mediante el PIB (Producto Interno Bruto) per cápita sin ajuste. La otra herramienta utilizada en la investigación fue realizar mediciones unidimensionales con enfoque individual, en la cual se utilizaron dos índices compuestos: por el poder de decisión de la mujer en el hogar (IPDH) y el de la autonomía de la mujer (IAM). Ambos caracterizan dimensiones específicas del EM y se calcularon con



los datos de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2003 (ENDIREH). Los resultados obtenidos mostraron efectos positivos del empoderamiento en la mujer (EM) sobre la esperanza de vida al nacer (EVN), pero también se hallaron efectos negativos. La evaluación empírica de datos recientes de los 32 estados federativos mexicanos indica que la MEG mostró una asociación inversa con la esperanza de vida al nacer (EVN) en las mujeres, mientras que el índice de autonomía de la mujer (IAM) tuvo una asociación directa con la EVN total y por sexo. En cuanto a las herramientas utilizadas se identificó que el uso de la MEG (Medida de Empoderamiento de Género) como aproximación al EM (Empoderamiento en la Mujer) - *pese a ser uno de los indicadores más difundidos y reconocidos en el mundo* - no puso de manifiesto efectos positivos del EM sobre la EVN en México. Esto indicó que la MEG calculada para los estados federativos mexicanos no es un indicador adecuado del EM y que su uso debe limitarse a análisis con niveles mayores de agregación. Por lo cual los autores sugieren revisar los elementos que integran la MEG y su pertinencia en diversos contextos. Por su parte el IAM (Índice de Autonomía de la Mujer) mostró una mayor asociación con la EVN y su efecto fue de mayor magnitud entre los hombres. Este indicador les permitió medir el EM en México, recomendando su empleo, mientras no se tenga otro que permita captar más eficazmente todos los elementos que inciden en el EM.

La investigación realizada por Ávila en el 2007, a la que llamó *mujeres que empoderan mujeres: identidad de género y estrategias*, tenía por objetivo explorar como conceptualizan y operacionalizan el empoderamiento las mujeres que empoderan, como lo transmiten a otras mujeres y cómo se encuentra su identidad de género en términos de este proceso, todo esto a partir de la exploración de sus roles, rasgos, estereotipos y actitudes. Las mujeres con las que se realizó el estudio, fueron 20 facilitadoras del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal (Inmujeres DF). Para realizar la evaluación se llevó a cabo una entrevista semiestructurada

integrada por cuatro rubros: 1) conceptualización del empoderamiento, 2) vivencia del empoderamiento, 3) identidad de género y 4) estrategias para transmitir información, este último rubro, le sirvió al autor como base para la segunda parte de la investigación que fue observar a las facilitadoras mientras impartían talleres a usuarias del Instituto con el propósito de empoderarlas. Los resultados obtenidos para el primer rubro de la evaluación: indican que las facilitadoras tienen una visión clara sobre el concepto empoderamiento, lo viven a través de una identidad de género que en su mayoría tienden a la equidad y la superación de todo aquello que las frena. Mientras que para el segundo rubro: las mujeres que están empoderando a otras tienen claras las ventajas y desventajas que el proceso ha tenido en sus vidas, y en gran medida, las desventajas no obedecen a los alcances individuales o colectivos, sino a la manera en la que el crecimiento y emancipación de la mujer es interpretado por la sociedad, además de que han existido cambios en su relaciones de pareja a partir de su proceso de empoderamiento, creándose un espacio para la negociación, el dialogo y respeto. El tercer rubro: la mayoría de las facilitadoras parece tener un avance sustancial en su proceso de empoderamiento, principalmente porque, los roles que desempeñan están en función de sus deseos y no se diferencian en actividades que se relacionan específicamente para hombres (*instrumental*) o para mujeres (*expresivo*), además que las facilitadoras comparten una actitud positiva a la posibilidad de que los roles estereotipados puedan cambiar en las usuarias y para lo cual están trabajando ellas. Las características en los roles, rasgos y actitudes de las mujeres que empoderan no son convencionales, por el contrario reconocen que los estereotipos de género desempoderan a las mujeres y aunque el transgredirlos implica costos, las lleva a tener congruencia entre lo que piensan y hacen. En el último rubro: las estrategias utilizadas y el tipo de información que usan las mujeres que empoderan, reflejan la promoción de un empoderamiento encaminado a reproducir nuevas formas de relaciones, éstas están basadas en la equidad y en el

reconocimiento de diferencias que no limitan la individualidad y el deseo de cada persona. Como resultados de observar a las facilitadoras mientras impartían los talleres a las usuarias, se encontró que existía congruencia entre lo mencionado en la entrevista con respecto a las estrategias de transmisión de información, facilitando de esa manera que los objetivos propios del Inmujeres, se vean cumplidos.

Casique (2010), realizó una investigación cuyos objetivos eran analizar la relevancia de la disponibilidad de recursos económicos, sociales y educativos en la definición de los niveles de poder de decisión de las mexicanas en el hogar, y explorar la vinculación entre la posesión de estos recursos y el riesgo de violencia de pareja contra la mujer. La autora retoma los datos provenientes de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH, 2003) la cual recoge información sobre violencia en los hogares. Los resultados entorno al primer objetivo, revelan que el contar con recursos económicos y sociales favorece un mayor poder de decisión de las mujeres, mientras que los resultados para el segundo objetivo, revelan datos poco favorables, puesto que evidencian que a veces el contar con recursos pueden desempeñar un papel protector frente a la violencia; pero en otras ocasiones, tanto en su efecto directo como en su interacción con el poder de decisión en la esfera familiar de las mujeres pueden incrementar el riesgo de sufrir algunos tipos de violencia.

#### **1.5. Poder y empoderamiento**

El rasgo más sobresaliente del término *empoderamiento* es que contiene la palabra *poder* la cual es relacionada con el control sobre los bienes materiales (estos pueden ser físicos, humanos o financieros), los recursos intelectuales y la ideología. El poder, por lo tanto, se acumula para quienes controlan o están capacitados para influir en la distribución de los recursos

materiales, el conocimiento y la ideología que gobierna las relaciones sociales, tanto en la vida privada como en la pública (Batliwala, 1997).

León (2001), menciona que al contener la palabra poder, es un llamado de atención sobre las relaciones de poder o del poder como relación social, ya que este tipo de relaciones pueden, entonces, significar dominación, como también desafío y resistencia a las fuentes de poder existentes o servir para obtener control sobre ellas.

Rowlands (1997), en sus estudios de la mujer identifica cuatro tipos de poder:

- 1. Poder sobre:** consiste en la habilidad de una persona o grupo de hacer que otra persona o grupo haga algo en contra de sus deseos. Una de las manifestaciones de este tipo de poder es la violencia y otras clases de fuerzas, también puede involucrar, el quitar recursos o la oferta de dar mayores recursos a cambio de algún tipo de comportamiento, que de otra manera no se darían. Este poder es de tipo suma cero, es decir si una persona tiene más, quiere decir que otra persona tiene menos.
- 2. Poder para:** este poder sirve para incluir cambios por medio de una persona o grupo líder que estimula la actividad en otros e incrementa su ánimo. Permite compartir el poder y favorece el apoyo mutuo. Es un poder creativo o facilitador que abre posibilidades y acciones sin dominación, es decir, sin uso del *poder sobre*, este poder da como resultado el desarrollo de alternativas y potencialidades humanas.

**3. Poder con:** involucra un sentido de que el todo puede ser superior a la sumatoria de los poderes individuales, especialmente cuando un grupo soluciona los problemas conjuntamente.

**4. Poder desde dentro:** *es la fuerza espiritual y la unicidad que reside* en cada una de las personas, incluye el reconocimiento y análisis de los aspectos por medio de los cuales se mantiene y reproduce la subordinación de las mujeres, lo cual se logra con base en la experiencia. Este tipo de poder surge del mismo ser y no es dado o regalado.

El *poder desde dentro* para Zapata (1997), significa poder dilucidar cuando los problemas están fuera de uno (a) mismo (a), dejar de sentirse culpable por éstos, pero aprender de los propios errores y aceptar responsabilidad sobre las propias acciones.

Por su parte, Kabber (1997), considera que es necesario construir las estrategias del empoderamiento de las mujeres, en base al *poder desde dentro* o *poder del interior* ya que ayudaría a mejorar su capacidad de controlar los recursos, determinar programas y tomar decisiones.

Mientras que Maceira (citada en Alpízar, 2003), considera que el empoderamiento tiene que basarse principalmente en el *poder para, con y desde dentro*. Tiene que haber más apertura al acceso para la toma de decisiones, debe incluir procesos que permitan a la persona o grupo tener la capacidad de percibirse a sí mismos como aptos para ocupar los espacios de toma de decisiones y de usar dichos espacios de manera efectiva.

## 1.6. Componentes e indicadores del empoderamiento

Los indicadores del empoderamiento se refieren a medidas operacionales específicas que pueden ser usadas para estudiar los efectos de las intervenciones diseñadas para empoderar a los participantes, investigar los procesos de empoderamiento y sus mecanismos y reforzar la literatura para desarrollar su teoría (Zimmerman, 1995; en Ávila, 2007).

Rappaport (1981; en Sánchez, 1996), distingue **dos componentes** del empoderamiento: él primero lo refiere a la capacidad individual de determinación sobre la propia vida de la persona y el segundo a la posibilidad de participación democrática en la vida de la comunidad a la que pertenecen.

Por su parte Stromsquist (1997), distingue **cuatro componentes** del empoderamiento:

1. **El componente cognitivo:** hace referencia a la comprensión que tienen las mujeres sobre sus condiciones de subordinación, así como a las causas de está en los niveles micro y macro de la sociedad. Involucra las expectativas culturales, además de la comprensión de patrones de comportamiento que crean dependencia, interdependencia y autonomía. Incluye el conocimiento de la sexualidad y de los derechos legales.
2. **El componente psicológico:** incluye el desarrollo de sentimientos que les permiten a las mujeres realizar acciones a nivel personal y social, así como el énfasis en la creencia de que pueden tener éxito en sus esfuerzos por el cambio, con el fin de mejorar su condición, considerando a la autoestima y la autoconfianza como ejes importantes.

3. **El componente económico:** requiere que las mujeres tengan la capacidad de comprometerse con una actividad productiva que les brindará algún grado de autonomía financiera.
4. **El componente político:** supone la habilidad para analizar el medio circundante en términos políticos y sociales; esto también significa la habilidad para organizar y movilizar cambios sociales.

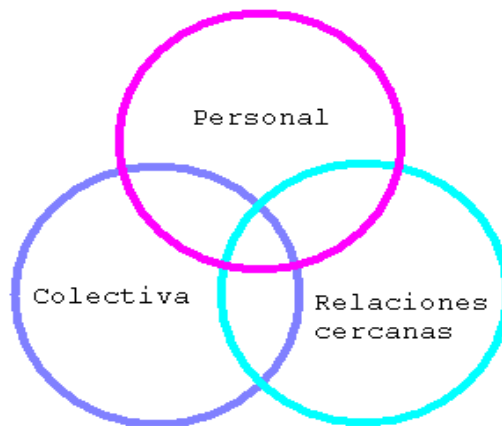
De acuerdo a Stromsquist (1997), es importante que las mujeres desarrollen los cuatro componentes anteriores ya que permitiría alterar su situación: reproductiva, productiva y emancipatoria. Además que es preciso que se reduzcan las cargas reproductivas y domésticas de las mujeres, al mismo tiempo que se aumente su autonomía financiera y que logren darse cuenta de que viven en condiciones de subordinación, para que desarrollen habilidades necesarias para cambiar esta situación.

Achach (2000; en Cedeño, 2006), retomó el modelo de Stromsquist para un estudio en México, quedando el empoderamiento constituido por tres tipos de dimensiones:

- ❖ **Cognitiva:** abarcó conocimientos respecto a formas de tener o evitar hijos, a enfermedades de transmisión sexual y en cuanto al uso de métodos anticonceptivos.
- ❖ **Psicológica:** se subdividió en cinco áreas: Decisión y división del trabajo respecto al cuidado de los hijos, decisión y división del trabajo respecto al cuidado del hogar, relaciones afectivas y sexualidad, relaciones equitativas y autoestima.
- ❖ **Económica:** hace referencia a la posibilidad de contar con un ingreso, al uso del ingreso, y a la decisión respecto a la forma de utilizar el dinero en el hogar.

Por su parte Rowlands (1997), plantea que el empoderamiento puede ser visto desde **tres dimensiones**:

- ❖ **Personal:** donde el empoderamiento consiste en desarrollar el sentido de ser y la confianza y la capacidad individual (que involucra la destrucción de los efectos de la internalización de la opresión).
- ❖ **De las relaciones cercanas:** donde el empoderamiento consiste en desarrollar la habilidad para negociar e influir en la naturaleza de la relación y de las decisiones tomadas al interior de dicha relación.
- ❖ **Colectiva:** donde los individuos trabajan conjuntamente para lograr un mayor impacto del que podrían ejercer individualmente. Además incluye la participación en las estructuras políticas, pero también puede ser la acción colectiva fundamentada en un modelo cooperativo en lugar de un modelo competitivo.



**DIMENSIONES DEL EMPODERAMIENTO**

Centrado alrededor del núcleo de las dimensiones del empoderamiento, se encuentra un conjunto de procesos psicológicos como el desarrollo de la confianza, la autoestima, el sentido de la capacidad individual o grupal para realizar acciones de cambio



y la dignidad que cuando se desarrollan capacitan al individuo o al grupo para actuar e interpretar con su entorno de tal forma que incrementa su acceso al poder y su uso en varias formas (Rowlands, 1997).

Shuler y Hashemi (1991; en Shuler, 1997), realizaron un inventario de manifestaciones del empoderamiento de las mujeres. A partir de las manifestaciones de las participantes surgió un conjunto de seis categorías generales:

1. Sentido de seguridad y visión de un futuro. Este aspecto está relacionado con una planeación hacia el futuro.
2. Capacidad de ganarse la vida. Este aspecto está relacionado con los programas de crédito y un mayor control sobre el ingreso propio.
3. Capacidad de actuar eficazmente en la esfera pública. Este aspecto se manifiesta en la participación en los programas de crédito y de microempresas y en la búsqueda de acceso a servicios.
4. Mayor poder de tomar decisiones en el hogar.
5. Participación en grupos no familiares y uso de grupos de solidaridad como recursos de información y apoyo.
6. Movilidad y visibilidad en la comunidad.

Dentro del estudio realizado estas autoras identifican dos características centrales para el empoderamiento: el requisito de que las mujeres participen en los grupos de solidaridad y las nuevas oportunidades para ganar ingresos monetarios. Estos dos factores son considerados relevantes porque contribuyen a que las mujeres logren tener una concepción más positiva de sí mismas y

una mayor autoestima, fortaleciendo su poder de negociación dentro de la familia.

Schrijvers (1991; en Stromsquist, 1997), propone cuatro criterios para evaluar algún grado de autonomía en las mujeres:

1. El control de las mujeres sobre su propia sexualidad y fertilidad; formas de compartir la maternidad, entre mujeres y hombres.
2. Una división del trabajo que permita tanto a mujeres como a hombres igual acceso y control sobre el significado de la producción.
3. Formas de cooperación y organización de las mujeres que les permitan y ayuden a controlar sus propios asuntos.
4. Concepciones de género positivas que legitimen un sentido de dignidad y autorespeto, así como su derecho a autodeterminarse.

#### **1.7. Pasos en los procesos de empoderamiento**

Los procesos de empoderamiento en la mujer, es un desafío a la ideología patriarcal con miras a transformar las estructuras que refuerzan la discriminación de género y la desigualdad social (León, 2001).

Kieffer (1982; en Montero, 2003), propuso tres estadios o fases en el proceso:

- ❖ Desarrollo creciente del sentido de *ser en relación con el mundo*, es decir, no sentirse como un individuo aislado en un mundo ancho y ajeno.

- ❖ Construcción de una comprensión cada vez más crítica (en el sentido de evaluadora) de las fuerzas sociales y políticas que componen el *mundo de vida*.
  
- ❖ Diseño de estrategias y recursos funcionales para la consecución de roles sociopolíticos personales o colectivos.

Zimmerman y Rappaport (1988), consideran que el sentido del fortalecimiento psicológico se desarrolla con mayor rapidez cuando se toma parte en actividades destinadas a influir sobre la toma de decisiones de políticas, cuando se establece un compromiso con otras personas, cuando se asumen más responsabilidades, cuando se impulsa la solución organizativa de problemas y la participación ciudadana.

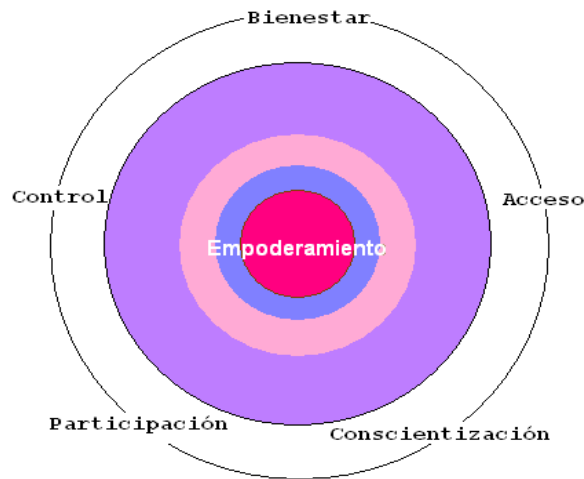
Swift y Levin (1987; en Montero, 2003), consideran que el empoderamiento *en acción* se cumple en cuatro pasos:

1. Un momento inicial en el cual se deben identificar las carencias o déficit específicos que en cuanto a su fortaleza puedan sufrir las personas en ciertos aspectos de sus vidas;
2. Tener *conciencia del fortalecimiento*, es decir, comprender la opresión, la limitación que se sufre;
3. Movilización del poder económico, social y político y
4. Cambios en los niveles de equidad de la sociedad, como consecuencia de la suma de los factores anteriores.

De acuerdo a la UNICEF (1997), en la adquisición de poder se cumplen cinco pasos, a los cuales ha llamado *niveles de igualdad*. Sugiriendo que estos niveles se encuentran en una relación dinámica, de modo que se refuerzan mutuamente a todo nivel. Los niveles superiores de igualdad son automáticamente niveles de mayor desarrollo y empoderamiento, siendo la concientización la clave para el cambio del *status quo* (estado del momento actual):

- ❖ **Nivel 1 Bienestar:** como su nombre lo indica, hace referencia al nivel de bienestar material de la mujer, en comparación con el hombre, en áreas tales como estado de nutrición, suministro de alimentos e ingresos. La manera en que se puede lograr un empoderamiento en este nivel es que se tenga un mayor acceso a los recursos.
  
- ❖ **Nivel 2 Acceso:** la mujer debe crear conciencia de la situación diferencial existente y debe encontrar una motivación, que le haga emprender acción para lograr acceso a su parte justa y equitativa de los diversos recursos disponibles dentro del hogar, y dentro del sistema social, como es la tierra, trabajo, crédito y servicios.
  
- ❖ **Nivel 3 Concientización:** este nivel implica la capacidad de analizar críticamente a la sociedad y reconocer que existen prácticas discriminatorias, las cuales se aceptan como *normales* o parte del *mundo dado*, las cuales no se pueden cambiar. Esto requiere la comprensión de la diferencia entre roles sexuales y roles de género, y de que éstos últimos son socioculturales y se pueden cambiar. La creencia en la igualdad de género como una meta del desarrollo está en la base de la conciencia del género y es el elemento ideológico crucial en el proceso de empoderamiento.
  
- ❖ **Nivel 4 Participación:** las mujeres deben desarrollar una participación más activa en la toma de decisiones que afectan directamente, en su desarrollo personal como social, además de tener una igualdad de participación.

❖ **Nivel 5 Control:** se debe lograr un equilibrio de poder entre mujeres y hombres, de modo que ninguna parte se coloca en una posición de dominación. Además significa que la mujer tiene, junto con el hombre, el poder de influir en su destino y en el de su sociedad.



CICLO DE EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES

El anterior ciclo pretende mostrar que todos los aspectos del empoderamiento deben llevar a un mayor bienestar y mostrar la naturaleza continua y dinámica del proceso de desarrollo (UNICEF, 1997).

De acuerdo a Batliwala (1997), para que exista un proceso de empoderamiento se deben tener en cuenta dos puntos importantes: *primero tienen que reconocer la ideología que legitima la dominación masculina y segundo, entender cómo ésta perpetúa su opresión.* Es importante que exista un reconocimiento de los factores que las han llevado a situaciones de desigualdad de poder o devaluación, ya que la mayoría de las mujeres han internalizado ideas de desempoderamiento desde su niñez.

### **1.8. Problemas, limitaciones y factores externos del empoderamiento**

El empoderamiento de la mujer en un contexto patriarcal introduciría situaciones de inconsistencia entre la nueva relación de poder hombre - mujer en la pareja y las normas sociales prevalentes, lo que podría llevar a situaciones conflictivas y al uso de violencia por parte del hombre como medio de preservar el control (Casique, 2010).

Tomando en cuenta lo anterior, otra limitante para que se logre un empoderamiento, es que las mujeres *han entendido que las reglas del juego están sesgadas en su contra y temen los altos costos de una confrontación*, por lo cual han aprendido a manifestar incapacidad como una forma de evitar las terribles implicaciones de su falta de poder. Dentro de las tentativas de empoderamiento es necesario tener en cuenta los *canjes* que las mujeres hacen para poder manejar los diferentes aspectos de las relaciones opresivas en sus vidas (Kabeer, 1997).

El hecho de que las mujeres tomen el control sobre ellas, sus cuerpos, su sexualidad y movilidad y los hombres entiendan que se verán beneficiados, no es nada fácil. Es importante tomar en cuenta factores como:

- 1) Las resistencias de los hombres a perder sus privilegios que durante tanto tiempo han mantenido,
- 2) Las dificultades psicológicas, económicas, históricas, sociales y culturales que existen para que las mujeres modifiquen la imagen de sí mismas y las creencias sobre sus derechos y capacidades y
- 3) El análisis sobre el papel del modelo económico actual y la forma en que éste reproduce el sistema sexo - género (Achach, 2000; en Cedeño, 2006).

Generalmente a las mujeres que adquieren nuevos poderes se les acusa de destruir a la familia y de traicionar a sus maridos e hijos. Poderosas campañas se han opuesto a muchos derechos que en otros países se dan por sentados. Los grupos conservadores pretenden impedir, por ejemplo, que se imparta la educación sexual en las escuelas; anularon una resolución para legalizar el aborto y se oponen a cualquier enseñanza o anuncio que promueva un medio de protección contra el SIDA, que no sea la castidad (Zapata, 2002).

Kannabiran (1993; en Batliwala, 1997), expresa que la familia es la última frontera de cambio en las relaciones de género... *Uno sabe que el empoderamiento ha ocurrido cuando cruza el umbral del hogar.*

Representa un verdadero desafío el que las mujeres se comprometan con las actividades de empoderamiento, al mismo tiempo que afrontan los problemas que se presentan en su mundo diario. Por lo cual el empoderamiento puede ser exitoso si se trabaja bajo un modelo de aprendizaje basado en las experiencias diarias de las mujeres y las participantes se puedan llevar lo que se construye con los recursos intelectuales, emocionales y culturales a su espacio social (Stromquist, 1997).

Las estrategias que sean utilizadas para el empoderamiento tienen que intervenir a nivel de la *condición* de las mujeres, mientras, al mismo tiempo, se está transformando su *posición*, abordando simultáneamente las necesidades prácticas y las estratégicas. Dos estrategias importantes serían la *organización* y la *concientización* (Batliwala, 1997).



*Todos nosotros sabemos algo. Todos nosotros ignoramos algo. Por eso, aprendemos siempre.*

Paulo Freire





## CAPÍTULO 2

# **H**ABILIDADES DE EMPODERAMIENTO: SU RECONOCIMIENTO

En el presente capítulo se desarrollan los 7 temas facilitados dentro del programa *Red de Defensoras Populares*, el cual tiene por objetivo: *prevenir y erradicar la violencia de género, a través de impulsar acciones comunitarias que contribuyan en construir relaciones basadas en el respeto e igualdad, así como el disfrute y uso de espacios y servicios públicos*. En cada tema se da a conocer los objetivos que motivaron la impartición de cada uno de ellos.

Para el primer apartado se define el término sexo y género, con la finalidad de reconocer las características de cada uno de los conceptos. Manifestándose un mayor interés en el constructo género; ya que este influye dentro de la división laboral y en las desigualdades. A lo que llevo a definir equidad de género, de acuerdo a la Ley de Igualdad sustantiva entre mujeres y hombres en el Distrito Federal (2007).

En el segundo apartado se encuentra lo que es un rol, cuales son las diferencias entre roles sexuales y roles de género. Los factores sociales que contribuyen para que una persona adopte uno u otro. Dentro de este apartado se define lo que es un estereotipo, los cuales han estado presentes dentro de cada cultura y en la vida del ser humano. Se hace mención de algunos de ellos de acuerdo a distintos autores.

Para Casares (1994), el autoconocimiento, es una herramienta que permite a las personas conocer cuales son sus fortalezas y debilidades. Tomando esto en cuenta, en el tercer apartado se menciona que es el autoconocimiento, los elementos que contribuyen a la formación del mismo y su relación con el *poder desde dentro*, descrito en el capítulo 1.

El cuarto apartado habla sobre violencia. Presentando distintas definiciones de acuerdo a diversos autores. Se describe los tipos de violencia y algunos ámbitos en los cuales se puede manifestar. Es importante que las mujeres conozcan las instituciones a las que pueden acudir si son víctimas de violencia, por lo cual se mencionan algunas de ellas, así como los servicios que brindan.

Si bien es importante reconocer la violencia; es también relevante que la persona cuente con herramientas para saber resolver un conflicto de forma positiva. Por lo que en el quinto apartado, se habla de las características que distinguen a un conflicto y se describen algunas técnicas que pueden ayudar para su resolución.

El sexto apartado, habla sobre los derechos sexuales y reproductivos, describiendo cada uno de ellos. Dentro de este apartado, se aborda el tema de sexualidad, describiendo que es y desde cuando forma parte de la vida de una persona.

Por último, en el séptimo apartado, se encuentran temas como intervención en crisis, primeros auxilios psicológicos; dentro de este se mencionan algunos puntos de lo que se debe y no se debe hacer cuando se brinda este tipo de ayuda y los elementos que constituyen a la intervención para comunidades.

Antes de iniciar con cada uno de los temas, se definirá lo que es una habilidad:

De acuerdo a Fleishman y Bartlett (1969; en Klausmeier, 1997), son un producto de la maduración y el aprendizaje, las habilidades que se han desarrollado durante el periodo de formación persisten hasta la edad adulta.

Las habilidades desarrolladas ayudan a la persona a implementarlas en diversas tareas o bien para resolver algún problema. Estas pueden conducir al aprendizaje de una mayor variedad de tareas específicas que otra; es decir, varían de lo específico a lo general, mientras más general sea la habilidad mayor será su implementación. Su adquisición es el resultado de alguna práctica específica. Para que la habilidad sea aprovechada al máximo, se requiere la concurrencia de la capacidad individual para la realización de algún tipo de tarea; el conocimiento del proceso que se ha de seguir, puesto que si se conocen las técnicas para llevarlo a cabo y se sabe la manera de manejar los recursos y materiales precisos, las probabilidades de realizar exitosamente la actividad se ven notablemente incrementadas. Una de las formas en que se puede consolidar una habilidad es, ir eliminando actuaciones inútiles e ir reforzando las que conducen a una culminación exitosa o de bienestar (Diccionario de psicología y pedagogía, 2006).

### **2.1. Sexo, género y equidad de género**

Objetivo: brindar información sobre lo que es sexo y género, para lograr un reconocimiento sobre las diferencias que existen; así como descubrir las limitaciones que pueden manifestarse en las actividades, actitudes, expresiones y comportamientos de una mujer, con relación a estos dos constructos. Además de hacerles conocer lo que es equidad de género.

**Sexo:** son las diferencias biológicas entre hombres y mujeres, diferencias que por lo tanto, son consideradas naturales. Generalmente se dice que una persona es de uno u otro sexo de acuerdo a la forma y funciones de sus órganos sexuales (Alpizar y Bernal, 2003).

**Género:** se refiere a la construcción social y cultural que se organiza a partir de la diferencia sexual. Este supone definiciones que abarcan tanto la esfera individual - *la construcción del sujeto y el significado que una cultura le otorga al cuerpo femenino o masculino* -, como la esfera social - *que influye en la división del trabajo, la distribución de los recursos y la definición de jerarquías entre unos y otras* - (Faur, 2005).

Un aspecto inconveniente de ambas designaciones, es que limitan la gama de conductas que la gente expresa. El ejemplo más recurrente para esta situación es; el de un hombre que no puede mostrarse demasiado cariñoso por temor a que lo tachen de afeminado (Crooks, 2009).

El género manifiesta cierta influencia dentro de factores culturales, durante la niñez temprana (Crooks, 2009). Por lo cual, el género puede ir construyendo identidades en el orden simbólico y su ordenamiento social e institucional, plasmado en relaciones sociales asignadas por jerarquías (Faur, 2005).

Los sociólogos y los antropólogos han reconocido que en la mayoría de las sociedades, los hombres y las mujeres hacen tipos de trabajo algo distintos. Las tareas de las que se responsabiliza cada sexo pueden superponerse o estar totalmente segregadas. De acuerdo a Saltzman (1992), existen dos uniformidades importantes a través de las culturas en la división sexual del trabajo; 1) las mujeres son uniformemente más responsables que los hombres en la tarea de la crianza de los hijos, la preparación de la comida y el

cuidado de la casa. La participación de los hombres en las labores domésticas suele ser nula. 2) los hombres suelen tener una participación más notable en tareas extradomésticas, en ámbitos de actividad económica, política, religiosa y educativa.

Con relación a lo anterior, Comas (1995; en Fernández, 1997), menciona que si bien toda organización social supone de una distinción de tareas, funciones y actividades orientadas a la producción y reproducción de sus medios de subsistencia, requiriendo así un conjunto de normas y reglas. La segmentación laboral representa un ejemplo de cómo la distribución de tareas incorpora distintas formas de desigualdad social, las cuales se ven influenciadas por el sistema de género, divisiones raciales y de clase. En particular, la segregación en función del sexo supone la separación de esferas y campos de actividad sobre la base de la diferenciación anatómica o diformismo sexual aparente, dando por resultado que exista una marcada división de actividades masculinas y femeninas.

Con relación a la **equidad de género**. En el Artículo 5, Fracción III en la Ley de Igualdad sustantiva entre mujeres y hombres en el Distrito Federal (2007), indica que la **equidad de género**, refiere al principio conforme al cual mujeres y hombres acceden con justicia e igualdad al uso, control y beneficio de los bienes, servicios, recursos y oportunidades de la sociedad, así como a la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida social, económica, política, cultural y familiar.

Es importante que las mujeres conozcan estos conceptos y las diferencias que existen entre ellos ya que en ocasiones se considera normal algunos comportamientos; puesto que éstos van de acuerdo a su sexo. Por lo que hay que crear conciencia de que el género es una construcción social, la cual influye en la personalidad de una persona desde que nace y que son estas construcciones las que han enseñado a ser hombre o mujer. Además

de existir un entendimiento de que no por pertenecer a uno u otro sexo, debe ser un limitante en sus comportamientos, o la forma de expresar sus afectos, además de que tengan conocimiento que tienen derecho acceder de forma equitativa a servicios de salud, seguridad, trabajo, entre otros.

## **2.2. Roles y estereotipos**

Objetivo: brindar elementos que permitan a las mujeres identificar los roles y los estereotipos, los cuales se hacen presentes en los diferentes ámbitos, así como su reproducción en la vida cotidiana, además de revisar y criticar la naturalidad con la que son percibidos estos dos constructos que en la mayoría de los casos limitan el comportamiento de las mujeres.

El concepto de rol proviene del ámbito de la sociología y la psicología social, el rol destaca las regularidades esperadas u observadas en la vida en sociedad, es decir, los artificios, los cuales Goffman (1959; en Fernández, 1997), menciona que son necesarios para su coordinación, he implican un patrón de acción previamente establecido por medio del cual las personas se inscriben en lo social.

Crooks (2009), menciona que el rol de género designa una serie de actitudes y conductas consideradas normales y apropiadas en una cultura para individuos de un sexo particular. Los roles crean expectativas de ciertos comportamientos, los cuales hombres y mujeres deben cumplir. Por ejemplo: la conducta socialmente aceptada para un hombre se le llama *masculino*, mientras que para la mujer es *femenina*.

Para Gross, Mason y McEachern (1958; en Reeve, 2003), un rol consta de expectativas culturales para la conducta de personas que compartan una posición social particular. Cada una de las personas desempeña diferentes posiciones sociales (*roles*), de modo que el rol que tenga la persona en un momento dado dependerá de la situación en que se ésta y de la gente con quien interactúa.

Díaz Loving y Rivera (2001), mencionan que los papeles asignados a cada sexo y el desarrollo de los atributos personales de cada ser humano se encuentran básicamente enraizados en un contexto sociocultural particular y en patrones de socialización y endoculturación diferenciales para hombres y mujeres. A lo que Díaz Guerrero (2003; en Rocha y Díaz Loving, 2005), menciona que todos los procesos de vida, son procesos culturales, dando como resultado que *todas las personas son seres de cultura, aprenden cultura, genera cultura y viven a través de su cultura*. Por lo que ser hombre o ser mujer, es resultado de todo un proceso psicológico, social y cultural a través del cual cada individuo se asume como perteneciente a uno u otro género, en función de lo que cada cultura establece; dando forma y sentido a un conjunto de ideas, creencias y valoraciones sobre el significado que tiene el ser hombre y el ser mujer, delimitando los comportamientos, las características e incluso los pensamientos y emociones que son adecuados para cada ser humano.

Otro nombre con el que se le conoce a los roles, es el de *papel social*, el cual se refiere a un comportamiento delimitado desde un punto de vista normativo o que responde a ciertas demandas sociales, asociadas a una posición dada en el sistema social (Harbin, 1968; en Fernández, 1997).

Bonilla (1997), menciona que los papeles sociales tienen poder para influir en el comportamiento de las personas, este comportamiento puede variar de acuerdo al contexto en que esta se encuentre, tomando en cuenta la cultura a la que pertenecen.

Mead (1934; en Fernández, 1997), menciona que la adopción de papeles desempeñados por las personas constituye una parte importante del desarrollo psicosocial de niños y niñas, quienes, a través del juego aprenden a actuar distintos roles, identificándose propiamente con los que se han establecido socialmente.

### **2.2.1. Diferencia entre roles sexuales y roles de género**

Bonilla (1997), hace mención que dentro de la bibliografía psicológica se ha empleado a menudo los términos *rol sexual* y *rol de género* de forma intercambiable, esto ha contribuido a que se genere confusión. Ya que el **rol sexual** describe comportamientos y patrones de actividades, de acuerdo a su anatomía y características físicas, además que estas actividades están circunscritos al ámbito de la sexualidad. Mientras que el término **roles o papeles de género** se refieren a las creencias, acerca del modo en que varones y mujeres difieren en una sociedad y que además, estas creencias funcionan como mecanismos cognoscitivos y perceptivos. Fernández (1997), coincide que hay que sustituir la expresión de *roles sexuales*, por la de *roles de género*. Ya que la doble realidad del sexo y del género demanda que quien debe encargarse del estudio de los roles sexuales, es la sexología.

El concepto de *roles sexuales* fue fuertemente criticado por académicas como Helene Lobata y Barrie Thorne (1978; en Faur, 2005). Quienes encontraron que el género no es un rol - *como puede ser el de madre o maestra* - ya que *no hay un conjunto definido de relaciones cuya única función, de alguna manera, esté restringida a la característica social de ser hombre o ser mujer*. Por lo que en el año de 1970, algunas autoras anglosajonas comenzaron a utilizar el término *género* para denotar la dimensión cultural que se construye a partir de la diferencia biológica (Faur, 2005).



### 2.2.2. Influencia del aprendizaje social en los roles de género

De acuerdo a la teoría del aprendizaje social, la identificación con los roles masculinos o femeninos o con una combinación de ellos, conocida como androginia, proviene principalmente de los modelos socioculturales y de las influencias a las que la persona está expuesta durante su desarrollo temprano (Lips, 1997; Lorber, 1995; en Crooks, 2009). He incluso desde antes, las personas cercanas al nuevo ser, adoptan una serie de actitudes, las cuales dependen en gran medida de si éste es niña o niño (Álvarez, 1987).

De acuerdo a Crooks (2009), la mayoría de los teóricos atribuyen los roles de género principalmente a la socialización, es decir, el proceso por el cual las personas aprendemos y adoptamos las expectativas de la sociedad concernientes a la conducta. El autor menciona 3 factores que influyen dentro de los roles de género:

- 1) Padres de familia: en los primeros años de vida del niño, los padres son el modelo de lo que significa ser hombre o mujer (Witt, 1997; en Crooks, 2009). A menudo los padres tienen distintas expectativas para hijos e hijas, que se ven manifestadas en su interacción con ellos. Como preparación a determinados roles de género, a las niñas les regalan muñecas, juegos de té y hornos en miniatura, mientras que a los niños, camiones, carros, pelotas y armas de juguete. En ocasiones, los niños se ven *regañados* por divertirse con juguetes, considerados para el otro sexo. Como es de esperarse los niños son sensibles a semejantes expresiones de molestia y *aprenden a preferir aquellos que van acorde con su sexo* (Crooks, 2009).

2) Influencia de los pares o iguales: este cobra fuerza entrada la niñez y la adolescencia. A esa edad los niños ven la conformidad como algo importante, y la aceptación de los roles de género tradicionales facilita la aceptación social de sus compañeros. Quienes no se comportan de acuerdo a su sexo, pueden ser objetos de críticas, burlas o tienden a aislarse por la misma situación (Absi - semaan et. al, 1993; Moller y colaboradores, 1992; en Crooks, 2009).

3) Programas televisivos y estereotipos: la descripción de hombres y mujeres en las telenovelas a menudo descaradamente estereotipada. Los hombres aparecen más a menudo que las mujeres como personas activas, inteligentes, amantes de la aventura y asumiendo puestos de liderazgo. En la mayoría de los programas, los estelares siguen siendo para los hombres. En los noticiarios y en los programas de entrevistas políticas, los hombres tienen una mayor presencia como fuentes confiables en la mayor parte de los temas (Crooks, 2009) mientras que la mujer se ve relegada a dar noticias más amables.

### 2.2.3. Estereotipos

De acuerdo al relato hecho por Unger y Crawford (1996; en Barberá, 1997), la palabra **estereotipo** fue utilizada por primera vez en 1922 por una periodista (Lippman), refiriéndose con ello a ciertas imágenes culturalmente determinadas que se inmiscuyen entre las facultades cognitivas del individuo y sus percepciones del mundo. Al parecer la relación del estereotipo con un proceso de distorsión de la realidad parece, estar presente desde tiempos remotos.

Para Crooks (2009), los estereotipos es la idea generalizada de cómo es alguien con base en su sexo, raza, religión, origen étnico u otras categorías similares. Algunas ideas que predominan acerca de los varones es que se les considera agresivos, sensatos, poco emotivos, independientes, dominantes, competitivos, atléticos, activos y competentes, por el contrario, a las mujeres se les considera no asertivas, insensatas, emotivas, sumisas, afectuosas y cariñosas. Empero estas características, no significa que sea una regla general para todas las personas.

Faur (2005), menciona que la cultura imprime sus huellas en los cuerpos de hombres y mujeres en una continua ida y vuelta. Mucho antes de que los cuerpos desarrollen diferente musculatura, se prepara a uno y otras para tener capacidades distintas; la ropa, los modos de sentarse o de caminar, el estímulo a la práctica de deportes asignados genéricamente e, incluso, la modalidad de demostración física de afectos o la forma de exponer el cuerpo en las peleas son construidos por normas simbólicas de género y, a la vez, construyen estereotipos de virilidad y feminidad acordes al contexto. Siendo así que recurrentemente de lado de lo femenino se colocan las emociones, los afectos, la naturaleza, lo misterioso, la carencia, lo otro, el objeto, lo que no tiene palabras, el goce femenino, lo pasivo y hasta lo frío, mientras que de lado de lo masculino se encuentran la razón, la cultura, el centro, la norma, el sujeto, lo activo y lleno de un deseo infinito e incontrolable (Briceño, 2007).

Debido a que los estereotipos se cargaron de inmediato de connotaciones negativas, pueden considerarse como un prejuicio. Los cuales se caracterizan por hacer alusión a la noción de creencias generales sobre la materia que pretenden aludir. En su inicio, estas creencias tienen un marcado carácter descriptivo, es decir, *dan un salto del ser al deber ser*, lo cual lleva a que los estereotipos, describan como deben de ser los hombres y las mujeres y a su vez las características asignadas a cada sexo

deberán ser llevadas a cabo por cada uno de ellos para lograr un *desarrollo normal* (Fernández, 1997).

Dos estereotipos que se encuentran recurrentemente son el de *machismo*, por parte del hombre y la *sumisión* por el lado de la mujer, el primero es el culto de la virilidad masculina y se caracteriza por la agresividad, intransigencia y arrogancia. En cuanto a la sumisión, esta ligada a la timidez y dependencia hacia la figura masculina (Stevens, 1977; en Fernández, 2002).

El estereotipo que se tiene de la mujer como una persona *inferior* al hombre se ha mantenido desde Aristóteles hasta Hegel, pasando por Santo Tomás, Freud o Darwin. Ya que de acuerdo a la línea hegeliana, el varón es racional, activo, dominante y, en oposición a él, la mujer es sentimental, pasiva y entregada. La pasividad, ha sido considerada como algo genuino en la mujer, frente a la actividad, que se ha presentado como propiedad cuasi - exclusiva del varón (Castilla, 1996).

La expectativa de crianza del género masculino supone fuertes dosis de valentía, fuerza, coraje y exposición al riesgo. Los signos inversos con el temor, la suavidad, la ternura, son percibidos como *debilidad* y, por lo tanto, se considera como característica *femenina*, la cual no suele estimularse en la construcción de masculinidades (Faur, 2005).

Helmreich et al. (1981; en Clemente, 1996), hace una recopilación de adjetivos como específicos de los roles de género masculino o femeninos, indicando al mismo tiempo su positividad o negatividad.

Estos adjetivos, así como su positividad o negatividad, se muestran en la tabla 1.

**Tabla 1.**

		MASCULINOS	FEMENINOS
P			
T	O	Independiente	Emotiva
R	S	Activo	Capaz de darse a los demás
A	I	Competitivo	
Z	T	Toma de decisiones fácil	Gentil
O	I	No da nada fácilmente	Delicada
S	V	Confianza en sí mismo	Amable
	O	Se siente superior	Consciente de los sentimientos de los demás
	S	Aguanta bien bajo presión	Acogedora
T	N	Egoísta	Servil
R	E	Arrogante	Tímida
A	G	Orgullosa	Ingenua
Z	A	Ambicioso	Quejosa
O	T	Hostil	Se subordina a los demás
S	I	Cínico	Obsesiva
	V	Sin principios	Irritable
	O		Meticulosa
	S		

A lo cual Fernández (2002), menciona que *las descripciones de hombre son mayoritariamente características identificadas socialmente como positivas: desde el mundo del honor y el valor, la fuerza física o la guerra, hasta la bondad, la decencia, generosidad y honradez, pasando por la sabiduría, el arte, la ciencia y el talento, entre otras. Las definiciones de mujer son contrariamente negativas, o se mueven en términos dicotómicos y bipolares, entre la que cumple perfectamente sus obligaciones domésticas y la del mal vivir, la esposa casta, buena madre, trabajadora y la puta (Ibíd, pp.14).*

Los roles que le son asignados a mujeres y hombres, se ven de forma natural, así como las características que cada uno de estos posee. A una niña se le ir guiando a actividades relacionadas con el cuidado, mientras que al niño serán actividades que generen en él una independencia; pero justamente es esta *naturalidad* la que promueve una conformidad en el desempeño de ciertos roles, dejando

fuera toda concientización y crítica. Por lo que fue importante que las mujeres contaran con elementos que les permitiera criticar esa naturalidad, así como ver la participación de los medios sociales en la asignación de los roles y hacer visible que los estereotipos pueden crear falsas expectativas de lo que es una persona. Esta concientización de la que se habla, les podría permitir a las mujeres no seguir alimentando a falsos estereotipos y sentirse libres en su actuar.

### **2.3. Autoconocimiento y poder propio**

Objetivo: fomentar un proceso de autoconocimiento y autovaloración como estrategia de empoderamiento personal.

De acuerdo a Rogers (1961; en Casares, 1994), cada una de las etapas que conforman la vida de una persona, causan expectativas y experiencias que van construyendo su imagen. El reto al que se enfrentan la vitalidad y el autoconocimiento es: el descubrimiento del propio ser y de las diversas huellas que va forjando la experiencia vital en cada ser humano. La vida interior, en la captación de la propia unicidad y en la reflexión que produce aprendizaje y cambio.

Mientras que para Fierro (1996; en Cardenal, 1999), el *autoconocimiento*, es un proceso de conocimiento de uno mismo, que consta de cinco fases, las cuales son: autoatención, autopercepción, memoria autobiográfica, autoconcepto y autodeterminación. Dentro de este proceso el autoconcepto y la autoestima, son dos factores que influyen de manera significativa, puesto que la autoestima está positivamente relacionada con el tener una vida mentalmente sana. Además, ambos términos están relacionados con una adaptación eficaz, dando como resultado que la autoestima y el autoconocimiento potencian una inmunidad psicológica, protegiendo al individuo de agentes estresores, ya

que le proporciona estrategias de afrontamiento, las cuales puede utilizar en cualquier situación de estrés (Cardenal, 1999).

De acuerdo a Lazarus y Folkman (1986; en Cardenal, 1999) estas herramientas serían principalmente, habilidades sociales y técnicas para resolver problemas, además de creencias y pensamientos positivos. A lo que Cardenal (1999), coincide al mencionar, que una persona con buena autovaloración aprenderá mejores habilidades sociales y técnicas que le permitan llegar a una adecuada resolución de problemas.

Por lo cual el autoconocimiento es un proceso que se va dando a lo largo de la vida. No es un diagnóstico estático que se genera una sola vez (Casares, 1994). Si bien el autoconocimiento es importante para la vida de una persona, para lograr estimular la introspección y el hábito de reflexionar, logrando así integración de las propias capacidades; poco se señala y fomenta en la educación actual, la necesidad de conocerse a uno mismo (Ibíd).

El autoconocimiento puede relacionarse con el *poder desde dentro*, descrito por Rowlands (1997), de acuerdo a la autora este *poder* ofrece la base desde la cual se puede construir las fortalezas, siendo así, la fuerza espiritual y la unicidad de cada miembro. Para que sea posible desarrollar este poder, es necesario que la persona se conozca a sí misma, existiendo una introspección. Aunado a esto, Casares (1994), menciona que el dominio personal radica en el conocimiento de uno mismo, en la vida interior que cada ser humano es capaz de lograr dentro de su propia persona. Siendo el autoconocimiento una herramienta que le permite a la persona conocer cuales son sus fortalezas y debilidades con las que cuenta.

### 2.3.1. Elementos que contribuyen a la formación del autoconocimiento

#### ❖ Primera fuente: los padres

La corriente fenomenológica, pone gran énfasis en la importancia de la primera fuente y sobre todo, en la *percepción* que tiene el sujeto del comportamiento de los padres (Cardenal, 1999). Con relación a esto, Rogers (1986; en Cardenal, 1999) quien es el principal representante de la Fenomenología, menciona que el resultado de la interacción con el ambiente y de la interacción valorativa de los demás, sentara las bases para que se forme la estructura *del sí mismo*, la cual marcará una pauta conceptual organizada, fluida pero congruente, de percepciones de las características y relaciones del *yo o del mi* conjuntamente con los valores ligados a estos conceptos.

De acuerdo a lo anterior, Sullivan (1953; en Cardenal, 1999), menciona que las ideas o percepciones que no sean congruentes con el autoconcepto de la persona, puede crear ansiedad y sentimientos desagradables. Y como la necesidad de evitar esos afectos desagradables constituye una función mayor del sistema de *sí mismo*: el sujeto distorsionará las percepciones que no se ajusten a su sistema conceptual de autorrepresentaciones.

Bleichmar (1997; en Cardenal, 1999), hace mención sobre las *creencias matrices pasionales*, las cuales son ideas y pensamientos, comunicados fundamentalmente por los padres en los primeros años, sobre el mundo exterior y sobre el propio niño, estas ideas están plagadas de emociones, de gestos afectivos y de sentimientos emergentes de las figuras paréntales. Siendo así, que estas *creencias matrices pasionales*, contribuyen a estructurar el autoconcepto en la etapa de desarrollo infantil, sentando a su vez, los cimientos de autopercepciones y autoevaluaciones inconscientes, que no por permanecer inaccesibles a la conciencia



de la persona, dejan de guiar la vida de ese niño, convertido ya en adulto.

❖ Segunda fuente: los otros significativos

De acuerdo a Cardenal (1999), después de que una persona ha formado sus primeras valoraciones y juicios de sí mismo por medio de sus padres, este comenzara a tener en cuenta las opiniones que tienen las personas de él a medida que va socializando. Estas personas pueden ser compañeros, profesores, la sociedad en general, o cualquier persona que sea significativa para él o ella.

Rodríguez (1972; en Cardenal, 1999), menciona que el concepto de sí mismo es indisociable de la representación del otro, puesto que *no existe concepto de sí mismo sin una constante referencia al prójimo*. Este autor distingue dos representaciones: la imagen propia y la imagen social. Y a su vez maneja tres variables: 1) modos según los cuales el individuo se percibe a sí mismo; 2) modos según los cuales supone que los demás le perciben; y 3) modos según los cuales éstos le perciben realmente. Estas variables irán sentando las bases, para que la persona cree su autoconcepto.

A lo que Ziller (1973; en Cardenal, 1999), afirma que la influencia del otro significativo es hasta tal punto considerable ya que contribuye a moldear las características de personalidad y valores que la persona asume como propiamente suyas, aunque el proceso de adquisición de las mismas haya sido forzado y condicionado desde el exterior.

### ❖ Tercera fuente: la autoobservación

Gergen (1982; en Cardenal, 1999), menciona que la autoobservación de la conducta de uno mismo y la observación de las consecuencias que tiene esta conducta en los demás, es un factor de gran importancia para la formación del autoconcepto.

Con relación a lo anterior, Bandura (1978), señala tres componentes del proceso de autorregulación del sí mismo: 1) autoobservación, 2) autoevaluación y 3) autorrespuesta. Es en el segundo componente donde la persona podría ver modificada su autoestima como resultado de un momento de análisis y evaluación. Esta evaluación depende enteramente de un primer momento de autoobservación, en el cual la persona realiza comparaciones con ciertos baremos de normas que se han establecido a lo largo de su historia de aprendizaje. En este punto la opinión de los demás no será un factor que influya en el autoconcepto de la persona, si no más bien, este dependerá de su propia observación y evaluación que realice de sí mismo (Cardenal, 1999).

La mayoría de las veces una persona reconoce principalmente sus defectos, dejando a un lado las virtudes. Por lo cual es importante fomentar un autoconocimiento en las mujeres, ya que les ayudará a reconocer con mayor facilidad, cuales son las habilidades, capacidades y fortalezas con las que cuenta, las cuales podrá hacer crecer y reforzarlas.

Pero no solamente el autoconocimiento las beneficia en ese aspecto, puesto que a través de ese proceso se puede adquirir una mayor seguridad en sí misma y en la forma de tomar sus decisiones, así como el lograr resolver adecuadamente algún problema. Actualmente existen diversos programas que fomentan la exploración para prevenir ciertas enfermedades; si a las mujeres se les fomenta no solo el reconocer aspectos psicológicos, sino también que se conozcan físicamente a través de la exploración, se podría

mejorar la vida de estas mujeres, a través de la detección temprana de síntomas que afecten a su cuerpo.

#### **2.4. Violencia**

Objetivo: brindar elementos que permitan a las mujeres, conocer e identificar los tipos y ámbitos de la violencia. Además de brindar información que les permita identificar las instituciones, programas y leyes, que les posibiliten el acceso a una vida sin violencia; ubicando cual es la institución adecuada en referencia a cada problemática.

En el diccionario (Laurosse, 2002), la violencia está comprendida como una manera de actuar contra el natural modo de proceder, haciendo uso excesivo de la fuerza; acción injusta con la que se ofende o perjudica a alguien. Los métodos con los cuales se busca doblegar la voluntad de alguien son: la fuerza física o moral, con el objetivo de que la persona acceda hacer algo aun en contra de su voluntad.

La raíz etimológica del término *violencia* remite al concepto de *fuerza* (Corsi, 1994). Y es un comportamiento, en el cual se presenta un acto o una omisión del mismo, cuyo propósito sea ocasionar un daño o lesionar a otra persona, imponiendo u obligándola hacer lo que no quiere, es decir, forzándola a realizar una conducta sin que medie su consentimiento, transgrediendo así sus derechos, esta se produce siempre en un esquema de poderes desiguales, donde hay un arriba y un abajo, los cuales pueden ser reales o simbólicos (Torres, 2001).

De acuerdo a la Ley de Asistencia y Prevención de la violencia Familiar para el Distrito Federal (1996), la violencia es aquel acto de poder u omisión intencional, recurrente o cíclico, dirigido a dominar, someter, controlar o agredir física, verbal, psicoemocional o sexualmente.

Desde un punto de vista social, Trigueros (1995; en Cienfuegos, 2004), menciona que la violencia no es un fenómeno aislado, sino que ocurre en un contexto determinado, tomando en cuenta la cultura a la que la persona es perteneciente. Además la define como toda acción que se ejerce contra los derechos de una (s) persona (s); los cuales pueden ser individuales o colectivos y siempre van a estar relacionados con la intencionalidad del agresor.

#### **2.4.1. Violencia hacia la mujer**

La violencia en contra de la mujer es un problema complejo y multidimensional, en el cual se ven inmiscuidos factores individuales, familiares y sociales que sitúan a la mujer ante el riesgo de sufrir actos violentos o, por el contrario, ayudan a reducir ese riesgo. Además, afecta a todas las esferas de sus vidas: su autonomía, su productividad, su capacidad para cuidar de sí mismas y de sus hijos y su calidad de vida (García, 2000).

De acuerdo al Artículo 3 fracción XX de la Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal (2008). La violencia contra las mujeres es toda acción u omisión que, basada en su género y derivada del uso y/o abuso del poder, tenga por objeto o resultado un daño o sufrimiento físico, psicológico, patrimonial, económico, sexual o la muerte a las mujeres, tanto en el ámbito público como privado, que limite su acceso a una vida libre de violencia.

La ONU (1993; en García, 2000), indica que la violencia hacia la mujer: es cualquier acto de violencia de género que produzca o pueda producir daños o sufrimientos físicos, sexuales o psicológicos para la mujer; incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción o privaciones arbitrarias de la libertad, que ocurren ya sea en la vida pública o privada, dirigida hacia la mujer.

Pendzik (1992; en Bueno, 1996), menciona que las investigaciones realizadas revelan que la violencia contra la mujer no es un asunto personal, sino el reflejo de una organización social desventajosa para la mujer, cuyo eje principal es el poder.

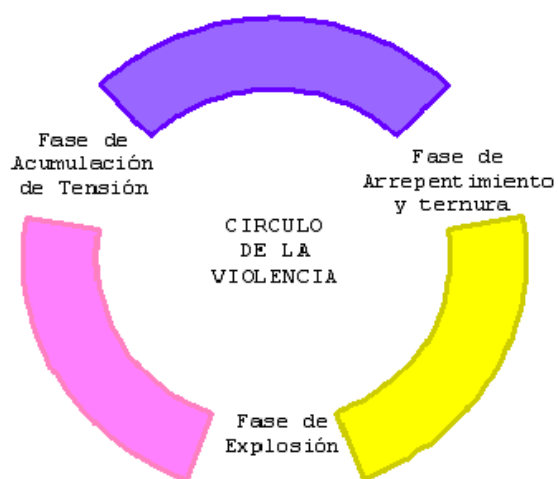
#### **2.4.2. Ciclo de la violencia**

La *Teoría del ciclo de la violencia* descrito por la psicóloga estadounidense L. Walker (1989), establece un modelo de conducta que distingue las diversas etapas por las cuales pasa el maltrato hacia la mujer.

Este proceso pasa por tres fases:

- a) Fase de acumulación de tensión: se caracteriza por agresiones verbales, estas suelen ser leves en un inicio, pero conforme va aumentando la tensión las agresiones son cada vez más fuertes, hay pequeños golpes o manotazos. Ante esta situación la mujer va adoptando mecanismos de defensa para manejar el ambiente hostil. La mayoría de los agresores cíclicos pasan por un periodo de temor y se sienten indefensos, lo cual se agudiza con mal humor y preocupación, dicho temor se acompaña de una molesta excitación, sintiéndose agitado, tenso, frenético, no puede relajarse y siente que una fuerza interior lo domina.
- b) Fase de explosión con violencia: en esta fase la tensión ha llegado a su punto máximo, causando que el victimario explote y expresa su ira de forma descomunal hacia su víctima. Las consecuencias más importantes se producen en este momento, tanto en lo psíquico como en lo físico.
- c) Fase de arrepentimiento y ternura o *Luna de Miel*: esta fase aparece después de que ha estallado la violencia y se ha disipado la tensión. El agresor se da cuenta del daño

ocasionado e intenta remediarlo, con regalos, palabras tiernas, pidiendo disculpas, promete que no volverá a suceder. La fase de arrepentimiento no dura para siempre, se acaba cuando el hombre vuelve a sentirse ansioso y vulnerable, iniciado así el siguiente ciclo violento.



CICLO DE LA VIOLENCIA

### 2.4.3. Tipos de violencia

- ❖ **Violencia física:** es todo acto agresivo intencional repetitivo; en el que se utilice alguna parte del cuerpo, algún objeto, arma o sustancia para sujetar, inmovilizar o causar daño a la integridad física del otro; encaminado a su sometimiento y control (Art., 3 de la Ley de Asistencia y Prevención de la violencia Familiar para el Distrito Federal, 1996). Si bien este tipo de violencia es la más evidente ya que el daño producido se marca en el cuerpo de la víctima, en ocasiones los daños causados pueden ser lesiones internas que sólo son identificables tras un periodo prolongado y que pudieran ocasionar la muerte. Algunos casos de violencia física por omisión consisten en privar a alguien de alimento, bebida, o medicamento (Torres, 2001).

- ❖ **Violencia psicológica:** es toda acción u omisión dirigida a desvalorar, intimidar o controlar las acciones, comportamientos y decisiones. Este tipo de violencia se caracteriza por la intimidación, insultos, amenazas, celotipia, desdén, indiferencia, descuido, chantaje, actitudes devaluatorias (Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal, 2008). Las personas que sufren este tipo de violencia, no solo ven reducida su autoestima, también pueden presentar alteraciones físicas, como trastornos alimenticios, úlceras gástricas, dolores musculares, trastornos del sueño o jaquecas cuyo origen esta en la esfera emocional (Torres, 2001).
  
- ❖ **Violencia sexual:** una de las manifestaciones más evidentes y brutales es la violación, la cual consiste en la introducción del pene en el cuerpo de la víctima (sea en la vagina, en el ano o en la boca) mediante el uso de la fuerza física o moral (Torres, 2001). Otro tipo de manifestaciones son; las miradas o palabras lascivas, hostigamiento, acoso, explotación sexual comercial y trata de personas (Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal, 2008).
  
- ❖ **Violencia económica:** se refiere a la disposición efectiva y al manejo de los recursos materiales (dinero, bienes, valores), sean propios o ajenos, de forma tal que los derechos de otras personas sean transgredidos (Torres, 2001). Este tipo de violencia también es conocida como violencia patrimonial la cual causa daño o menoscabo en los bienes muebles o inmuebles de la mujer y su patrimonio; también puede consistir en la sustracción, destrucción, desaparición, ocultamiento o retención de objetos, documentos personales, bienes o valores o recursos económicos (Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal, 2008).

- ❖ **Violencia contra los derechos reproductivos:** toda acción u omisión que limite o vulnere el derecho de las mujeres a decidir libre y voluntariamente sobre su función reproductiva, en relación con el número y espaciamiento de los hijos, acceso a métodos anticonceptivos de su elección, acceso a una maternidad elegida y segura, así como el acceso a servicios de aborto seguro en el marco previsto por la ley para la interrupción legal del embarazo, a servicios de atención prenatal, así como a servicios obstétricos de emergencia (Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal, 2008).
  
- ❖ **Violencia feminicida:** toda acción u omisión que constituye la forma extrema de violencia contra las mujeres producto de la violación de sus derechos humanos y que puede culminar en homicidio u otras formas de muerte violenta de mujeres (Ibíd).
  
- ❖ **Violencia simbólica:** este tipo de maltrato es difícil de ubicar ya que forma parte de la cultura y de la sociedad misma, pues se manifiesta en costumbres (técnicas, rituales, técnicas del cuerpo, posturas, ademanes y porte) y discursos (como refranes, proverbios, enigmas, cantos, poemas, decoraciones, murales, etc.) (Bourdieu, 2000; en Carrasco, 2008).

#### **2.4.4. Ámbitos de la violencia**

La violencia es un problema generalizado, el cual ha ido creciendo en casi todas las sociedades, esta adopta muchas formas y aparece en todos los ambientes: en el trabajo, en el hogar, en la calle o en la comunidad (García, 2000).



Dentro de la Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal (2008), se ubican cinco espacios en los cuales las mujeres pueden ser víctimas de violencia:

- ❖ Familiar: es aquella que puede ocurrir dentro o fuera del domicilio de la víctima, cometido por parte de la persona agresora con la que tenga o haya tenido parentesco por consanguinidad o por afinidad, derivada de concubinato, matrimonio, o sociedad de convivencia.
- ❖ Laboral: no se respeta la permanencia de las condiciones generales de trabajo; puede existir descalificación del trabajo realizado, la persona agresora puede valerse de amenazas, intimidación, humillaciones y todo tipo de discriminación por condición de género.
- ❖ Docente: es aquella que puede ocurrir cuando se daña la autoestima de las alumnas o maestras con actos de discriminación por su sexo, edad, condición social, académica, limitaciones y/o características físicas, que les son infligidas por el personal docente.
- ❖ Comunidad: es aquella cometida de forma individual o colectiva, que atenta contra su seguridad e integridad personal y que puede ocurrir en el barrio, en los espacios públicos o de uso común, de libre tránsito o en inmuebles públicos propiciando su discriminación, marginación o exclusión social.
- ❖ Institucional: son los actos u omisiones que tengan como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos así como su acceso al disfrute de políticas públicas.

#### **2.4.5. Instituciones que atienden la violencia**

En el Distrito Federal existen diversas instituciones gubernamentales y no gubernamentales, que brindan sus servicios a las mujeres en condiciones de violencia o vulnerabilidad. Algunas de las más conocidas son:

- ❖ Centro de Atención a la Violencia Intrafamiliar (CAVI): tiene como objetivo atender a mujeres, niñas y niños menores de 12 años víctimas de violencia familiar, así como por los delitos de lesiones, omisión de auxilio o cuidado e incumplimiento de las obligaciones alimentarias. Los servicios que se ofrecen dentro de la institución son: asesoría jurídica, apoyo psicológico, medico y apoyo económico.
- ❖ Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF): su objetivo es la erradicación de la violencia familiar desde la perspectiva de género, a través de programas de educación y capacitación, el reconocimiento a la diversidad social, el fortalecimiento de la participación de las organizaciones civiles en las acciones gubernamentales y la coordinación interinstitucional. Cuenta con servicios: jurídica, psicológica y de trabajo social, refugio y casas de emergencia.
- ❖ Instituto de las mujeres del Distrito Federal (Inmujeres DF): su objetivo es que las mujeres accedan al pleno goce de sus derechos humanos, así como a los beneficios del desarrollo, en un contexto de equidad de género e igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres. Los servicios que ofrece son: asesoría psicológica, jurídica, asesoría en interrupción legal del embarazo, atención a mujeres víctimas de violencia sexual en el transporte público, asesoría para el desarrollo económico, además cuenta con un programa de atención integral de cáncer de mama.

El tema sobre violencia ha sido ampliamente difundido ya sea por folletos informativos, publicidad, o spot de televisión; sin embargo muchas de las mujeres no logran reconocer algunas formas de violencia o sus características, siendo esto un obstáculo para el reconocimiento de la misma o en casos particulares identificar si se encuentra en una situación violenta. Por lo cual es importante seguir brindando información que permita un conocimiento y reconocimiento temprano de una situación hostil, la cual afecta significativamente la vida y desarrollo de una persona. Así como brindar información sobre instituciones que les brindan apoyo en este tipo de casos; si bien existen diversas instituciones gubernamentales y no gubernamentales que brindan servicios a personas que son víctimas de violencia, muchas de ellas son desconocidas por las mujeres, he incluso existe un desconocimiento sobre la ley que las ampara ante esta clase de situaciones. Si las mujeres cuentan con este tipo de información, no solo podrán acudir ellas, si no se podrá crear una red de apoyo en la comunidad, en donde las mujeres que se capacitan brindaran esta información a más personas.

## **2.5. Resolución positiva de conflictos**

Objetivo: brindar elementos conceptuales y prácticos con el fin de prevenir el riesgo de caer en un conflicto.

Para el psicólogo Ross Stagner, un conflicto es una situación en la que dos o más seres humanos desean algún objeto, el cual puede ser obtenido por uno o por otro pero no por ambas partes, dando como resultado que se perciba a la otra persona como barrera o amenaza para la obtención de ese objeto (Aisenon, 1994).

El conflicto tiene su origen en las necesidades. Cuando éstas están satisfechas, no hay problema, pero cuando existen insatisfacciones, es cuando comienza el proceso del conflicto, que contiene los siguientes elementos: desconfianza, incomunicación, temores, malentendidos, entre otros (Cascón y Papadimitriou, 2005). Las formas tan diversas en las que pueden manifestarse los conflictos dependen del carácter de la interacción social que les dio lugar y de la percepción que tiene la persona de si mismo y de los demás (Martínez, 1999).

La costumbre ha llevado a las personas a no afrontar el conflicto, sino hasta el momento de la explosión; es decir, cuando ya se ha llegado a la crisis y el conflicto se vuelve inmanejable, provocando la destrucción de relaciones, personas, grupos y sociedades; causando a su vez que las posturas se han hecho tremendamente antagónicas e inamovibles (Cascón y Papadimitriou, 2005). Lo que da lugar a que comúnmente se identifique al conflicto con sentimientos de hostilidad, antipatía, odio, entre otras connotaciones negativas, relacionándolo así, con manifestaciones de violencia. Sin embargo, el conflicto puede ayudar a que se definan las identidades de las partes, es decir ayuda a regular las relaciones sociales, permite el reconocimiento de las diferencias, siempre y cuando éstas no sean percibidas como amenaza, sino como resultado natural de una situación en que hay recursos escasos (Martínez, 1999).

Para que los conflictos promuevan el crecimiento y abran de manera creativa vías imaginativas de acción, la persona no deberá de escudarse en sus argumentos y deberá, disponerse a enfrentar y reconocer en forma abierta el problema al que se enfrenta ya que la falta de reconocimiento hace más grande el conflicto y ciega para el hallazgo de una resolución (Aisenson, 1994). Para esta situación un elemento que puede ayudar al hallazgo de una solución es que se analice no solo el asunto que origino al conflicto, sino también profundizar en la relación entre las partes y en el

significado que para cada una tiene la disputa. Sólo cuando se lo entiende cabal e íntegramente se puede intervenir con razonable confianza en la posibilidad de resolverlo (Martínez, 1999).

### **2.5.1. Técnicas alternativas de resolución de conflictos (TARC)**

La mayoría de las disciplinas sociales, procuran desarrollar técnicas de intervención que favorezcan el diálogo, la comunicación, el acuerdo negociado y el compromiso con una solución satisfactoria para todas las partes (Martínez, 1999).

En la década de los setenta comenzó a desarrollarse, en Estados Unidos, y con gran ímpetu, el estudio de las técnicas alternativas de resolución de conflictos (TARC), o de disputas como también se las denomina. Su peculiaridad consiste en lograr una convivencia satisfactoria y armónica (Ibíd).

Se distinguen tres técnicas alternativas de resolución de conflictos, las cuales son:

- ❖ **Negociación:** las partes se reúnen para resolver por sí mismas el o los asuntos que suscitaron el conflicto, dialogando e intentando convencer y persuadir a la otra parte para llegar a algún acuerdo. El objetivo que cada parte busca en la negociación y la estrategia que para ello adopta determina la dinámica del encuentro, también es importante la actitud que las personas adopten en una negociación ya que esta puede influir en la resolución del conflicto. Esta estrategia supone que si cada uno conoce lo que la otra espera del proceso, es posible que se establezca una buena comunicación y un mejor entendimiento que hagan posible un acuerdo satisfactorio, esperando así, que las partes estén dispuestas a ganar y a perder algo, porque a cambio obtienen un acuerdo y logran conservar la relación que existía entre ellas (Ibíd).

Dentro de la negociación existen dos tipos de estrategias más, la negociación competitiva y negociación cooperativa.

- ❖ Negociación competitiva o negociación desde posiciones: cada parte busca en la negociación el máximo beneficio posible y acepta ceder sólo aquello que sea absolutamente imprescindible. Cuando se sigue esta estrategia, las partes no están interesadas en lograr un acuerdo satisfactorio para todos; cada una hace a un lado el interés de la o las contrapartes y las razones que éstas puedan tener para justificar sus reclamos sobre el asunto que originó el conflicto (Ibíd).
  
- ❖ Negociación cooperativa: consiste en que las partes se centren, a la hora de negociar, en localizar intereses comunes, que les permitan avanzar hacia puntos de acuerdo. En esta estrategia el criterio para enfocar la negociación son los intereses, y no las posiciones (Ibíd).
  
- ❖ Arbitraje: está técnica requiere de la intervención de un tercero, normalmente es elegido por común acuerdo. Lo más frecuente es que las partes recurran al arbitraje voluntariamente, y en algunos casos pueden decidir sobre ciertos aspectos del procedimiento. El arbitraje tiene como función escuchar lo que cada parte desee exponer para defender su punto de vista y, con base en ello, tomar una decisión vinculante (Ibíd).
  
- ❖ Mediación: se espera que las partes se reconcilien y busquen en conjunto soluciones posibles al conflicto, las cuales las conduzcan a un acuerdo satisfactorio, buscando que este sea lo más justo posible, es decir que las ganancias y pérdidas sean equitativas. Una característica de esta técnica es que participa un tercero imparcial, conocido como mediador, que

no impone decisiones a las partes, aunque sí espera de ellas que respeten o cumplan ciertas reglas. La práctica de la mediación puede ser considerada como un método de prevención de conflictos ya que por lo regular va más allá del conflicto inicial e indaga aspectos de la relación, para localizar posibles problemas de comunicación, enseñando a las partes como relacionarse y comunicarse de manera distinta de cómo venían haciéndolo; dando como resultado la detección temprana de posibles conflictos futuros (Ibíd).

En la mayoría de los casos las personas reaccionan con actitudes violentas ante un conflicto, prolongando de esa manera su resolución e incluso incrementando considerablemente los daños que este hubiera podido ocasionar. Por lo cual es importante que las personas puedan contar con elementos que les permitan resolver de forma positiva un conflicto en el que se ve inmerso. Las herramientas antes mencionadas y desarrolladas en este apartado, pueden ser de utilidad en la vida de las personas, ya que les brindan algunos elementos de cómo pueden llegar a manejar un conflicto, dejando aún lado comportamientos violentos que puedan ponerla en riesgo. Y a su vez, verse beneficiadas sus relaciones personales y sociales con las que cuenta, ya que se crearía un ambiente de comunicación y cordialidad.

## **2.6. Sexualidad**

Objetivo: ofrecer información sobre los derechos a la salud, derechos sexuales y reproductivos, con el fin del empoderamiento de la mujer.

El concepto sexualidad tiene una génesis histórica y está marcado por contingencias culturales, en la cual se evidencian la variabilidad tanto de las prácticas sexuales como de sus significados en diferentes periodos y culturas (Amuchástegui y Rivas, 2008).

En el Diccionario de Psicoanálisis de Laplanche y Pontalis (1993; cit en Briceño, 2007), menciona que *la palabra sexualidad no designa solamente las actividades y el placer dependientes del funcionamiento del aparato genital, sino una serie de excitaciones y de actividades, existentes desde la infancia, que producen un placer que no puede reducirse a la satisfacción de una necesidad fisiológica fundamental (respiración, hambre, función excretora, entre otras) y que se encuentran también a título de componentes en la forma llamada de amor sexual. No son sólo dependientes de la genitalidad sino que abarcan todas las zonas corporales.*

La sexualidad comienza desde el nacimiento, continúa en la infancia y se ve enriquecida a lo largo de la vida, integrando aspectos como la capacidad reproductiva, las relaciones afectivas, la condición de género y el erotismo (Briceño, 2007). A lo que Álvarez (1987), refiere que hablar de sexualidad es hablar del ser humano integral y en su totalidad; es decir del ser biológico, psicológico y social, refiriendo de esta manera al ser humano sexual que es, que piensa, y que convive con otros seres humanos que también son, piensan y conviven.

Es alrededor de los tres años de edad que niños y niñas perciben sus diferencias sexuales y de género, cuyo origen se funda mucho más en el modo en que son percibidos y estimulados por los adultos que en la misma percepción de su sexo biológico (Burin, 1996; en Briceño, 2007). En este punto los roles tienen una gran influencia en el desarrollo de los menores ya que es a través de los roles que desempeñan los padres, donde ellos irán aprendiendo sobre el comportamiento afectivo y del contacto corporal, así como de las actitudes ante la desnudez y los juegos que a cada sexo le corresponde. Por lo cual es importante destacar que inconscientemente los adultos o la familia en general le proporcionan al menor información sexual (Briceño, 2007).



En México, los significados del placer, el deseo y las prácticas sexuales han sido motivo de conflicto y negociación (Amuchástegui y Rivas, 2008) y en ocasiones visto como algo que debe mantenerse en el ámbito privado. De acuerdo a Briceño (2007), en la mayoría de los casos las mujeres lo único que conocen de la sexualidad es que a través de ella tendrán menstruación, hijos y la posibilidad de sufrir abuso, limitándolas a descubrir que pueden ser portadoras de un goce que les permitirá un desarrollo más armónico para toda su vida laboral y de relación, pero sobre todo, un encuentro con ellas mismas.

Fisher (2000), refiere que las mujeres están empezando a expresar su sexualidad desde los primeros años de la adolescencia hasta la vejez. Algunos factores que han motivado esto y que posiblemente puedan seguir siendo una influencia para que las mujeres vivan y expresen su sexualidad son: el predominio de la vida urbana, la disminución del analfabetismo y el desarrollo de la educación, la independencia económica de las mujeres, el aumento de las tasas de divorcio, la reducción del tamaño de las familias y una contracepción más al alcance de todas las mujeres. A lo que la autora destaca y comenta al respecto que *las mujeres están imponiendo poco a poco una feminización del erotismo*.

#### **2.6.1. Derechos sexuales y reproductivos**

De acuerdo al movimiento feminista los derechos sexuales y reproductivos se define como: *el derecho de las mujeres a controlar su cuerpo regulando su sexualidad y capacidad reproductiva sin imposiciones, coerciones o violencia por parte de los hombres, así como la exigencia de que éstos asuman su responsabilidad por el ejercicio de su sexualidad* (Vázquez y Maoño, 2000; en Agirre y Caballero, 2008).

Los derechos sexuales y reproductivos han sido ampliamente reconocidos por la comunidad internacional, nacional, los profesionistas de la salud, las organizaciones no gubernamentales y la sociedad en general, los cuales se han aliado para asegurar el acceso de las mujeres y sus parejas a una atención de calidad, así como por el respeto y los recursos para que las personas ejerzan sus derechos libremente (Sánchez, 2003). Por lo que en el año de 1994, durante la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, celebrada en El Cairo, se reconoció a nivel internacional el ejercicio de la sexualidad antes y después del matrimonio (Careaga, 2000). Dando como resultado que más de 180 países reconocieran por primera vez como parte de los derechos humanos, a aquellos dirigidos a garantizar la salud sexual y reproductiva, la elección libre e informada y la no discriminación o coerción en asuntos relacionados con la vida sexual y reproductiva (Sánchez, 2003).

En la Cuarta Conferencia Mundial de las Mujeres en Beijing, en 1995, presenta una definición de los derechos sexuales, la cual legitima la *sexualidad* como campo de expresión humana, admitiéndola dentro de la esfera pública con requerimientos específicos para su protección (Amuchástegui y Rivas, 2008). Reconociendo así que los derechos sexuales y reproductivos son partes inalienables, integrales e indivisibles de los derechos humanos universales.

En 1999, la Asociación Mundial de Sexología pronunció la Declaración Universal de los Derechos Sexuales de Hong Kong. El reconocimiento de estos derechos están relacionados con la equidad de género y el empoderamiento de las mujeres ya que a lo largo de los años, éstas se han visto limitadas para ejercer y disfrutar plenamente sus derechos sexuales y reproductivos (Agirre y Caballero, 2008).

De acuerdo a esta declaración los elementos que forman los **derechos sexuales** son:

1. El derecho a la libertad sexual: abarca la posibilidad de la plena expresión del potencial sexual de los individuos. Excluyendo toda forma de coerción, explotación y abuso en cualquier tiempo y situación de la vida (Ibíd).
2. El derecho a la autonomía sexual, integridad y seguridad del cuerpo sexual: incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual dentro del contexto de la ética personal y social. También incluye el control y el placer de nuestros cuerpos libres de tortura, mutilación y violencia de cualquier tipo (Ibíd).
3. El derecho a la privacidad sexual: involucra el derecho a las decisiones y conductas individuales realizadas en el ámbito de la intimidad siempre y cuando no interfieran en los derechos sexuales de otros (Ibíd).
4. El derecho a la equidad sexual: se refiere a la oposición a todas las formas de discriminación, independientemente del sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o limitación física o emocional (Ibíd).
5. El derecho al placer sexual: incluye el autoerotismo, el cual es fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual (Ibíd).
6. El derecho a la expresión sexual emocional: esta va más allá del placer erótico o los actos sexuales, puesto que todo individuo tiene derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional y el amor (Ibíd).

7. El derecho a la libre asociación sexual: significa la posibilidad de contraer o no matrimonio, de divorciarse y de establecer otros tipos de asociaciones sexuales (Ibíd).
8. El derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables: abarca el derecho a decidir sobre tener o no hijos, el número y el espacio entre cada uno, y el derecho al acceso pleno a los métodos de regulación de la fecundidad (Ibíd).
9. El derecho a información basada en el conocimiento científico: implica que la información sexual debe ser generada a través de la información científica libre y ética, así como el derecho a la difusión apropiada en todos los niveles sociales (Ibíd).
10. El derecho a la educación sexual integral: es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida y que debería involucrar a todas las instituciones sociales (Ibíd).
11. El derecho a la atención de la salud sexual: esta debe estar disponible para la prevención y el tratamiento de todos los problemas, preocupaciones y trastornos sexuales (Ibíd).

De acuerdo a la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de El Cairo, los derechos reproductivos se basan, en que todas las parejas e individuos, tienen el derecho a decidir libre y responsablemente en aspectos relacionados a su reproducción. Además de poner en manifiesto, que es responsabilidad de los Estados y de los diversos agentes sociales, asegurar estos derechos (Agirre y Caballero, 2008).

El grupo de interés español en Población, Desarrollo y Salud Reproductiva, plantea que los elementos que conforman los **derechos reproductivos** son:

1. Derecho a la vida y a que ésta no sea puesta en peligro por motivos relacionados con el embarazo o el parto (Ibíd).
2. Derecho a disfrutar de la vida reproductiva y a decidir libremente si formar o no una familia, además de poder decidir el número de hijos y el momento en que desea tenerlos (Ibíd).
3. Derecho a disfrutar de un marco normativo, social y laboral equitativo que permita a todas las personas desarrollar su vida reproductiva en igualdad. Es decir, que no deberá existir algún tipo de discriminación por motivos de raza, color, sexo, género, orientación sexual, edad o condición alguna (Ibíd).
4. Derecho a acceder a información, servicios socio - sanitarios y recursos eficaces y de calidad, que respondan a las necesidades reproductivas de cada persona, incluyendo la atención durante el embarazo, parto, puerperio, la prevención, tratamiento y diagnóstico de enfermedades de transmisión sexual. Además que la persona tenga acceso a métodos anticonceptivos, así como a servicios para interrupción voluntaria del embarazo (Ibíd).
5. Derecho a recibir educación e información completa en temas reproductivos, incluyendo temas sobre maternidad y paternidad, para que las personas puedan tomar decisiones de forma responsable, voluntaria y en condiciones de equidad sobre sus vidas reproductivas (Ibíd).

6. Derecho a ejercer la paternidad y maternidad si así se decide (Ibíd).
7. Derecho a realizar esta decisión de manera plena, equitativa y responsable, de manera que signifique un espacio de realización humana para cada persona (Ibíd).
8. Derecho a beneficiarse de aquellos tratamientos e investigaciones y avances en el conocimiento, los cuales contribuyen a alcanzar las metas reproductivas individualmente elegidas y a mantener y mejorar la salud reproductiva (Ibíd).
9. Derecho a la privacidad de la vida reproductiva y a tener acceso a servicios relacionados con este ámbito que garanticen la confidencialidad (Ibíd).
10. Derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y expresión sobre la reproducción y la maternidad/paternidad, así como tener acceso a información completa y veraz sobre estos temas (Ibíd).
11. Derecho de reunión, asociación y participación para tratar, trabajar o incidir en temas relacionados con la reproducción y la maternidad/paternidad (Ibíd).

Son diversas las campañas con temáticas de sexualidad he incluso existen jornadas de salud, las cuales brindan información y servicios a la comunidad. Sin embargo, en cuanto a la difusión de los derechos sexuales y reproductivos ha sido escasa. La gran mayoría de las mujeres inscritas en el programa *Red de Defensoras Populares*, desconocían que tenían derechos dentro de este ámbito; talvez esto se debe a que es joven la promulgación que avala y protege los derechos sexuales y reproductivos. Esta desinformación puede ocasionar que se vean transgredidos sus derechos, por lo

cual, si se les brinda la información necesaria y adecuada, se lograra un reconocimiento de los derechos de los cuales son poseedoras y se podrá lograr un empoderamiento y ser exclusivamente la persona quien decida sobre su cuerpo y no alguien más.

Un elemento importante a destacar, es la implementación y difusión sobre los métodos anticonceptivos, es importante seguir informando y develando los mitos que existen sobre este tema, para que las personas puedan acceder libremente a estos métodos.

## **2.7. Crisis**

Objetivo: brindar elementos conceptuales y prácticos con el fin de que obtengan conocimientos de cómo intervenir ante una situación en crisis.

La crisis son experiencias normales en la vida, las cuales reflejan una lucha en la que el individuo intenta mantener un estado de equilibrio entre sí mismo y su entorno (Caplan, 1964; en Fernández, 2002). La crisis pueden representar una oportunidad para el desarrollo personal, si se resuelve satisfactoriamente, pero también pueden representar un peligro, al aumentar la vulnerabilidad de la persona (Fernández, 2002).

Cohen (1989), define el término crisis, como un período limitado de desequilibrio psicológico, precipitado por un cambio repentino y significativo en la situación vital de la persona. Tal desequilibrio puede depender de la muerte de un ser amado, pérdida de ingresos o bienes materiales, enfermedades, divorcio, nacimiento de un hijo, mudanzas u otras vivencias personales importantes.

Si bien, la mayoría de las crisis tienen una limitación temporal y se resuelven naturalmente, en algunas ocasiones esto no sucede, ocasionando que el problema sature las habilidades, las estrategias de resolución de problemas, con la que cuenta la persona, produciendo una sensación de desamparo y pavor y la retirada a mecanismos defensivos inhabituales, los cuales generalmente son poco efectivos, por ejemplo; la negación, protección o desorganización (Hyman, 1990).

De acuerdo a Halpern (1973; en Slaikeu, 2000), una persona en crisis presenta las siguientes características:

- ❖ Presenta sentimientos de cansancio, agotamiento y desamparo.
- ❖ Existe una inadecuación, confusión y malestares físicos.
- ❖ Existe una desorganización del funcionamiento en sus relaciones laborales, familiares, sociales y en sus actividades sociales.

Para Eric Erikson (1950; en Wainrib, 2001), *la crisis no connota una catástrofe inminente (en vez de ello) designa un punto crítico necesario, un momento crucial en el que el desarrollo debe tomar una dirección u otra, ordenando los recursos, la recuperación, y una mayor diferenciación.*

La crisis produce la necesidad de buscar apoyo, de encontrar refuerzo y confortación. Todo apoyo no solamente tiene como característica fundamental la de pertenecer a una red de apoyaturas, sino también de estar en *apoyo mutuo*, es decir que aquello que se apoya tiene la posibilidad de servir, a su turno, de apoyo a lo que sostiene (Kaës, 1979).



### **2.7.1. Intervención en crisis**

De acuerdo con Parad & Parad (1990; en Wainrib, 2001), la intervención en crisis es un proceso que influye activamente en el funcionamiento psicológico durante un periodo de desequilibrio con el fin de aliviar el impacto inmediato de los eventos estresantes.

El objetivo de la intervención en crisis es socorrer a la persona en tensión, apoyándola en ese difícil período, previniendo así posibles marcas psicológicas duraderas, derivadas de la experiencia y, si es posible ayudar a la persona a sacar algún provecho positivo de la resolución de la crisis (Hyman, 1990). Además, se busca que la persona sea capaz de establecer un nuevo modo de funcionamiento psicológico, interpersonal y social, en donde se demuestren sus capacidades, las cuales deberán garantizar el acceso a los aportes físicos, sociales y emocionales en su nueva situación (Fernández, 2002).

Desde sus inicios a finales de la década de 1940, la intervención en crisis ha tenido un enfoque preventivo. Un ejemplo claro, son los servicios de las líneas telefónicas de urgencia, las cuales entrenaban a trabajadores voluntarios para impedir que quienes llamaban cometieran un suicidio. El enfoque preventivo puede adoptar tres fases: la prevención primaria que esta encaminada a reducir la incidencia de trastornos; la prevención secundaria que busca reducir los efectos dañinos de los sucesos ocurridos y la prevención terciaria, encaminada a reparar el daño hecho mucho tiempo después del suceso original (Slaikeu, 2000).

La forma en que reacciona una persona ante un evento de crisis, dependerá de tres factores:

- ❖ Recursos materiales: los cuales incluyen el dinero, comida, vivienda y transporte (Ibíd).

- ❖ Recursos personales: este factor ayuda a determinar la intensidad y el curso que tome la crisis. Dentro de este factor, se debe tener en cuenta, la fuerza del Yo, la historia previa de enfrentamiento a situaciones tensionales, la existencia de algún problema sin resolución, puesto que estos factores pueden determinar si un suceso particular conducirá o no a una crisis (Ibíd).
  
- ❖ Recursos sociales: se refiere a las fuentes de apoyo con las que cuenta la persona, es decir, amigos, familia, compañeros de trabajo o vecino (Ibíd).

Para este último factor Unger y Powell (1980; en Slaikeu, 2000), describen tres tipos de ayuda que los contactos sociales pueden proveer durante el momento de la crisis. 1) Apoyo utilitario, el cual consiste en brindar ayuda material; como comida, ropa, albergue o en algunos casos, brindarles un apoyo económico. 2) Apoyo emocional, el objetivo de este apoyo es que la persona se sienta amada y protegida por familia y amigos. 3) Que los contactos sociales, puedan proporcionar información y acercamiento a otros recursos, para lograr una ayuda mejor.

### **2.7.2. Primeros auxilios psicológicos**

De acuerdo a Lazarus (1980; en Slaikeu, 2000), el objetivo principal de los primeros auxilios psicológicos es auxiliar a la persona a dar pasos concretos hacia el enfrentamiento de la crisis, lo cual incluye el control de los sentimientos, comenzando así el proceso de solución del problema.

Los primeros auxilios constan de cinco componentes los cuales son:

- 1. Contacto psicológico:** se le invita a la persona, a que hable sobre lo sucedido, con la finalidad de que se sienta aceptada, entendida y apoyada. En este primer punto hay un reconocimiento de los sentimientos de ira, dolor, temor, etcétera, y a partir de eso, se reducirá la intensidad emocional y la energía. Es importante mencionar que la persona que lleve a cabo la intervención, deberá de escuchar de forma empática (Slaikeu, 2000).
  
- 2. Examinación de las dimensiones del problema:** esta examinación se enfoca en tres áreas: 1) pasado inmediato: este remite a los acontecimientos que condujeron al estado de crisis, 2) presente: se necesitara conocer quienes están implicados en el problema, que fue lo que ocurrió y cuando, y 3) futuro inmediato: este implica que la persona tendrá que tomar decisiones inminentes. El objetivo que se desea alcanzar, es que se trabaje hacia un orden jerárquico de las necesidades de la persona, estas necesidades se manejan dentro de dos categorías: conflictos que necesitan manejar de manera inminente y conflictos que pueden dejarse para después (Ibíd).
  
- 3. Posibles soluciones:** la persona a cargo de la intervención, deberá lograr que el paciente genere e identifique alternativas tanto para las necesidades inmediatas como para las que pueden dejarse para después. Se analizara los pros y los contras de cada alternativa, para que así, la persona logre tomar una adecuada decisión. Es importante mencionar que se debe tener en cuenta los recursos con los que se cuenta y conocer que estrategias de resolución se han utilizado (Ibíd).

**4. Ejecución de la acción concreta:** implica ayudar a la persona a ejecutar alguna acción para manejar la crisis. La persona afectada, será quien tome la decisión de lo que se hará para resolver la crisis, solo en el caso que las circunstancias deterioran severamente la capacidad de un paciente para actuar, la persona a cargo deberá tomar un papel activo (Ibíd).

**5. Seguimiento:** se establece un procedimiento que permita el verificar el progreso. El objetivo del seguimiento es, completar el circuito de retroalimentación o determinar si se lograron o no las metas de los primeros auxilios (Ibíd).

Con relación a los cinco componentes, en la tabla 2 se muestran algunos puntos de lo que se debe y no de hacer, cuando se brinda primeros auxilios psicológicos a una persona:

**Tabla 2.**<sup>1</sup>

	Qué hacer	Qué no hacer
Contacto	Escuchar de manera cuidadosa Refleja sentimientos y hechos Comunicar aceptación	Contar su <i>propia historia</i> Ignorar sentimientos o hechos Juzgar o tomar partido
Dimensiones del problema	Plantear preguntas abiertas Pedir a la persona que sea concreta Evaluar la mortalidad	Depender de preguntas de si/no Permitir abstracciones continuas Soslayar las señales de <i>peligro</i>
Posibles soluciones	Alentar la lluvia de ideas Trabajar de manera directa por bloques Establecer prioridades	Permitir la visión de pasar por un túnel Dejar obstáculos sin examinar olerar una mezcla de necesidades

<sup>1</sup>Tomado de Slaikeu, 2000.

Acción concreta	<p>Dar un paso a la vez</p> <p>Establecer metas específicas de corto plazo</p> <p>Hacer confrontaciones cuando sea necesario</p> <p>Ser directivo, si, y sólo, se debe serlo</p>	<p>Intentar resolverlo todo en el mismo momento</p> <p>Realizar decisiones que comprometan por largo tiempo</p> <p>Ser tímido</p> <p>Retraerse de tomar decisiones cuando parezca necesario</p>
Seguimiento	<p>Hacer un convenio para recontactar</p> <p>Evaluar los pasos de acción</p>	<p>Dejar detalles en el aire, o asumir que el paciente continuará la acción del plan por sí mismo</p> <p>Dejar la evaluación a alguien más</p>

### 2.7.3. Intervención para comunidades

El profesional de la salud mental puede desempeñar varios papeles importantes en la comunidad terapéutica, como es el brindar servicio directo; consulta para las organizaciones comunitarias; distribución de servicios y recursos psicoeducativo, entre otros (Wainrib, 2001).

Aparte de la distribución del servicio directo, el profesional es útil para la comunidad desarrollando alguna, o todas, las facetas de un acercamiento triple, las cuales son:

#### ❖ Información

Esta fase tiene la finalidad de educar al público sobre la naturaleza del evento traumático y las reacciones emocionales y conductuales anticipadas. Los métodos de los cuales se valen para brindar información son; los medios de comunicación de masas, la educación grupal comunitaria y folletos informativos. El objetivo que se busca alcanzar, es el lograr reforzar el conocimiento ya existente y las habilidades de afrontamiento, puesto que lo primero que se pierde en una crisis es el sentido común (Ibíd).

#### ❖ Educación y entrenamiento

La educación y el entrenamiento son organizados para los grupos de proveedores de servicios responsables de interactuar y atender las necesidades inmediatas (Bloch, 1991 b.c). Dentro de estos grupos se encuentran la Cruz Roja, el Ejército de Salvación, grupos locales de servicio social, agencias de salud pública, médicos, clero, departamento de policía y bomberos (Ibíd).

Sin embargo, la educación también puede proporcionarse a grupos que se generan de forma natural en la comunidad, donde personas que previamente no se encontraban afiliadas se reúnen debido a una preocupación o interés común y se unen con la meta de proporcionar alivio y recursos a las víctimas (Bloch, 1991; Kramer, Bloch & Grace, 1991; en Wainrib, 2001). Estos grupos, pueden identificarse como: grupos de apoyo y acción de los barrios y redes de preparación ante crímenes en el barrio y desastres. Por lo regular estos grupos, acogen con agrado a conferenciantes y personal asistencial, con la finalidad de reforzar sus actuales esfuerzos y tener una mayor preparación (Ibíd).

#### ❖ Consulta

Pueden ofrecerse servicios de consulta a organizaciones y agencias comunitarias, a medios de comunicación y a grupos que se forman de manera natural. El programa de consulta proporciona ayuda técnica, entrenamiento al personal y asistencia para aquellos proyectos específicos diseñados a satisfacer las metas del grupo (Ibíd).

Si bien el primer apoyo que recibe una persona es principalmente, por parte de algún familiar o algún miembro de su comunidad ya sea por que es la fuente de apoyo más cercana o por la confianza que se le ha depositado. Es importante que las personas tengan noción de cómo ayudar asertivamente a una persona en crisis, o en dado caso tener información de lugares a los cuales pueda acudir.

Con relación a las distintas temáticas desarrolladas en el presente capítulo; dentro del Distrito Federal existen diversas instituciones las cuales facilitan talleres de equidad y género, conocimiento sobre la violencia, de salud, entre otras. La importancia de seguir promoviendo esta clase de talleres es brindar elementos necesarios para crear en las personas conciencia y conocimiento de las leyes e instituciones dedicadas a proteger sus derechos, generando así que puedan tomar acciones en caso de verse en una situación de riesgo. Además de brindarles espacios, no solo de una oportunidad de conocimiento, sino también de crecimiento personal, donde ellas y ellos se sientan seguros y encuentren un bienestar a través de poder compartir sus experiencias y conocer las de los demás.



*No se nace mujer u hombre, sino con un cuerpo que adquiere un significado en este mundo.*

Simonne de Beauvoir





## CAPÍTULO 3

# SER MUJER Y SU ROL

En el diccionario (Laurosse, 2002) se define mujer, como una persona del sexo femenino, la cual ha llegado a la pubertad. Específicamente la mujer de su casa, es la que tiene gobierno y disposición para mandar o ejecutar los quehaceres domésticos y cuida de la hacienda y familia con exactitud y diligencia.

En el presente capítulo se tratara el tema de la mujer desde el punto de vista de los roles que desempeña. Quien de acuerdo a Bronfenbrenner (1987), un rol es un conjunto de actividades que se esperan de una persona que ocupa una posición determinada en la sociedad, implicando una integración de los elementos de su actividad y la forma de relacionarse en función de las expectativas de la sociedad.

Se mostraran algunos antecedentes históricos sobre los roles. Así como de su construcción y de algunos elementos que contribuyen a esta situación.

De acuerdo a Casanova (1989), se describen los roles tradicionales dentro de la cultura mexicana. Se hace mención de algunos factores sociales que participan en la construcción y mantenimiento de los roles. En el último apartado, se menciona la reestructuración del papel de la mujer.

### 3.1. Antecedentes históricos sobre los roles

Bueno (1996), menciona que la mujer mexicana, lucha por establecer patrones de identidad fuera de casa, pero se ve atrapada en una dualidad de roles conflictivos, los cuales se han arrastrado desde épocas prehispánicas.

Entre los aztecas, el destino y la educación estaban predeterminados en función del sexo. A los niños se les mostraban armas de juguete que los padres ponían en sus manos, enseñándoles la forma de utilizarlos. Mientras que a las niñas, les brindaban utensilios de juguete para simular el tejido e hilado. Con relación a la educación, existían dos clases de escuelas para los varones: el *Telpuchcalli*, el cual era para la educación corriente que todo hijo de la casta dominante recibía, en donde se impartía la enseñanza del civismo, la historia, las tradiciones y las normas religiosas comunes, así como el dominio de las armas y de los distintos oficios y artes; y el *Calmecac*, en donde se preparaban los futuros sacerdotes. Las mujeres solamente contaban con las escuelas que entrenaban a las futuras sacerdotisas: el resto de las jóvenes recibía toda su instrucción en el hogar y bajo la dirección de la madre (De la Torre, 1965). Siendo así que la mujer solamente tendría como función *ser esposa* y posteriormente *ser madre*. Se le enseñaban los cuidados sobre el embarazo, la ayuda que se debía dar a sí misma y prestar a otras mujeres en momentos del parto, se le enseñaba a cuidar a los niños de enfermedades leves, educarlos y alimentarlos (Casanova, 1989).

De acuerdo a la afirmación hecha por Syvanus G. Mosley (cit. en, De la Torre, 1965), entre los antiguos mayas, la educación de las mujeres consistía en enseñarles a hacer tortillas de maíz, ocupación, que consumía gran parte del tiempo de todas las mujeres. La fabricación de esas tortillas, el lavado de la ropa y la crianza de los hijos eran las tres actividades principales en

la vida de la mujer maya en los tiempos antiguos (De la Torre, 1965).

Durante la Conquista, la religión judeo - cristiana, sirvió como instrumento ideológico para reforzar valores en relación a un *deber ser femenino*. El reemplazo de la Coatlicue, a la Virgen María surge como un nuevo modelo de identificación, con el que se transmiten los siguientes valores: ser santa, callada, modesta, humilde y fundamentalmente, ser madre, sin haber gozado del cuerpo, dando como resultado que este sea el *ideal de madre* (Casanova, 1989). Los conquistadores españoles y portugueses importaron la idea de que el lugar que le correspondía a la mujer era su casa; hasta cierto punto, este concepto tiene su origen en las ideas de los conquistadores musulmanes, a quienes se acaban de expulsar de España y Portugal cuando Colón halló el camino hacia América (Zapata, 2002).

En la colonia, la ignorancia de la mujer la haría apta sólo para la procreación, las labores hogareñas y la práctica de devociones religiosas. El reconocimiento social dependía de su papel de depositaria del honor masculino (Urrutia; en Casanova, 1989).

Si bien los roles socialmente establecidos para la mujer han sido, el de madre y esposa, viéndose limitadas a otras actividades, en el año 1934, durante el Gobierno de Cárdenas, las mujeres tuvieron una destacada participación en las luchas populares y en la solidaridad internacional contra el fascismo (Ibíd).

Con relación a lo anterior, es importante destacar la participación de mujeres, como Sor Juana Inés de la Cruz, la cual aspiraba a recibir la educación superior, a lo que la llevo a disfrazarse de hombre para que se le abrieran las puertas de la Rey y Pontifica Universidad. Los nombres de Doña Josefa Ortiz de Domínguez y de Leona Vicario van unidos al de millones de campesinas, artesanas e incluso al de algunas mujeres de la

pequeña burguesía que combatieron con las armas para lograr la independencia del país. Durante la Revolución, se resalta la participación de las llamadas Adelitas, las cuales eran organizadoras de grupos armados, elaboraban planes y propaganda, además funcionaban como correo y enlace; como combatientes (Ibíd).

### **3.2. Construcción de roles**

De acuerdo a Lagarde (1992), las características asignadas al sexo son aprendidas y todo lo que es ser mujer o ser hombre, es histórico ya que cada sujeto al nacer, empieza un recorrido para aprenderlo. La autora cita a *Simonne de Beauvoir*, la cual menciona que *no se nace mujer u hombre, sino con un cuerpo que adquiere un significado en este mundo*. Lo cual la llevo a la conclusión de que lo primero que nos ubica en este mundo es el cuerpo, porque tiene un valor histórico y nos sirve como un instrumento de colocación en la sociedad.

En el momento en que nace una persona, comienza a verse influenciada por la sociedad, la cual, condicionará la manera de ver y estar en el mundo. Con lo anterior se quiere hacer referencia, a que la imagen que posee una persona sobre si mismo, se ve construida a partir de los modelos que ofrece la sociedad y la cultura, la cual determinara *cómo se debe ser y como debe comportarse* (Moreno, 1986).

El como *debe comportarse* una persona se irá adquiriendo a través de la socialización, la cual de acuerdo a Bustos (1981; en Cienfuegos, 2004) esta puede ser entendida como un componente que limita las conductas de las personas puesto que siempre se hace presente lo que se debe y puede hacerse según al grupo al que pertenezca, fomentándose en unos la asertividad y agresividad, y en otros la sumisión.

El lenguaje, también es un elemento importante en el desarrollo de la niña o niño, puesto que en este se ve reflejado el sistema de pensamiento colectivo y con él se transmite una gran parte de la forma de pensar, sentir y actuar de cada sociedad. Una madre, al enseñar a hablar a su hija, no piensa que, además de enseñarle a comunicarse, le está enseñando también un sistema para interpretar el mundo, le está mostrando qué cosas son iguales a otras, por qué se llaman igual y cuáles son diferentes porque reciben otro nombre (Moreno, 1986).

Con relación a lo anterior, Bueno (1996), menciona que en ocasiones los padres, les envían mensajes a sus hijas como: *cásate y sé mamá como tu madre y, por otro lado, estudia para que así puedas ser independiente y hacer lo que tú quieras como tu padre*. Debido a esto las mujeres pueden presentar sentimientos de culpa, puesto que al identificarse con alguno de ellos, es como si se rechazara a la otra persona.

Barbieri (1984), menciona que los roles atribuidos a la mujer son los roles de madre, esposa y ama de casa; este triple papel le es asignado por la sociedad. A lo que Lagarde (1992), menciona que existen ciertas actividades centrales realizadas por las mujeres. Estas actividades se relacionan con el aspecto doméstico; como *tengo cuerpo sexuado femenino, barro, cocino, plancho, cuidado, y soy prioritariamente hija de, hermana de, esposa de* (Ibíd, pp.8).

De acuerdo a lo anterior, Aranguren (1973), considera que la mujer es vista como la portadora de valores afectivos, de sensibilidad, ternura, delicadeza, intuición, lo cual contribuye a que se vea confinada al hogar, dejándole a su cargo la educación de los hijos, la decoración y el cuidado de la casa.

### 3.3. Roles de la mujer mexicana

Casanova (1989), describe cinco roles *tradicionales* en relación a la mujer en México:

- ❖ Niña: a través de los juguetes que le son regalados: muñecas, juegos de té, maquinita de coser, planchitas, casitas, se busca orientarlas hacia un rol de actividades domésticas, en detrimento del desarrollo de una herencia cultural, puesto que la madre y otras mujeres que conviven con ella, transmiten un modelo de *mujer servidora*. La afectividad en la niña está regulada por adultos, *ella tiene que ser tierna; debe ser buena mami* con sus muñecos; reprimiendo en ella manifestaciones de cólera; además se le enseñara a ocultar su cuerpo, *ya que el mostrarlo sería sucio e impropio*.
- ❖ Adolescente: dentro de esta etapa se inicia el cuestionamiento sobre su estado civil y se busca que logre una pareja estable. Se le continúa adiestrando a ser una *buena mujer* reforzando los valores femeninos como son: su arreglo personal, su forma de vestir, para que pueda *agradar*.
- ❖ Novia: es quizá el rol en torno al cual se genera un conjunto de mitos sobre la mujer. No sólo es su paso de la dependencia paterna a la del esposo; la mujer debe comportarse *correctamente, debe ser decente, honrada y pura, también se espera que llegue virgen hasta el matrimonio*.
- ❖ Esposa: *cuando la mujer ha llegado al matrimonio, sus funciones se limitan a la satisfacción de su pareja y a buscar el tan ansiado hijo. Se le niega y se niega (no en todos los casos) la posibilidad de desarrollarse en otros núcleos*.

- ❖ Madre: la mujer es la responsable de los hijos, de su cuidado y educación, la encargada de buscar una buena escuela, de vestirlos, bañarlos, alimentarlos, entre otras actividades. *Su vida es valorada en función de su maternidad.*

Es importante destacar que las características descritas por el autor, no son una regla general para todas las personas ya que pueden variar de acuerdo al contexto social en el que viva.

### **3.4. Factores que contribuyen a la construcción de roles**

En México, así como fundamentalmente en los países del tercer mundo, las mujeres ocupan una posición subordinada a la del hombre, (padre, esposo, hermano) pues éste adquiere una mayor autoridad. Esta ideología (actitud patriarcal) se transmite a la población a través de múltiples instituciones, tales como:

- ❖ Familia

De acuerdo a Oliver (1984; en Casanova, 1989), la familia es un factor importante en la adquisición de roles, ya que, generalmente el niño nace dentro de una familia, en la que interactúa y se relaciona. Dando como resultado de estas primeras relaciones, que se vaya filtrando el mensaje social que asegura la reproducción del orden establecido y de las identificaciones posibles y necesarias.

De acuerdo a Casanova (1989), dentro de la sociedad se promueve una educación sexista. Es decir, en algunas familias la idea del sexo del primer hijo es que sea varón, esto en función del padre que busca con ello la *realización de su potencialidad viril*; si este primer vástago llega a ser niña, probablemente decepcione a sus padres. Sin embargo, la niña es esperada por los padres con otras expectativas, puesto que se tiene la idea de que son más

afectuosas, sienten más gratitud, da gusto vestir las, ayudan en los trabajos domésticos y son una compañía en casa.

Rascovsky (cit. en Casanova, 1989), menciona que no sólo desde que nace se le marca el color rosa como distintivo de su sexo, sino que a continuación viene el nombre de mujer, a menudo con la delicadeza de una flor, de algún elemento cósmico o de alguna abstracción superior. Luego vienen los vestidos, juguetes y las orientaciones que el medio dispone o impone.

Un estudio referido por Saldivar (1993; en Cienfuegos, 2004), indica que los patrones con los cuales los padres se dirigen diferencialmente hacia sus hijas o hijos están muy marcados. En las primeras se favorecen el trato gentil, la carencia de atención y por la imposición de sus opiniones; a los hombres los escuchan más y platican más con ellos, les inculcan que los niños son más importantes que las niñas, llegando a la conclusión de que *el sistema en que estamos inmersos es un sistema patriarcal en el que el hombre ha hecho creer a la mujer que es un ser indefenso y vulnerable que necesita de su protección.*

Si bien algunos juegos son distintivos para niños y niñas, para el primero, serán juegos más bruscos, en donde el mostrar la fuerza que se posea será el objetivo; en cambio el juego suave y cariñoso, la imitación de la madre y sobre todo de la maternidad, son juegos realizados por las niñas. Casanova (1989), menciona que la identificación entre hija y madre, va más allá de lo biológico o de lo psicológico, puesto que él considera que la mujer está determinada por dos roles básicos, *el de esposa y sobre todo el de madre. Ambos institucionalizados en un deben ser, la imagen de madre ideal se encuentra imbuida de elementos subjetivos como la abnegación, la pureza, las ideas del amor y sufrimiento, y como única función objetiva la de dar cuidado y atención a los hijos.*



## ❖ Escuela

El ingreso de la mujer a la escuela ha sido fruto de una larga lucha y la posibilidad de una formación universitaria, es una práctica que apenas empieza a ser *bien vista* (Casanova, 1989). Sin embargo, en el caso de la educación y de manera particular de la escuela básica, se fomenta en la niña la adopción de una serie de actitudes para que sea lo que socialmente se espera de ella, una *buena mujer*. A lo que Moreno (1986), refiere que la escuela tiene marcada una doble función: la formación intelectual y la formación social de los individuos, es decir, su adiestramiento en las propias pautas culturales.

Al ingresar en la escuela, niñas y niños saben ya muy bien cual es su identidad sexual y cual es el papel que como a tales les corresponde, aunque no tengan todavía muy claro el alcance y el significado de este concepto. La escuela colaborará eficazmente en la clarificación conceptual del significado de ser niña y hará lo propio con el niño. Pero no lo hará siempre de una manera clara y abierta sino, la mayoría de las veces, de forma solapada o con la seguridad arrogante de aquello que, por ser tan evidente, no necesita siquiera ser mencionado ni mucho menos explicado (Moreno, 1986).

Casanova (1989), afirma que la educación refuerza el aprendizaje de los roles tradicionales de las mujeres, en relación a su papel de hijas, madres y esposas. Dentro del plan de estudios no se establece formalmente que los conocimientos que se desarrollan en los talleres sean propios para uno u otro género, sin embargo, los alumnos se incorporaran a aquellas áreas que consideran transmiten los conocimientos más cercanos a su identidad de género, por ejemplo, talleres de electricidad, automotriz, y carpintería para los varones; y de cocina, costura, y mecanografía para las mujeres. Tal situación propicia y reproduce la futura división de

oficios y profesiones que persiste actualmente en nuestra cultura (Sánchez, 2003).

❖ Medios de comunicación

Otro elemento importante en la formación de la mujer, son los medios masivos de comunicación; televisión, prensa y cine. Dichos medios promueven una imagen de la mujer como consumidora y como *objeto* de venta, lo que contribuye a reforzar los roles que la sociedad ha impuesto. Los mensajes emitidos por estos medios, tiene un fin en particular, el cual es; la adaptabilidad al sistema y el consumo (Casanova, 1989).

De forma particular la televisión establece y refuerza mitos. En función de estos, hay una utilización de valores para un fin determinado, la venta de diferentes productos, en un caso concreto *el día de la madre*. Teniendo como resultado, que se vea reforzada la *imagen de la madre buena, abnegada, mujer de hogares pulcros y buena esposa* (Ibíd).

Frecuentemente las personas pueden observar espectaculares, sobre mujeres modelando diversos productos; en donde se muestra a una mujer de *linda figura* y un arreglo impecable. A lo cual, Casanova (1989) menciona que los medios masivos o de publicidad, transmiten a la sociedad el tipo de mujer esperado, *rubia, bella, delgada, deseable*, la cual le brinda la posibilidad de ser aceptada. Con relación a esto, Moreno (1986) menciona que la mayoría de las imágenes que se observan, muestran a los varones realizando diversas acciones: *jugando, corriendo, estudiando, o ejerciendo profesiones como médicos, arquitectos, astronautas, consideradas habitualmente como masculinas, mientras que aquellas en las que aparecen niñas y mujeres, están cosiendo, fregando, cocinando o realizando actividades propias de su sexo*.

### 3.5. Reestructuración del papel de la mujer

El movimiento feminista, el convencimiento y la constancia de algunas mujeres tanto en la lucha por la consecución del voto como en su incorporación a la vida laboral, política, entre otras, han permitido que se reconozca a la mujer. Éste ha sido un cambio importante y positivo, pero no sólo para ellas, puesto que se ha visto enriquecido la concepción de sociedad y de individuo (Arribillaga, 2006).

En los años sesenta, el modelo cultural cambia. Cae la fecundidad, aumenta la incorporación de las mujeres en la educación superior y la clase media pasa a participar masivamente en el mercado laboral. Esto permitió que existiera un cambio en la percepción que tienen sobre sus roles como madres y como trabajadoras; desean un trabajo asalariado tanto por la valoración social como por la independencia económica que significa. A esta situación se le denomina *la revolución silenciosa de las mujeres*, proceso que hizo visible las divisiones de género del trabajo. Desde entonces, las mujeres se mueven entre el trabajo doméstico y el trabajo asalariado y cada vez menos abandonan este último ante el nacimiento del primer hijo (Carrasco, 1998).

De acuerdo a Balderas (2006), existen ciertos elementos que facilitaron la incorporación de la mujer a la actividad económica, los cuales a continuación se presentan:

- ❖ El notable y creciente acceso de las mujeres a la formación escolar en la segunda mitad del siglo XX (Ibíd).
- ❖ Los cambios en su función reproductiva; es decir, el mayor control sobre sus cuerpos, que ha dado como resultado una caída drástica de las tasas de fecundidad (Ibíd).

- ❖ El incremento de la esperanza de vida que se observó en el transcurso del siglo XX, les permitió incrementar sus años de vida activa (Ibíd).
  
- ❖ La revolución cultural que se vivió en los últimos 100 años y que se extendió al ámbito de las relaciones de género implicó un mayor reconocimiento de las aportaciones de la mujer en todos los ámbitos de la vida económico - social, a pesar de que aún no se les ha retribuido del todo ni económica, ni cultural, ni socialmente (Ibíd).

De acuerdo a Idrovo y Cacique (2006), a la sociedad mexicana se le ha descrito como un ejemplo típico de patriarcado, donde por largo tiempo se ha aceptado la superioridad del hombre, mientras que las mujeres han carecido de poder en la esfera pública y privada. Sin embargo, en los últimos 50 años las mujeres mexicanas han logrado mayores niveles de educación y han participado más activamente en el mercado, favoreciendo cambios en el ingreso familiar y en los procesos de toma de decisiones, esto ha permitido que las mujeres tengan mayor poder dentro del hogar y de la sociedad en conjunto (Ibíd).

Con relación a lo anterior, Rocha y Díaz Loving (2005), mencionan que la incorporación de la mujer al campo laboral, así como su acceso a un nivel de escolaridad más elevado, ha beneficiado también a que lentamente se vaya permeando la visión estereotipada sobre los géneros, así como un cambio en los roles que se han establecido para cada sexo.

Si bien, la incorporación de las mujeres al mercado de trabajo no constituye por sí sola una vía de empoderamiento, no hay que olvidar que es un elemento importante de ese proceso, el cual, exige cambios en la ideología patriarcal prevaleciente (Idrovo y Cacique, 2006).

En México, se observa en los últimos años un incremento notable en la tasa de actividad de las mujeres más jóvenes. El rango de edad de la población económicamente activa femenina es entre 15 y 49 años, esto indica que la mujer que en un momento determinado llega al mercado ya no se retira por motivos de matrimonio ni por maternidad. Estos comportamientos traerán un cambio cultural en corto plazo, transformando la estructura familiar y la subjetividad de las mujeres de ésta y de las futuras generaciones (Balderas, 2006).

Si bien es mínimo el acceso de mujeres a puestos ejecutivos, cada vez es más frecuente la participación en áreas relacionadas con la ciencia y la técnica. Dentro de las ramas técnicas, por ejemplo, es frecuente encontrar mujeres en posiciones de dirección en laboratorios de especialidades medicinales, tanto en control de calidad como a cargo de las fábricas (Alles, 2000).

Otro factor importante para la inserción de las mujeres en el ámbito público, es el acceso a una mayor escolaridad ya que sus posibilidades de competencia en el mercado laboral son mayores, al tiempo se presentan las posibilidades para que se constituyan en sujetas autónomas que conocen y ejercen sus derechos. Con relación a esto los sociólogos, han expresado que la adquisición de una escolaridad universitaria permitirá a las mujeres obtener mayores ventajas de su inserción en la estructura profesional respecto al sueldo y el *status* alcanzado, sin que esto impida que perduren las tendencias discriminatorias en relación con las remuneraciones y las posibilidades de trayectoria si se las compara con las masculinas (Sánchez, 2003).

Sin embargo, no todas las mujeres tienen posibilidad de acceder a estudios universitarios, pero eso no ha sido impedimento para que ellas se organicen y tengan participación activa en la sociedad. Esta participación se ve reflejada en los movimientos sociales de protesta y lucha tales como: asociaciones ciudadanas, ONG (Organizaciones No Gubernamentales), movilizaciones sociales urbano y de sectores populares. Es en estos movimientos dónde se ha registrado la presencia abrumadora de las mujeres ya sea en la participación de base y dirigencia media a nivel local o comunitario. Las demandas de consumo familiar (agua, abasto, servicios, drenajes, pavimentación, lecherías, desayunos escolares) conforma y dinamiza la lucha cotidiana que emprenden las mujeres de los sectores populares para la sobrevivencia (Sánchez, 2003).

De acuerdo a Castro (2006), una de las formas para diagnosticar los cambios que vive nuestra sociedad, son las frases dichas por las personas mayores en pláticas cotidianas; *¡En mis tiempos no se permitía...! ¡Antes no podíamos! ¡Los niños y niñas de hoy son mucho más inteligentes! ¡Hija que bárbara eres... hubiera hecho lo mismo que tu!* También suele ser frecuente escuchar a las mujeres que han comenzado a tomar posturas distintas a las tradicionales y se han comenzado a desenvolverse con facilidad en sus relaciones ya que en ocasiones se puede escucharlas decir: *¡Te tengo una sorpresa, paso por ti y te invito a cenar! ¡Que propones para las vacaciones, porque yo ya tengo mi propuesta! ¡No estoy de acuerdo con la decisión que tomaste... que hacemos!* O con las amigas: *¡Cuando nos vemos para ir al teatro, al cine o a un café! ¡Leí un libro buenísimo que te voy a recomendar! ¡Fíjate que estoy tomando un curso de... y descubrí! ¡Vamos a correr el maratón, no importa en que lugar llegemos!* (Castro, 2006).

## 1. Planteamiento del problema

En la actualidad es común encontrarnos con programas o instituciones que brindan apoyo a las mujeres, ya sea capacitándolas en algún oficio o bien, para su protección. En la delegación Iztapalapa se implemento un programa llamado *Red de Defensoras Populares*, el cual brinda talleres con temáticas de equidad y género, derechos sexuales y reproductivos, tipos y ámbitos de la violencia, así como instituciones dedicadas a la protección de víctimas de esta misma, resolución positiva de conflictos, entre otros temas, cuyo objetivo es prevenir y erradicar la violencia de género. Una de las cualidades de este programa es que las mujeres participantes son empoderadas, por lo cual es de mi interés conocer ¿A través del programa *Red de Defensoras Populares* se adquieren habilidades de empoderamiento, así mismo si estas habilidades son puestas en práctica en la vida cotidiana?

## 2. Justificación

La siguiente investigación se realizó con la finalidad de reconocer si el empoderar a las mujeres a través de talleres con temáticas de equidad y género, les otorga habilidades de empoderamiento las cuales pueden ser útiles para su vida. Si existiera una adquisición de habilidades de empoderamiento, podrían apoyarlas en su desarrollo humano, en su beneficio personal, familiar y comunitario, tales como: participar de forma activa promoviendo sus derechos y el de las mujeres de su comunidad, haciendo a su vez una red de apoyo.

De acuerdo al Artículo 3 de la Ley de Acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Distrito Federal (2008): el empoderamiento es el proceso que permite el tránsito de las mujeres de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión hacia un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, que se manifiesta en el ejercicio pleno de sus derechos y garantías. Con relación a lo anterior, el empoderarlas significaría brindarles las herramientas necesarias que permitirá que se apropien de recursos, bienes, habilidades, capacidades y espacios para poder enfrentar y superar la opresión, creando alternativas que les permitan obtener un mayor control o una redistribución sobre las fuentes del poder y de cómo ejercerlo.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo general**

Conocer las habilidades de empoderamiento que fueron adquiridas y utilizadas por las mujeres en el desarrollo de los talleres impartidos por el programa *Red de Defensoras Populares*.

#### **3.2. Objetivo específico**

Reconocer la adquisición de habilidades de empoderamiento.  
Reconocer el uso de dichas habilidades de empoderamiento.

### **4. Hipótesis**

Hi: A través del programa *Red de Defensoras Populares* si se adquieren habilidades de empoderamiento.

Ho: A través del programa *Red de Defensoras Populares* no se adquieren habilidades de empoderamiento.



H1: Las habilidades de empoderamiento adquiridas a través del programa *Red de Defensoras Populares* han sido puestas en práctica en la vida cotidiana.

Ho: Las habilidades de empoderamiento adquiridas a través del programa *Red de Defensoras Populares* no han sido puestas en práctica en la vida cotidiana.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de sexo, género y equidad de género.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de sexo, género y equidad de género.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de roles y estereotipos.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de roles y estereotipos.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de autoconocimiento.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de autoconocimiento.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de violencia, tipos y ámbitos.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de violencia, tipos y ámbitos.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de resolución positiva de conflictos.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de resolución positiva de conflictos.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de derechos sexuales y reproductivos.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de derechos sexuales y reproductivos.

H1: Si hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de intervención en crisis.

Ho: No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de intervención en crisis.

## **5. Variables**

**5.1. Variable independiente:** Talleres del programa *Red de Defensoras Populares*.

**5.2. Variable dependiente:** Habilidades de empoderamiento.

## **6. Definición conceptual**

Talleres del programa *Red De Defensoras Populares*: están conformados por nueve sesiones. Cada sesión tiene una duración de cuatro horas a la semana. Estos talleres van dirigidos a mujeres y hombres mayores de edad, pertenecientes a la delegación Iztapalapa. El objetivo de este programa es prevenir y erradicar la violencia de género, a través de impulsar acciones comunitarias que contribuyan en construir relaciones basadas en el respeto e igualdad, así como el disfrute y uso de espacios y servicios públicos.

Habilidades de empoderamiento: es el conjunto de procesos que conducen al desarrollo de poderes positivos, es decir, a la apropiación de recursos, bienes, habilidades, capacidades y espacios para enfrentar y superar la opresión y crear alternativas, al haber internalizado esos poderes, que se vuelven maneras de ser, de vivir, de pensar, de sentir, de actuar, reconstituyendo a la persona, ésta se posiciona en una postura que le permite avanzar, construye su poderío y autonomía. Este proceso tiene tanto una dimensión individual como colectiva, las mujeres se convierten en sujetas de la propia vida, sujetas sociales y políticas (Lagarde en Alpízar, 2003).

### **7. Definición operacional**

Los talleres del programa *Red de defensoras Populares*, tenían una duración de nueve sesiones, en las cuales se abordaron los temas de: sexo, género y equidad de género, roles y estereotipos, autoconocimiento, violencia, tipos y ámbitos, resolución positiva de conflictos, derechos sexuales y reproductivos e intervención en crisis. Estos talleres fueron impartidos por psicólogas, sociólogas, trabajadoras sociales, así como de un trabajador social, una especialista en sexología y la participación de una abogada y una antropóloga.

El reconocimiento de las habilidades de empoderamiento, fue a través de las respuestas obtenidas en la escala propuesta para este trabajo de evaluación. El instrumento consta de 100 ítems, de escala tipo likert, el cual abarca los siete temas desarrollados en el programa *Red de Defensoras Populares*.

## **8. Muestreo**

No probabilístico, de caso - tipo.

### **8.1. Muestra**

Conformada por 50 mujeres.

### **8.2. Criterios de inclusión**

- Mujeres que pertenezcan al programa *Red de Defensoras Populares*.
- Edad entre 18 a 67 años.
- Con domicilio en Iztapalapa.
- Mujeres que hayan asistido a todos los talleres.
- Mujeres que respondan la escala completa.

### **8.3. Criterios de exclusión**

- Mujeres que no pertenezcan al programa *Red de Defensoras Populares*.
- Mujeres que no hayan asistido a todos los talleres.
- Mujeres que no respondan la escala completa.

## **9. Diseño de investigación**

No experimental, ex post facto.

## **10. Tipo de estudio**

Exploratorio, descriptivo, debido al reconocimiento que se hace de la situación de las habilidades de empoderamiento.

## **11. Instrumento**

Se realizó un instrumento que consta de 100 ítems, de escala tipo likert. Las áreas evaluadas fueron los temas de: sexo, género y equidad de género, roles y estereotipos, autoconocimiento, violencia, tipos y ámbitos, resolución positiva de conflictos, derechos sexuales y reproductivos e intervención en crisis. Su forma de respuesta se ajustó de acuerdo a la adquisición y al uso. Su validación fue por medio de un juicio, por lo que se requirió la participación de seis expertos en el tema y se realizó un análisis estadístico.

## **12. Escenario**

El lugar donde se llevó a cabo la evaluación fue en la Tlazohcalli perteneciente a la territorial asignada. Esta cuenta con un espacio amplio, iluminado y ventilado.

## **13. Material**

Lápiz, goma, sacapuntas e instrumento de evaluación de habilidades de empoderamiento.

## **14. Procedimiento**

Se asistió a la Coordinación de Atención Integral a la Familia, perteneciente a la Delegación Iztapalapa, con la finalidad de solicitar la autorización para trabajar con los grupos del programa *Red de Defensoras Populares*. A su vez se solicitó la colaboración de la responsable de los grupos autorizados.

Una vez obtenido el permiso, se procedió a localizar a las participantes, para que acudieran al espacio donde se les brindaba los talleres.

Contando con la asistencia de las mujeres se les explicó en qué consistiría la evaluación que se les realizó.

Se les otorgó el instrumento, lápiz y goma. Al concluir la evaluación se les agradeció su participación.

#### **15. Análisis estadístico**

Se ocupó el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) en su versión 17. Se realizó un análisis descriptivo para reconocer aquellas áreas de impacto y uso de las habilidades de empoderamiento. La prueba realizada para el presente trabajo fue una T - Student, con la finalidad de conocer las diferencias existentes con cada una de las variables con las que se trabajó.

# RESULTADOS

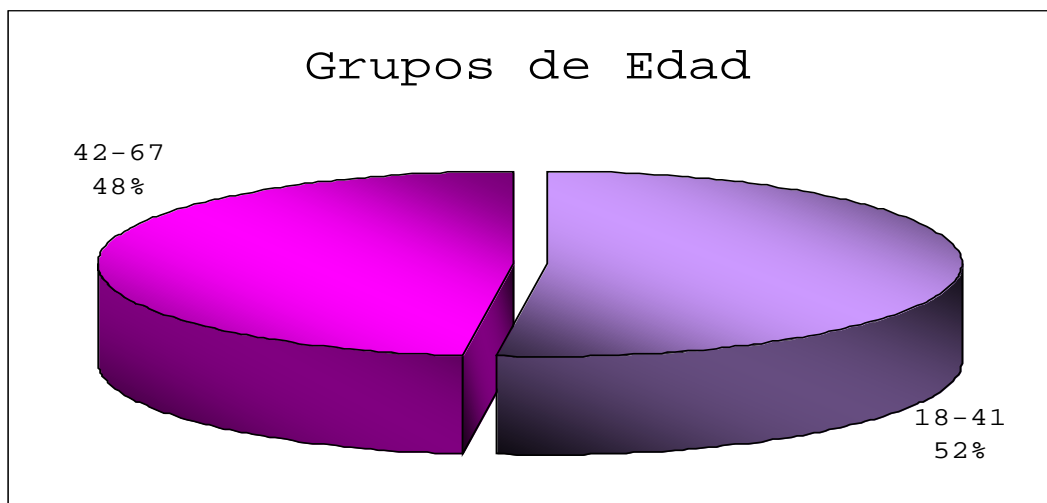
Una vez realizado el análisis descriptivo encontramos que la muestra tiene las siguientes características:

En el gráfico 1, se encuentran las edades de las mujeres que participaron. Debido a la extensión de las mismas se procedió a realizar dos grupos de edad. La media obtenida fue de 41 años.

En el primer grupo, se encuentran mujeres cuyas edades van de los 18 a los 41 años. De las cuales 26 mujeres están dentro de ese rubro, obteniendo así un 52%.

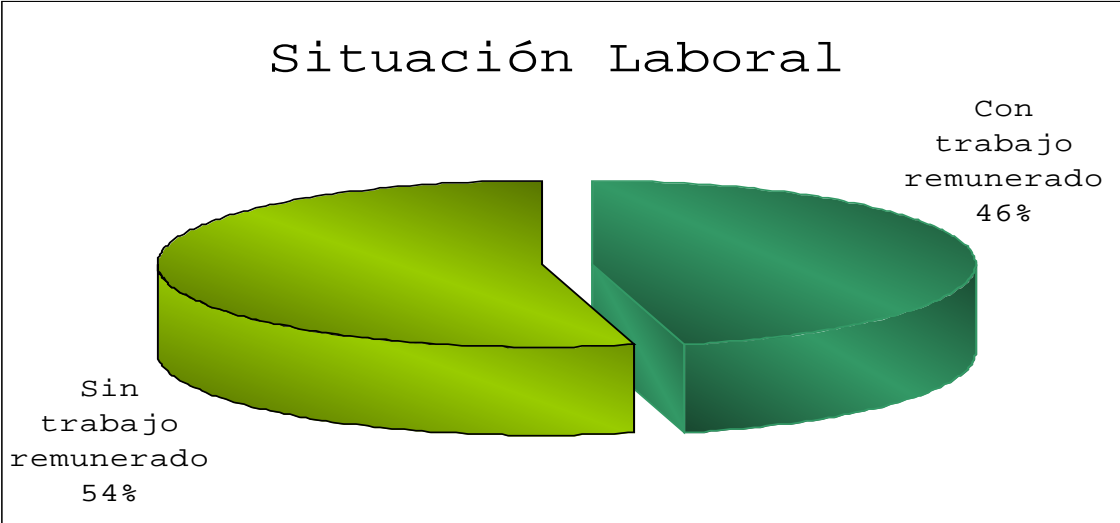
En el segundo grupo, se encuentran mujeres cuyas edades van de los 42 a 67 años. De las cuales 24 mujeres están dentro de ese rubro, obteniendo así un 48%.

**Gráfico 1.**



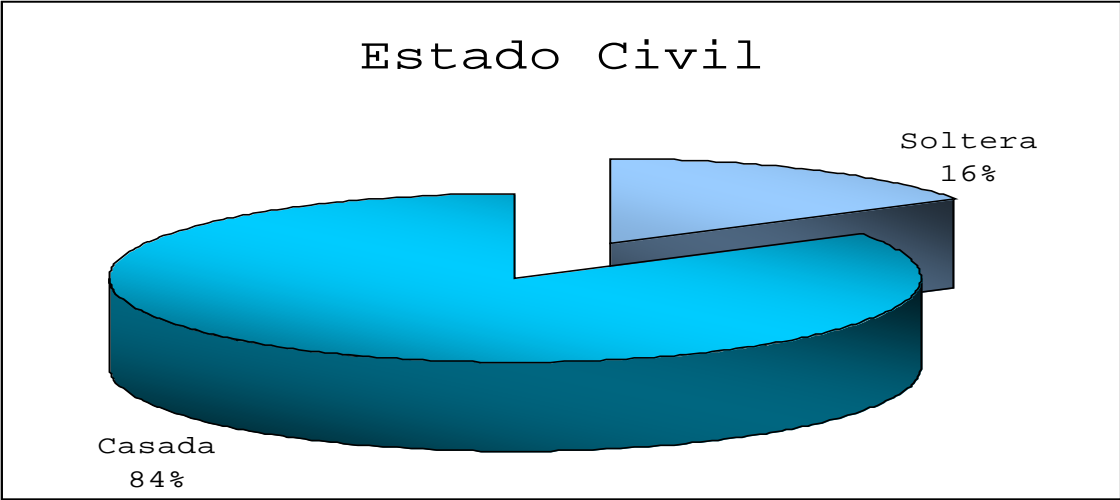
En el siguiente gráfico, observamos la situación laboral. Obteniendo que 23 mujeres cuentan con un trabajo remunerado lo cual representa un 46% de la población. Mientras que 27 mujeres no cuentan con un trabajo remunerado, representando el 54%.

**Gráfico 2.**



La siguiente gráfica nos habla del estado civil. Obteniendo que 42 mujeres son casadas lo cual representa un 84% de la población. Mientras que 8 mujeres son solteras, representando el 16% de la población.

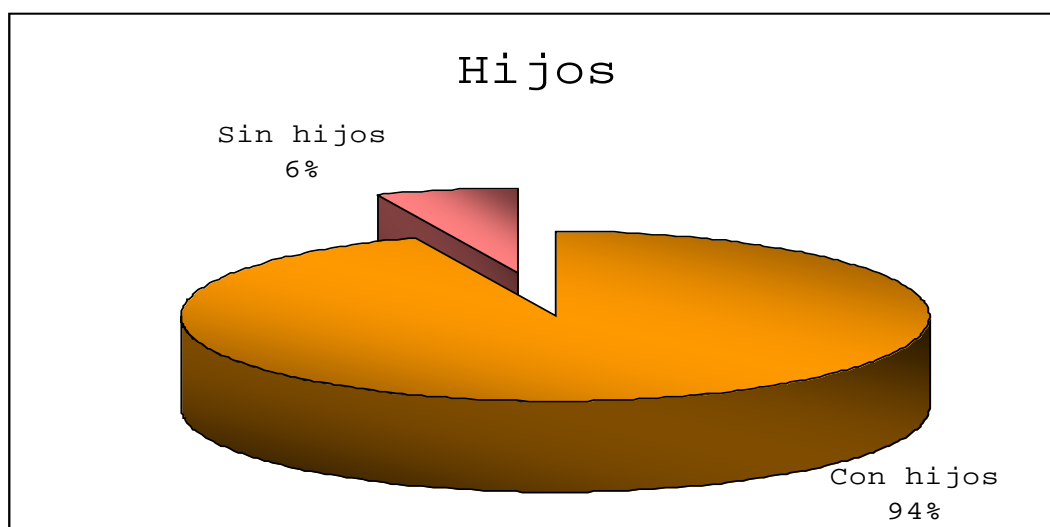
**Gráfico 3.**





Podemos observar el siguiente gráfico que nos habla del porcentaje de la población que tiene hijos. De la cual 47 mujeres tienen hijos, representando así el 94%. Y 3 mujeres no tienen hijos, representando el 6%.

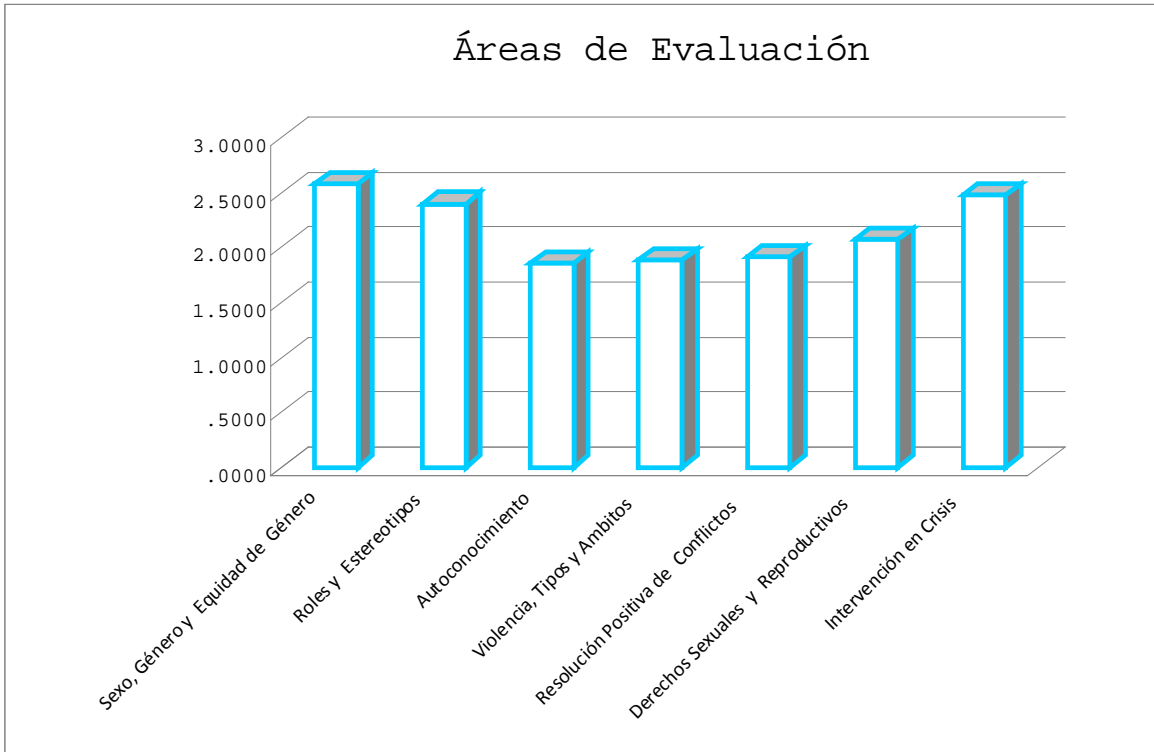
**Gráfico 4.**



De acuerdo al análisis realizado a las áreas evaluadas, encontramos los siguientes datos:

Áreas Evaluadas	Media	Desviación Estándar
Sexo, Género y Equidad de Género	2.5734	.31699
Roles y Estereotipos	2.3953	.22484
Autoconocimiento	1.8504	.41202
Violencia, Tipos y Ámbitos	1.8853	.47327
Resolución Positiva de Conflictos	1.9160	.73274
Derechos Sexuales y Reproductivos	2.0687	.62184
Intervención en Crisis	2.4682	.81434

**Cuadro 1.** En el presente cuadro se muestran las siete áreas evaluadas, así como la media y la desviación estándar que se obtuvo para cada una de ellas.



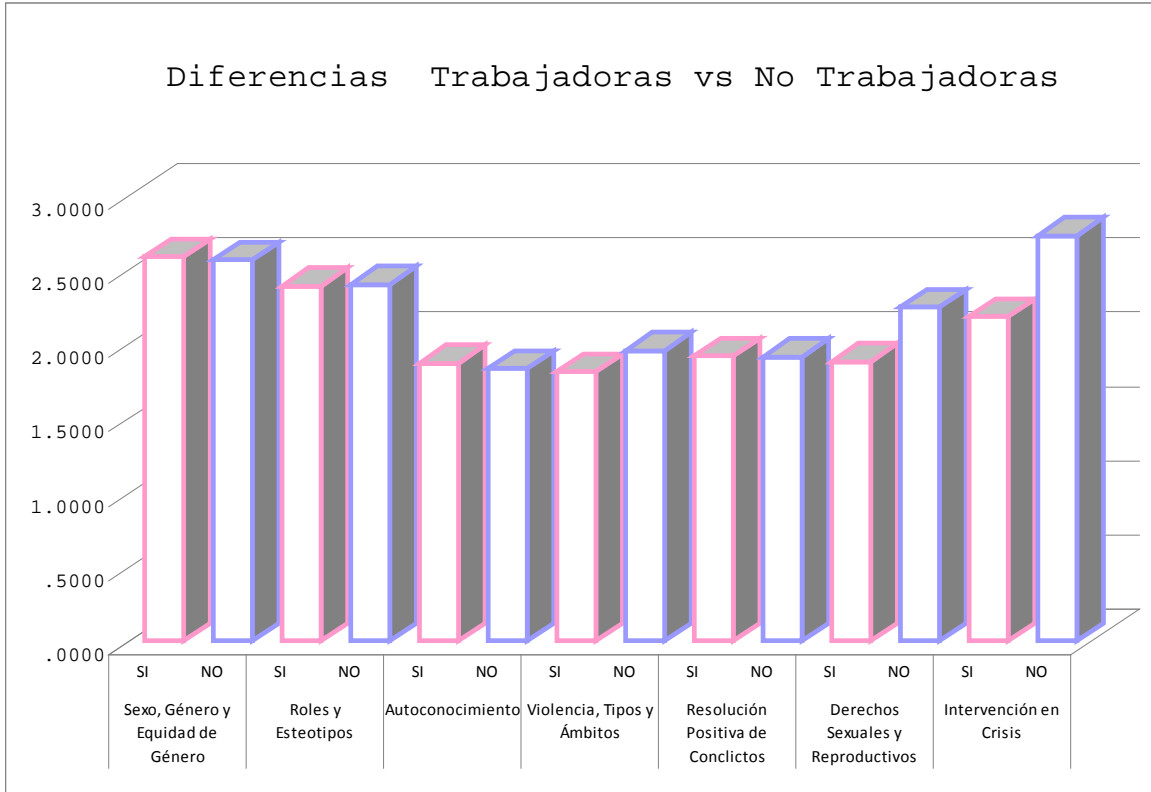
**Grafico 5.** Medias obtenidas en cuanto a la adquisición y uso de habilidades de empoderamiento.

Con relación a los datos obtenidos, se puede observar que no existen diferencias estadísticamente significativas en cada una de las áreas evaluadas, dando como resultado que las habilidades de empoderamiento únicamente han sido adquiridas, más no están siendo puestas en práctica.

De acuerdo a la prueba T de Student, se obtuvo los siguientes datos en relación a la situación laboral de las mujeres:

Áreas Evaluadas	Actualmente trabaja	Media	Desviación Estándar	t	gl
Sexo, Género y Equidad de Género	Si	2.5844	.33253	.192	30
	No	2.5625	.31118		
Roles y Estereotipos	Si	2.3896	.24296	-.123	31
	No	2.3995	.21724		
Autoconocimiento	Si	1.8690	.32121	.284	42
	No	1.8333	.48721		
Violencia Tipos y Ámbitos	Si	1.8127	.49199	-.982	41
	No	1.9545	.45513		
Resolución Positiva de Conflictos	Si	1.9198	.57268	.029	39
	No	1.9130	.85014		
Derechos Sexuales y Reproductivos	Si	1.8818	.51180	-1.942	39
	No	2.2468	.67551		
Intervención en Crisis	Si	2.1857	.66879	-2.306	42
	No	2.7261	.86246		

**Cuadro 2.** Medias obtenidas en las áreas evaluadas de acuerdo a la situación laboral.



**Grafico 6.** Diferencias estadísticamente significativas.

De acuerdo con los datos obtenidos, se puede observar que no existen dichas diferencias, entre mujeres con y sin trabajo remunerado.

# DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El empoderamiento ha sido utilizado frecuentemente para los estudios de género, más propiamente en aquellos relacionados con la mujer. Por lo que es frecuente encontrarnos con programas sociales dirigidos apoyar o capacitar a las mujeres teniendo como objetivo principal el empoderarlas. De acuerdo con Alpizar y Bernal (2003), el lograr un empoderamiento beneficiara a aquellas personas oprimidas para que desarrollen por si mismas poder y así desafiar las relaciones existentes, confrontando de esa manera las ideas patriarcales buscando una condición de igualdad de oportunidades.

Estos programas son de interés propio y el evaluar si a través de ellos realmente las personas adquieren habilidades que les permitan estar empoderadas, o simplemente este conocimiento queda de forma aislada, es decir, no existe una adquisición de las mismas, fue el objetivo principal de la presente investigación.

A continuación se describen los datos obtenidos de acuerdo a cada área evaluada, estas se presentaran de mayor a menor de acuerdo al grado de adquisición:

- ❖ Sexo, género y equidad de género: los dos primeros términos y lo que conllevan son identificados por las mujeres, esto puede deberse a las experiencias que han adquirido a través del tiempo, así como las influencias culturales a las que se vieron expuestas durante su niñez (Crooks, 2009). Pero son justamente estas experiencias las que contribuyeron a que reconozcan y sepan diferenciar como es que se va construyendo el género y los aspectos que les son asignados de acuerdo al

sexo al que pertenecen. Sin embargo, la hipótesis nula es aceptada, determinando que no hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de sexo, género y equidad de género. Pero hay que tener en cuenta y pese a que los resultados también mostraron que no se están poniendo en práctica las habilidades de empoderamiento adquiridas dentro de esta área, el que exista un primer reconocimiento e incluso una adquisición de forma baja, leve o moderada puede ayudar a buscar una equidad de género, ya que al reconocer e identificar de forma óptima las limitaciones que en ocasiones puede crear el género en las personas, se puede lograr una concientización en ellas para que realicen las acciones necesarias que les permitan acceder a los servicios de una forma justa y equitativa.

- ❖ Intervención en crisis: regularmente el primer apoyo con el que cuenta una persona en crisis, es un familiar, amigo (a) o vecino (a), por lo que es común encontrarse con grupos formados de forma natural dentro de las comunidades, los cuales se reúnen con la meta de proporcionar alivio y recursos a las víctimas (Bloch, 1991, Bloch & Grace, 1991; en Wainrib, 2001). Estos grupos generalmente reciben con agrado a los facilitadores ya que les permitirá reforzar sus esfuerzos, así como el lograr una mayor preparación. Estas situaciones son las que favorecen una adquisición de habilidades de empoderamiento en cuanto a esta área, de igual forma un componente importante, fueron las narrativas de las mujeres, dónde se percato el interés y necesidad de conocer de que forma podrían ayudar a las personas que se encontraban en alguna situación de crisis. Sin embargo, debido a los resultados se encontró que las habilidades de empoderamiento con relación a este taller no tuvieron un alto grado de adquisición, lo cual lleva aceptar la hipótesis nula (No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de intervención en crisis). Si bien, se esperaba

un alto grado de adquisición, no hay que perder de vista que el interés y preocupación de las mujeres que asistieron, además de la formación natural de este grupo, les permitirá buscar y desarrollar alternativas de cómo seguir ayudando a una persona en desgracia, generando así que esta habilidad de empoderamiento pueda presentarse más adelante en un mayor grado de adquisición.

- ❖ Roles y estereotipos: para la mayoría de las mujeres evaluadas estos conceptos y lo que conllevan son conocidos y familiares debido a sus experiencias y al conocimiento no formal. Stromquist (1997), menciona que son justamente aquellas experiencias que les facilitara una adquisición de habilidades, puede ser que esto sea cierto, puesto que desde la primera infancia se les transmite los roles claramente establecidos para cada sexo, esta situación se ve fundamentada en la teoría del aprendizaje social, la cual menciona que los roles femeninos y masculinos provienen principalmente de los modelos socioculturales y de las influencias a las que la persona esta expuesta durante su desarrollo temprano (Lips, 1997, Lorber, 1995; en Crooks, 2009). Por lo que para las mujeres adultas, se tienen ya establecidos o aprendidos los roles socialmente asignados, facilitando de esa manera el que sepan identificar los diferentes roles que existen entre los sexos. Provocando a su vez que sea posible una reflexión y concientización de una forma sencilla, ocurriendo lo mismo con los estereotipos. Sin embargo, aun falta mucho por lograr una reconstrucción que permita que los roles socialmente asignados no tengan el peso que hoy en día tienen ya que de acuerdo al análisis realizado, se encontró que no hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de roles y estereotipos, por lo cual se acepta la hipótesis nula.

❖ Derechos sexuales y reproductivos: para México los significados de placer, el deseo y las prácticas sexuales han sido motivo de conflicto y negociación (Amuchástegui y Rivas, 2008) y en ocasiones esto es visto como algo que debe mantenerse en el ámbito privado. Provocando a su vez que no se promuevan abiertamente los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, situación preocupante ya que a través de conocerlos y promoverlos ellas y su pareja tendrían un goce de los mismos. De acuerdo con Briceño (2007), la mayoría de las mujeres lo único que conocen de la sexualidad es que a través de ella tendrán menstruación e hijos, limitando así que descubran que pueden ser portadoras de un goce que les permitirá un desarrollo más armónico en los ámbitos laborales, en sus relaciones, pero sobre todo la posibilidad de lograr un encuentro con ellas mismas. Por lo que los resultados obtenidos para esta área evaluada indican que no hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de derechos sexuales y reproductivos, por lo que la hipótesis nula es aceptada. Si bien no existe un alto grado de adquisición, no significa que las mujeres no reconozcan sus derechos y tengan conocimiento a que se refiere cada uno de ellos y que no solo la sexualidad es vista desde un punto reproductivo, sino también personal, en el cual incluye el erotismo. Cuando se impartió este tema, a las mujeres se les brindó una dinámica guiada por una sexóloga para que descubrieran o desarrollaran aún más su erotismo y pudieran lograr lo que Briceño (2007) menciona, un encuentro con ellas mismas, lo cual es una de las metas importantes de proporcionarles un taller como este, para que después estas habilidades que han adquirido puedan promoverlas con mayor libertad y no se encuentren con dificultades o pena debido a que estos temas se ven como algo oculto.



- ❖ Resolución positiva de conflictos: se encontró que no hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de resolución positiva de conflictos, aceptando de esa manera la hipótesis nula, además de que las técnicas enseñadas no están siendo puestas en práctica. De acuerdo a lo mencionado por Cascón y Papadimitriou (2005), el hecho de que las personas no arreglen sus problemas de una forma positiva, se debe a la costumbre de no afrontar el conflicto cuando este se hace presente, sino es hasta el momento de la explosión; cuando se ha llegado a un estado de crisis, convirtiendo al conflicto en algo inmanejable. Siendo esta costumbre lo que dificulta que las personas puedan cambiar con facilidad sus estrategias de resolver un problema de una manera positiva ya que si bien, en muchas ocasiones se esta en búsqueda de una resolución no violenta, se cae en conductas hostiles debido a las conductas ya aprendidas. Sin embargo el fomentar cada vez más estas técnicas y mostrar como se pueden y deben poner en práctica se lograría que no sólo estas queden en un aprendizaje, si no a su vez sea la persona que enseñe a quienes le rodean, facilitando de esa manera que se logre un establecimiento optimo de las mismas.
  
- ❖ Violencia tipos y ámbitos: es importante reconocer como se manifiesta y saber que instituciones brindan el apoyo en caso de sufrir algún tipo de violencia. Sin embargo, los resultados obtenidos en esta área mostraron un bajo índice de adquisición, por lo cual se acepta la hipótesis nula (No hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de violencia, tipos y ámbitos). El problema de la violencia, de forma especifica hacia la mujer, es un problema complejo y multidimensional, en el cual se ven inmiscuidos factores individuales, familiares y sociales, el cual afecta de forma significativa todas las esferas de la vida de una mujer (García, 2002). Así mismo se debe tener en cuenta el contexto cultural al que pertenece la persona (Trigueros,

1995; en Cienfuegos, 2004). A través de las vivencias de las mujeres se pudo percatar que algunas de ellas sabían reconocer la violencia, sin embargo muchas de ellas no conocían las diversas manifestaciones que esta podía tener ya que la única reconocida era la violencia física. Por lo que este proceso de reconocimiento fue lento, no sólo por su desconocimiento, sino por la barrera que ha creado la cultura y ciertas tradiciones de nuestro país, lo cual ha generando que la violencia se vea como una situación cotidiana dificultando que se reconozca, así como identificar si se vive o no en un círculo de violencia.

- ❖ Autoconocimiento: los resultados obtenidos para esta área fueron los más bajos de los siete rubros evaluados, lo cual indica que las mujeres participantes no han incrementado con éxito su autoconocimiento, lo cual lleva a aceptar la hipótesis nula, la cual indica que no hay un alto grado de adquisición de habilidades de empoderamiento del taller de autoconocimiento. Además estos datos indican que no se ha logrado el cuarto poder que describe la autora Rowlands (1997), el cual incluye el reconocimiento y análisis de los aspectos por medio de los cuales se mantiene y reproduce la subordinación de las mujeres. Es importante puntualizar que este tipo de poder no es dado sino que debe surgir de la misma persona. Casares (1994), menciona que el autoconocimiento es un proceso que se va dando a lo largo de la vida, el cual no es estático y se genere en una sola ocasión, este proceso es importante para lograr una introspección permitiendo a su vez que las personas tengan la costumbre de reflexionar, logrando de esa manera un adecuado reconocimiento de las habilidades y capacidades, sin embargo como lo menciona Casares (1994), este proceso no es fomentado ni se ve como una necesidad. Lo cual indicaría que los resultados obtenidos en este rubro, se justificarían bajos ya que las mujeres se les comenzaba a fomentar un

autoconocimiento de manera guiada, con lo cual se pretendía lograr en ellas que esta habilidad en especial la adquirieran y una vez finalizado los talleres, siguieran con su proceso de autoconocimiento. Sin embargo, retomando lo dicho por el autor, sería entendible que este proceso no sea puesto en práctica como se esperaba debido a una falta de autocrítica y la fomentación de esta misma.

En cuanto a la primera hipótesis planteada (A través del programa *Red de Defensoras Populares* si se adquieren habilidades de empoderamiento), se acepta. Lo cual nos indica que las mujeres participantes han adquirido las habilidades esperadas en el programa. Si bien estos no marcan un nivel de significancia alto, es importante destacar que este proceso es de forma pausada, puesto que diversos autores como Sánchez (1996), Young (1997), Stromsquist (1997), han considerado al empoderamiento como un proceso el cual no se da de un día a otro. Y como todo proceso requiere de un cierto tiempo para ser establecido; coincidiendo así con lo mencionado por Deere y León (2002; en Casique, 2010), que consideran que el empoderamiento no es un proceso lineal el cual tiene un principio y un fin claramente definido sino por el contrario, lo consideran como un proceso que se caracteriza por ser experimentado de forma diferenciada y de manera única por cada persona, por lo que este proceso se vera desarrollado en función de la historia personal y del contexto en el que se encuentre. De esta manera hay que tener en cuenta que cada mujer que participo tenía una historia personal y vivencias distintas a las de sus compañeras, lo cual podría facilitar o hacer que las habilidades de empoderamiento se adquirieran de forma más tardía.

De acuerdo con lo anterior, Stromquist (1997), considera que el empoderamiento debería de centrarse en las mujeres adultas y en la educación no formal, ya que serán aquellas vivencias que le permitan ir conociendo con mayor facilidad el problema o la situación en la que se encuentran, pues si bien, en un inicio no puedan reconocer como tal las situaciones que pueden oprimirlas.

Una de las herramientas para lograr el empoderamiento en las mujeres tanto en el sentido personal como de forma colectiva es aquella propuesta por Shuler (1997), la *Legal Literacy*, esta herramienta se fundamenta en una alfabetización no formal, la cual promueve el desarrollo de una conciencia crítica en las mujeres, esta situación promoverá que se tomen acciones que permitan una transformación. De igual forma Stromquist (1997), identifica a la educación y a la alfabetización como puntos importantes para lograr la formación de ciudadanos asertivos e independientes ya que ve al conocimiento como un aspecto que permite cambios sociales e individuales de gran relevancia.

Para la segunda hipótesis planteada en la presente investigación (Las habilidades de empoderamiento adquiridas a través del programa *Red de Defensoras Populares* han sido puestas en práctica en la vida cotidiana) se rechaza. Sin embargo como ya se dijo, estas habilidades de empoderamiento se han reconocido pero se ven limitadas sólo en la adquisición ya que no se han puesto en práctica en la vida cotidiana. De acuerdo con Baltiwala (1993; en Zapata, 2002) el empoderamiento es un proceso, no es el resultado de una acción ya que las y los asesores o mejor conocidos como facilitadores, buscan capacitar a las personas para que ejerzan su conciencia y capacidad de elección, sin embargo no pueden controlar los resultados de su labor porque las decisiones concretas les corresponden a las personas que se están empoderando. Esta es una limitante para el momento de evaluar el empoderamiento y el proceso que este tiene así como su efecto que deja en cada una de las mujeres con las que se ha trabajado.

Con relación a lo anterior, la investigación realizada por Ávila (2007), encuentra que en las relaciones de las mujeres que evaluó presentan cambios en su relación de pareja ya que al verse empoderadas ellas, también lo hacen sus parejas, pero este proceso es lento. Así mismo, los datos encontrados en la presente investigación muestra que existe una adquisición de habilidades de empoderamiento, sin embargo el ponerlas en práctica pueda ser también un proceso el cual lleve más tiempo.

De igual forma Kannabiran (1993; en Baltiwala, 1997), expresa que la familia es la última frontera de cambio en las relaciones de género, mencionando que *uno sabe que el empoderamiento ha ocurrido cuando se cruza el umbral del hogar*. Lo cual es un punto en que las mujeres de este programa han realizado, los talleres a los que asistieron fue por voluntad propia y con gusto de conocer y defender sus derechos.

Si bien el propósito del presente trabajo era reconocer si las mujeres habían adquirido o no las habilidades de empoderamiento esperadas y si estas eran puestas en práctica, el análisis realizado también proporciono datos sobre las diferencias que existen entre mujeres con y sin un trabajo remunerado. Obteniendo así que los rubros con una mayor media para las mujeres que cuentan con un trabajo remunerado son:

- ❖ Sexo, género y equidad de género: el estar dentro de un ámbito laboral, la mujer tiene que tomar decisiones que impliquen el compartir responsabilidades, trabajar en equipo, sin que intervenga la división de trabajo con relación al sexo al que se pertenece, además hoy en día es frecuente encontrar que cada vez son más las políticas publicas que promueven una equidad de género, por lo que para ellas es importante el poder acceder a servicios que anteriormente les eran dados a los varones. Con relación a esto, en una investigación realizada por Cedeño (2006), encuentra que el

contar con un trabajo remunerado, le da un mayor nivel de decisión a la mujer brindándole herramientas para poder negociar posiciones de igualdad, facilitando que el hombre intervenga en áreas dónde anteriormente no lo hacía, generando que se compartan las responsabilidades. De igual manera Casique (2010), menciona en una de sus investigaciones que el contar con recursos económicos y sociales favorecen un mayor poder de decisión de las mujeres.

- ❖ Autoconocimiento: Stromsquist (1997), considera a la autoestima y a la autoconfianza como ejes importantes para el empoderamiento. Si bien este rubro no marca un nivel de significancia importante, tanto en la adquisición como en las diferencias entre mujeres con y sin trabajo remunerado. Es importante destacar que las mujeres que cuentan con un salario deberán de conocer y reconocer las fortalezas con las que cuentan, así como de sus habilidades, las cuales las pueden favorecer para poder obtener algún trabajo, por lo que esta situación las favorece para que su autoconocimiento sea algo constante y presente en ellas. Además Zimmerman y Rappaport (1988), consideran que el fortalecimiento psicológico se desarrolla con mayor rapidez cuando se toma parte en actividades destinadas a influir sobre la toma de decisiones de políticas, cuando se establece un compromiso con otras personas y se asumen más responsabilidades, cuando se impulsa la solución organizativa de problemas y la participación ciudadana.

- ❖ Resolución positiva de conflictos: esta área marca apenas una mínima diferencia entre aquellas mujeres con un trabajo remunerado de las que no, por lo que teniendo en cuenta los dos resultados anteriores y lo mencionado por Cardenal (1999), el cual considera que una persona con buena autovaloración aprenderá mejores habilidades sociales y técnicas que le permitan llegar a una adecuada resolución de problemas. Las mujeres que trabajan tienen que ver reforzada aun más esta área, ya que al laborar en algún lugar, es más frecuente el que se llegue a presentar algún conflicto, por lo que deberán de contar con herramientas que les permitan resolverlo de una forma óptima y aunado a que este grupo de mujeres marca una media mayor en autoconocimiento, se les facilitara aun más el aprenderlas, originando así que ellas puedan ponerlas en práctica.

Las áreas evaluadas con mayores medias obtenidas por las mujeres con un trabajo sin remuneración económica son:

- ❖ Roles y estereotipos: de acuerdo con Crooks (2009), los roles designan una serie de actitudes y conductas consideradas normales y apropiadas en una cultura para individuos de un sexo particular. Las mujeres que participaron a través de narrar sus experiencias, fueron descubriendo que los roles que ejercían les eran inculcados desde pequeñas. Sus madres eran quienes les enseñaban como realizar las distintas tareas domesticas, además de que era común el que las mujeres se casaran jóvenes y tuvieran pronto hijos. Por lo que para ellas el reconocer los roles y que estos se ven influenciados por aspectos culturales promueve en ellas un interés mayor, así como el tomar una mayor conciencia sobre estos y de que no por el simple hecho de pertenecer a un determinado sexo, no pueden ejercer algún otro.

❖ **Violencia, tipos y ámbitos:** de acuerdo con García (2000), la violencia es un problema generalizado el cual ha ido creciendo en casi todas las sociedades, esta adopta muchas formas y aparece en todos los ambientes. Todas las personas están expuestas a sufrir algún tipo de violencia, muchas de ellas son ya más que conocidas por las personas y las identifican fácilmente. Sin embargo a través de los talleres las dudas surgían mayormente de aquellas mujeres que se quedaban en casa, muchas de ellas exponían sus vivencias y querían conocer si esta podía considerarse dentro de algún tipo de violencia. Una de las frases recurrentes en cada grupo de mujeres era: *cuando una mujer esta casada y esta a cargo de su hogar, debe de soportar todo, porque es la cruz que uno debe cargar*. Esta situación genero que en un inicio el reconocimiento de los distintos tipos de violencia fuera tardía, sin embargo es a través de estas experiencias que las mujeres que se quedan en casa, se les facilitará el reconocimiento de los tipos y ámbitos de la violencia. Aunado a esta situación, es importante destacar que esta área evaluada tiene una relación estrecha con la intervención en crisis, porque no solo las preguntas que realizaban las asistentes eran sobre aquellas vivencias, sino de igual forma de cómo podían ayudar a una persona a la cual consideraban que podía estar sufriendo una situación de violencia. Por lo que el interés por contar con información sobre las instituciones que atienden la violencia, era aun mayor por parte de ellas.

❖ **Derechos sexuales y reproductivos:** muchas de las mujeres con quienes se trabajo eran casadas y la mayoría de ellas se quedaban en casa realizando tareas domesticas. Ellas mencionaban que en su juventud, difícilmente se podía hablar los temas sobre sexo, sexualidad o anticonceptivos ya que estos estaban restringidos y poco se conocía. Por lo que este tema en particular, creo entre las participantes un gran



ímpetu por conocer y saber sus derechos sexuales, así como el descubrir sobre su sexualidad. De acuerdo a Fisher (2000), uno de los factores que puede motivar a las mujeres a expresar su sexualidad es el predominio de la vida urbana, la disminución del analfabetismo y el desarrollo de la educación. Por lo que orientarlas e informarlas en un tema como este, favoreció que las mujeres que no cuentan con un trabajo remunerado puedan expresar y vivir su sexualidad, además de que las dinámicas realizadas para que reconocieran sus derechos fueron de gran ayuda, al igual que sus experiencias y los conocimientos previos con los que ellas contaban.

- ❖ Intervención en crisis: esta área presentó una mayor media con referencia a los demás rubros. Esto puede deberse a que las mujeres participantes están en constante comunicación con sus amistades, las cuales en un estado de crisis buscan el apoyo de otros para lograr una confortación, además de que regularmente familiares y vecinos son el primer punto de apoyo que encuentra una persona en crisis. Por lo que el interés por conocer como ayudar era mayor. En un inicio se realizó la difusión para que asistieran a los talleres y conforme avanzaron estos, eran las propias mujeres quienes invitaban a sus amistades y vecinas a que asistieran también. Originando una de red de apoyo, lo que de acuerdo a Kaës (1979), todo apoyo no solamente tiene como característica fundamental la de pertenecer a una red de apoyaturas, sino también de estar en apoyo mutuo. Lo que también era uno de los objetivos del programa, que las mujeres por si solas fueran originando sus propias redes, así como aumentar su número de participantes.

Si bien no se logro realizar una evaluación al inicio de los talleres, lo cual permitiría conocer de forma detallada el proceso que ha tenido la adquisición de habilidades de empoderamiento. Es importante mencionar que a través de las preguntas que realizaban y las dudas que tenían las mujeres, se percato que existía un desconocimiento en la gran mayoría de los temas expuestos. Así mismo, a través de las narrativas de sus experiencias se percibió una aceptación de ciertos aspectos culturales, los cuales pudieran obstaculizar su desarrollo personal. Conforme fueron avanzando los talleres, se fue observando cambios en ellas; comenzaba a manifestarse un cuestionamiento sobre lo *aprendido culturalmente y lo que ellas realmente deseaban*, comenzaron a expresar más abiertamente sus emociones. Su participación, así como los deseos de conocer eran cada vez mayores. He incluso su arreglo personal presento cambios, pues era aun más detallado.

Pese a que los datos encontrados no fueron los esperados estadísticamente, es importante contar con este tipo de programas, ya que les permite a las personas contar con información que en algún momento les sea de utilidad. Es decir; que puedan hacer suyos los recursos con los que cuentan para poder realizar acciones que les permitan una mejora en su vida personal y social.

## C ONCLUSIÓN

En México el tema sobre empoderamiento ha sido poco estudiado y no se cuenta con instrumentos que permitan conocer si las mujeres están siendo empoderadas, así como saber cuales son aquellos aspectos que deben reforzarse, por lo que esta investigación permite conocer cuales son los temas que debemos tener un mayor empeño y ver su relevancia. Esta investigación permitirá que se tengan presentes aspectos importantes para mejorar o ayudar a fortalecer los programas de este tipo. Como el tener en cuenta que empoderar a otros, no es caso de ir simplemente a proporcionar información y que las y los participantes conozcan y sepan que medidas pueden tomar en ciertas circunstancias, por lo que se debe tener presente que son las vivencias de las y los participantes que permitirán que se facilite y fortalezca un empoderamiento.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se esperaba que estos lograran un nivel de significancia que mostrara no solo que las participantes habían adquirido las habilidades de empoderamiento deseadas o esperadas, sino que también estas fueran puestas en práctica. Hay que considerar lo dicho por diversas autoras, que mencionan que el empoderamiento finalmente es un proceso que depende de las experiencias de la persona, además que cada quien vive el proceso de empoderamiento de forma distinta. Aunado a esta situación, las mujeres con las que se trabajo, terminaron su proceso de capacitación dos meses antes de la evaluación, por lo que el proceso de poner en práctica las habilidades de empoderamiento, pudieran requerir de más tiempo. Con relación a esta situación, algunas de las mujeres evaluadas siguieron un proceso de aprendizaje por cuenta propia, como el asistir a talleres de un programa llamado *Género y Agua* dónde de igual forma

capacitan a las mujeres para realizar cooperativas y saber como enfrentar y poder solucionar en conjunto el problema de la escasez de agua que padecen.

Si bien el empoderamiento es un proceso complejo de evaluar, este tipo de investigaciones pueden abrir la posibilidad de que se puedan crear instrumentos de evaluación que ayuden a conocer como se esta viviendo el empoderamiento y como es que se puede ir fortaleciendo este proceso.

Cuando se comenzó la difusión de este programa se les invitaba a mujeres y hombres ha participar en ellos, teniendo una mayor participación por parte de las mujeres e incluso eran ellas quienes solicitaban que se fuera a impartir los talleres. El interés por conocer sobre los temas difundidos se manifiesto en cada taller dado. Actualmente este programa sigue siendo promovido, por lo que los datos obtenidos pueden ayudar a mejorarlo y enfocar nuevamente los objetivos planteados por el mismo.

Es importante que las personas cuenten con elementos e información que les ayude a conocer con que recursos cuenta en caso de sufrir algún evento hostil. Por lo que esta clase de programas, puede ser una opción viable para que la información sea transmitida.

# ALCANCES Y LIMITACIONES

Dentro de los alcances de este estudio, podemos mencionar los siguientes:

- ❖ Esta investigación puede sentar las bases, para poder realizar una evaluación más extensa con aquella población que no pudo ser abordada.
- ❖ Hacer nuevas propuestas que ayuden a mejorar los talleres impartidos, ahora que se conocen cuales temas deben ser reforzados.
- ❖ Sentar las bases de un nuevo programa que fomente el empoderamiento, teniendo en cuenta los indicadores propuestos por las distintas autoras, así como tener de punto de partida el contexto cultural y personal de la población con la que se desea trabajar.

Sin embargo, esta investigación también tuvo algunas limitaciones:

- ❖ El tamaño de la muestra fue pequeña, dificultando tener una mayor representación de la población con la que cuenta el programa.
- ❖ El no haber contado con un instrumento evaluatorio al inicio de cada taller impartido, para conocer las diferencias en cada área evaluada.
- ❖ El instrumento creado solo abarco los temas vistos, así como indicadores esenciales en cada área, por lo que un instrumento aún más detallado y profundo permitirá conocer más específico los temas a fortalecer.

## REFERENCIAS

- Agirre, X. y Caballero I. (2008). El derecho de asilo y los derechos sexuales y reproductivos. CEAR - Euskadi.
- Aisenson, A. (1994). Resolución de conflictos: un enfoque psicológico. Ed. Fondo de cultura económica.
- Alpízar, L. y Bernal, M. (2003). Manual de capacitación en derechos humanos de las mujeres jóvenes y la aplicación de la CEDAW. Red Latinoamericana y Caribeña de Jóvenes por los Derechos Sexuales y Reproductivos (REDLAC) - Programa Mujer, Justicia y Género, ILAUD. Buenos Aires.
- Álvarez, J. (1987). Elementos de sexología. Ed. Nueva Editorial interamericana México.
- Alles, M. (2000). Mujeres, trabajo y autoempleo: otro camino frente al desempleo y desarrollo de carrera. Ed. Granica.
- Amuchasteguí, A. y Rivas, M. (2008). Construcción subjetiva de ciudadanía sexual en México: género, heteronormatividad y ética. En I. Szasz, y G. Salas (Coordinadoras.). *Sexualidad, derechos humanos y ciudadanía. Diálogos sobre un proyecto en construcción*. (pp. 57 - 107). Ed. Colegio de México.
- Aranguren, J. (1973). Erotismo y liberación de la mujer. Ed. Espugues de llobregat, Barcelona.

- Arribillaga, A. (2006). Mujer, valores y discriminación. En P. Ganem y A. Monsalvo (Coordinadores.). *Mujer, esposa, madre y profesionalista: lograrlo es posible*. (pp. 52 - 61). Ed. Dos líneas.
- Ávila, G. (2007). Mujeres que empoderan mujeres: identidad de género y estrategias. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Balderas, I. (2006). Mujeres trabajadoras en América Latina: México, Chile y Brasil. Ed. Plaza y Valdés.
- Barberá, E. (1997). Estereotipos de género: construcción de las imágenes de las mujeres y los varones. En J. Fernández (Coord.). *Género y sociedad* (pp. 177 - 205). Ed. Pirámide.
- Barbieri, T. (1984). Mujeres y vida cotidiana. Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Batliwala, S. (1997). El significado del empoderamiento de las mujeres: nuevos conceptos desde la acción. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las mujeres* (pp. 187 - 211). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.
- Bonilla, A. (1997). Los roles de género. En J. Fernández (Coord.). *Género y sociedad* (pp. 141 - 176). Ed. Pirámide.
- Briceño, A. (2007). Psicoanálisis, género y sexualidad. En S. Hidalgo (Compiladora.). *Erotismo, intimidad y amor*. (pp. 19 - 29). Ed. Editores de textos mexicanos.
- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Ed. Paídos.

- Bueno, R. (1996). Mujer y violencia en México. *Revista Psicología Iberoamericana*. Vol. 4. N° 3. Pág. 37 - 41.
- Cardenal, V. (1999). El autoconocimiento y la autoestima en el desarrollo de la madurez personal. Ed. Aljibe.
- Careaga, G. (2000). Bases éticas de los derechos sexuales y reproductivos. En J. Ortega (Ed). *Seminarios sobre salud reproductiva y participación social, género, sexualidad y derechos sexuales y reproductivos* (pp. 161 - 197). Universidad Autónoma de Yucatán.
- Carrasco, C. (1998). Trabajo y empleo: apuntes para una discusión no androcéntrica. En A. Rodríguez (Ed.) *Reorganización del trabajo y empleo de las mujeres*. (pp. 51 - 77). Ed. Alzira.
- Carrasco, F. (2008). Tipos de violencia de género y nivel académico. Estudio correlacional en mujeres del D.F con relación a su experiencia de pareja. México, Tesis no publicada UIN.
- Casanova, M. (1989). Ser mujer: la formación de la identidad femenina. Ed. México, UAM, Unidad Xochimilco.
- Casares, D. (1994). Liderazgo: capacidades para dirigir. Ed. Fondo de cultura económica.
- Cascón, P. y Papadimitriou, G. (2005). Resolución no violenta de conflictos: guía metodológica. Ed. Mc Graw Hill.
- Casique, I. (2003). Trabajo Femenino, Empoderamiento y Bienestar de la Familia. En *Nuevas formas de Familia. Perspectivas nacionales e internacionales*. Montevideo: UNICEF - UDELAR.



- Casique, I. (2010). Factores de empoderamiento y protección de las mujeres contra la violencia. *Revista Mexicana de Sociología*. Vol. 72. N° 1. Pág. 37 - 71.
- Castilla, B. (1996). *Persona femenina, persona masculina*. Ed. Rialp.
- Castro, X. (2006). ¿Y el poder de la mujer? En P. Ganem y A. Monsalvo (Coordinadores.). *Mujer, esposa, madre y profesionalista: lograrlo es posible*. (pp. 73 - 85). Ed. Dos líneas.
- Cedeño, L. (2006). Relación entre el empoderamiento y la conducta reproductiva y anticonceptiva. Tesis de Licenciatura Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Cienfuegos, Y. (2004). Evaluación del conflicto, satisfacción marital y apoyo social en mujeres violentadas: un estudio comparativo. México, Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Clemente, A. (1996). *Psicología del desarrollo adulto*. Ed. Narcea Madrid.
- Cohen, R. (1989). *Manual de atención de salud mental para víctimas de desastres*. Ed. Harla.
- Corsí, J. (1994). *Violencia familiar: una mirada interdisciplinaria sobre un problema social*. Ed. Paídos Argentina.
- Crooks, R. (2000). *Nuestra sexualidad*. Ed. Cenage Cearning México.
- De la Torre, S. (1965). *Mujer y Sociedad*. Ed. Editora Universitaria la Habana Cuba.

Díaz Loving, R, Rivera, S y Sánchez, R. (2001). Rasgos instrumentales (masculinos) y expresivos (femeninos), normativos (típicos e ideales) en México. Revista Latinoamérica de psicología. Vol. 33. N° 2. Pág. 131 - 139.

Diccionario de Psicología y Pedagogía. (2006). Ed. Euro México.

Diccionario Enciclopédico Ilustrado Tomo II (2002). Ed. Larousse México.

Faur, E. (2005). ¿Escrito en el cuerpo? Género y derechos humanos en la adolescencia. En S. Checa (Compiladora.). *Género, sexualidad y derechos reproductivos en la adolescencia* (pp. 37 - 71). Ed. Paidós.

Fernández, A. (2002). Estereotipos y roles de género en el refranero popular: charlatanas, mentirosas, malvadas, maltratadores, machos y cornudos. Ed. Anthropos.

Fernández, A. (2002). Intervención en crisis. Ed. Síntesis.

Fernández, J. (1997). El posible ámbito de la generología. En J. Fernández (Coord.). *Género y sociedad*. (pp. 19 - 40). Ed. Pirámide.

Fisher, H. (2000). El primer sexo: las capacidades innatas de las mujeres y cómo están cambiando el mundo. Ed. Taurus.

García, C. (2000). Violencia contra la mujer: género y equidad en la salud. Harvard Center for Population and Development Studies.

Hernández, R. (2010) Metodología de la investigación. Ed. McGraw Hill Interamericana.

Hyman, S. (1990). Manual de urgencias psiquiatricas. Ed. Salud Editores.

Idrovo, A y Cacique, I. (2006). El empoderamiento de las mujeres y la esperanza de vida al nacer en México. Revista Panam Salud Pública. Vol. 20. N° 1. Pág. 29 - 38.

Kabeer, N. (1997). Empoderamiento desde abajo: ¿Qué podemos aprender de las organizaciones de base? En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las mujeres* (pp. 119 - 146). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.

Klausmeier, G. (1977). Psicología Educativa: habilidades humanas y aprendizaje. Ed. Harla México.

Kaës, R. (1979). Crisis, ruptura y superación. Ediciones cinco.

Lagarde, M. (1992). Identidad de género. Cursos en el Centro Juvenil Managua, Nicaragua.

León, M. (1997). El empoderamiento en la teoría y la práctica del feminismo. En M. León (Comp.). *Poder y empoderamiento de las mujeres* (pp. 1 - 26). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.

León, M. (1997). Poder y Empoderamiento de las Mujeres. Revista Región y Sociedad de El Colegio de Sonora. Vol. 11. N° 18. Pág. 1 - 10.

León, M. (2001). El empoderamiento de las mujeres: Encuentro del primer y tercer mundo en los estudios de género. La ventana, N° 13. Pág. 94 - 106.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Distrito Federal, 2008.

Ley de Asistencia y Prevención de la Violencia Familiar para el Distrito Federal, 1996.

Ley de Igualdad entre mujeres y hombres en el Distrito Federal, 2007.

Martínez, B. (1999). Mediación y resolución de conflictos: una guía introductoria. Ed. Paidós México.

Montero, M. (2003). Teoría y práctica de la Psicología Comunitaria: La tensión entre comunidad y sociedad. Ed. Paidós.

Moreno, M. (1986). Como se enseña a ser niña: el sexismo en la escuela. Ed. ICARIA.

Reeve, J. (2003). Motivación y emoción. Ed. Mc Graw Hill.

Riger, S. (1997). ¿Qué está mal con el empoderamiento? En M. León (Comp.). *Poder y empoderamiento de las mujeres* (pp. 55 - 71). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.

Rocha, T y Díaz Loving, R. (2005). Cultura de género: la brecha ideológica entre hombres y mujeres. *Revista anales de psicología*. Vol. 21. N° 1. Pág. 42 - 49.

Rowlands, J. (1997). Empoderamiento y mujeres rurales en Honduras, un Modelo para el Desarrollo. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las Mujeres* (pp. 213 - 245). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.

- Saltzman, J. (1992). *Equidad y género: una teoría integrada de estabilidad y cambio*. Ed. Cátedra.
- Sánchez, A. (1996). *Psicología comunitaria. Bases conceptuales y métodos de intervención*. Ed. Universidad de Barcelona.
- Sánchez, A. (2003). *La mujer mexicana en el umbral del siglo XXI*. UNAM. Escuela Nacional de Estudios Profesionales Acatlán.
- Schuler, M. (1997). Los derechos de las mujeres son derechos humanos. *La Agenda Internacional del Empoderamiento*. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las mujeres* (pp. 29 - 54). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.
- Silva, C. y Martínez, L. (2004). Empoderamiento: Proceso, Nivel y Contexto. *Revista Psykhe*. Vol.13. N° 2. 2004. Pág. 29 - 39.
- Slaikueu, K. (2000). *Intervención en crisis: manual para práctica e investigación*. Ed. Manual Moderno.
- Stromsquist, N. (1997). La búsqueda del empoderamiento: en que puede contribuir el campo de la educación. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las Mujeres* (pp. 75 - 98). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.
- Torres, M. (2001). *La violencia en casa*. Ed. Paídos México.
- UNICEF (1997). El marco conceptual de igualdad y empoderamiento en las mujeres. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las mujeres* (pp. 173 - 186). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.

- Wainrib, B. (2001). Intervención en crisis y respuesta al trauma. Teoría y práctica. Ed. Desclée de Brouwer.
- Walker, L. (1989). Psicología y violencia contra las mujeres. *American Psychologist*. Pág. 695 - 702.
- Young, K. (1997). El potencial transformador en las necesidades prácticas: empoderamiento colectivo y el proceso de planificación. En M. León (Comp.). *Poder y Empoderamiento de las mujeres* (pp.99 - 118). Colombia: Editores del Tercer Mundo y Facultad de Ciencias Humanas.
- Zapata, E. (2002). Las Mujeres y el poder: contra el patriarcado y la pobreza. México: Colegio de Postgraduados.

ANEXO 1  
DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

EDAD:

ESCOLARIDAD: Primaria ( ) Secundaria ( ) Preparatoria ( )

ESTADO CIVIL: Soltera ( ) Casada ( )

AÑOS DE CASADA:

HIJOS: Si ( ) No ( )

NÚMERO DE HIJOS:

ACTUALMENTE TRABAJA: Si ( ) No ( )

## ANEXO 2

### SEXO, GÉNERO Y EQUIDAD DE GÉNERO

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuesta:

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3) Desacuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

1. Yo como mujer puedo realizar un oficio hecho por hombres.	1	2	3	4	5
2. Un hombre puede realizar un oficio hecho por mí.	1	2	3	4	5
3. La cultura influye en el comportamiento de un hombre.	1	2	3	4	5
4. La cultura influye en la forma de comportarme.	1	2	3	4	5
5. A través del género se aprende a ser femenina.	1	2	3	4	5
6. A través del género se aprende a ser masculino.	1	2	3	4	5
7. Mi sexo y género es lo mismo.	1	2	3	4	5
8. Hay trabajos solo para mujeres.	1	2	3	4	5
9. Creo que hay trabajos que solo los hombres pueden hacer.	1	2	3	4	5
10. Yo como mujer puedo ser líder.	1	2	3	4	5
11. Un hombre puede ser tierno.	1	2	3	4	5
12. Yo como mujer puedo ser ruda.	1	2	3	4	5
13. Un hombre puede ser detallista.	1	2	3	4	5

Normalmente (1) Algunas veces (2) De vez en cuando (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

14. Tengo dificultades para reconocer mi sexo.	1	2	3	4	5
15. Presento dificultades para reconocer mi género.	1	2	3	4	5
16. Dentro de mi hogar promuevo la equidad de género.	1	2	3	4	5

Todo (1) Casi todo (2) Algo (3) Casi nada (4) Nada (5)

17. Se de lo que habla la equidad de género.	1	2	3	4	5
18. Conozco la ley que defiende mi derecho a la equidad.	1	2	3	4	5
19. Puedo explicar que es el género.	1	2	3	4	5
20. Puedo explicar que es el sexo.	1	2	3	4	5



### ANEXO 3

#### ROLES Y ESTEREOTIPOS

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuestas:

Todo (1) Casi todo (2) Algo (3) Casi nada (4) Nada (5)

1. En la actualidad conozco lo que es un rol.	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3) Desacuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

2. Un hombre puede cocinarles a sus hijos.	1	2	3	4	5
3. Yo como mujer puedo llevar dinero para los gastos.	1	2	3	4	5
4. A mi hija le he enseñado a realizar labores domesticas.	1	2	3	4	5
5. A mi hijo le he enseñado a que defienda a sus hermanas.	1	2	3	4	5
6. Un hombre puede hacer la limpieza de la casa.	1	2	3	4	5
7. Los juegos de té son exclusivos para las niñas.	1	2	3	4	5
8. Los carros de juguete son exclusivos para los niños.	1	2	3	4	5
9. Una buena mujer es la que se queda en casa.	1	2	3	4	5
10. Como mujer siempre debo estar arreglada.	1	2	3	4	5
11. Desde pequeña me enseñaron a cuidar a los demás.	1	2	3	4	5
12. Como mujer puedo invitar a salir a un hombre.	1	2	3	4	5
13. Cuando era pequeña me enseñaron a ser tierna.	1	2	3	4	5
14. Las telenovelas muestran como debe ser la mujer.	1	2	3	4	5
15. Las telenovelas me enseñan como son los hombres.	1	2	3	4	5
16. Los hombres son emotivos.	1	2	3	4	5
17. Como mujer puedo ser competitiva.	1	2	3	4	5
18. Como mujer puedo ser valiente.	1	2	3	4	5
19. Si el hombre llora es débil.	1	2	3	4	5

Normalmente (1) Algunas veces (2) De vez en cuando (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

20. Tengo actividades fuera de casa.	1	2	3	4	5
21. Negocio con mi pareja a barrer, lavar platos, trapear.	1	2	3	4	5
22. Promuevo en mis hijos a recoger, lavar platos, trapear.	1	2	3	4	5

ANEXO 4  
AUTOCONOCIMIENTO

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuestas:

Todo (1) Casi todo (2) Algo (3) Casi nada (4) Nada (5)

1. Estos talleres han ayudado a reconocerse.	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3) Desacuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

2. El conocerme me da mayor seguridad.	1	2	3	4	5
3. Me ha fortalecido el conocerme.	1	2	3	4	5
4. Tengo mayor control sobre mí.	1	2	3	4	5
5. Mi autoestima ha mejorado.	1	2	3	4	5

Siempre (1) Casi siempre (2) A veces (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

6. Exploro mi cuerpo.	1	2	3	4	5
7. Siento culpa al tocar mi cuerpo.	1	2	3	4	5
8. Sé reconocer mis sentimientos.	1	2	3	4	5
9. Sé reconocer lo que me disgusta.	1	2	3	4	5
10. Sé reconocer mis errores.	1	2	3	4	5
11. Sé reconocer mis fortalezas.	1	2	3	4	5
12. Me siento segura al tomar una decisión.	1	2	3	4	5

ANEXO 5

VIOLENCIA, TIPOS Y ÁMBITOS

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuestas:

Siempre (1) Algunas veces (2) De vez en cuando (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

1. Reconozco cuando alguien sufre violencia.	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3) Desacuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

2. Cuando mi pareja me restringe mis gastos es violencia económica.	1	2	3	4	5
3. Cuando mi pareja me destruye objetos personales se trata de violencia patrimonial.	1	2	3	4	5
4. Si mi pareja me chantajea se trata de violencia psicológica.	1	2	3	4	5
5. Si mi pareja me priva de alimento se trata de violencia física.	1	2	3	4	5
6. Si mi pareja quiere tener relaciones y yo no, hay violencia sexual.	1	2	3	4	5
7. En el trabajo se sufre violencia.	1	2	3	4	5
8. Dentro de las escuelas se sufre violencia.	1	2	3	4	5
9. Dentro de mi comunidad se sufre violencia.	1	2	3	4	5
10. En una institución puedo sufrir violencia cuando me niegan algún trámite.	1	2	3	4	5

Todo (1) Casi todo (2) Algo (3) Casi nada (4) Nada (5)

11. Qué tanto puedo defenderme ahora.	1	2	3	4	5
12. Conozco los servicios que da la UAPVIF.	1	2	3	4	5
13. Conozco los servicios que da el CAVI.	1	2	3	4	5
14. Conozco los servicios que da el Inmujeres.	1	2	3	4	5
15. Conozco la ley que me ampara si sufro violencia.	1	2	3	4	5

ANEXO 6

RESOLUCIÓN POSITIVA DE CONFLICTOS

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta la siguiente forma de respuesta:

Normalmente (1) Algunas veces (2) De vez en cuando (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

1. Puedo identificar un conflicto.	1	2	3	4	5
2. Se manejar adecuadamente un conflicto.	1	2	3	4	5
3. Cuando discuto con mi pareja negocio con él.	1	2	3	4	5
4. Puedo manejar un conflicto sin violencia.	1	2	3	4	5
5. Le he platicado a mi pareja lo que me enoja.	1	2	3	4	5
6. Se utilizar las técnicas para resolver un conflicto.	1	2	3	4	5
7. He aprendido a solucionar un conflicto.	1	2	3	4	5
8. Ahora pongo en práctica las técnicas enseñadas con mi pareja.	1	2	3	4	5
9. Ahora utilizo diferentes técnicas de resolución con mis hijos.	1	2	3	4	5
10. Pongo en práctica las técnicas enseñadas en mi comunidad.	1	2	3	4	5

ANEXO 7

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuestas:

Todo (1) Casi todo (2) Algo (3) Casi nada (4) Nada (5)

1. Ahora se de mis derechos sexuales y reproductivos.	1	2	3	4	5
2. Reconozco la declaración que protege mis derechos sexuales y reproductivos.	1	2	3	4	5

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3) Desacuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

3. Es importante que explore mi cuerpo.	1	2	3	4	5
4. El erotismo forma parte de mí.	1	2	3	4	5
5. Me ha servido conocer mis derechos sexuales y reproductivos.	1	2	3	4	5

Siempre (1) Casi siempre (2) A veces (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

6. Promuevo mis derechos sexuales y reproductivos.	1	2	3	4	5
7. Se como se coloca un condón femenino.	1	2	3	4	5
8. Le he platicado a mi familia sobre los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.	1	2	3	4	5
9. Es fácil expresar mis sentimientos cuando tengo relaciones sexuales con mi pareja.	1	2	3	4	5
10. Permito que mi pareja me toque en lugares públicos.	1	2	3	4	5
11. Mi pareja me muestra afecto por medio de besos.	1	2	3	4	5

ANEXO 8

INTERVENCIÓN EN CRISIS

A continuación se presentan una lista de afirmaciones en las cuales usted debe de marcar con una X, su respuesta de acuerdo a lo que considere más cercano a su forma de pensar, tomando en cuenta las siguientes formas de respuestas:

Totalmente de acuerdo (1) De acuerdo (2) Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3)  
De acuerdo (4) Totalmente desacuerdo (5)

1. Ahora puedo intervenir en una crisis.	1	2	3	4	5
2. Tengo estrategias adecuadas para intervenir en una crisis.	1	2	3	4	5

Siempre (1) Casi siempre (2) A veces (3) Casi nunca (4) Nunca (5)

3. Se lo que hay que hacer en caso de una crisis.	1	2	3	4	5
4. He compartido la información de lo que se hace cuando hay una crisis.	1	2	3	4	5
5. Puedo identificar a una persona en crisis.	1	2	3	4	5
6. He apoyado a una persona en crisis.	1	2	3	4	5
7. Se como apoyar a una persona en crisis.	1	2	3	4	5
8. Si una persona me pide ayuda se orientarla.	1	2	3	4	5
9. Les he platicado a mis hijos como apoyar a una persona en crisis.	1	2	3	4	5
10. Le he platicado a mi pareja como apoyar a una persona en crisis.	1	2	3	4	5