

EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES. LA RUTA PARA UNA VIDA EQUITATIVA Y SEGURA

**TRABAJO FINAL DEL MÁSTER IGUALDAD Y GÉNERO
EN EL ÁMBITO PÚBLICO Y PRIVADO**

Autora: Rosa Urzelai Cabañes

Tutor/a: Jordi Ferrús i Batiste

Castellón, 8 de septiembre de 2014

EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES: LA RUTA PARA UNA VIDA EQUITATIVA Y SEGURA

Resumen: *El sistema opresivo sexo-género es una estructura social que establece relaciones de poder asimétricas entre los sexos. En este contexto, el empoderamiento de las mujeres es una estrategia que lo que pretende es restablecer esta desigualdad, confiriendo a las mujeres la capacidad de decidir tanto sobre sus propios asuntos como sobre los asuntos que preocupan a toda la comunidad.*

La perspectiva de género es la base fundamental de la teoría feminista que aporta una óptica diferente para acercarse a la realidad social buscando examinar el impacto del género en las oportunidades de las personas, considerando qué papel juegan los roles sociales y cuáles son las interacciones que se llevan a cabo entre los géneros. Las relaciones entre mujeres y hombres se traducen en relaciones de desigualdad, poder, exclusión y dominación.

Desde que el empoderamiento se adoptara como medida positiva en la IV Conferencia Mundial de las Mujeres en Beijing en el año 1995, diversas instituciones han ido introduciéndolo en sus políticas de igualdad. La Escuela de Empoderamiento (Jabetze Eskola) demuestra que la adquisición, actuación y control del poder por parte de las mujeres es un proceso de doble dirección que promueve cambios tanto a nivel individual como colectivo, favoreciendo las relaciones equitativas de mujeres y hombres.

Palabras clave: *Género, empoderamiento, violencia machista, autoestima, escuela de empoderamiento.*

ÍNDICE

PREÁMBULO.....	4
1.- INTRODUCCIÓN.....	6
1.1.- UN SILENCIO HISTÓRICO LLENO DE VOCES	6
1.2.- ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE EMPODERAMIENTO?.....	8
2.- EMPODERAR Y EMPODERAMIENTO: MUJERES EMPODERADAS.....	10
2.1.- DEL PODER AL EMPODERAMIENTO	11
2.2.- OTRO PODER ES POSIBLE: ¿QUÉ ES UNA MUJER EMPODERADA?	15
3.- EMPODERAMIENTO FRENTE A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.....	18
3.1.- DEFINIENDO LA VIOLENCIA MACHISTA.....	19
3.2.- LA RUTA CRÍTICA, AUTOESTIMA Y EMPODERAMIENTO.	22
4.- UN ESPACIO PARA EL APRENDIZAJE: LAS ESCUELAS DE EMPODERAMIENTO DE MUJERES	26
4.1.- LA ESCUELA DE EMPODERAMIENTO DE ARRASATE: JABETZE ESKOLA.	28
4.2.- OBJETIVOS DE JABETZE ESKOLA.....	30
4.3.- LÍNEAS DE ACTUACIÓN DE JABETZE ESKOLA.....	32
4.4.- LA EXCLUSIVA: MI PROPIA EXPERIENCIA EMPODERATIVA	35
5.- REFLEXIONES FINALES	41
BIBLIOGRAFÍA Y FUENTES	45

PREÁMBULO

He elegido el empoderamiento de las mujeres como tema central del Trabajo de Fin de Máster (TFM) por una necesidad personal de seguir hablando de las Mujeres y de reflexionar sobre el lugar que ocupan (ocupamos) en el mundo, en la sociedad, en la comunidad donde existimos, y si reduzco el perímetro del espacio que nos rodea, en el territorio que habitamos dentro de nosotras mismas.

Elegir este tema me ha supuesto un ejercicio de poderío y estímulos. Muchas han sido las lecturas que han ilustrado y ensanchado mi camino hacia el desarrollo y consumación de esta actividad. Me he bloqueado tantas veces que he dudado de mi propia capacidad para entretelar, con todos los materiales e ideas que me suscitaban las lecturas elegidas, un discurso propio y original. He dudado de mi misma, de mis aptitudes, de mi facultad para engarzar todo mi conocimiento en un texto donde se plasmara lo que era tan sencillo y evidente en mi cabeza. He entablado conversaciones transcendentales con mis miedos. He dado alimento a mis carencias con nutrientes nada compasivos. Me he desanimado en muchos momentos de ofuscación mental. He dejado en blanco no solo la pantalla del ordenador, sino mi propia autoestima. He fluctuado. He renegado. He llorado de rabia e impotencia. He salido a pasear para no encontrarme con las ideas sin clasificar que se agolpaban en mi cabeza y que era incapaz de conceptualizar.

No ha sido un paseo fácil atravesar el intenso tema del empoderamiento de las mujeres; quizás porque hablar de las mujeres es hablar de algo tan inmenso que no encuentras la manera de resumir todo lo que llevas hablado, aprendido, enseñado, aguantado, afrontado desde que tengo memoria. Hablar de las mujeres cuando se han dicho ya tantas cosas. Cuando se han escrito tantos tratados sobre ellas por las protagonistas de esa gran revolución que es el feminismo, esos numerosos discursos que ha sentado las bases para la (re)construcción y cimentación de nuevas realidades, de diferentes relaciones, de esos nuevos escenarios que dan cabida, gracias a la vida, a los diferentes modos y maneras de ser mujer.

Pero lo he hecho. He redactado este trabajo con la ayuda de misteriosas formas diminutas que me dictaban las palabras de ánimo para seguir adelante. Esas esotéricas presencias no eran más que las voces de millones de voces calladas durante siglos, de rostros gastados a ritmo de galeras y sometimiento, de biografías anónimas sin oportunidad de aparecer, merecida y justamente, en la Historia del Mundo.

Todas estas voces, figurantes en mi conciencia, han contribuido a que yo no cayera en el pozo siniestro del desaliento ni del cansancio. No me han permitido devaluar mis capacidades, ni someterme a la perversa leyenda de que las mujeres somos menos capaces de enfrentarnos a la bestia de una página en blanco.

Este trabajo es un testimonio de mi propia experiencia de pensar y de vivir. No tiene la pretensión de establecer verdades eternas, ni absolutas. Obviamente, no soy original. Por supuesto, las ideas manifestadas aquí han sido pensadas y expresadas por muchos y muchas pensadoras, investigadoras, estudiosas y poderosas mujeres antes que yo misma. Si han conseguido llegar hasta mi persona es porque manifiestan y reivindican algo tan profundo y legítimo en lo que yo también creo.

Creo en la educación como fuerza transformadora, en el diálogo como un don necesario y urgente, para que hombres y mujeres podamos transformar el tiempo y el espacio juntos/as. Creo también en el empoderamiento de las mujeres porque de esta manera tomamos conciencia de nuestros derechos, al cuestionar los modelos sexistas que tradicionalmente la cultura, la religión, la sociedad nos los han atribuido como específicos de cada sexo. Creo en la igualdad y, sobre todo, creo en las personas, vengan de donde vengan, sientan lo que sientan, sean quienes sean esos semejantes que exigen y luchan por conseguir libertad, equidad y soberanía para el conjunto de todos los seres humanos que habitamos, sin querer, este Planeta.

1.- INTRODUCCIÓN

1.1.- UN SILENCIO HISTÓRICO LLENO DE VOCES

La cultura patriarcal ha dividido el mundo en dos mitades. Dos mitades condenadas a existir, en feliz o en desafortunada armonía, dentro de los límites intangibles de una sociedad en continuo rediseño. La historia del mundo se ha escrito siguiendo unas pautas bien definidas que se han ido transformando a medida que los personajes han conquistado el protagonismo de su propia realidad.

Este espacio hegemónico en dos mitades absolutas ha sentado las estructuras de la civilización occidental, ha fragmentado la Humanidad en dos piezas desiguales y extremas. Dos sexos, dos géneros, dos espacios diferenciados y una sola mirada imperativa para imaginar y ordenar el mundo. A través de esa representación y lectura impositiva del universo, se han definido y tasado quiénes somos y cómo hemos de conducirnos por los rigurosos y turbulentos fluidos de la existencia. Mujeres y hombres. Hombres y mujeres, ambos personajes ajustados al relato heteropatriarcal, han coexistido entrelazados y desunidos por normas, modelos y políticas castradoras, condensadas en un poder supremo que los ha encadenado, sin solución de continuidad, a una identidad masculina o femenina impuesta y monolítica.

En este contexto actual, muchos de los saberes, pensamientos, discursos y reivindicaciones de grandes mujeres—que la historia ha hecho desaparecer por poderosos intereses ideológicos—vuelven a disfrutar de una actualidad que, desgraciadamente, nunca habían perdido, por mucho que hayan querido silenciar e invisibilizar su presencia. Vuelven a resonar las palabras de la gran Mary Wollstonecraft con una fuerza vindicativa una vez más excepcional: *“agradecería a mis hermanas que en lugar de sacar brillo a sus cadenas hicieran algo por quitárselas”*. (cit. De Miguel Álvarez, 2009)¹.

Sin embargo, se han seguido perpetuando estas pautas impositivas, arbitrarias y condenatorias, hasta que las mujeres han sido capaces— unidas y reconocidas en el movimiento revolucionario feminista— de romper *las cadenas* que las inmovilizaban en los paredones de la desigualdad y de las sombras. Muros, esos, donde diariamente se han fusilado sus derechos, su autonomía y su libertad, donde se han *graffiteado* los

¹ La autora nos recuerda esta cita en su artículo sobre el lugar que ocupa Simone de Beauvoir en la genealogía feminista. Las palabras de Mary Wollstonecraft son palabras audaces, un mensaje llamando a la rebelión de las mujeres contra las leyes patriarcales que desdeñan el poder de las mujeres condenándolas a permanecer esclavas de un sistema que ha naturalizado su presente, ocultado su pasado y ha querido destruir su futuro igualitario y en libertad.

roles y las subjetividades de cómo deberíamos de vivir, sentir y morir. Tapias donde se quedaron estampadas estas normas determinantes de su propia existencia, *per saecula saeculorum*, como monedas invalidadas para el intercambio de puntos de vista diferentes y, sobre todo, para la convivencia en paz de ambos sexos. Mujeres y hombres han vivido sin un espacio neutral donde encontrarse. Con sus diferencias y semejanzas, han vagado como seres desconocidos sintiéndose enemigos mutuos, disidentes, sin esperanza de reconciliación, sumergidos y náufragos en contradicciones y odios atávicos.

Dos identidades que se han perpetuado en reglamentos y modelos difíciles de quebrantar. Dos maneras programadas de sobrevivir, de subsistir, de triunfar, de crear y de resucitar de entre los parias. Pero en la vorágine de la desigualdad, de la discriminación, en la cúspide de la jerarquía hegemónica ha brillado con luz propia la de los varones, la de los elegidos para la dominación del mundo partido en dos mitades desequilibradas. Los favorecidos, esos que llevaban siglos maltratando de muchas maneras a las menospreciadas, haciéndoles creer que eran seres inferiores a ellos por el simple hecho de nacer mujer: *“los hombres han aumentado esa inferioridad hasta hundir a las mujeres casi por debajo del tipo de criaturas racionales”*, como escribió Mary Wollstonecraft en 1792 en su *“Vindicación de los derechos de la mujer”*².

El mundo, insisto, ha sido roto y atomizado en dos sexos, en dos géneros, en dos miradas para atraer del imaginario una manera diferente vivir y de relacionarse. No es fácil escapar del binomio hegemónico sin padecer las consecuencias de desear escabullirse de las garras del patriarcado. Es una dicotomía jerarquizada. Es una relación social de poder.

En esta representación de las biografías humanas, a las mujeres no las han olvidado, no, sencillamente las han excluido de las plazas públicas del heteropatriarcado. Ellos, esos otros, sabían perfectamente que Ellas, esas otras, existían. Ha sido un olvido orquestado, premeditado, dirigido para ganar poder, para atesorar conocimientos, para no perder los privilegios de una clase rectora que se erigió como excelencia y protagonismo por encima, muy por encima, del sexo femenino. Las mujeres desaparecieron de la Historia formal para amanecer, por arte de magia, dentro de las paredes adoquinadas de sus hogares, construidas a imagen y

² Esta obra supuso en su tiempo una magnífica defensa en favor de incluir e implicar a las mujeres, la mitad del género humano, en la misma lucha para conseguir los mismos derechos por los que luchaban los hombres, los privilegiados. Mary Wollstonecraft, como muchas otras mujeres de su tiempo, creyeron y lucharon por ello.

semejanza de las necesidades ideológicas, religiosas, culturales, sociales y crematísticas de una sociedad que acuño la historia y su devenir en masculino.

Nos han enseñado todo lo que hemos tenido que aprender a espaldas de las experiencias aportadas por las mujeres a la Historia. Perdura, estratégicamente, un lenguaje neutro universal, subsiste un lenguaje sexista que sigue invisibilizado la presencia de las mujeres en el mundo. Ha sido importante recuperar, revalidar y conmemorar las aportaciones de esas mujeres en el devenir del mundo social como un bien necesario para el empoderamiento femenino.

1.2.- ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE EMPODERAMIENTO?

Podemos empezar definiendo el empoderamiento como un proceso de cambio personal y colectivo que tiene como consecuencia y como fin la transformación de las relaciones de poder entre mujeres y hombres. Empoderamiento, un concepto poderoso, estratégico, cargado de positividad y dirigido al desarrollo de las capacidades personales y colectivas de las mujeres.

¿De qué hablamos cuando hablamos de empoderamiento? Si el empoderamiento es una estrategia para el acceso paulatino de las mujeres al control de los recursos materiales, financieros, intelectuales e ideológicos, como se definió en la III Conferencia Mundial de la Mujer en Nairobi en 1985, ¿cuándo se nos ha despojado a las mujeres de todos estos “privilegios”? ¿Por qué hemos perdido el poder de uso y control de estos recursos, riquezas y talentos? ¿Cómo debemos recuperar ese poder de tomar nuestras propias decisiones? ¿El empoderamiento solo es conseguible a través de la propia mujer? Después de siglos de “cautiverios” soportados, adheridos y mantenidos, ¿el empoderamiento da miedo a las mujeres? ¿Reivindicar el cuerpo empodera? ¿Hablar de lo personal es empoderamiento? Y, por último y no menos importante la pregunta: ¿qué significa el empoderamiento de las mujeres para los hombres?

Todas estas cuestiones van saliendo a medida que me adentro en las lecturas escogidas para este viaje sin retorno a la toma de conciencia de quiénes somos de verdad, a la asunción de la necesidad de que las mujeres debemos estar presentes en la vida pública, a la conquista de esos espacios negados donde se toman decisiones que nos afectan y perjudican a todas las mujeres del Planeta. Esta exclusión histórica de las mujeres de los espacios y de los asuntos públicos, que se definen como de “interés común”, explica y da razón de que solo se hayan respondido durante siglos a los intereses percibidos exclusivamente por los hombres.

La firma del contrato sexual permitió argumentar y justificar la exclusión de las mujeres del espacio público e institucionalizar la división sexual del trabajo³, convirtiendo la diferencia sexual en diferencia sociopolítica, que establecería—de manera natural y determinista— la identidad femenina, legitimando el universo patriarcal de dominación mediante el sometimiento de la mujer a las directrices de su género.

La división sexual del trabajo perpetúa el que las mujeres estén sentenciadas a dedicarse a la reproducción social y a la provisión de recursos, tiempos y afectos para que los varones escalen las cimas del poder en cualquier espacio, tiempo y categoría destinadas, esas, a la perpetuidad de su estirpe genérica. De esta manera tan cómoda los hombres han podido estar y competir en la arena pública, sin que ningún obstáculo desajustara sus vivencias predestinadas al triunfo y al poder. Pese a los cambios habidos, esta división sexual del trabajo sigue siendo la clave de las desigualdades entre mujeres y hombres.

En este contexto sociopolítico, el empoderamiento de las mujeres es un proceso que se hace necesario para que las mujeres puedan capacitarse, valorarse y ser reconocidas como parte sustancial y obligatoria para la creación de una sociedad alternativa. Un proceso de transformación, como apunta Marcela Lagarde (2003), a través del cual cada mujer se faculta, se habilita y desarrolla la conciencia de tener derecho a tener derechos y a confiar en la propia capacidad para conseguir sus propósitos.

El empoderamiento es fundamental, por lo tanto, para adquirir autonomía y fuerza para “[dejar] de ser objeto de la historia, la política y la cultura, deja de ser el objeto de los otros, es decir, deja de ser-para-otros, y se convierte en sujeta de la propia vida, en ser-para-sí-misma, en protagonista de la historia, la cultura, la política y la vida social” (Lagarde, 2003: 6).

³ Esto significa que socialmente al hombre se le ha adjudicado el rol de “proveedor” ganapán de la familia y a la mujer el de “reproductora”, responsable del hogar, la crianza de los hijos y de los cuidados familiares.

2.- EMPODERAR Y EMPODERAMIENTO: MUJERES EMPODERADAS

*Solo aquellas personas que han estado
desempoderadas pueden empoderarse*
Naila Kabeer (2001)⁴

Todo aquello a lo concedemos un nombre, es decir lo que designamos es un sustantivo. Todo lo que podemos expresar y complementar de un sustantivo es un adjetivo, y todo lo que el sustantivo hace o puede hacer es un verbo, que expresa acción, interés o estado de ese sujeto para formar un predicado.

Evidentemente, esto no es una clase de gramática; pero comienzo de esta manera para explicar cómo los conceptos entran a formar parte de nuestro idioma cotidiano de una manera arbitraria y parcial, cómo algunos permanecen inmutables, y cómo otros hay que sanearlos para dar un nuevo enfoque a viejas significaciones que se han quedado en un ralenti estable y que, por consiguiente, no se les dan más impulsos para mantenerlas vivas. Es una velocidad de crucero demasiado conservadora como para que un ajuste multidimensional de las palabras favorezca al conjunto de los y las hablantes por igual.

Según la Real Academia Española de la Lengua, *empoderamiento* es la acción y el efecto de *empoderar*, es decir, de hacer poderoso o fuerte a un individuo o grupo social desfavorecido. En un principio, el término estaba ligado exclusivamente al ámbito legal, como sinónimo de “apoderar”, de dar poder a otra persona para que la represente en un juicio o fuera de él. Magdalena León (1997) nos indica que empoderar y empoderamiento no son términos nuevos, ni “*anglicismos*”, sino que ya aparecen en textos del siglo XVII en lengua castellana. No son palabras inventadas — que aunque lo fueran no le restarían importancia a lo que definen—. Ese empeño de proteger de aires frescos a viejas palabras clausuradas para otros usos es una protección conservadora y absolutista que teme al cambio, es decir, miedo a lo que las mudanzas lingüísticas puedan traer, revolver, vindicar y revolucionar al viejo régimen sociocultural heteropatriarcal.

“La política de recuperar y expandir el uso de la palabra empoderamiento [...] en el momento actual tiene la intención de impulsar cambios en la cultura, en particular en los imaginarios sociales sobre la relación de la mujer en el poder [...] contribuir a que las transformaciones de las relaciones de poder (entendidas en su sentido más amplio) entre hombres y mujeres vayan acompañadas de transformaciones en el lenguaje que reflejen nuevas construcciones e imaginarios sociales” (Magdalena León, 1997).

⁴ Citado en *Educando desde la perspectiva de género*. Fundación Isonomía (p. 14)

2.1.- DEL PODER AL EMPODERAMIENTO

La particularidad más destacable del término empoderamiento, escribe Magdalena León (1997), es que contiene la palabra mágica *poder*. Como sabemos y soportamos, el poder es una de las grandes parcelas privadas regaladas a los hombres para uso y disfrute de su masculinidad. Una de las características de la condición masculina es el aprendizaje y el ejercicio del poder. Este poder en masculino-patriarcal va dirigido en una sola dirección, puede ser sinónimo de manipulación, imposición, ambición, ganancia personal, mejora de estatus, etc. Este tipo de poder genérico permite decidir sobre las demás personas, someterlas a sus deberes, restringirles derechos y naturalizar obligaciones.

El género es el conjunto de creencias, reglas y atribuciones que se construyen socialmente tomando a la diferencia sexual como base. A través de este filtro cultural se interpreta el mundo. No es un término ni un concepto superficial, el género tiene una misión importante: limita las decisiones y las oportunidades de las personas dependiendo de si tienen cuerpo de mujer o cuerpo de hombres. La cultura organiza la sociedad, fabrica las ideas, impone el orden simbólico y resume parcialmente lo que deben de ser los hombres y las mujeres. El género atribuye características “femeninas” y “masculinas” a todas las esferas de la vida, a las actividades y, cómo no, a las conductas y al poder.

Joan W. Scott (1986) manifiesta que *“debemos entender el género como una construcción histórica y como un campo de articulación de relaciones o de producción de significados de poder que operan desde la diferencia sexual a través del lenguaje y el discurso”*. El género se articula, siguiendo con Scott, *“como un elemento constitutivo de las relaciones sociales fundadas en las diferencias percibidas entre los sexos. Es la primera forma de percibir las relaciones de poder que son representadas como naturales e inmutables”*. A estas alturas, evidentemente, entendemos el género como el instrumento segregacionista que asigna los papeles, funciones y privilegios que se consideran más apropiados para cada sexo.

El poder patriarcal ha significado y patrocinado la pérdida de poder del colectivo femenino. Las consecuencias del ejercicio tradicional de este tipo de poder patriarcal controlador es que las mujeres se acostumbran a ser controladas, dominadas, discriminadas, a que se les despojen de sus derechos, de la propiedad de la tierra, de la educación, de la capacidad de ser ella mismas, del control de su cuerpo y de su sexualidad.

Adscritas a una identidad de género singular y complementaria, su estar en la sociedad ha venido marcado por el ordenamiento patriarcal. El ideal femenino se ha dirigido (cayendo de bruces) hacia el bienestar de los demás. La autoestima de las mujeres se ha desarrollado viviendo la vida a través de los otros. Se ha marcado con fuego divino, eterno e inmutable que las cualidades femeninas: sensibilidad, emotividad, pasividad, empatía, dependencia...posibilitan la renuncia tácita al poder sobre ellas mismas por estar fuera del alcance de sus facultades, de su genio y de sus virtudes genéricas.

¿Han tenido y tienen miedo las mujeres al poder? Es la pregunta que subyace en mi mente como corolario una vez que averiguo y concibo cómo han sido educadas en el miedo sempiterno a crecer y a ser tangibles en un mundo almidonado en masculino.

“La identidad de las mujeres es el conjunto de características sociales, corporales y subjetivas que las caracterizan de manera real y simbólica de acuerdo con la vida vivida. [...] la experiencia particular [incluye] la perspectiva ideológica a partir de la cual cada mujer tiene conciencia de sí y del mundo, de los límites de su persona y de los límites de su conocimiento, de su sabiduría y de los confines de su universo. Todos ellos son hechos a partir de los cuales y en los cuales las mujeres existen, devienen” (Marcela Lagarde, 1990).

Y el mundo ha girado y girado de esta manera. Unos conquistando las esferas del espacio público; las otras cautivas *“porque han sido privadas de su autonomía vital [...] del gobierno sobre sí mismas [...] de la capacidad de decidir sobre los hechos fundamentales de sus vidas y del mundo”* (Lagarde, 2011:66). Las mujeres han sido desempoderadas, desarraigadas de sus capacidades, asumiendo aptitudes que el mismo sistema opresor infravalora, menosprecia y desfavorece. Todo este coctel diabólico ha mantenido a las mujeres en un segundo o ningún plano, sin poder acceder a la toma de decisiones y al liderazgo en igualdad de condiciones (Maite Sarrió, 2009: 6).

Este *“poder sobre”*⁵ lo podemos identificar con el “poder político” que ha sido cultivado mayoritariamente por los varones desde criterios sexistas, basado en la colonización y domesticación de las mujeres, regido por la proclama del más fuerte. Las mujeres han sido víctimas estructurales de este poder desempoderante e improcedente. Nos han parcelado el poder diseñándolo a medida del sistema sexo-

⁵ Jo Rowlands citada por Magdalena León (1997), diferencia cuatro clases de poder. El “poder sobre” que es un “poder suma cero”, en el que el aumento del poder de un individuo entraña la pérdida de poder de otra persona. El “poder para”, “poder con” y “poder desde dentro” se definen como “poder suma positiva”, al incrementar su poder una persona o grupo incrementa a la vez el poder total disponible. Este poder supone crear relaciones equilibradas entre las personas y los grupos. Este “poder suma positiva” compartido permite llegar a las necesarias transformaciones sociales. Un poder para empoderar.

género. Al sistema no le interesa que las personas se desarrollen sabiéndose poderosas, es necesario crear el clima ideal para mantener su presencia generación tras generación, *“necesita el beneplácito de una gran mayoría desempoderada para justificar su existencia”* (Sarrió, 2009: 6).

El ejercicio del poder ha ido unido a la violencia como principal instrumento ideológico para mantenerse legitimado. Esto puede explicar perfectamente la situación que ha vivido y vive el colectivo de mujeres en todo el mundo. Desposeídas de poder económico y dependientes, por este hecho, de los hombres y sus políticas, limitando su poder al ámbito doméstico: la familia. La vida de las mujeres ha sido diseñada y “despotenciada” desde instituciones patriarcales.

“Pero no podemos decir que la mujer ha carecido de poder, sino más bien, que su situación social expresa poco poder y que el que ostenta se da dentro de limitaciones sociales muy rígida” (León, 1997) y como afirma Maite Sarrió (2009): *“si el desempoderamiento es un aprendizaje cultural y político, el empoderamiento también puede y debe serlo”*.

La consolidación del término empoderamiento se promueve en el marco de la IV Conferencia Mundial de la Mujer celebrada en Beijing en 1995. El empoderamiento de las mujeres se adopta como medida explícita y son diversas instituciones las que han ido introduciéndolo en sus políticas de igualdad.

“Promover la potenciación del papel de la mujer y el adelanto de la mujer, incluido el derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia, de religión y de creencia, lo que contribuye a la satisfacción de las necesidades morales, éticas, espirituales e intelectuales de las mujeres y los hombres, individualmente o en comunidad con otros, por lo que les garantiza la posibilidad de realizar su pleno potencial en la sociedad plasmando su vida de conformidad con sus propias aspiraciones” (Beijing, 1995).

Por primera vez se institucionalizó un importante concepto— que ya lo usaban las feministas en los años setenta—, un concepto teórico estratégico: el empoderamiento de las mujeres para subvertir la subordinación y el control al que históricamente habían estado sometidas. El empoderamiento de las mujeres es fundamental para acabar con las desigualdades, lograr la igualdad, y para permitir una participación equilibrada con una representación equitativa de las mujeres en todos los planos de la vida.

Muchas definiciones interpretan y analizan el empoderamiento femenino. Todas aciertan y enfocan lo que significa este proceso de toma de conciencia del poder de las mujeres. Un poder tanto individual como colectivo que permitirá mejorar el acceso de las mujeres a todos los recursos, aumentar su participación en la toma de

decisiones y dimensionar la capacidad de influir en todo lo que afecta al desarrollo humano lo que, por lógica democrática y justa, requiere de la igualdad y consonancia de mujeres y hombres.

Naila Kabeer (1999) expone su idea del empoderamiento como *“la expansión de la habilidad de las personas para hacer elecciones vitales estratégicas, en contextos donde tal habilidad les había sido negada previamente”* (citada por Clara Murguialday Martínez, 2006).

El empoderamiento —escribe Magdalena León (1997)— no es una gracia que pueda ser concedida sin esfuerzos, sino que al ser un proceso dinámico cada persona es protagonista de su propio empoderamiento. Como todo proceso, el empoderamiento está sujeto a dificultades que hacen que el caminar por la senda de la transformación personal y colectiva no sea un paseo sencillo —muchas veces incomprensible y desconcertante— que al estar unido con el contexto y la historia en la que se ha desarrollado la existencia del grupo o de cada individuo lo hace particular e intransferible. Es un proceso multidimensional que representa diferentes cosas para distintas mujeres en contextos diversos (Íbidem).

“En el empoderamiento no hay un punto de llegada delimitado de antemano, sino experiencias que ponen en el centro de la escena el poder presente en las relaciones de género entre hombres y mujeres en las relaciones sociales” (León, 1997). Podemos decir, por lo tanto, que el empoderamiento es un proceso personal, que cada mujer tiene que empoderarse a sí misma y que no es posible empoderar a otras personas, y sobre todo a quien no quiere. No es una combustión espontánea, sino que exige unas condiciones para crear una conciencia (sociopolítica) que permita a las mujeres modificar la imagen de sí mismas, poder así exigir sus derechos, y alentarlas en el convencimiento de sus capacidades para el papel de agentes externos del cambio (Íbidem).

“El empoderamiento es un proceso largo, difícil de medir y para el cual es muy trabajoso encontrar indicadores que lo evidencien. Debido a la lentitud para observar transformaciones de envergadura propone acciones concretas (proyectos específicos), acompañados, al mismo tiempo, por otras abstractas (autoestima, liderazgo), con las cuales se pueda impulsar el proceso” (Batliwala, citada por Zapata et al., 2010).

La estrategia del empoderamiento de las mujeres coloca en uno de sus planos relevantes la cuestión de la pérdida de sus derechos y el *“derecho a tener derechos”*, ya que no se trata solo de *“re-concedérselos”*, sino de que puedan ejercerlos activamente y, sobre todo, de que de este ejercicio democrático de la participación política de las mujeres en la escena pública, se dinamice y se influya en las decisiones que se tomen en favor de sus intereses como colectivo tradicionalmente desfavorecido

por el sistema neoliberal-heteropatriarcal. El empoderamiento busca cimentar sociedades más justas donde sus habitantes puedan desarrollar sus potencialidades y capacidades para un desarrollo justo, equilibrado y equitativo de las “riquezas” del mundo y generar, así, las condiciones para que las personas disfruten de vidas placenteras y prósperas.

2.2.- OTRO PODER ES POSIBLE: ¿QUÉ ES UNA MUJER EMPODERADA?

Ignoramos nuestra verdadera estatura hasta que nos ponemos de pie (Emily Dickinson)⁶

Las mujeres han sido tradicionalmente confinadas a la esfera privada. Han tenido muchas dificultades para que se les reconozca el derecho a salir del ámbito privado-reproductivo y entrar en el espacio público-productivo. A los varones siempre se les ha reconocido y consentido el derecho a transitar por las dos esferas. Pero en su discurrir por el círculo de lo privado, la importancia que ellos le han otorgado a este terreno de lo privado para nada tiene que ver, ni cuantitativamente ni cualitativamente, con el valor que le han concedido las mujeres y con el coste que esta servidumbre les ha supuesto a ellas y a su proceso existencial. La corresponsabilidad doméstica es humo que se vende fácil, un alarde de igualdad, pero una realidad, desgraciadamente, casi imperceptible.

Es evidente que ninguna mujer se levanta una mañana y dice categóricamente “hoy me voy a empoderar”. El empoderamiento hay que engendrarlo, impulsarlo como un arma estratégica y eficaz de seguridad, de liberación personal, de provecho colectivo. Se inicia en el ámbito individual, en su perímetro subjetivo-cultural, atrayendo cambios profundos en las ideas consagradas del “ser mujer”, es decir, transformando las imágenes tradicionales de la feminidad y, por consecuencia, elaborando comportamientos alternativos a estos dogmas de género. Un “*poder desde dentro*”, un poder individual que reside en cada mujer y que es capaz de corregir y transformar la relaciones familiares y sentimentales logrando, de esta manera provocadora, la autonomía física y económica para su empoderamiento.

Cuando se van difuminado los márgenes por donde se ha circunscrito la vida de las mujeres, los proyectos de existencia que tenían sus bases en pensamientos enraizados en letanías castradoras, por otro lado, fértiles para la hegemonía del

⁶ Frase de Emily Dickinson, poeta estadounidense (1830-1836), compartida en Facebook por Biblioteca para Todos. <http://apartirdeunafrase.wordpress.com/2014/05/20/ignoramos-nuestra-verdadera-estatura-hasta-que-nos-ponemos-en-pie-frase-de-emily-dickinson-poeta-estadounidense-1830-1836-compartida-en-facebook-por-biblioteca-para-todos/> [consultado 15/07/2014]

sistema heteropatriarcal, como han sido la de anteponer sus necesidades a la de los otros, la de no existir si no es dentro de una relación amorosa, la de rebajar la autonomía e independencia pensando en que son egoístas, ruines, ambiciosas, enfermas, diabólicas o, simplemente, las malas; cuando todo este conglomerado de argumentaciones nada sutiles, retomo el hilo, se asienta en pilares más sanadores y seguros, el proceso individual de empoderamiento de una mujer toca ficha y arrastra su “poderío” reforzando a otras a seguir la misma ruta: se promueve y se contagia el empoderamiento en otras mujeres.

El “*poder con*” es ganar poder junto a otras, es el poder del grupo que da la consistencia necesaria para protagonizar el proyecto de vida que deseen poner en marcha, sin necesidad de seguir respondiendo a los roles que se les exige desde la sociedad patriarcal.

“Empoderarse de manera personal se concreta en la individuación, es decir, en la transformación personal en un ser individual: único e independiente, con personalidad y concepciones propias, con capacidad de decidir y de actuar por cuenta propia, con movilidad y autodeterminación. La autoestima, la seguridad y la confianza se incrementan al empoderarse. Y cuando empoderarse se produce en grupos y movimientos, se condensa en la conciencia de tener una identidad grupal específica” (Lagarde, 2004: 7-8).

A medida que las mujeres amplían el dominio y el conocimiento de tener derecho a tener derechos, comienza a fraguarse un nuevo panorama existencial-sociopolítico, que las llevará a materializar compromisos vitales estratégicos para lograr autonomía, y reclamar eso otro tipo de poder colectivo: un poder alternativo totalmente diferente al poder patriarcal. Un “*poder para*” el cambio de sociedad que consiste y consigue —al haberse amplificado su grado de conciencia sobre el porqué de su subordinación— una movilización participativa para transformar las relaciones, las estructuras y las instituciones que les limitan ese poder reproduciendo sus “*cautiverios*” desempoderantes.

Una mujer empoderada desarrolla poder sobre sí misma para conquistar la independencia y su soberanía plena. Una mujer empoderada mejora su calidad de vida día tras día utilizando todas sus herramientas y recursos personales, como la autoconfianza; el reconocimiento de su libertad de expresión y de elección; su “*poderío*”⁷; el poder sobre su cuerpo, de su sexualidad y la voluntad, como no podía ser de otra manera, para ejercitar y ejecutar ese poder con otras mujeres. Una mujer empoderada no tiene miedo al poder, porque sabe que otro poder es posible para

⁷ “*El poderío es un conjunto de poderes constitutivos que definen la condición de género de las mujeres como una condición de poderes vitales inalienables, que se concretan en la ciudadanía y se sustentan en la democracia y el desarrollo*” (Lagarde, 2004:26).

desacreditar y desmontar el poder patriarcal donde las mujeres han sido negadas, maltratadas y confundidas.

El empoderamiento es un proceso a largo plazo. De la misma manera que las mujeres, como apunta Maite Sarrió (2009) han aprendido todo lo necesario para existir desempoderadas socioeconómicamente durante muchos siglos de historia patriarcal-capitalista, se puede aprender a empoderarse como estrategia de cambio personal, como principio activo en fórmulas magistrales para el desarrollo de las comunidades y del conjunto de la sociedad, como voz de los y las sin voz, y como instrumento político de abastecimiento de capital humano (femenino) necesario para la transformación del Planeta y de la conciencia humana colectiva. ¿Dónde aprenden las mujeres a empoderarse? De ello hablaré en el apartado cuatro cuando trate de las Escuelas de Empoderamiento de las Mujeres.

El empoderamiento no es un poder de dominación, un “*poder sobre*”, es un poder positivo que engendra autoridad y no autoritarismo que es lo mismo que impedir, coartar, disuadir y prohibir tener la posibilidad de tener poder. El ejercicio del poder ha ido inextricablemente unido a la violencia como el personal de mantenimiento conveniente y útil para defenderlo y perpetuarlo. Esto pone de manifiesto la realidad que vive el colectivo femenino en muchos lugares del Mundo: supeditadas a los hombres; desposeídas de poder económico; dependientes de los hombres económicamente, sentimentalmente, ideológicamente; limitando e impulsando su único poder —como una responsabilidad natural— al ámbito doméstico y familiar donde se han empobrecido, debilitado, donde las han violado, maltratado, asesinado, menospreciado, dadas en matrimonio sin su consentimiento, mal alimentado, mutilado, discriminado...(el orden de los factores no altera el producto que es la muerte moral de las mujeres).

3.- EMPODERAMIENTO FRENTE A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.

“El mundo se divide de forma maniquea en dos ámbitos: el público, en el que rigen leyes sociales y económicas y la historia. Y el mundo privado, personal, directo, en el que no existen leyes sociales, ni determinaciones históricas; es el reino del páter en que todo sucede sí, porque siempre ha sido y lo seguirá siendo. Es el mundo en que no hay historia sino fuerza de la naturaleza o voluntad divina, fértil espacio de la violencia” (Lagarde, 2011:303)

La violencia hacia las mujeres por el hecho de ser mujer es la expresión más cruel y descarnada que tiene el heteropatriarcado para mantener su soberanía hegemónica libre de toda adulteración que suponga un cambio de las reglas de juego del paradigma androcéntrico. El patriarcado no actúa en solitario sino en complicidad con otros poderes absolutistas, con modelos de organización opresores que ofrecen afirmaciones exclusivas que legitiman esta violencia, premisas como la representación de que las mujeres son seres *“inherentemente inferiores a los hombres — excesivamente emocionales y lujuriosas, incapaces de manejarse por sí mismas—* [por lo que tienen] *que ser puestas bajo control masculino*” (Federici, 2014: 154); son propiedad privada de los varones a los que deben respeto y obediencia. Todo esto institucionalizado, reforzado con discursos donde se las exhiben como malas y peligrosas a las que hay que castigar, estigmatizar y domesticar condenándolas al fuego inveterado de la institución familiar y/o la exclusión eterna de la escena pública.

La violencia machista no es solo un dispositivo para custodiar la sumisión de las mujeres, sino también un correctivo para las desobedientes, las insubordinadas con aptitud y disposición de cambio, un castigo para aquellas mujeres que se atreven a romper la norma establecida y cuestionan la autoridad masculina. Un escarmiento estructural para que vuelvan al puesto primigenio que les corresponde. La violencia machista toma más relevancia y envergadura en las sociedades occidentales *“cuando los hombres comienzan a perder el monopolio del poder que gozaban en exclusiva”* (Herrera, 2011: 211).

La lucha feminista hizo evidente las desigualdades de género situando esta violencia en la relación desigual que confiere y legitima el poder y control masculino sobre las mujeres. El movimiento feminista de la tercera ola hizo que la conciencia colectiva de la sociedad se agitara al nombrar realidades que permanecían invisibles. Se conceptualizó el *“patriarcado como un sistema de relaciones sociales presente en todas las sociedades que colocaba a los varones en una posición de dominio”* (Rosa Cobo, 2013: 361).

Hoy en día, en muchas sociedades democráticas existen importantes avances en la igualdad de mujeres y hombres. Muchas mujeres gozan de altos niveles de autonomía, de capacidad de decisión en entornos políticos y sociales que deslegitiman la discriminación, la segregación laboral e incluso la violencia de género. Se van atenuando las brechas de la desigualdad, mientras que, paradójicamente, la violencia sexista sigue manteniendo sus estructuras casi intactas, a la par que va recrudeciéndose incluso en estados que son modelo de paridad y de gobiernos democráticos⁸.

Aunque la moldura de la igualdad adquiere unas medidas formales bien reguladas, la realidad es que pocos cambios han experimentado en los modelos tradicionales de familia y en cómo se sigue socializando a las niñas y a los niños en lo referente a las identidades y a los estereotipos de feminidad y masculinidad, lo que puede explicar que *“la violencia se mantenga o incluso repunte”*⁹. Mientras las mujeres ganamos poder, autonomía y libertad, muchos hombres no solo no se alegran, sino que se resisten a perder el control de sus privilegios y castigan la autonomía, emancipación y empoderamiento de las mujeres con mayores dosis de violencia.

3.1- DEFINIENDO LA VIOLENCIA MACHISTA

La definición de violencia de género que estableció la ONU en su documento sobre la eliminación de la violencia sobre la mujer, en Viena 1993, establece el término violencia contra las mujeres para referirse *“a todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública o privada”*.

En la IV Conferencia Mundial sobre la Mujer de Beijing (1995), se determinó el concepto violencia de género como *“la violencia contra la mujer que impide el logro de los objetivos de la igualdad de desarrollo y Paz, que viola y menoscaba el disfrute de los deberes y derechos fundamentales”* instando a todos los Gobiernos a *“adoptar medidas para prevenir y eliminar esta forma de violencia”*.

⁸ *“Una de cada tres mujeres europeas ha sufrido violencia física o sexual o, lo que es lo mismo, 62 millones de mujeres en toda Europa (la mitad de la población femenina mayor de 15 años). Hay muchas formas de expresarlo, pero la conclusión es la misma: la violencia contra las mujeres es una epidemia, lo constató el informe publicado ayer por la Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea”*. Ana Requena Aguilar (05/03/2014) *Las razones por las que España no sale bien parada en el informe sobre violencia de género* http://www.eldiario.es/sociedad/concienciacion_0_235527083.html [consultado 9/07/2014]

⁹ *Ibidem.*

En el artículo 1 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género se define la violencia *“como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia [...] comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad”*.

En el año 2006, la Asamblea General de las Naciones Unidas estableció que la violencia contra mujeres y niñas *“es una de las violaciones a los derechos humanos más sistemáticas y extendidas. Está arraigada en estructuras sociales construidas en base al género más que en acciones individuales o acciones al azar; trasciende límites de edad, socio económicos, educacionales y geográficos; afecta a todas las sociedades; y es un obstáculo importante para eliminar la inequidad de género y la discriminación a nivel global”*.

La violencia contra las mujeres se ha definido teniendo en cuenta diferentes tipos de violencia que sufren las mujeres por ser mujer. Violencia física, psicológica, sexual y económica. Afecta a mujeres de todas las edades, de todas las clases sociales, de todos los niveles culturales. La violencia implica una relación de dominación/subordinación, por lo que está bien claro que la violencia se relaciona con el poder y con quien ostenta ese poder.

La violencia contra las mujeres es la máxima expresión del poder de los hombres, un poder que busca someter, coaccionar y eliminar a las mujeres en el convencimiento de que éstas son inferiores y, evidentemente, sus más preciadas posesiones. Uno de los estereotipos que ha sido adjudicado a los varones, por imperativo y arbitrariedad androcéntrica, es la fuerza para ejercer poder, el poder de dominar a otros seres. Y para legitimar esta conducta “natural” de los hombres y así consolidar el sistema puro de dominación, el patriarcado ha institucionalizado y estructurado la violencia hacia las mujeres como la herramienta útil y necesaria para practicar y ejecutar este poder consuetudinario masculino.

Muchas mujeres en todo el mundo son insultadas, humilladas, alejadas de sus amistades, controladas, amenazadas, obligadas a tener relaciones sexuales que no desean, golpeadas, maltratadas por quienes, supuestamente, las aman. Muchas mujeres en todo el mundo son heridas, quemadas, estranguladas, asesinadas por sus parejas o ex parejas. A todo esto se llama violencia “doméstica” (Patrizia Romito, 2007: 32-33).

Las mujeres que sufren maltrato muchas veces se avergüenzan de ello, porque desde su propia configuración de sí mismas, supone el fracaso profundo de su propia existencia. Las maltratan, las insultan aquellos que se supone deberían amarlas y cuidarlas. Es un gran desengaño, la ruina personal y su bancarrota emocional. El origen de tanta desgracia, sufrimiento, de tanta “violencia deliberada”¹⁰ tiene su origen en las relaciones de dominación que se dan entre hombres y mujeres.

La agresión no comienza con el primer golpe sino por conductas abusivas que van debilitándola para que su reacción ante la agresión sea menor (Lorente, 2001: 97), comportamientos y hábitos violentos que van minando la autoestima y autonomía de las mujeres maltratadas.

Una de las razones por la que las mujeres no salen antes de estas relaciones malsanas está en el modelo de amor que se nos ha ido retransmitiendo, un modelo vinculado a la entrega a los demás por encima del cuidado y del respeto a sí misma. A las mujeres se nos exige dejar de ser nosotras mismas para poder ser amadas por los hombres hasta la eternidad, incluso hasta morir (asesinadas presuntamente) por y de amor.

El amor romántico es una de las claves de la identidad subjetiva de las mujeres, es parte intrínseca de la subordinación social de las mujeres. La angustia de no sentirse querida por un hombre, la necesidad de ser amada, ayuda a que muchas mujeres piensen en el amor de pareja como algo central en sus vidas, desertando de una parte muy importante de ellas mismas.

Al desentrañar los mecanismos de esta subordinación “*a partir de las nuevas relaciones que se crean en el dispositivo grupal, donde las integrantes sienten que pueden ser reconocidas desde un lugar de mayor autonomía, se entra en un proceso para descubrir cómo eres, como se han construido los deseos propios en relación o no a los imperativos de género, como se pueden sentir gratificaciones con nuevas experiencias no tan afectivas, qué lugar ocupa el desarrollo de nuevas capacidades, y que papel de control desempeñaban los miedos*” (Esteban y Távora, 2008:11), las mujeres pueden empezar a empoderarse y a reconstruirse.

¹⁰ Maria Dolors Molas Font (ed.) (2007). *Violencia deliberada. Las raíces de la violencia patriarcal*. Barcelona, Icaria editorial.

3.2- LA RUTA CRÍTICA, AUTOESTIMA Y EMPODERAMIENTO.

“La ruta crítica es un proceso complejo no lineal, que implica avances y retrocesos [...] decisiones y acciones que van construyendo la búsqueda de alternativas hacia una vida libre de violencia [...] La decisión más trascendental que se toma es la de romper el silencio, es decir, revelar en un espacio fuera de su ámbito más íntimo la situación de violencia que se vive [...] Haber podido tomar la decisión de romper el silencio y emprender acciones para solucionar sus problemas es la llave que abre el camino [...] las mujeres recobran el protagonismo en sus propias vidas y los recursos externos adquieren sentido como posibilidades reales, como herramientas para hacer uso de ellas en su ruta para alcanzar una vida libre de violencia [...] el camino que las espera es largo, tortuoso, y no siempre les traerá resultados positivos” (La ruta crítica de las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar en América Latina, 2000).

Sin duda, cuando una mujer toma la decisión de verbalizar la situación de violencia en la que vive, el proceso emprendido empieza a rodar y rodar, encontrándose infinitas y disuasivas dificultades por el camino, pero es imposible pararlo. Aunque ella vuelva con el agresor, aunque las presiones familiares hagan tambalear su reciente seguridad, aunque los recorridos institucionales sean la mayoría de las veces auténticas ratoneras, donde se les resta protagonismo y credibilidad, retomo, es un proceso imposible de parar porque desde ese mismo minuto en que se *rompe el silencio* y se nombra lo innombrable, esa mujer ha tomado consciencia de quién es y de cómo quiere vivir.

— ¿Se empodera?— pregunto

—Toma las riendas de su vida y las decisiones, que no es poco— conjeturo— para liberarse de la violencia. Lo que no se revela no existe, aunque lleve ahí mucho tiempo. Cuando esa mujer le pone calificativos a lo que le acontece eso, que hasta entonces podría ser una locura o mentira, adquiere consistencia y ya está, casi, en condiciones de saber contra qué hay que luchar y qué es lo que no quiere.

El empoderamiento es un proceso que necesita de pasos pequeños y firmes para lograr los cambios y renovaciones deseadas. Un proceso valioso cuyo plazo de clausura es infinito. Nunca sabes cuándo se termina una de empoderar, aunque es verdad que a medida que vamos adquiriendo poder sobre nosotras mismas para gestar un relato propio, es decir desarrollar nuestra propia hoja de ruta, vamos haciendo más arraigado el proceso empoderativo.

A la vez que agenciamos alternativas a los modelos hegemónicos de feminidad, el círculo por donde deambulamos en busca de las respuestas que concedan permiso a nuestra autoestima para regenerarse se estrecha, hasta que deja de alejarse del centro condensando toda la energía en su interior, centralizándose el

poder personal de cada una en una misma, como la herramienta valiosa para la autodeterminación.

Esta ruta crítica emprendida por algunas mujeres de *romper el silencio*, que las lleva a tomar decisiones importantes, a reconocerse a sí mismas como víctimas de violencia, es decisivo para iniciar el proceso regenerativo de la autoestima, una fase necesaria para abordar el empoderamiento. Cada una, en la medida de sus posibilidades, retoma una existencia que creía perdida. Se revitalizan sus vínculos familiares, va desapareciendo el miedo, se benefician de las redes de apoyo institucionales y de los grupos de mujeres que siguen trabajando por la erradicación de esta aberración social. Algunas comienzan a trabajar, otras a estudiar, otras ponen distancia y deciden separarse de la pareja agresora. Muchas acuden a los centros de la mujer en busca de orientación jurídica para estrenar su camino hacia una vida segura, y lograr salir del ciclo mortal de la violencia¹¹.

Las mujeres, al hacerse dueñas de sus derechos y de sus vidas, incluidas las de sus criaturas, viven un proceso de empoderamiento. Es tan evidente y positivo el cambio que se consigue que lo intuyen como ese algo poderoso que las ayudará a evitar en el futuro caer en una situación similar. Reconocer que eres una mujer que ha sido maltratada, y vencer la idea de que tu proyecto de vida ha sido un fracaso existencial, que no eres culpable de tus circunstancias, asumir esa verdad, es iniciar un camino hacia delante sin prisas pero sin pausas.

Muchas veces, *romper el silencio* coloca a las mujeres en el foco del recrudecimiento de la violencia. Muchas mujeres son asesinadas por denunciar a su agresor o cuando deciden romper la relación sentimental, o cuando deciden tomar las riendas de sus decisiones, o cuando han intentado transformar los roles asumidos o cuando deciden que “basta ya”. Algunas mujeres han muerto al intentar salvar su vida; pero muchas otras han conseguido traspasar las barreras del miedo y comenzar una nueva existencia. Ellas son el ejemplo de que sí se puede conseguir.

Las mujeres que han vivido situaciones de violencia están dañadas por las consecuencias derivadas de la experiencia del maltrato sufrido. Han sido objeto de un abuso verbal casi cotidiano, deteriorándose su autoestima. Se sienten desamparadas,

¹¹ La antropóloga Leonor Walker desarrolló la teoría del “ciclo de la violencia” en 1979 y la expuso en su trabajo *The Battered Women (Las mujeres maltratadas)*. Leonor Walker aportó un instrumento muy útil para entender el mantenimiento de las mujeres víctimas en la relación violenta y sus dificultades para romper con su agresor (Blog de Ángeles Álvarez: *Con la antropóloga Leonor Walker*, 31 de julio de 2009, en: <http://angelesalvarez.com/2009/07/31/con-la-antropologa-leonor-walker/> [consulta 13 de julio de 2014]).

impotentes, arrastran profundas depresiones que se alargan en el tiempo afectando a su calidad de vida y a su salud¹².

La ruptura con el agresor no es un proceso fácil, pero va encaminado a lograr un desenlace positivo, nuevo y reafirmante. En esta nueva vida autónoma deberán aprender a protegerse, a saber cómo recuperar sus derechos, y a conseguir el bienestar psicológico y la confianza en ellas mismas para no dar marcha atrás. Ser y existir para ellas, decidir por ellas mismas y desarrollar su autoestima.

Pero mejorar la autoestima sin cambiar el mundo es, como apunta Marcela Lagarde (2000), rizar el rizo al sistema patriarcal, al evitar no querer esclarecer las causas concretas que las diferencias sexuales y las representaciones de género tienen en la configuración de la autoestima en las mujeres. Nuestra autoestima se ve afectada por la opresión de género (Ibídem). Cada una de nosotras experimentamos a lo largo de la vida el enorme poder de los hombres que nos la inutiliza. La discriminación, la sumisión, el rechazo, la violencia, el daño, son experiencias que menoscaban nuestras posibilidades de crecimiento personal y desarrollo colectivo (Ibídem).

No sólo hace falta cambiar nuestras cabezas sino también un cambio de paradigma. Revelar las relaciones de poder y asumir una dimensión política que cambie la sociedad patriarcal, no sólo hacer que las mujeres cambiemos por dentro: *“¡Todas a terapia!* Se trata de un proyecto político radical y peligroso para el orden dominante (Romito, 2007:103).

Es común que las mujeres depositen su autoestima en otros. La idea de ser egoísta si piensa solo en ella, si quiere cuidarse y valerse económicamente por sí misma es una de las maniobras nefandas que la educación patriarcal ha (tele)dirigido para (re)iniciar a las mujeres en el cuidado de los demás. Una (re)programación para que encuentren—a golpes machistas— su lugar (determinado y explícito) en el mundo.

Las mujeres adolecemos de baja autoestima, una dolencia crónica en muchas de nosotras. No estamos a gusto con nosotras mismas, somos demasiado autocríticas, no nos sentimos bien con nuestro cuerpo, y muchas más emociones y sentimientos que colmarían sin esfuerzo estos puntos suspensivos...¹³

Mejorar la autoestima requiere de un trabajo, de un esfuerzo, de un proceso de autoconocimiento, de autoaceptación. ¿Cómo se puede empezar a trabajar en esta

¹² La OMS (2002) declaró la violencia de género tanto como una violación a los derechos humanos de las mujeres como un grave problema de salud pública.

¹³ Betty Friedan en *La mística de la feminidad* (1964) puso en palabras el descontento que comprimía a millones de mujeres y que denominó *“el problema que no tiene nombre”*.

responsabilidad con nosotras mismas? ¿Debemos mejorar primero la autoestima y posteriormente comenzar a empoderarse? ¿Hay que hacer un cambio de valores para que el empoderamiento sea una estrategia útil? El empoderamiento es un proceso, y como tal proceso de adquisición de cotas de poder, hay diferentes ámbitos por los que hay que empezar a trabajar, siendo la autoestima una de las esferas centrales del proceso empoderativo. Mejorar la autoestima es dotarnos de poder sobre nosotras mismas nunca por encima de nadie ni a costa de nadie.

“El interés por la autoestima parte, asimismo, de la conciencia de que cada mujer tiene recursos propios, ha desarrollado habilidades y capacidades subjetivas y prácticas para vivirlas, que son parte de ella misma, la constituyen [...] fortalecer la autoestima consiste en lograr el empoderamiento personal y colectivo de las mujeres, y en potenciar nuestra capacidad democratizadora en el mundo” (Marcela Lagarde, 2000).

4.- UN ESPACIO PARA EL APRENDIZAJE: LAS ESCUELAS DE EMPODERAMIENTO DE MUJERES

Después de todo este recorrido reflexionando sobre el poder y el empoderamiento de las mujeres, acerca de su participación política, sobre lo referente a la autoestima y el género, la autonomía y el derecho a tener derechos, aún me queda un tramo por andar para dar respuesta a unas cuestiones que creo son elementales: ¿Dónde aprendemos las mujeres a empoderarnos? ¿Dónde nos enseñan a ser dueñas de nuestros destinos? ¿Por qué sentimos las mujeres la necesidad “vital” de empoderarnos? ¿Por qué queremos desarrollar al máximo la confianza en nuestras capacidades para coronar los proyectos y lograr estos, esos o aquellos propósitos?

El objetivo de la Escuela de Empoderamiento es dar respuesta a estas preguntas y a muchas más, evidentemente.

“Una escuela de empoderamiento tiene la función de enseñar feminismo y de promover la participación política y social de las mujeres. Para eso, es necesario que las alumnas adquieran una conciencia feminista y que estén más presentes en la vida pública local, en las asociaciones de los barrios, de la comunidad, deportivas, culturales y, desde luego, en los partidos políticos” (Lagarde, 2012)¹⁴.

Esta formación permite que las mujeres detecten y reflexionen sobre cómo operan las reglas institucionalizadas por el patriarcado en la consecución de sus objetivos personales y profesionales. A través de la formación, quienes participan en las Escuelas de Empoderamiento desarrollan, por ejemplo, competencias para el liderazgo, la comunicación asertiva, nuevas tecnologías; pero como afirma Marcela Lagarde (2012) no puede haber escuelas de empoderamiento sin feminismo, esta “filosofía de vida” deberá estar muy presente en la instrucción, formación y “adiestramiento” de las mujeres.

El concepto de empoderamiento se acuñó, como ya he expuesto en anteriores apartados, en la IV Conferencia Mundial de las Mujeres en Beijing, en 1995, para referirse a la necesidad de aumentar la participación —no solo la presencia— de las mujeres en los procesos de toma de decisiones y hacer posible el acceso, inevitable por otro lado, de las mujeres al poder. Muchas mujeres que llegan a escalar las cimas

¹⁴Encuentro de las Escuelas de Empoderamiento Mujeres organizado por la Federación de Asociaciones por la Igualdad de Género del Valle del Guadalhorce "Guadalhorce Equilibra" el 28 de junio de 2012. Diálogo entre Elena Simón y Marcela Lagarde recogida en [‘Y luego diréis que somos cinco o seis’](#) [consultado 21 de julio de 2014]

del poder, tal y como lo entendemos, llegan al poder desempoderadas, *“ponen en el centro los intereses de los otros antes que los nuestros propios [...] Todas las mujeres del mundo todavía estamos inmersas en el desempoderamiento patriarcal. Hay muchas mujeres empoderadas personalmente, pero desempoderadas en el ámbito colectivo”* (Simón, 2012)¹⁵.

Verdaderamente, el empoderamiento es el camino efectivo, seguro, práctico y responsable para abolir las desigualdades de género, convirtiendo a las mujeres en sujetos y agentes que intervengan en su entorno para lograr un cambio tangible, conveniente y poderoso de la realidad en la que viven. Adquirir poder y garantizar así, con esta metamorfosis, que la participación de las mujeres en contextos económicos, sociales y políticos revierta en el conjunto de la sociedad. No es una utopía, es el derecho y la obligación de recuperar y ocupar legítimamente el espacio que ha sido arrebatado a las mujeres por las huestes privilegiadas del patriarcado.

La perspectiva de género, escribe Marcela Lagarde, *“tiene como uno de sus fines contribuir a la construcción subjetiva y social de una nueva configuración a partir de la resignificación de la historia, la sociedad, la cultura y la política desde las mujeres y con las mujeres”* (2001:13). La metodología utilizada en las Escuelas de Empoderamiento aplica este enfoque, permitiendo a las alumnas detectar sus infinitas capacidades y hacerlas conscientes de cómo los estereotipos de género, urdimbre de la cultura patriarcal, han limitado, coartado, menospreciado y eliminado esas potencialidades de su experiencia vital, del sentido de la vida, de sus aspiraciones presentes, pasadas y futuras.

Con la violencia simbólica que ejerce el patriarcado, una violencia no física pero imprescindible para ordenar la sociedad y el imaginario colectivo, se han asentado los principios estructurales para entender, justificar, legitimar y garantizar el orden social dominante, naturalizando la desigualdad y colocando a cada uno de los sexos en el lugar que por naturaleza le corresponde: a las mujeres desmejorándonos, a los varones concediéndoles un poder que los hace “privilegiados” y a la vez los extorsiona y los condena a una existencia en continua desmesura.

En estas escuelas se enseña el empoderamiento como la plataforma fundamental para superar relaciones y situaciones de sumisión y violencia machista, para desaprender todo lo que la doctrina del sistema opresor patriarcal nos han imbuido como nuestra única manera de existir, de sentir y de resistir: baja autoestima, inseguridad, miedos extendidos a lo largo y ancho de muchas facetas vitales, etc. Se

¹⁵ En *Ibíd.*

trabaja el empoderamiento para deconstruir hábitos, normas, códigos morales y representaciones dicotómicas, únicas y verdaderas, donde lo masculino sigue siendo lo característico, lo valorable, el dominador y lo femenino, la naturaleza, lo vulnerable, infravalorado y ausente. Se practica el empoderamiento para comprender que la discriminación sexista no es natural sino una herramienta injusta, peligrosa, insolidaria y mortal del sistema opresor para mantener su poder establecido.

La toma de conciencia de las mujeres de que su situación de subordinación y sumisión tiene una clave que se puede cambiar, que la violencia machista, la discriminación, la segregación laboral, nuestra identidad están forjadas para encadenarnos a una única y sagrada misión trascendente, será la manera en la que el vendaje que comprime los ojos de las mujeres deje de hacer su función limitadora y caiga permitiendo un movimiento de mujeres libre, autónomo y enriquecedor.

4.1.- LA ESCUELA DE EMPODERAMIENTO DE ARRASATE: JABETZE ESKOLA¹⁶

En un primer momento, la puesta en marcha de la escuela de Empoderamiento de Gipuzkoa en los municipios de Hernani, Eibar, Arrasate e Irún toma como base la experiencia desarrollada en otros municipios de Bizkaia, cuatro en concreto: Ermua, Getxo, Basauri y Ondarroa. El proyecto se inició en Basauri como resultado de reflexionar sobre la participación social y política de las mujeres y la necesidad de impulsarla desde las instituciones y desde el movimiento de mujeres.

Tras la experiencia exitosa, se vio el interés de trabajar de forma conjunta y coordinada con otros municipios que compartían análisis similares. En el año 2004 se constituye la Red de Escuelas de Empoderamiento de Bizkaia en la que participaron desde el inicio los Ayuntamientos de Ermua y Getxo y a los que posteriormente se añadiría Ondarroa. El objetivo fundamental de la Escuela es fomentar la participación política y social de las mujeres y para ello basan el proyecto en tres ejes:

- La formación
- La sistematización
- El intercambio cultural con mujeres de otras partes del mundo

Tras tres ediciones sucesivas, han sido numerosos los grupos y proyectos de intercambio cultural que se han llevado a cabo. Los objetivos de la escuela se han ido reforzando. En la actualidad, es un espacio consolidado de reflexión, formación y

¹⁶ A través de diferentes entrevistas con Maite Barreña, agente de igualdad del departamento de igualdad de Arrasate, y con la revisión y visionado de los planes, proyectos, análisis y trabajo audiovisual llevados a cabo en EMAKUME TXOKOA (Centro de la Mujer) he compuesto la historia de Jabetze Eskola una vez finalizadas mis prácticas en el Departamento.

encuentro entre mujeres. Desde ese espacio, se han fomentado y se fomentan actividades de participación social y política, permitiendo a las mujeres poner en práctica en el ámbito público lo aprendido, asimilado y experimentado en los cursos y talleres. Es decir, hacer valer las herramientas adquiridas en la formación para aplicarlas en su vida cotidiana, más allá de las puertas adentro de sus hogares, para luchar contra la desigualdad y promover el empoderamiento.

Tomando en cuenta este referente vizcaíno y partiendo de la necesidad de reforzar la participación política y social de las mujeres y del interés de trabajar en red entre los diversos municipios de Gipuzkoa, surge la idea de Jabetze Eskola (Escuela de Empoderamiento) para trasladar esa experiencia a la realidad de los cuatro municipios guipuzcoanos.

La idea de realizar un proyecto en común se remonta al año 2005, cuando las Técnicas de Igualdad de los municipios de Arrasate, Eibar, Donostia, Hernani, Tolosa e Irún plantean la necesidad de realizar un trabajo en conjunto con la Diputación de Gipuzkoa para impulsar las políticas de igualdad en el territorio guipuzcoano. Se empiezan a realizar una serie de reuniones periódicas entre las agentes de igualdad para iniciar este proceso de interlocución.

Desde el inicio, crece el interés por llevar a cabo proyectos en red y también la necesidad de reforzar el trabajo de los municipios para fomentar la participación socio-política de las mujeres. En este contexto, se enmarca la idea de poner en marcha la Escuela de Empoderamiento para Mujeres tomando como referencia la experiencia vizcaína. Finalmente, son los municipios de Arrasate, Eibar, Hernani e Irún quienes deciden hacer operativo el proyecto que se fue gestando hasta ver la luz en el año 2007, uniéndose a esta experiencia Azpeitia y la mancomunidad de Urola Garaia.

La estrategia de empoderamiento en la que se basa este programa se revalida en el V Plan de Igualdad de mujeres y hombres del País Vasco (2010) que dice así:

“El artículo 1 de la Ley 4/2005, para la Igualdad de Mujeres y Hombres, recoge la necesidad de “promover y garantizar la igualdad de oportunidades y trato de mujeres y hombres en todos los ámbitos de la vida y, en particular, a promover la autonomía y a fortalecer la posición social, económica y política de aquellas”. Además, en su artículo 3, en el que se recogen los principios generales que deben regir y orientar la actuación de los poderes públicos vascos en materia de igualdad, se establece que estos “deben adoptar las medidas oportunas para garantizar el ejercicio efectivo por parte de mujeres y hombres, en condiciones de igualdad, de los derechos políticos, civiles, económicos, sociales y culturales y del resto de derechos fundamentales que puedan ser reconocidos en las normas, incluido el control y el acceso al poder y a los recursos y beneficios económicos y sociales”. Viene a remarcar así, que la igualdad de oportunidades no sea únicamente referida a las condiciones de partida o inicio en el acceso a los derechos, al poder y a los recursos y beneficios, sino también a las condiciones para el ejercicio y control efectivo de

aquellos. En este sentido, señala la necesidad de implantar medidas que posibiliten que las mujeres, además de acceder a ellos, puedan realizar un ejercicio efectivo y control de estos. Si bien este articulado no señala explícitamente la palabra “*empoderamiento*”, implícitamente hace referencia a este proceso. Asimismo, recoge en el capítulo I del título III, una serie de medidas para el impulso de la participación socio-política de las mujeres¹⁷.

A día de hoy, Jabetze Eskola es más que un referente, es el espacio donde las mujeres encuentran no solo cursos que las capacitan y las hacen autosuficientes, sino que es el lugar donde se fraguan proyectos y se forma a mujeres desde un enfoque y posicionamiento político feminista y participativo.

4.2.- OBJETIVOS DE JABETZE ESKOLA

Los procesos de empoderamiento son un desafío a la ideología patriarcal con el fin de transformar las estructuras que fortalecen y refuerzan la discriminación de género, la desigualdad social entre hombres y mujeres. El objetivo es dirigir estas transformaciones hacia un cambio de las relaciones de poder cimentadas en los estereotipos y roles de género.

❖ OBJETIVO GENERAL

El objetivo general es impulsar el proceso de participación de las mujeres de los municipios implicados, lo que les permitirá influir tanto en las políticas públicas como en el resto de ámbitos sociales y culturales de los que han estado históricamente relegadas.

La Ley 4/2005 para la Igualdad de Mujeres y Hombres de Euskadi señala la necesidad de implantar medidas que posibiliten que las mujeres además de acceder al poder y a los recursos, puedan ejercerlo y controlarlo, como lo recoge el IV y V Plan para la igualdad de Mujeres y Hombres de la CAPV. En ellos se recoge claramente el proceso de empoderamiento como una estrategia política.

❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

La Escuela de Empoderamiento, Jabetze Eskola, persigue los siguientes objetivos específicos, que voy a detallar minuciosamente. Un decálogo de propósitos y aspiraciones que han tomado forma y presencia activa desde su creación hace ya

¹⁷ El IV plan para la igualdad de Mujeres y Hombres de la Comunidad Autónoma del País Vasco (CAPV) también recoge como eje estratégico el Empoderamiento y la Participación Socio-Política de las Mujeres como estrategias indispensables para alcanzar la autonomía y la posición de ciudadanas de pleno derecho de las mujeres.

siete años. Jabetze Eskola es el buque insignia que opera incansablemente a través de la formación, como herramienta fundamental, para luchar contra la desigualdad y promover el empoderamiento de las mujeres de esta y otras culturas.

Los objetivos específicos que la Escuela de Empoderamiento perseguirá en consonancia con el objetivo general previamente señalado son:

1. Promover un espacio referente de formación, encuentro y debate para las mujeres de los cuatro municipios implicados. Un lugar orientado siempre al desarrollo de cuestiones y temáticas que incidan en un progresivo empoderamiento de las mujeres, tanto a nivel individual como grupal, por medio de la creación de redes.
2. Reforzar y consolidar, a través de la formación y la sensibilización, la presencia de mujeres-líderes cuyo compromiso con la igualdad dote de continuidad a la labor de la escuela en distintos ámbitos locales.
3. Formar a las mujeres en políticas públicas feministas para impulsar su participación en la toma de decisiones en el ámbito político y promover el cambio social.
4. Generar distintas dinámicas destinadas a implicar de forma especial a las mujeres jóvenes, promoviendo así el relevo generacional y el compromiso de las nuevas generaciones con la defensa de la igualdad de mujeres y hombres.
5. Actuar como promotora y aliciente a todo tipo de proyectos generados desde distintos colectivos y entidades locales comprometidas con la igualdad de mujeres y hombres: asociaciones locales, consejos de igualdad y grupos de mujeres en general.
6. Trabajar en la visibilización de las mujeres en el municipio, en todos los ámbitos sociales, culturales y políticos, en todos los momentos de la historia y en el devenir local.
7. Trabajar con los hombres el reparto equitativo del poder, haciéndoles partícipes y cómplices de los objetivos perseguidos por Jabetze Eskola. Diseñar diferentes acciones orientadas a la conciliación entre las distintas esferas de la vida de las personas: laboral, familiar, personal...
8. Avanzar en la recogida de datos, su clasificación y análisis, así como el diseño de mecanismos óptimos de evaluación de programas y actividades. Objetivos ambos que situarían como finalidad última de la escuela la constitución de un Observatorio local para la igualdad de mujeres y hombres.
9. Generar y consolidar buenas prácticas y difundirlas.

10. Promover el trabajo en red entre aquellos municipios implicados en la defensa de la igualdad de mujeres y hombres. Redes que pretenden incidir tanto en la labor del personal técnico encargado de la gestión de Jabetze Eskola, como en la experiencia del conjunto de personas usuarias de la misma en los distintos municipios.

Estos diez objetivos se resumen en que la Escuela de Empoderamiento, Jabetze Eskola, quiere ser un espacio para observar nuestra realidad desde una perspectiva feminista, para tomar conciencia y organizarnos, para crear redes, para reunirnos, para debatir, para adueñarnos de nuestros derechos y facilitar y fomentar la participación política y social de las mujeres de Arrasate. Una mayor autonomía y participación política de las mujeres requiere, necesariamente, de un aumento del poder de estas para decidir, un poder personal y colectivo como potencial transformador de la realidad social.

Hace falta reivindicar por una parte la participación y la toma de decisiones en el espacio público para las mujeres, y por otra parte menos subordinación y aislamiento de las mujeres en el ámbito privado, al mismo tiempo que los hombres asumen más responsabilidad en el hogar, en el tema de los cuidados, etc. Este cambio del paradigma hegemónico será posible desde el empoderamiento para desafiar las relaciones de poder existentes aumentando nuestra participación e influencia en los lugares de toma de decisiones. Para ello debemos formarnos y adquirir conocimientos como fuente primaria de poder y libertad.

4.3.- LÍNEAS DE ACTUACIÓN DE JABETZE ESKOLA

❖ FORMACIÓN

La primera línea de actuación propone fomentar la participación política y social de las mujeres mediante la formación. Se trata de diseñar una formación dirigida a las mujeres en materias relacionadas con cómo adquirir las herramientas que permitan impulsar el empoderamiento como una estrategia para conseguir la igualdad de mujeres y hombres.

Con este planteamiento, se pone a disposición de todas las mujeres de los municipios que forman parte de la red —mujeres de diferentes edades e intereses— una oferta formativa amplia y diversa. El propósito es que la Escuela sea un contexto de debate político feminista, un debate de las mujeres y de los temas relacionados con la igualdad. Todo esto con el fin de conseguir:

- Que las mujeres sean sujetos activos de cambio social.
- Fortalecer el movimiento asociativo de mujeres a través de la formación, el debate y la reflexión desde una óptica feminista.
- Impulsar y/o consolidar los órganos de participación de las mujeres (Consejo de la Mujer).
- Impulsar la toma de conciencia de las mujeres sobre su propia situación de discriminación.
- Establecer la Escuela de Empoderamiento (Jabetze Eskola) como un espacio de referencia para la participación de las mujeres que pertenezcan a asociaciones de mujeres y para las no asociadas.

Para conseguirlo en Jabetze Eskola se plantean tres tipos de formato de cursos.

- **Cursos de corta duración:** Cursos que se organizan trimestralmente con una duración de entre 10 y 30 horas, que se realizan bien un día a la semana durante todo el trimestre (Técnicas para hablar en público), bien intensivos de fin de semana (Autodefensa feminista), bien en tres o más sesiones semanales hasta llegar a las horas (Construyendo comunidad desde el feminismo).
- **Cursos de larga duración:** Cursos organizados entre 70 y 80 horas. Se realizan a lo largo del año. Son seminarios que se perfilan en base a los intereses de las usuarias, como por ejemplo: “Literatura de mujeres del mundo” o “Profundizando en los feminismos”. Estos seminarios se estructuran trimestralmente pero con un carácter de continuidad, como si fuera un curso completo, dando preferencia a quienes hayan participado en anteriores trimestres, es decir que casi todas sean las mismas alumnas.
- **Cursos y actividades puntuales.** Pueden ser jornadas puntuales, bien de un día o de varios días de duración. La intención es crear un espacio de debate y encuentro. Se organizan vídeo/cine fórum, exposiciones, charlas, fiestas, salidas culturales, foros de discusión... Los espacios de debate pueden organizarse de manera mensual sobre los contenidos que han interesado a las participantes: empleo, sexualidad, cuidados...

Los cursos y seminarios se tratan de organizar en castellano y euskera en función de la demanda de los mismos. Son impartidos por profesoras expertas en cada una de las materias. La dinámica es inscribirse previamente, a excepción de

algunos cursos y/o actividades puntuales que se publicitan con unos días de antelación y son de aforo ilimitado. Pero en general, el número de plazas de los cursos estará limitado y serán necesarias un mínimo de 8 y 10 personas para realizar el curso.

Las mujeres universitarias que asistan con aprovechamiento a los cursos podrán conseguir créditos de libre elección por medio de un convenio suscrito entre la Escuela de Empoderamiento, la Universidad de País Vasco (UPV-EHU) y Mondragon Unibertsitatea (MU).

❖ ANÁLISIS Y SISTEMATIZACIÓN DEL PROCESO

Uno de los pilares fundamentales del proyecto de la Escuela de Empoderamiento es la sistematización, entendida como una forma de trabajo en red entre los distintos ayuntamientos implicados y la recogida homogénea de información para analizar el proceso de empoderamiento de las alumnas. Con este paso, se intenta realizar una valoración continuada del proyecto y validar los instrumentos puestos en marcha para el fortalecimiento de la participación sociopolítica de las mujeres.

El valorar continuamente los distintos procesos permite ir adoptando las medidas oportunas que se ven necesarias y pertinentes, las cuales redundarán en la mejora y en la calidad del propio conjunto del proyecto. Para realizar la labor de sistematización de manera igualitaria en todos los municipios, la Escuela de Empoderamiento cuenta con los servicios de OREKA-SAREA, S.L, entidad con personal especializado con experiencia en la sistematización de la Escuela de Empoderamiento de los Municipios de Bizkaia.

Se trata con esto de integrar en el proyecto un espacio de reflexión y de aprendizaje cuyos objetivos son:

- Recoger todos los datos necesarios para lograr una evaluación continuada de los procesos.
- Conocer cómo evoluciona el aprendizaje de las alumnas, cuáles son sus perfiles y sus experiencias vitales.
- Mantener la memoria de la experiencia para formular nuevos proyectos en el futuro y compartir los conocimientos con otras entidades.
- Consensuar líneas de actuación y modificarlas si no se logran con ellas los objetivos específicos.

- Conseguir que la sistematización pueda utilizarse también como herramienta de empoderamiento de las propias alumnas, haciéndolas participes del mismo proceso.

❖ **FORMACIÓN DE FORMADORAS: UN PROPÓSITO DE FUTURO**

Una actividad novedosa dentro de la Escuela es tratar de identificar entre las posibles participantes en los cursos, personas que tras un proceso intenso de formación (cursos sucesivos e intensivos) puedan ejercer de formadoras para otras mujeres. Se trata de promover un núcleo de mujeres comprometidas y capacitadas que puedan ampliar los círculos de debate e involucrar a otros sectores de movimiento de mujeres.

Con este interés de continuidad y consecución de metas, se desea poner en marcha acciones formativas en colaboración con la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación (FICE) de la Universidad del País Vasco (UPV), con el fin de dotar, tanto a las mujeres anteriormente señaladas así como a las profesoras que impartan los cursos de Jabetze Eskola, de herramientas metodológicas y pedagógicas que faciliten la impartición de las clases y un mejoramiento en el dominio de las materias a transmitir.

El fin último es promocionar y formar a mujeres jóvenes, con poca experiencia didáctica y recorrido feminista, a través de los conocimientos técnicos en materia de igualdad de mujeres y hombres, y en la historia y lucha del movimiento feminismo para contextualizar y conceptualizar el empoderamiento como una estrategia de poder para desarrollar la conciencia de tener derecho a tener derechos, a reconocer la propia autoridad personal y a confiar en la capacidad de las mujeres de lograr sus propósitos.

4.4.- LA EXCLUSIVA: MI PROPIA EXPERIENCIA EMPODERATIVA

Valentía, libertad, fuerza, contradicciones, puente, feminismo, una oportunidad, complicidad, relaciones, desarrollo personal, espejo, un lugar de encuentro, lo mejor, enriquecedor, libertad, felicidad, tranquilidad, alianza, aliento, muy realizada... son palabras, sentimientos, emociones que se empujan por llegar en primer lugar a mi cabeza a la hora de expresar lo que me produce la experiencia personal vivida en Jabetze Eskola.

Es un lugar de encuentro, no cabe duda. Un espacio de descubrimientos para las diferentes mujeres que nos acercamos a los talleres, los cursos, las charlas, las reuniones, los cafés, los “pasaba por aquí”, en definitiva un espacio enriquecedor,

multicolor y multidimensional. En sus aulas he conocido otro Arrasate. Me he encontrado con mujeres con las que de otra manera hubiera sido impensable relacionarme.

Es aliento, esfuerzo, voluntad, alianzas, determinación, interés, apoyo porque ofrece la oportunidad de hablar y de trabajar temas que en otros lugares hubiera sido imposible debatirlos, ni sentirlos, ni consensuar, ni escuchar activamente, sin prejuicios, sin egos encendidos, sin exclusiones pretendidas, desde un diálogo igualitario, desde una militancia feminista solidaria, democrática y transformadora.

Es un puente, una oportunidad, un espejo, libertad, modelo, perspectiva feminista, mirada positiva, introspección llena de matices, diversidad, una plataforma desde donde cuestionar lo que nos han enseñado, reflexionar, digerir, reconsiderar, valorar y madurar de qué manera quiero vivir.

El que sea un espacio para mujeres ya lo hace diferente. Es más fácil revisarnos, mirarnos, entender todo eso que tenemos en común y que es lo que condiciona nuestra autoestima, nuestra manera de vivir la sexualidad, nuestros cuerpos, lo que queremos hacer, las relaciones..., en cuanto que nos han educado como mujeres, para ser mujeres y sin otro horizonte vital que las ruinas de una identidad femenina que sostiene un sistema dominante a costa de nuestros "cautiverios" *"en los que sobrevivimos creativamente las mujeres en la opresión"* (Lagarde, 2011: 66).

¿Qué es el empoderamiento? A estas alturas del trabajo ya he tenido que definirlo recopilando las palabras de grandes y expertas pensadoras. Pero como ahora hablo desde mi experiencia, detallaré lo que es para mí el empoderamiento.

- Ser consciente de las dificultades que tenemos las mujeres por ser mujeres en esta sociedad que nos impide, obstaculiza y nos menosprecia para ejercer nuestros derechos libremente y en igualdad.
- Adquirir recursos, herramientas, instrumentos para superar estas dificultades.
- Ser dueñas de nosotras mismas. Adueñarnos de nuestros cuerpos. Apropiarnos del lugar del que hemos sido defenestradas y que tenemos derecho a ocupar, responsables y conscientes de nuestro devenir.
- Ser protagonistas y disfrutar con ello, sin culpas, sin miedos atávicos, sin infiernos para las malas mujeres.
- Darnos cuenta de lo que queremos, saber cuáles son nuestros deseos, nuestras necesidades, nuestro placer y colocarlo en el centro de nuestras vidas.

- Creencia, pensamiento y obra de que para lograr empoderarnos debemos cambiar las reglas de juego patriarcales. Deconstruirnos para desaprender todo lo que nos limita, y construir “*poderes positivos, poderes para vivir y [desarrollarnos] y, simultáneamente ir eliminando los poderes de dominio*” (Lagarde, 2001:204). Evidentemente, ser lo que queremos y sentimos ser.

Simone de Beauvoir dedujo en el *El Segundo Sexo* (1949) que no se nace mujer sino que se llega a serlo. En colectivo o individualmente, las Escuelas de Empoderamiento nos ayudan en ese proceso, porque las mujeres queremos una sociedad más libre, no queremos ser ciudadanas de segunda y Jabetze Eskola ofrece recursos para ello. Queremos ser dueñas de nuestra existencia, porque tenemos cosas que decir, sabemos dónde decir las y porqué decir las. Elena Simón (2012) apunta que tendrían que llamarse “*escuelas feministas de empoderamiento*” porque son lugares donde se enseña y se aprende feminismo y se impulsan procesos de empoderamiento.

El tratamiento de estos temas siempre tiene una intención política que consiste en establecer conexiones entre aquello que les pasa a las mujeres individualmente con lo que realmente les sucede a la mayoría de las mujeres, por el hecho de vivir en una sociedad patriarcal opresiva y desequilibrada. El trabajo en red de las Escuelas de Empoderamiento nos hace conscientes de que hay muchas mujeres en otros lugares trabajando sobre los mismos temas. Esto proporciona mucha fuerza. Nos abastece de la energía de la *sororidad* que nos impulsa a seguir adelante en busca de la independencia, la autoidentidad para alcanzar “*la mismidad [...] la afirmación de cada una en su vida, en su cuerpo y en su subjetividad, a través de sus poderes vitales y sus libertades*” (Lagarde, 2001:194); es decir, recuperar el “*ser-para-sí-misma*” (Íbidem), para emprender la construcción de las mujeres como sujetos, como agentes con capacidad de gestionar nuestra propia vida, independientemente de nuestras circunstancias, empoderándonos individual y colectivamente.

Entre los cursos de empoderamiento que se han organizado hasta hoy en Jabetze Eskola de Arrasate voy a destacar dos de ellos. Son cursos que realicé hace tiempo y que me aportaron una visión diferente y poderosa sobre mí misma y sobre una realidad que era necesario cambiar para volver a tener las riendas del control, no solo de nuestro cuerpo, sino del devenir sociopolítico que compartimos, se supone, mujeres y hombres por igual.

A. TÉCNICAS PARA HABLAR EN PÚBLICO

Este curso se planteó para mujeres que se enfrentan a la necesidad de hablar en público, ya sea por necesidades profesionales o por sus responsabilidades sociales, y que deben perfeccionar su práctica oratoria para adquirir mayor seguridad, aplomo y eficacia.

El objetivo del curso es conseguir que las mujeres desarrollemos habilidades para las cuales no hemos sido socialmente preparadas dentro del sistema patriarcal que nos relega al ámbito privado, donde parece que las palabras no tienen el valor específico necesario para ser retransmitidas desde los palcos de autoridades.

En relación con el empoderamiento y la participación sociopolítica de las mujeres, es sustancial concebir nuestro liderazgo y adquirir herramientas para poder intervenir activamente en la esfera de lo público. Es innegable que la adquisición de estrategias persuasivas, negociadoras, informadoras por parte de las mujeres favorecerá también un cambio en las relaciones de poder entre los géneros. Este fomento de las habilidades personales tiene una repercusión directa en lo social.

Con el curso de “Hablar en público” aprendimos a detectar el sexismo en la comunicación y a favorecer nuestra actitud crítica ante el mismo. La importancia del uso no sexista del lenguaje es vital y fundamental reconocer la discriminación sexista en el uso arbitrario y androcéntrico del lenguaje. Es necesario tener recursos para saber cuáles son las alternativas no discriminatorias para una utilización igualitaria de la lengua y sus conceptos.

Una experiencia altamente provechosa. En cada una de las sesiones, se nos grababa en video para ver nuestro avance en la oratoria. La metodología era participativa y en cada sesión se intercalaban explicaciones teóricas, ejercicios, prácticas, debates, etc. Durante cinco sesiones de dos horas, intentamos reubicarnos en un espacio donde las mujeres, por lo menos yo, no estaba segura, y donde teníamos el convencimiento de que todo lo que las mujeres tenemos que decir no es importante.

B. AUTODEFENSA FEMINISTA PARA MUJERES

La autodefensa feminista no es un curso de defensa personal para mujeres, es un curso para aprender a detectar la violencia sexista y actuar frente a ella. La autodefensa feminista se comienza a plantear desde los grupos de anti-agresiones y desde diferentes organizaciones feministas del Estado español allá por el año 87. Está impulsada por las ganas de romper falsos estereotipos sobre la debilidad física de las mujeres pero, sobre todo, está enfocada a la reflexión. Los cursos de autodefensa no

son el final del camino, sino un punto de retorno a la lucha contra la violencia machista.

La violencia contra las mujeres cumple una función muy importante en el sistema patriarcal: perpetúa la dominación de los hombres sobre las mujeres. La persistencia de la violencia machista es un indicio y el resultado de las desiguales relaciones basadas en la supuesta superioridad de los hombres sobre las mujeres.

A las mujeres desde pequeñas, se nos educa para contener la rabia, la fuerza y la agresividad, que son patrimonio indiscutible y lugar común de los hombres. Esta institucionalizada vulnerabilidad femenina, aprendida y reforzada por los estereotipos de género, nos ha impedido a las mujeres ser personas autodeterminadas y libres, dueñas absolutas de nuestro destino, de nuestros errores y conflictos. La autodefensa es todo lo que podemos hacer para tener el control de nuestras vidas y conseguir que estas sean seguras y equitativas.

La autodefensa es, como vamos viendo, una herramienta poderosa para combatir la violencia contra las mujeres porque nos pone en posición de sujetos en lugar de víctimas pasivas, que es el estado “natural” en el que nos desenvolvemos las féminas, es decir, lo que la violencia simbólica ha sembrado en la subjetividad femenina.

La violencia simbólica es aquella que se practica y se ejerce a través de los patrones culturales desiguales y discriminatorios de lo que es “ser” mujer o “ser” hombre. Por ejemplo, a las mujeres se nos ha instruido para sentir y vivir en el terror sexual, en un estado de amenaza continua, como una especie de profecía autoincumplida de lo que nos ocurrirá, desgraciadamente, sino cumplimos las reglas del patriarcado. Este pronóstico fatalista consigue coaccionar los comportamientos y la libertad individual y colectiva de las mujeres. Es, efectivamente, una manera de control porque es incuestionable que cuanto más conocimiento adquiramos más poder ostentaremos.

Los cursos-talleres de autodefensa son enormemente “empoderantes” y pueden ayudar a la movilización colectiva. También nos sirven para reconocer nuestras propias estructuras sexistas y machistas con el fin de superarlas, a través de la confianza en una misma y en el grupo, intercambiando experiencias semejantes, reconociéndonos y valorándonos solidariamente y potenciando el aprendizaje y la ayuda mutua.

Por medio de los cursos-talleres, las mujeres adquirimos herramientas para detectar, prevenir y evitar agresiones sexistas, y aprender distintas técnicas de autodefensa en caso de que ocurran. Gracias a estas herramientas, las mujeres nos

sentimos más fuertes y seguras para dar y pedir ayuda, en definitiva más empoderadas. Son pequeños pasos para un potencial cambio personal y una positiva toma de conciencia para reivindicar la autonomía y la autogestión de las mujeres.

Los talleres de empoderamiento son vivenciales, exclusivos para mujeres. Tienen como objetivo lograr la autonomía y la libertad de las mujeres. Las participantes cuestionamos el patriarcado y desafiamos esos dogmas culturales que nos discriminan, desvalorizan, violentan y nos sacrifican en aras de una sociedad cada vez más envenenada, peligrosa, globalizada y deshumanizada.

Las mujeres hemos sido socializadas para desarrollar una identidad genérica donde el destino de nuestro sexo, todas iguales, se forzaba a un estar pasivo, representado en la reproducción, en el cuidado de las otras personas. Esclavizadas al mandato social del “cuerpo perfecto” y en la eterna búsqueda del “amor romántico”. Vivimos por tanto, en una sociedad donde se aprende a ser y sentirse mujer. Atrapadas en un patrón de comportamiento legitimado, cuyas fronteras están estratégicamente custodiadas y estructuralmente consolidadas para reprobar socialmente el alejamiento de dichos preceptos.

El trabajo en las Escuelas de Empoderamiento comienza con la deconstrucción de todo lo asimilado. Desaprender para volver aprender y construir alternativas para una sociedad renovada y fértil en igualdad y derechos, para urbanizar una cultura cuyos fundamentos promuevan la libertad, la igualdad de mujeres y hombres, y el poder personal y colectivo de las mujeres.

5.- REFLEXIONES FINALES

¿Qué es el empoderamiento de las mujeres? Ha sido una de las preguntas que se han ido desmenuzando a lo largo de esta aventura final de máster, recogiendo algunas definiciones de mujeres expertas en la materia. Es posible que el empoderamiento pueda ser definido con otras fórmulas, trabajado desde otras perspectivas y conceptualizado desde otras certidumbres; pero desde mi experiencia empoderativa vuelvo a recoger las pautas que me pusieron en marcha en esta aventura iniciática-política de encontrarme con mi misma y con todas las demás circunstancias que me rodean; un paisanaje en femenino nunca falto de contradicciones y desalientos, pero fructífero y poderoso. Definí el empoderamiento de la siguiente manera, como un proceso de (re)conquista de poder sobre la propia vida:

- Ser consciente de las dificultades que tenemos las mujeres por ser mujeres en esta sociedad que nos impide, obstaculiza y nos menosprecia para ejercer nuestros derechos libremente y en igualdad.
- Adquirir recursos, herramientas, instrumentos para superar estas dificultades.
- Ser dueñas de nosotras mismas. Adueñarnos de nuestros cuerpos. Apropiarnos del lugar del que hemos sido defenestradas y que tenemos derecho a ocupar; responsables y conscientes de nuestro devenir.
- Ser protagonistas [de ningún cuento de hadas] y disfrutar con ello, sin culpas, sin miedos atávicos, sin infiernos para las malas.
- Darnos cuenta de lo que queremos, saber cuáles son nuestros deseos, nuestras necesidades, nuestro placer y colocarlo en el centro de nuestras vidas
- Creencia, pensamiento y obra de que para lograr empoderarnos debemos cambiar las reglas de juego patriarcales. Deconstruirnos para desaprender todo lo que nos limita, y construir “*poderes positivos, poderes para vivir y [desarrollarnos] y, simultáneamente ir eliminando los poderes de dominio*” (Lagarde, 2001:204). Evidentemente, ser lo que queremos y sentimos ser.

El feminismo ha definido, como un objetivo importante, la transformación del patriarcado, es decir, acabar con la subordinación de las mujeres, con el fin legítimo y enérgico de conseguir una sociedad más justa, más libre y más equitativa.

El empoderamiento de las mujeres es, a mi modo de entender, la estrategia política más audaz y menos sangrienta para llevar a cabo este plan “perverso” de

cambiar las reglas de juego, y que las mujeres puedan y deban intervenir en igualdad de oportunidades, con todos los derechos en regla, para agenciar cotas de poder en la redefinición y gestión de nuevas alternativas vitales.

Áreas de poder que comienzan queriendo vivir en paz, íntegramente, con dignidad, siendo dueñas de sus destinos y libres de toda violencia que justifique derrotar los sueños, ambiciones, esperanzas, aspiraciones y empeños. Porque lo negativo es el 'no poder', y no tener la posibilidad de poseerlo. Este es el desempoderamiento al que hemos estado expuestas e hipotecadas las mujeres a lo largo de los diferentes periodos sociopolíticos, en los que se ha visto implicada la Humanidad para su desarrollo, "progreso" y modernidad.

Una de las cuestiones en la que no he abundado demasiado en este trabajo es en cómo sienta a los hombres el empoderamiento de las mujeres. Parto de la idea de que con el empoderamiento de las mujeres los hombres tienen mucho que ganar; pero también mucho que perder. El empoderamiento femenino quebranta las raíces en las que se sustenta el poder y la autoridad masculina, por lo que muchos hombres desafían y obstaculizan el empoderamiento de las mujeres, amplificando la violencia y el autoritarismo para apuntalar sus privilegios, y seguir manteniendo el control opresor y despótico en todos los ámbitos de la escena estructural sociopolítica.

Los hombres también reproducen texturas que los oprimen creyendo, a pie juntillas, que el poder es cosa de hombres y así, de esta manera absolutista nada atemperada, lo han ejercido, cultivado y transmitido sin cuestionar ni medir sus consecuencias. Todos los varones mantienen "sus privilegios"— aunque los nieguen— tienen mayores libertades, y poseen un lenguaje que los auspicia y que les reconoce su universalidad hegemónica. Hablo de los privilegios que sustentan los varones hasta en las periferias menos inclusivas de ser hombre por el simple, materialista, prosaico hecho de haber nacido con el sexo "adecuado", con la identidad de género resumida y la orientación sexual prediseñada. Han sido socializados para seguir así de esa manera tan exclusiva y ventajosa, para siempre y sin necesidad de hacer muchos cambios.

Deconstruir y desaprender para construir y aprender otras cosas que nos hagan más felices, menos dependientes. Empoderarse las mujeres y desempoderarse los hombres para subvertir las reglas perversas del heteropatriarcado: "*A las mujeres se nos desempodera para 'hacer' y a los hombres para 'sentir'*" (Maite Sarrió, 2009: 10).

Para finalizar, unos pensamientos, enfoco que rentables, a la hora de entender qué significa y en qué consiste el empoderamiento de las mujeres. Un proceso que conlleva una dimensión individual y colectiva que van intrínsecamente hermanadas.

- No hay una única acción que empodere a una mujer. Es un camino que se inicia con la toma de conciencia de quién eres y quién no te han dejado ser. Es decir, las mujeres toman conciencia de cómo las relaciones de poder influyen en sus vidas, robándoles su libertad y destruyendo la autoestima necesaria para lograr su libertad y autodeterminación.
- Toda iniciativa que lleve a un desarrollo de la capacidad de las mujeres de tomar decisiones importantes, engendra un proceso de empoderamiento. El resultado de la toma de resoluciones relevantes puede provocar tensiones en diferentes contextos, conflictos sociales, familiares, sentimentales, más violencia machista; pero esto que se genera como fruto de la “osadía” es sí mismo empoderante para las mujeres.
- El empoderamiento no se enseña, se ayuda a encauzarlo y a necesitarlo creando alianzas sóricas; se refuerza el querer partir las aguas subjetivas opresoras para (re)encontrar el ser YO MISMA; se insta a promover la conquista del poder positivo, a crear las bases para potenciarlo, a organizar espacios de reflexión para indagar, pensar, discutir y comprender el mundo de contradicciones en el que se han movido y fluctuado las mujeres.
- Como colectivo empoderado se puede apoyar, impulsar, negociar calendarios reivindicativos para recuperar muchos de los derechos de los que han sido despojadas las mujeres; derechos y recursos necesarios para que el proceso de agenciamiento no muera de inanición. Tomar el control de los medios materiales, de información, financieros, intelectuales y como no, del control político e ideológico para institucionalizar valores, actitudes y comportamientos socioculturales, que intervengan en el cambio, innegable, hacia una sociedad justa, democrática, segura y equitativa.

“En la perspectiva feminista, la relación entre cada mujer y las mujeres es fundamental: la mejoría de las condiciones de vida solo puede lograrse socialmente, y los derechos de las mujeres solo son derechos si son reconocidos como tales. Por eso tener derechos individuales como mujeres depende de los derechos de género y pasa por la autoestima de género y la identificación con las otras mujeres en dos sentidos: la aceptación de pertenecer al mismo género, de compartir la

especificidad o diferencia sexual y la aceptación y el reconocimiento de las otras mujeres como merecedoras de los mismos derechos y las mismas libertades a la que aspiramos” (Marcela Lagarde, 2001:28).

Para desarrollar esa identidad colectiva es necesario espacios sociales donde las mujeres se sientan seguras y donde mejoren su autoestima. Son precisos modelos alternativos que rompan con los prototipos estereotipados patriarcales de subordinación y pasividad. Es imprescindible recuperar y visibilizar las ideas y los pensamientos que explican las causas estructurales y simbólicas de la opresión heteropatriarcal, y que responden, esas proclamas insurgentes, a la necesidad de un futuro mejor para la humanidad. Es indispensable extender y auspiciar un pacto, una alianza para expandir las nuevas premisas para “*deconstruir la misoginia*” y producir “*autoridad femenina*” (Íbidem, pp. 195-196).

“Empoderando a las mujeres, empoderando a humanidad ¡Imagínalo!”
(Phumzile Mlambo-Ngcuka, 2014).

BIBLIOGRAFÍA Y FUENTES ELECTÓNICAS

COBO, Rosa (2013). “Las políticas de género y el género en la política”, en Capitolina Díaz Martínez y Sandra Dema Moreno (Editoras), *Sociología y Género*, Madrid, ed. Tecnos.

ESTEBAN, Mari Luz y TÁVORA, Ana (2008). *El amor romántico y la subordinación social de las mujeres: revisiones y propuestas*. Disponible en URL <http://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/67/86/46786.pdf> [consultado julio de 2014]

LAGARDE, Marcela (2001) *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Madrid, ed. Horas y Horas.

LAGARDE, Marcela. (2001). *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. Madrid, ed. Horas y Horas.

LAGARDE, Marcela (2004) *Vías para el empoderamiento de las mujeres*. Proyecto EQUAL I.O. METAL, Valencia. Disponible en URL: http://www.femeval.es/proyectos/ProyectosAnteriores/Sinnovaciontecnologia/Documents/ACCION3_cuaderno1.pdf [consultado julio de 2014]

LAGARDE, Marcela (2011). *Los cautiverios de las mujeres. Madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Madrid, ed. Horas y Horas.

LEÓN, Magdalena (2001). “El empoderamiento de las mujeres: encuentro del primer y el tercer mundos en los estudios de género”. *La Ventana, Revista de estudios de género*, núm. 13., pp. 94-116. Disponible en URL: <http://148.202.18.157/sitios/publicacionesite/ppperiod/laventan/Ventana13/ventana13-4.pdf>

[consultado julio de 2014]

LEÓN, Magdalena (1997). *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Disponible en URL: <http://mujeresforjadorasdedesarrollo.files.wordpress.com> [consultado junio 2014]

LORENTE, Miguel (2001). *Mi marido me pega lo normal*. Barcelona, ed. Ares y Mares (Editorial Crítica).

MUGUIALDAY MARTÍNEZ, Clara (2006). *Empoderamiento de las mujeres: conceptualización y estrategias*. Escuela de Empoderamiento-Empoderamiento de las mujeres-Conceptualización. Disponible en URL: <http://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/23/51623.pdf> [consultado julio 2014]

PHUMZILE MLAMBO-NGCUKA (2014). “Empoderando a las mujeres, empoderando a humanidad ¡Imagínalo!”. En *El País*, 27 de mayo de 2014, pág. 12. Disponible en URL: http://elpais.com/elpais/2014/05/19/planeta_futuro/1400497798_177288.html [consultado julio de 2014]

ROMITO, Patrizia (2007). *Un silencio ensordecedor. La violencia ocultada contra mujeres y niños*. Barcelona, Ed. Montesinos.

SARRIÓ CATALÁ, Maite (2009). “Empoderamiento personal, transformación social y liderazgo”. En ORTÍ PORCAR, María José y CARDONA GERADA, María Luisa, *Guía*

sobre *violencia 09: educando desde la perspectiva de género III*. Disponible en URL: <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/85910> [consultado junio de 2014]

SCOTT, Joan W. (1990). "El género: una categoría útil para el análisis histórico", en J. S. Amelang y M. Nash (eds.), *Historia y género. Las mujeres en la Europa moderna y contemporánea*, Valencia, Institut Alfons el Magnànim, págs. 23-56. Disponible en URL: <http://www.cholonautas.edu.pe/modulo/upload/scott.pdf> [consultado junio 2014]

ZAPATA, Emma *et al.* (2010). "Identidad y empoderamiento de mujeres en un proyecto de capacitación". En *Ra Ximhai*, septiembre-diciembre, año/Vol. 6, núm. 3, p. 457. Universidad Autónoma Indígena de México. Disponible en URL: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rxm/article/view/24602> [consultado julio de 2014]

IV Conferencia mundial sobre la Mujer, Beijing, 4 a 15 de septiembre de 1995 Disponible en URL: www.un.org/womenwatch/daw/beijing/pdf/BDPfA%20S.pdf [consultado junio de 2014]

IV Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres en la CAE. Disponible en URL: http://www.emakunde.euskadi.net/u72-20010/es/contenidos/informacion/u72_iv_plan/es_emakunde/adjuntos/V_Plan_es.pdf [consultado julio de 2014]

Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. Disponible en URL: http://noticias.juridicas.com/base_datos/Admin/lo1-2004.html [consultado julio de 2014]

URL: [Legislación sobre violencia contra la mujer](#) [consultado julio 2014]

URL: [Definición de la violencia contra las mujeres y niñas](#) [consultado julio 2014]

URL: [Asamblea General de las Naciones Unidas 2006](#) [consultado julio de 2014]

La Ruta Crítica de las Mujeres Afectadas por la Violencia Intrafamiliar en América Latina. Estudios de diez casos en diez países. Washington DC: Organización Panamericana de la Salud (2000) Disponible en URL: <http://www1.paho.org/Spanish/AD/GE/rutacritica.pdf> [consultado julio 2014]

Pikara magazine disponible en URL: [¿Para qué una escuela de empoderamiento? Diálogo entre...](#) , [consultado julio 2014]