

TAXONOMÍA DE ESTRATEGIAS DE EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES

Versión revisada - Agosto 2024

Fernando Curioso, Omar Saldaña y Álvaro Rodríguez-Carballeira

Departament de Psicologia Social i Psicologia Quantitativa

Universitat de Barcelona

Se presenta la versión revisada en castellano de una taxonomía que consta de trece estrategias para el empoderamiento de las mujeres. Esta taxonomía se desarrolló a partir de una propuesta inicial basada en una revisión de alcance de la literatura científica existente. La propuesta original contenía quince estrategias agrupadas en tres áreas distintas y fue evaluada por un panel compuesto por 120 expertas y expertos en empoderamiento de las mujeres a nivel mundial. A partir de dicha valoración, se proponen las denominaciones y definiciones de las estrategias proporcionadas.

ÁREA PERSONAL

1. Fortalecimiento psicológico:

Fortalecer competencias y habilidades psicológicas que refuercen la identidad de las mujeres, reafirmen la percepción de valía personal y consoliden la conciencia de los propios derechos como persona autónoma. Incluye, entre otros, promover la autoestima, la autoeficacia, el autorrespeto y la identidad de género.

2. Promoción de la propia salud y bienestar:

Fortalecer hábitos saludables y realizar actividades idóneas para prevenir enfermedades, mejorar la calidad de vida y promover el propio bienestar físico, mental y sexual. Incluye, entre otros, el autocuidado, realizar ejercicio físico, alimentación saludable, descanso adecuado y acceder a atención sanitaria integral.

3. Desarrollo educativo-formativo:

Desarrollar conocimientos, habilidades y competencias, tanto profesionales como útiles en la vida cotidiana, a partir de estudios académicos y cursos, conferencias, talleres u otras actividades formativas de tipo formal o no formal. Incluye, entre otros, alfabetizarse, continuar o retomar estudios y realizar programas de actualización profesional.

4. Desarrollo profesional-laboral:

Prepararse para acceder al mundo laboral, ascender en el trabajo o exigir unas mejores condiciones, buscando la realización profesional y el justo reconocimiento de la labor realizada. Incluye, entre otros, realizar el currículum, búsqueda activa de trabajo, entrevistas laborales, emprendimiento y defender un trato laboral digno, justo e igualitario.

5. Gestión de la economía personal:

Desarrollar competencias financieras y de gestión de recursos personales que promuevan la independencia, el control y la toma de decisiones sobre los ingresos, deudas y bienes propios. Incluye, entre otros, acceder a beneficios o subvenciones sociales, tener libre acceso a una cuenta bancaria, tener bienes a su nombre, administrar sus propiedades y tener acceso a crédito.

ÁREA INTERPERSONAL

6. Fortalecimiento de la autonomía relacional:

Fortalecer la capacidad de decidir sobre aspectos de la vida personal donde el entorno social puede ejercer influencia, presión o control. Incluye, entre otros, decisiones sobre el estilo y la apariencia personal, libertad de movimiento y asociación, libertad de expresión y libre elección de vínculos socioafectivos.

7. Corresponsabilidad en el hogar y en la gestión del tiempo:

Fortalecer y ejercer un rol equitativo en la toma de decisiones sobre las actividades de la unidad de convivencia y sobre la distribución de responsabilidades y tiempos de ocio. Incluye, entre otros, la distribución de la carga mental, la corresponsabilidad en los cuidados y las tareas domésticas, la gestión equilibrada de los espacios de descanso y las decisiones compartidas sobre las actividades de la vida social.

8. Decisiones sobre la vida sexual:

Fortalecer el conocimiento sobre la propia sexualidad y ejercer la autonomía para tomar decisiones sobre actividades de índole sexual. Incluye, entre otros, el conocimiento del ciclo hormonal, menstruación y menopausia, la capacidad para decidir cuándo y con quién mantener relaciones afectivo-sexuales, el acceso a métodos anticonceptivos y de protección de infecciones de transmisión sexual, y la búsqueda del propio placer sexual.

9. Derechos reproductivos y maternidad:

Ejercer la libertad de elección sobre la maternidad, la planificación familiar y la crianza de las/os hijas/os. Incluye, entre otros, aceptar o rechazar el rol de la maternidad, decidir el momento y número de hijas/os que se desean, cómo llevar el proceso de embarazo y parto, los enfoques de crianza y tener acceso al aborto seguro.

10. Decisiones sobre economía y bienes compartidos:

Fortalecer y ejercer la corresponsabilidad en la toma de decisiones sobre los recursos económicos del hogar, como ingresos, ahorros, préstamos, inversiones y bienes patrimoniales, independientemente de quién sea la persona proveedora principal de dichos recursos. Incluye, entre otros, acordar la gestión del presupuesto del hogar, tomar decisiones compartidas sobre pequeñas y grandes compras y establecer un fondo para contingencias.

ÁREA SOCIAL

11. Fortalecimiento de la red de apoyo social:

Fomentar las relaciones interpersonales para establecer vínculos significativos y duraderos con personas, grupos y colectivos que aporten apoyo emocional, cuidado y recursos para el arraigo comunitario. Incluye, entre otros, cultivar la relación con familiares y amistades, unirse a colectivos que compartan intereses y la búsqueda de apoyo de instituciones públicas.

12. Participación social y comunitaria:

Ejercer de forma activa la ciudadanía, aumentando la capacidad de influencia y liderazgo en la toma de decisiones sobre asuntos políticos y comunitarios significativos a nivel local, nacional e internacional. Incluye, entre otros, participación en la toma de decisiones comunitarias, asumir roles de representación y liderazgo, y formar parte tanto de planes vecinales informales como de entidades cívicas, políticas, sindicales, culturales o de otra índole.

13. Promoción de la equidad de género:

Tomar conciencia de las desigualdades de género existentes en la cultura patriarcal, detectar y confrontar los comportamientos de discriminación o violencia contra la mujer e implicarse activamente en la promoción de la igualdad de derechos y oportunidades entre géneros. Incluye, entre otros, asumir roles sociales independientemente de su adscripción de género tradicional, participar en espacios y movimientos que promuevan la equidad de género, y formarse en la identificación y afrontamiento de las distintas formas de violencia contra la mujer.



TAXONOMY OF WOMEN'S EMPOWERMENT STRATEGIES

Revised version - August 2024

Fernando Curioso, Omar Saldaña, and Álvaro Rodríguez-Carballeira

Departament de Psicologia Social i Psicologia Quantitativa

Universitat de Barcelona

The revised Spanish version of a taxonomy consisting of thirteen strategies for women's empowerment is presented. This taxonomy was developed building on an initial proposal based on a scoping review of the existing scientific literature. The original proposal contained fifteen strategies grouped into three areas and was evaluated by a panel of 120 experts in women's empowerment from around the world. Based on this assessment, names and definitions for the strategies are proposed.

PERSONAL AREA

1. Psychological strengthening:

Strengthening psychological competencies and skills that bolster female identity, support perception of personal worth and reinforce awareness of one's rights as an autonomous person. This includes, among other things, promoting self-esteem, self-efficacy, self-respect and gender identity.

2. Promotion of one's own health and well-being:

Strengthening healthy habits and engaging in suitable activities conducive to preventing disease, improving quality of life and promoting one's own physical, mental and sexual well-being. This includes, among other things, self-care, physical exercise, healthy eating, adequate rest and access to comprehensive healthcare.

3. Education and training:

Developing knowledge, skills and competencies that can be applied in both the professional and personal spheres, through academic qualifications and courses, lectures, workshops or other training activities, formal or informal. This includes, among other things, literacy, continuing or re-enrolling in school, or professional upskilling programs.

4. Professional or vocational development:

Preparing for employment, promotion, or demanding better conditions, seeking professional fulfillment and fair recognition for current work. This includes, among other things, developing a résumé, active job search, job interviews, entrepreneurship, and advocating for decent, fair and equal treatment in the workplace.

5. Personal financial management:

Developing personal financial and resource management competencies that promote independence, control and decision making over one's income, debts and assets. This includes, among other things, access to social benefits or subsidies, having unimpeded access to a bank account, legal ownership of assets, control of personal property, and access to credit.

INTERPERSONAL AREA

6. Strengthening relational autonomy:

Strengthening the capacity to decide regarding personal issues in which the social environment might currently exert influence, pressure, and/or control. This includes, among other things, decisions about personal style and appearance, freedom of movement and association, freedom of expression, and freedom to form social and emotional bonds.

7. Co-responsibility at home and in time management:

Strengthening and exercising an equitable role in decision-making about the activities of the household cohabitation unit and regarding the distribution of responsibilities and leisure time. This includes, among other things, the sharing of household management mental load, shared responsibility for the care of family members and household chores, a balanced management of downtime and sharing decisions about social activities.

8. Decisions about sex life:

Strengthening knowledge about one's own sexuality and exercising autonomy to make decisions about sexual activities. This includes, among other things, knowledge of the hormonal cycle, menstruation and menopause, the ability to decide when and with whom to have affective-sexual relations, access to contraceptive methods and protection against sexually transmitted infections, and the pursuit of sexual pleasure.

9. Reproductive rights and maternity:

Exercising freedom of choice over childbearing, family planning and child rearing. This includes, among others, accepting or rejecting the role of motherhood, deciding the timing and the number of children that are wanted, how to manage the process of pregnancy and childbirth, parenting approaches, and access to safe abortion.

10. Decisions regarding finances and shared assets:

Strengthening and exercising shared responsibility in making decisions about household economic resources, such as income, savings, loans, investments and assets, regardless of which person might be the primary provider of such resources. This includes, among other things, agreeing how to manage the household budget, making shared decisions about small and large purchases, and establishing a contingency fund.

SOCIAL AREA

11. Building a stronger social support network:

Fostering interpersonal relationships to establish meaningful and lasting bonds with individuals, groups and collectives that provide emotional support, care and resources enabling community integration. This includes, among others, cultivating relationships with family and friends, joining groups that share interests and seeking support from public institutions.

12. Social and community participation:

Actively exercising citizenship, increasing one's capacity for influence and leadership in decision-making on significant political and community issues at the local, national and international levels. This includes, among other things, participation in community decision-making, taking on representation and leadership roles, and taking part in informal neighborhood initiatives as well as community, political, union, cultural or other entities.

13. Promoting gender equity:

Raising awareness of existing gender inequalities in the patriarchal culture, detecting and confronting behaviors involving discrimination or violence against women and becoming actively involved in the promotion of equal rights and opportunities between genders. This includes, among other things, taking on social roles regardless of their traditional gender ascription, participating in spaces and movements that promote gender equity, and educating oneself in how to identify and address the different forms of violence against women.

