

**UNIVERSIDAD ESTATAL A DISTANCIA  
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO  
MAESTRIA EN ESTUDIO DE LA VIOLENCIA SOCIAL Y  
FAMILIAR**

**EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES SUPERANDO  
RELACIONES DE VIOLENCIA DE PAREJA**

**Trabajo de Graduación sometido a la consideración del Tribunal  
Examinador del Programa de Maestría en Estudio de la Violencia Social y  
Familiar para optar al grado de:**

**Magister Scientiae**

**por**

**Lucía Chinchilla Fonseca  
Mayra Rojas Martínez**

**San José, Costa Rica  
2003**

***DEDICATORIA***

**A las mujeres que nos prestaron sus  
alas para escalar la cima de su proceso  
de Empoderamiento  
A las(os) parientes, amigas (os) y docentes  
que nos impulsaron en el vuelo.**

## ***AGRADECIMIENTO***

### **Deseamos Agradecer a**

Las nueve mujeres que nos regalaron su tiempo, nos relataron sus historias y compartieron con nosotras sus experiencias vitales e ideas para ayudarnos a construir nuestro propósito.

A Iveth Campos Moreira. y Grettel Balmaceda García, respectivamente, Directora del presente Trabajo de Graduación y Tutora de los Cursos de Investigación de la Maestría de Estudios de Violencia Social y Familiar, por su sabia guía y apoyos en el trabajo

A las profesoras y los profesores de la Maestría que compartieron sus conocimientos con nosotras y nos dieron aliento para alcanzar nuestra meta.

A nuestras amigas, amigos y parientes que de muchas formas nos han brindado su ayuda para la realización de nuestros estudios de posgrado.

**POEMA**

***Ser mujer, es ser en sí,  
una obra de arte  
de figuras redondas,  
de creadora estructura,  
mente potente  
y espíritu creativo.***

***Es ser expresivamente luchadora  
en el escenario de la desigualdad;  
es danzar por la vida  
al ritmo de la libertad.  
Cantar sin ser entendidas;  
ilustrar con sangre un paisaje de armonía.  
Declamar la propia poesía  
de amor y miedo.***

***Ser mujer, es un arte...***

**Sofía Bolaños Alvarado**

# EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN RELACIONES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

## TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION .....	3
I. CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA.....	5
I. 1. ANTECEDENTES .....	5
<b><i>I. 1.1. Contexto Internacional</i></b> .....	5
<b><i>I. 1.2. Contexto Nacional</i></b> .....	11
<b><i>I. 1.3. Contexto Local</i></b> .....	24
I. 2 JUSTIFICACION.....	26
I. 3. DELIMITACION Y FORMULACION DEL PROBLEMA .....	30
I. 4 OBJETIVOS.....	31
<b><i>I. 4. 1. General</i></b> .....	31
<b><i>I. 4. 2. Objetivos Específicos</i></b> .....	31
<b><i>I. 4. 3. Objetivos Propositivos</i></b> .....	32
II. APROXIMACION TEORICA .....	33
II. 1. GENERO Y PATRIARCADO.....	34
II. 2. PATRIARCADO .....	35
II. 3. PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN PATRIARCAL .....	38
II. 4. EL PODER.....	42
II. 5. GENERO Y PODER.....	48
II. 6. PROCESO DE IDENTIDAD FEMENINA Y GENERO .....	50
II. 7. LA VIOLENCIA COMO MANIFESTACIÓN DEL EJERCICIO DEL PODER EN EL ESPACIO PRIVADO: EL HOGAR .....	52
II. 8. EMPODERAMIENTO .....	54
II. 9. EMPODERAMIENTO COLECTIVO .....	60
II. 10. ACCIONES Y RECURSOS.....	62
II.11. LOS DERECHOS DE LAS MUJERES .....	65
III. EL CAMINO PARA LA CONSTRUCCION DEL EMPODERMIENTO CON LAS PROTAGONISTAS .....	70
III. 1. TIPO DE INVESTIGACION .....	70
III. 2. AREA DE ESTUDIO .....	71
III. 3. ELECCION DE LAS SUJETAS DE ESTUDIO .....	71
III. 4. FUENTES DE INFORMACION.....	72
III. 5. SELECCIÓN DE TECNICAS E INSTRUMENTOS .....	73
<b><i>III. 5. 1. Diseño de Instrumentos</i></b> .....	74
<b><i>III. 5. 2. Validación de los Guiones de Entrevista</i></b> .....	77
III. 5. 2. 1 De la entrevista a profundidad.....	77
IV. 5. 2. 2. Validación de la entrevista a personal de apoyo en Grupos de Auto-ayuda.....	78
III. 6. PROCEDIMIENTO PARA LOS ACERCAMIENTOS AL MUNDO SUBJETIVO DE LAS MUJERES PARTICIPANTES .....	78
<b><i>III. 6. 1. Descripción del Proceso Realizado</i></b> .....	79

<b>III. 6. 2. Identificación de la Fuentes de Error para su Corrección</b> .....	81
<b>III. 6. 3. Utilización de los Medios Electrónicos y Audiovisuales para Asegurar la Calidad de la Información</b> .....	81
<b>III. 6. 4. Especificación del Tiempo Programado vs. Tiempo Requerido</b> .....	82
<b>III. 6. 5. Disponibilidad de los Recursos Necesarios y su Contribución en la Viabilidad y Factibilidad de la Investigación</b> .....	83
III. 7. LOS TEMAS GENERADORES EN EL ANALISIS.....	85
III. 8. ANALISIS DE LAS HISTORIAS.....	86
III. 9. CRONOGRAMA DE TRABAJO.....	88
III. 10. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION.....	88
<b>IV. EL EMPODERAMIENTO: UNA CONSTRUCCION Y PERSPECTIVA DESDE LAS MUJERES Y LAS SUSTENTANTES</b> .....	<b>90</b>
IV. 1. LAS MUJERES Y SUS HISTORIAS DE VIDA.....	92
<b>IV. 1. 1. Quiénes Son las Sujetas de la Investigación.</b> .....	92
IV. 1. 1. 1. Aspectos socioeconómicos de las sujetas de la investigación.....	93
<b>IV. 1. 2. ¿Qué Dicen las Historias de Empoderamiento de las Sujetas de Investigación?</b> .....	95
IV. 1. 2. 1. Resumen de las historias.....	95
IV. 1. 2. 2. Lo que también dicen las historias.....	99
IV. 1. 2. 3. Los Tres Momentos Claves del Empoderamiento.....	104
<b>IV. 1. 3. A Manera de Síntesis</b> .....	108
IV. 2. COMPONENTES DEL EMPODERAMIENTO DE LAS SUJETAS DE LA INVESTIGACION.....	109
<b>IV. 2. 1 Las Acciones del Empoderamiento</b> .....	110
IV. 2. 1. 1. Acciones de protección y asunción de derechos.....	111
IV. 2. 1. 2. Participación en grupos de apoyo.....	130
IV. 2. 1. 3. A Manera de Síntesis.....	135
<b>IV. 2. 2. Las Fuentes de Recursos y Apoyo</b> .....	136
IV. 2. 2. 1. Recursos personales.....	136
IV. 2. 2. 2. Recursos del entorno.....	139
IV. 2. 2. 3. Necesidades de apoyo para el empoderamiento.....	156
IV. 2. 2. 4. A manera de Síntesis.....	162
<b>IV. 2. 3. Reconstrucción del Empoderamiento</b> .....	163
IV. 2. 3. 1. Conceptualización de empoderamiento desde las mujeres.....	163
IV. 2. 3. 2. Una vida desde los Derechos: los frutos del empoderamiento.....	180
IV. 2. 3. 3. A manera de Síntesis.....	188
<b>V. LO QUE LAS MUJERES NOS ENSEÑARON</b> .....	<b>189</b>
<b>VI. SUGERENCIAS CON BASE EN LO APRENDIDO</b> .....	<b>198</b>
<b>VII. BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>203</b>
<b>RESUMEN EJECUTIVO</b> .....	<b>208</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>213</b>

## **INTRODUCCION**

La existencia de relaciones desiguales en el ámbito privado lleva a mantener el despotismo como premisa de vida para las mujeres. Sus derechos son invisibilizados y negados por la socialización patriarcal, que simboliza lo humano como propio de lo masculino, convirtiendo las fortalezas de las mujeres en serias debilidades al servicio de ser para “otros”.

Para el movimiento feminista es fundamental el reconocimiento y la valoración de las capacidades y fortalezas femeninas, de modo que se conviertan en fuente de poder personal, fortaleza y orgullo para las mujeres; así como, simbolizar y redimensionar su posicionamiento en la esfera pública, tomar conciencia de su espacio y generar decisiones que mejoren su calidad de vida.

Desde esta perspectiva, el empoderamiento de la mujer es entendido “como una mejora de su capacidad de influenciar y participar en la toma de decisiones que de forma directa o indirecta influyen su vida; les permite potenciar destrezas para transgredir la concepción de la violencia como ineludible y asumirse como sujetas del cambio” (Delgado, 2000; 91).

La experiencia del trabajo institucional en Costa Rica, pone de manifiesto que se viene dando un acceso creciente de mujeres a los servicios existentes dentro de la Red Institucional de Atención y Prevención de la Violencia, rompiendo potencialidades desde las mujeres para la defensa de sus derechos como humanas y en el mejoramiento de sus condiciones de vida.

Por lo antes indicado, es importante saber cuáles estrategias de empoderamiento han asumido estas mujeres e identificar, en esas estrategias, las

potencialidades desde las mujeres para la defensa de sus derechos como humanas y en el mejoramiento de sus condiciones de vida.

Disponer de esta información, permite identificar espacios claves de trabajo con las mujeres en relaciones de violencia y rescatar criterios sobre sus necesidades prioritarias, para delinear con estos elementos propuestas de acción institucional, dirigidas a facilitar y apoyar el empoderamiento de otras mujeres.

Urge plantear en relación con la problemática de la violencia, propuestas que hagan sostenibles los procesos que permitan invalidar y rechazar todas las prácticas que lesionan la convivencia y pueden significar la diferencia entre la vida y la muerte para muchas personas que viven en relaciones de violencia.

Esta investigación fue posible por el acceso a estas mujeres y la experiencia de abordaje desde el espacio profesional; experiencia que permite ubicar a las mujeres desde sus fortalezas y con la posibilidad de cambio.

En el presente informe se ha organizado el contenido en siete capítulos:

- El capítulo I, “Contexto de la Experiencia”, ofrece los elementos que establecen el marco de ubicación de la investigación.
- El capítulo II, “Aproximación Teórica”, aporta las bases teóricas para el análisis.
- El capítulo III, “El Camino para la Construcción de Empoderamiento con la Protagonistas”, ofrece los detalles metodológicos de esta investigación.
- El capítulo IV, “El Empoderamiento; una Construcción y Perspectiva desde las Mujeres y las Sustentantes”, aporta los hallazgos sobre las experiencias de empoderamiento de mujeres que han afrontado la violencia de pareja.
- El capítulo V, “Lo que las Mujeres nos Enseñaron”, resume las enseñanzas obtenidas por las sustentantes del estudio.
- El capítulo VI, “Sugerencias con base en lo aprendido”, ofrece lo recomendado.
- El capítulo VII, Bibliografía, detalla la literatura consultada para el estudio.

## **I. CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA**

### ***i. 1. ANTECEDENTES***

Entre los principales avances identificados en investigaciones recientes sobre el Empoderamiento, se aportan los elementos que establecen el marco de ubicación de nuestra investigación.

En este apartado se contemplaron, los aportes internacionales, nacionales y locales.

#### **I. 1.1. Contexto Internacional**

Hay una relación estrecha entre empoderamiento y derechos de las mujeres; estos últimos les fueron reconocidos el 18 de diciembre de 1979, con la aprobación de la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, CEDAW.

Facio (2003; 67) informa que la CEDAW fue adoptada después de cuatro años de trabajo de la Comisión de la Condición Jurídica y Social de la Mujer, CSW, de la ONU y de la Tercera Comisión de la Asamblea General de esa organización, mediante resolución 34/180 de la Asamblea General. El 17 de julio de 1980 en una ceremonia especial realizada durante la Conferencia Mundial en Copenhague, fue suscrita por 64 Estados. La ratificación fue rapidísima y la CEDAW entró en vigor el 3 de setiembre de 1981, después que 20 Estados la habían ratificado.

De acuerdo con lo planteado por Facio, “en la CEDAW aparecen con igual importancia todos los derechos al establecer en un solo instrumento derechos

económicos, sociales, culturales, civiles, políticos, así como derechos colectivos de sectores de mujeres y el derecho al desarrollo” (Facio, 2003; 72); situación que se debe al logro del fortalecimiento del concepto de indivisibilidad de los derechos humanos que obtuvo esta Convención.

La CEDAW se “nutre del valor de la Justicia Social, el cual potencia el derecho a la igualdad hacia nuevas áreas y dio paso a un nuevo grupo de derechos humanos: los económicos sociales y culturales” (Molina, 2001;161).

Clasificados según su tipo, la CEDAW contempla: Derechos económicos, Derechos Sociales, Derechos Civiles, Derechos Culturales, Derechos Colectivos de Sectores de Mujeres y Derechos del Desarrollo.

Plantea áreas en que se debe eliminar la discriminación como:

Roles sexuales y estereotipos y prácticas y costumbres que van en detrimento de las mujeres (artículo 5); Prostitución (artículo 6); Vida política y pública (artículo7); Participación en nivel internacional (artículo 8); Nacionalidad (artículo 9); Educación (artículo 10); Empleo (artículo 11); Salud y planificación familiar (artículo 12); Beneficios sociales y económicos (artículo 13); Mujeres rurales (artículo 14); Igualdad ante la Ley (artículo 15); Matrimonio y relaciones familiares (artículo 16). (Dairiam, 2003; 71)

La Convención incluye el principio de Obligación del Estado.

Bajo este supuesto, la dinámica de relación entre el Estado y las mujeres ya no es más una de dependencia de la mujer de las buenas intenciones o voluntad del Estado, sino una en que el Estado tiene responsabilidades hacia las mujeres y que no puede rehuir.

El Estado tiene la obligación de establecer los medios a través de leyes y políticas y la obligación de obtener resultados. Esto último requiere que el Estado asegure la realización práctica de los derechos, al tomar medidas especiales que permitan la construcción de condiciones propicias, etc., de modo que la capacidad de las mujeres para tener acceso o las oportunidades brindadas se amplíe. El artículo segundo específicamente establece que “los gobiernos tienen que asegurar la

realización práctica de los derechos, lo cual significa no únicamente garantizar los derechos, sino asegurar su realización; no sólo de jure sino también de facto” (Dairiam, 2003; 76).

Así mismo el artículo segundo “obliga a los Estados a promulgar políticas de no discriminación mediante las cuales:

- El principio de igualdad sea incorporado a las constituciones nacionales y en otras leyes (Artículo 2 a).
- Se prohíba la discriminación mediante la promulgación de leyes y políticas relevantes tales como leyes contra la discriminación sexual y de ser necesario se impongan sanciones. (Artículo 2 b)
- Se protejan los derechos de la mujer estableciendo mecanismos efectivos mediante los cuales las mujeres puedan obtener reparación del daño si sus derechos son violados. (Artículo 2 c)
- Se respeten los derechos de las mujeres al no llevar a cabo acciones que puedan ser consideradas como discriminatorias contra las mujeres. En este sentido el Estado está obligado a anular todas las leyes y políticas discriminatorias (Artículo 2 d, f,g,).
- Se proteja a las mujeres al tomar medidas para eliminar la discriminación por parte de cualquier persona o empresa (Artículo 2 e). En otras palabras el Estado está obligado no sólo a regularse a sí mismo, sino también las acciones de personas o instituciones privadas.

El Artículo tercero obliga al Estado a promover igualdad mediante todos los medios apropiados. Lo anterior incluye todas las medidas y posibles condiciones que son necesarias para asegurar el pleno desarrollo y avance de las mujeres.

El Artículo cuarto obliga al Estado la adopción de acciones afirmativas que aceleren la igualdad de facto” (Dairiam, 2003; 76-77).

Entre los principales aportes novedosos de la CEDAW, en relación con los derechos humanos, se pueden destacar los siguientes:

- Es el primer instrumento internacional que incluye todos los derechos humanos de las mujeres, explícita o implícitamente, al prohibir todas las formas de discriminación por razones de sexo... otros instrumentos prohíben que se haga discriminación en el goce de los derechos que establecen, pero la forma como establecen los derechos humanos es androcéntrica. Es decir, los derechos que se establecen en esos instrumentos son pensados desde las necesidades de los hombres mientras que en la CEDAW, se toman en cuenta las necesidades de las mujeres” (Facio, 2003; 1).
- Es un instrumento de “categoría única”, entre otras razones, aduce la autora citada que:
  - Amplía la responsabilidad estatal
  - Obliga a los estados a adoptar medidas concretas para eliminar la discriminación contra las mujeres.
  - Permite medidas transitorias de acción afirmativa (medidas correctivas).
  - Reconoce el papel de la cultura y las tradiciones en el mantenimiento de la discriminación contra las mujeres y obliga a los estados a eliminar estereotipos en los roles de hombres y mujeres
  - Define la discriminación y establece un concepto de igualdad sustantiva.

Lo que se debe entender por discriminación es una definición importantísima porque: es una definición legal que pasa a ser parte de la normativa nacional y define la discriminación como un acto violatorio al principio de igualdad y a la mujer como sujeto jurídico equivalente al hombre en dignidad humana; prohíbe la discriminación en todas las esferas; precisa que la discriminación se prohíbe independientemente del estado civil de la mujer.

Fortalece el concepto de indivisibilidad de los derechos humanos. ...Se destaca que la promoción y el disfrute de ciertas libertades fundamentales, no puede justificar la denegación de otros derechos humanos y libertades fundamentales.

- Rompe con la división entre lo público y lo privado:
 

Esta definición rompe con la división entre lo público y lo privado (mantenida desde la filosofía griega hasta Kant), la cual encuentra parte de su justificación en la filosofía y ubica a la mujer en la esfera privada.

En esta línea de ampliar el universo de situaciones sociales que nos faciliten el reconocimiento y la erradicación de nuevas formas que discriminan a las mujeres, la Convención agrega como elemento innovador el de los patrones socioculturales (Arroyo, 2001; 68).

- La CEDAW es más que un documento legal, es una guía para el desarrollo, que conlleva un programa de acción que de cumplirse llevaría a los estados y a la sociedad a un plano de desarrollo superior.
- Justifica la igualdad de los sexos como una necesidad social e indispensable para el desarrollo.

Rompe con la posición tradicional de crear formulaciones genéricas y universales que tienen como resultado la invisibilización de las particularidades en que se encuentran los diversos sectores sociales y que permiten su discriminación. Introduce el elemento de la especificidad como factor decisivo a tomar en cuenta para formular las políticas y normas.” (Carcedo y Molina, 2001;158).

En relación con el **empoderamiento**, se tiene diversos escritos sobre el tema y desde varios enfoques, que hacen hincapié en “la necesidad de investigar y concretizar sobre la especificidad de este proceso en la condición de las mujeres o de sus necesidades prácticas y los cambios en la posición de las mujeres o en sus intereses estratégicos” (Batliwala, 1996, 96).

Desde el enfoque de desarrollo, se concibe el empoderamiento como una alternativa de percibir el desarrollo de abajo hacia arriba; es decir desde los grupos de base. Se plantea que “un supuesto que subyace al enfoque de género en el desarrollo, es el que las personas deben ser agentes de su propio desarrollo” (O.P.S., 1995).

En la Conferencia Mundial de la Organización de las Naciones Unidas sobre las Mujeres, efectuada en Pekín en 1995, los países asumieron su compromiso con la igualdad entre mujeres y hombres y con el empoderamiento de la mujer, basado

en principios de derechos humanos y justicia social. Con base en tal compromiso el poderío femenino debe instaurarse para eliminar el poder autoritario, el poder con abuso, el poder de lastimar a otros y otras, el poder de expropiar las posibilidades de vida de las personas”.

En el estudio “El costo de la Violencia: Violencia Doméstica en las Américas”, realizado en 1999 por el Banco Interamericano de Desarrollo, BID, con aportes de diversos autores, en torno al empoderamiento Larraín expone lo siguiente:

La perspectiva de género con la cual las ONG abordan la problemática de la violencia, implica que las intervenciones deben consistir en asistencia para hechos específicos de violencia, en un contexto de apoyo para la transformación de la vida de las víctimas. El trabajo con las mujeres debe consistir fundamentalmente en un proceso de empoderamiento para ayudarles a asumir la responsabilidad de su propia vida y su seguridad personal.

Desde esta óptica, el tratamiento de las mujeres maltratadas no se limita a poner fin a la violencia, sino que procura también ayudar a las mujeres a identificar su problema como parte de su condición subordinada en la sociedad. Por esta razón se hace hincapié en su participación en grupos de reflexión que les ayuden a modificar diversos aspectos de su vida y en particular las relaciones que hayan conducido a la violencia (BID, 1999; 115).

Una apreciación similar es planteada por el Grupo ESE (2001):

Empoderarse es significativo desde la dicotomía de lo privado y lo público. Para las mujeres, en lo privado, se asume el control de la vida, define sus propias metas y logra hacer cosas que reafirmen su identidad desde un pensamiento crítico cultural (Grupo ESE: 2001).

### **I. 1. 2. Contexto Nacional**

Como señala Leticia de Oyuela (1993), en su ensayo “Mujer, Familia y Sociedad” en relación con la identidad de género de las mujeres, se muestra a través de la historia que son visualizadas como protagonistas de la cocina, de los salones y las calles. La naturalización de la condición de la mujer es un recurso que la hace permanecer en una estructura donde se le minimiza.

Las disposiciones de la CEDAW tuvieron gran repercusión en el contexto nacional, en cuanto al reconocimiento de los derechos humanos de las costarricenses.

Tales disposiciones tienen relación directa con grandes cambios en la normativa vigente. Como ejemplos se pueden anotar: Ley para Prevenir Sancionar y Erradicar la Violencia Intrafamiliar, la Ley de Promoción Social de la Mujer, la Ley de Paternidad Responsable. Y en respuesta al cambio de la legislación se dio un cambio en nivel jurisdiccional, ya que se han creado juzgados específicos como los Juzgados de Violencia Doméstica.

La integración de la normativa y principios de la CEDAW al sistema nacional se realiza por medio de las instituciones de protección de los derechos humanos que hay en casi todos los países. En el caso de Costa Rica, corresponde a la Defensoría de los Habitantes, que tiene las atribuciones y competencias pertinentes, entre las que se incluyen:

Presentar dictámenes, recomendaciones, propuestas e informes sobre todas las cuestiones relativas a la protección y promoción de los derechos humanos; promover y asegurar que la legislación, los reglamentos y las prácticas nacionales se armonicen con los instrumentos internacionales de derechos humanos; alentar la ratificación de esos instrumentos o la adhesión a esos textos y asegurar su aplicación; contribuir a la elaboración de los informes que el Estado debe presentar a los órganos y comités de las Naciones Unidas, así como a

las instituciones regionales; cooperar con las instituciones internacionales, regionales y nacionales que sean competentes en las esferas de la promoción y protección de los derechos humanos; colaborar en la elaboración de programas relativos a la enseñanza y la investigación en la esfera de los derechos humanos; dar a conocer los derechos humanos (Facio, 2003; 32)).

Obviamente, corresponde al Estado, por medio de sus instituciones competentes y con el apoyo de la Defensoría de los Habitantes, ajustar su normativa interna, definir las políticas y ejecutar los programas necesarios para realizar las tareas a las que se compromete al ratificar la Convención y de esta forma eliminar la discriminación contra las mujeres en todas sus formas y en todas las áreas.

En Costa Rica el Instituto Nacional de las Mujeres, INAMU, en la estrategia y plan de abordaje de la violencia propone como objetivo

- Impulsar la participación y toma de decisiones a través del empoderamiento personal y colectivo, la participación política y el ejercicio de los derechos humanos.

Plantea también que es necesario investigar sobre cómo se viven, desde lo cotidiano, esas directrices y cuál es su efecto para el cambio y desarrollo de las mujeres.

En el contexto costarricense, se cuenta con la Ley contra la violencia doméstica. Esta Ley se estableció con sustento en la CEDAW y requirió un proceso para el cual se siguió un camino importante de reconocimiento de los derechos de las mujeres.

Es en el año 1993 que se incorpora y reconoce la violencia como una violación a los Derechos Humanos, que atenta contra la vida e integridad de las mujeres. Esta es ratificada por Costa Rica, aprobándose la Ley #7586, Ley contra la violencia doméstica, emitida en 1996, que establece una normativa jurídica que

evidencia el interés gubernamental para atender esta problemática. Se ha convertido en un instrumento de protección de mujeres, niñas, niños, personas con discapacidad y adultos mayores víctimas de violencia en la familia.

Su objetivo es “regular la aplicación de las medidas de protección necesarias para garantizar la vida, integridad y dignidad de las víctimas de violencia doméstica” (CMF, 1996; 11).

De acuerdo con la manifestación de la ex-Primera Dama, Josette Altman de Figueres, al aprobarse esta ley:

No es posible sin embargo, pensar en un genuino desarrollo sostenible si no se trabaja por eliminar uno de los obstáculos que padecen muchas mujeres para su plena incorporación a la sociedad, como la violencia intrafamiliar campaña <Por una vida sin Violencia>, que se transmitió en la mayoría de los medios de comunicación, forma parte de las acciones de prevención de este plan y ha contribuido a romper el silencio y a traer a la luz pública una problemática que durante años se mantuvo oculta tras las paredes de muchos costarricenses...Con gran satisfacción hemos podido comprobar que esta iniciativa social ha logrado concertar los esfuerzos de muchos actores sociales: el Estado, la empresa privada, la sociedad civil, los partidos políticos y los medios de comunicación social. Esta toma de conciencia de diversos sectores se refleja en la reciente aprobación de la Ley Contra la Violencia Doméstica que contó con el apoyo indiscutible de todas las fracciones legislativas y de una amplia mayoría de los legisladores (CMF, 1996; 5-6).

Ana Isabel García Q, ex-Directora Ejecutiva del Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia, CMF, (actualmente INAMU) indicó que:

Esta Ley condena la violencia intrafamiliar como práctica social destructiva, constituye un fuerte llamado de atención a los ofensores y ratifica que, frente a la agresión, las personas afectadas cuentan con el respaldo de la justicia. La misma contempla 18 medidas de protección a las cuales pueden acudir las personas afectadas por la violencia intrafamiliar para interrumpir el ciclo de violencia y abrir un espacio de

distensión en el seno familiar que permita redefinir las estrategias y condiciones para la convivencia futura.

Es la acción conjunta de los poderes públicos lo que permite, no sólo sancionar la norma, sino llevarla a la práctica en nuestra vida cotidiana. La ejecución del PLANOSI y el mantenimiento de su Sistema de Acción en el tiempo permitirá una actuación sostenida del Estado para erradicar este grave problema social (CMF, 1996; 8-9).

En relación con el poder, en el libro de ensayos sobre “Las Mujeres y el Poder”, la Dra. Moserrath Sagot señala que:

... en la redefinición del poder, la autora Mary Parkes sugiere que el poder debe ser pensado más bien como una capacidad: la capacidad y potencialidad de actuar. No verlo sólo como dominio sino rescatar el sentido mismo como energía creadora y resaltar otras formas en que éste se manifiesta más allá del control: tales como la producción artística, el aumento de la energía vital (Sagot, 1997; 14).

Esta redefinición del concepto permite a las mujeres repensarse como poseedoras de la capacidad de actuar para cambiar sus propias condiciones de vida, el poder así estaría en nuestras capacidades internas, no fuera de nosotras.

De ahí la conceptualización del empoderamiento como el proceso de desarrollo de nuestras potencialidades transformadoras y libertarias.

Según se deduce de lo planteado por León (1998; 7), a partir de la década del 80, el término empoderamiento se usa particularmente sobre mujer, género y desarrollo: se considera que su manejo se operacionaliza sin un contenido conceptual claro. Afirma luego esta autora que:

El empoderamiento como autoconfianza y autopercepción debe integrarse en un sentido de proceso con la comunidad, la cooperación y la solidaridad. Al tener en cuenta el proceso histórico que crea la carencia de poder, se hace evidente la necesidad de alterar las estructuras sociales vigentes, es decir, de reconocer el imperativo del cambio (León, 1998, 16).

Para facilitar el proceso de la autodeterminación, las ideas planteadas pueden resumirse en que se debe responder a los intereses estratégicos de las personas, tales como: el acceso a recursos en el largo plazo, consulta e involucramiento en la planificación y el manejo de los procesos; y que, el abordaje previo debe realizarse sobre las necesidades prácticas (esfera inmediata, experiencia de las personas).

Se plantea también que el enfoque de género identifica, negocia y responde a las necesidades prácticas de mujeres y hombres, en forma tal que, también, responde a los intereses estratégicos de las mujeres.

Así, el abordaje de intereses estratégicos:

- Incluye a las personas como agentes, o las habilita para transformarse en agentes.
- Puede mejorar la posición del grupo en la sociedad.
- Puede empoderar a las personas y transformar las relaciones de subordinación.

En los ensayos recopilados por Magdalena León (1998) sobre el tema del empoderamiento de las mujeres, se alude que este es más que un proceso económico, un proceso de cambio interno por el cual ellas desafían y cambian la subordinación de género, es decir, las relaciones de poder en la sociedad y, a partir de ahí, inciden en los cambios de políticas.

La tesis de investigación “Sueños inconclusos y caminos de Esperanza” (Guillén, 1998) acerca de la reconstrucción de la identidad de género en mujeres del sector urbano popular, concluye, entre otras cosas, que los factores que influyen en el cambio hacia una nueva identidad, depende de su historia de vida del encuentro con otras mujeres en espacios en que se reconocen a sí mismas como sujetas sociales y sujetas de derecho.

Este proceso de cambio, se explica, no es lineal sino dialéctico, surgiendo diversas contradicciones y conflictos. Durante el proceso, las características de los cambios les permite fortalecer su autopercepción, construir nuevos proyectos de vida y satisfacer sus necesidades prácticas y estratégicas propias de su cotidianidad.

De acuerdo con Castro y otros (1999) mediante un proceso de empoderamiento, las mujeres actúan para sí mismas y logran externalizar con ello sus experiencias, expectativas y necesidades, por lo que investigan sobre estos procesos y socializan las potencialidades, con miras a realimentar experiencias y construir espacios de solidaridad y un camino hacia aportes significativos para la reconstrucción de la identidad de género.

En la tesis “El arte, una estrategia metodológica en la reconstrucción de la identidad de género de las mujeres” (Arce y otras, 2002; 9), se plantea el empoderamiento como elemento que propicia en las mujeres la apropiación del conocimiento acerca de la situación en que viven de marginación y sometimiento; y, reconocer la identidad de género impuesta por la socialización patriarcal y androcéntrica; de manera que puedan reconstruir su autopercepción, su autovaloración y su identidad.

En la tesis “La Violencia Intrafamiliar contra las Mujeres, en la Cultura Ngabe de Conte Burica, asevera la autora Rocío Loría que tradicionalmente ciertas familias mantienen un referente respecto a la sobre-vivencia femenina, desde la cual se considera que las mujeres que aceptan las relaciones en cualquier circunstancia, pueden garantizar su supervivencia y la de sus hijos en el futuro.

Ellas sobreviven con las opciones de vida que generalmente le son permitidas; se sienten desinformadas o indefensas y aunque están disconformes no actúan porque no disponen de la información necesaria que les permita discernir su situación y tomar decisiones. Loría hace alusión a estrategias y posibilidades

utilizadas para enfrentar la violencia, como: el *destino*, *sumisión por supervivencia* y *“reacciones defensivas”*.

Una entrevista realizada por Loría a una de las indígenas, incluye la apreciación de que las mujeres necesitan fortalecer su autoestima, para tener salud del corazón para poder avanzar.

El planteamiento anterior es base para fundamentar investigaciones y analizar las estrategias y posibilidades del empoderamiento de las mujeres, de modo que se cambie el paradigma de “sobrevivir”; por el de la “autodeterminación y el desarrollo como humana”.

En la investigación “Respuesta social en nivel local ante la Violencia Intrafamiliar”, Delgado (2002) identifica los factores que favorecen la decisión de las mujeres de buscar ayuda y plantear las acciones como estrategias de supervivencia; lo que les permitió transgredir la concepción de la violencia como ineludible y descubrir la importancia de apropiarse de potencialidades y destrezas desconocidas.

Además, señala factores limitantes en el accionar de las redes de servicio como son: disponibilidad, características y accesibilidad; donde cabe profundizar la correlación del efecto de la Ley de Violencia para el empoderamiento de las mujeres

En materia de Abordaje de la Violencia Intrafamiliar, el movimiento femenino ha logrado visibilizar el problema de la violencia contra las mujeres, niñas y niños, enfocado desde una perspectiva de poder y dominio, que se estructura como producto de pactos patriarcales.

La discriminación hacia las mujeres es un fenómeno cultural, cuyas dimensiones simbólicas condicionan los comportamientos humanos y promueven una cultura basada en la inequidad y la violencia, por lo que se requiere de acciones

concertadas entre la sociedad civil y el Estado, pues la violencia desde el espacio privado es también un asunto de política, como ha sido evidenciado por el movimiento feminista de los años 60 en la consigna “lo personal es político” (Pateman, 1996; 46). Se requiere una auténtica participación social para responsabilizarse de su significado en la vida e historia de las mujeres y niñas (os) abusados.

La negación, la minimización, el silencio y ocultar esta problemática debe ser historia, los esfuerzos de organismos no gubernamentales, movimientos de derechos humanos, organismos internacionales y las políticas estatales han forjado esfuerzos tendientes a incorporar en la sociedad: campañas de sensibilización, normas de atención, leyes, capacitaciones y el diseño de metodologías para la prevención y tratamiento de esta problemática.

Esta última estrategia es la que se aborda en este estudio. Se revisa la propuesta de atención para mujeres en relaciones de violencia, impulsada por CEFEMINA (Centro Feminista de Acción de Mujeres), acorde con lo planteado en el libro de Ana Carcedo y Giselle Molina: “Mujeres contra la violencia, una rebelión radical” (Carcedo, 2001).

La atención integral implica poner en funcionamiento un sistema que “garantice el fortalecimiento y empoderamiento de las personas que tenga como meta construir una vida libre de violencia” (Ramellini, 1997; 35).

Carcedo (2001), expone la base y filosofía de sus propuestas en relación con ubicar el problema de la violencia contra las mujeres como un problema de Poder, desvirtuando concepciones y argumentos biologistas, adicciones, etc, aunado a afirmaciones como que la mujer merece ser golpeada o provoca la agresión.

Se afirma que su base radica en un problema estructural de la sociedad, es direccional, visibilizando el problema de violencia como una condición de la subordinación de la mujer en la sociedad patriarcal y sexista que se refuerza con el aparataje, institucional, leyes concebidas para el dominio masculino, guardianes del orden patriarcal, insensibles al dolor de las mujeres maltratadas.

Ante dicha situación las organizaciones femeninas han planteado “romper el silencio, pasando a la denuncia y acción contra la violencia” (Carcedo, 2001; 5).

Esta posición actualmente se valida con planteamientos surgidos en la academia, los (as) profesionales, los gobiernos. Esta última intervención es cuestionada por la autora pues, anota, “los planteamientos en ocasiones no trascienden del papel escrito o el discurso”.

Se refuerza cómo la organización y planteamientos razonados del movimiento feminista obliga a las Naciones Unidas a declarar, en 1993, en la conferencia Mundial sobre Derechos Humanos, que “la violencia contra las mujeres es una violación a los derechos humanos, y la Organización Mundial de la Salud lo declaró un problema de Salud Pública” (OPS, 2002; 2), conquistas básicas para sacar el problema del ámbito privado.

Es importante en la lectura de la obra de Carcedo y Molina (2001; 11), el señalamiento sobre cómo, en los enfoques que se realizan desde las instituciones y abordaje profesional, se ha persistido en señalar las debilidades de las mujeres afectadas por la violencia con tendencias que reafirman la inequidad de género, victimizan a las mujeres y las revictimizan en las instituciones, que ubican la agresión como una situación ineludible: “el acento no se pone en el hombre que arremete sino en la mujer que se deja maltratar por su baja autopercepción, inseguridad, aislamiento; prácticas que se acomodan a las jerarquías de poderes de género” (Carcedo, 2001; 11).

Desde la experiencia en la atención de mujeres, Carcedo y Molina (2001; 13-15) denuncian una serie de prácticas que evidencian la discriminación, a pesar de la firma de tratados internacionales:

- No se aborda en las legislaciones impulsadas el aspecto de la violencia contra las mujeres, desde el desbalance de poder entre géneros, por lo que los instrumentos jurídicos son inadecuados, con el riesgo de poder ser usado por los agresores en contra de las mismas mujeres. Existen estadísticas a nivel nacional donde se evidencia esta situación.
- Se habla de violencia de género como un asunto de socialización, siendo el problema de raíces más profundas, basado en un problema político.
- Se asume el género como una categoría relacional, que afecta tanto a hombres como mujeres; planteamiento que oculta que la violencia contra las mujeres no se basa sólo en un aprendizaje violento, sino que se basa en la estructura de poder desigual entre géneros. Ante esto señala el peligro de los discursos que tienden a confundir y hacer sentir culpable a las mujeres al mostrar hombres agredidos, para minimizar la problemática real de las mujeres.

Dentro de los esfuerzos de apoyo al empoderamiento destacan los Grupos de Autoayuda. Estos grupos parten de una propuesta alternativa de apoyo directo a mujeres, que retoma con fuerza las experiencias, visiones y necesidades de las propias mujeres y cuyo objetivo es detener la violencia contra ellas.

Las premisas fundamentales en que descansan los grupos son las siguientes:

- Se concibe la violencia como un problema de poder entre los géneros.
- Se asume a la mujer como sujeta de derechos, con autodeterminación.
- Con capacidad de tomar decisiones, responsable de su sexualidad.
- Se parte de las potencialidades y fortalezas de las mujeres, no con una concepción victimizante, dependiente y de negación de sus capacidades.
- Se puede vivir “libre de violencia”.

- Se acude voluntariamente.
- Se asume un enfoque cuyo eje es el empoderamiento de la mujer en sus dimensiones tanto subjetivas como objetivas.

Una consideración muy importante en las intervenciones profesionales y de apoyo solidario para con esta problemática, como señala Carcedo "la concepción de las mujeres maltratadas es un obstáculo para ver, identificar y rescatar las experiencias exitosas de mujeres que lograron conquistar su derecho a vivir libres de violencia y que son inspiración y esperanzas para otras" (Carcedo, 2001:26).

En el proceso de los grupos existen factores que permiten desarrollar el potencial de la toma de decisiones. Al solicitar apoyo por propia iniciativa, hay un punto de resistencia al maltrato y de esperanza del cambio, cada mujer toma las decisiones, ella decide qué quiere, qué tiene que hacer y qué posibilidades construir para conquistar el control sobre su vida.

Señala Carcedo(2001; 29):

...difícilmente el considerar a las mujeres maltratadas como dolidas y abrumadas material y emocionalmente, por los problemas que enfrentan o traumatizadas por la agresión vivida, se prepara en un proceso que se ayuda a aliviar angustias, enfrentar miedos, revisar relaciones y fortalecer capacidades.

Es fundamental resaltar en el enfoque de Carcedo (2001; 40-41) lo planteado sobre los costos de liberarse de la agresión, en que incurren las mujeres víctimas; pues según ella estos costos no sólo tienen que ver con aspectos económicos, sino también con relaciones familiares, posición, credibilidad social.

El proceso de los Grupos de Autoayuda: es un modelo Género sensitivo, su eje central es el Empoderamiento, que focaliza las potencialidades de la persona, y en el cual las mujeres son las protagonistas de su vida y sus cambios.

La metodología aplicada es la siguiente:

- Es un grupo abierto.
- La mujer decide cuándo llega y acude.
- No tiene un plan de trabajo.
- No es dirigido por terapeutas.
- La confidencialidad es un requisito.
- No requiere registro de información, ni controles.
- Las mujeres participan con sus propias experiencias, conocimientos y habilidades.
- Se da un apoyo entre homólogas.
- Facilita el desarrollo de habilidades, conocimientos personales sobre leyes, derechos, límites, capacidad de controlar las condiciones y calidad de vida.
- Es un espacio naturalmente empático, libre de juicios y prejuicios, que facilita la reflexión y la introspección.
- Facilita eliminar culpas, socializar experiencias, y permite el fortalecimiento con experiencias positivas, con modelos accesibles y reales que posibilitan la oportunidad del cambio, acorde con el ritmo de cada participante.
- Se respetan decisiones, no hay recetas “pues todas son capaces de pensar y hacer lo correcto” (Carcedo, 2001; 89-91).

Esta autora expone cifras que muestran que el 67% de mujeres que acudían a grupo, dejaron atrás la violencia como norma en la relación de pareja e iniciaron cambios en sus vidas como: buscar trabajo, estudiar, denunciar al agresor, etc.

Los Grupos, según ella, constituyen un espacio que se operacionaliza desde las mujeres, que no requiere costos económicos para su operatividad y coloca la participación social de las mujeres como fuerza fundamental en el cambio y el de visualizarse como ciudadanas, ejerciendo derechos y siendo multiplicadoras de una vida sin violencia.

Aparte de lo indicado, se puede decir que se han realizado investigaciones alrededor de la temática de la violencia, no obstante se han sistematizado

escasamente las estrategias que han permitido consolidar cambios inmediatos y posibilidades desde las mujeres para revertir la victimización y ser protagonistas de sus esperanzas y sueños, además de ir construyendo una cultura solidaria que refuerce su posicionamiento en la sociedad.

Carcedo, con base en la Estadísticas del Poder Judicial determinó que en 1996 se solicitaron 5113 medidas de protección en los juzgados del país, cifra que se ha ido incrementando sustantivamente

El VIII Informe del Estado de la Nación (2002, 126) indica que los casos presentados “aumentaron de 32643, en el 2000, a 43929 en el 2001, especialmente en San José. Este incremento de 11286 nuevos casos es muy significativo, pues en años anteriores el incremento no había superado los 6206”.

Esta información se complementa con la correspondiente a las llamadas telefónicas por violencia doméstica y violencia sexual, atendidas en las líneas especializadas “Rompamos el Silencio” y el 911. De acuerdo con estas fuentes, en 1998 se atendieron 8640 llamadas.

A partir de febrero del 2001, el INAMU se incorporó al Servicio 911 y el registro de llamadas llegó a 65148 en el 2001 y los datos preliminares del 2002 suman 70128.

Es importante acotar que el elevado crecimiento en las solicitudes de medidas de protección mediante las llamadas, son producto de la concurrencia de diversos factores y no necesariamente del incremento del problema de la violencia.

En efecto, un mayor conocimiento de las disposiciones legales, la apertura de canales telefónicos para acudir a ellos, la ampliación misma de la red telefónica y el efecto informativo de las campañas contra la violencia creando conciencia sobre el

derecho a una vida sin violencia, han impulsado a muchas mujeres a romper el silencio y a asumir actitudes de defensa, incluyendo la denuncia.

### **I. 1. 3. Contexto Local**

El problema de la violencia intrafamiliar ha demandado atención especial en todos los lugares del país y ésta se ha venido estableciendo y organizando de acuerdo con las circunstancias y posibilidades de cada región.

Específicamente en el cantón de San Ramón, hasta 1995 el apoyo a las mujeres para su empoderamiento y enfrentamiento de relaciones marcadas por la violencia, estuvo a cargo de la organización de Mujeres Unidas en Salud y Desarrollo, MUSADE, nacida con el respaldo del Programa del Hospital sin Paredes, que ejecutaba el Hospital Carlos Luis Valverde, de esa localidad.

En ese año y principalmente con la finalidad de organizar la celebración del Día Internacional de la Mujer, MUSADE promovió la integración de una Comisión Interinstitucional para toda la Región de Occidente que, además de esa actividad, se abocara a coordinar y fortalecer la ejecución de todos los esfuerzos posibles en materia de prevención de la violencia doméstica y de desarrollo de las mujeres de su área de cobertura, sobre planes de trabajo concretos.

De esa manera en San Ramón se estableció, por iniciativa de las mismas mujeres, una estructura institucional de coordinación y apoyo que hizo que este cantón fuera tomado como Cantón Piloto para la ejecución del Plan Nacional para la Atención y Prevención de la Violencia Intrafamiliar, PLANNOVI. En 1997 se consolidó la Red de Atención a la Violencia, sobre la base de esa organización primera; sin embargo, a la fecha no se ha establecido una Oficina de la Mujer, posiblemente,

porque la labor de MUSADE ha atenuado la presión sobre el sistema institucional para que tal oficina sea creada.

El grupo de Apoyo de Alajuela, tiene doce años de existencia, se creó a partir de la necesidad de las mujeres alajuelenses que buscaron ayuda en CEFEMINA, ubicado en la ciudad de San José para asesorarse y posibilitar el enfrentar la violencia de sus parejas y o familiares.

AL ser varias las personas que acudían por ayuda a esa entidad, ésta organización no gubernamental, pionera en la atención de la violencia, decide asumir el reto de abrir un grupo en Alajuela, puede señalarse que fue uno de los primeros grupos en nivel nacional.

En coordinación con la Oficina de Trabajo Social de la Clínica Dr. Marcial Rodríguez C, se establece un proceso de capacitación y a finales del año 1984, se realiza una labor conjunta para el abordaje de la problemática de violencia doméstica, labor que se realiza hasta la fecha.

Cabe destacar que el grupo ha sido pilar en las luchas de visibilizar la violencia y el señalar debilidades en el abordaje de las instituciones locales, aunado a reforzar las políticas que amplíen los servicios disponibles para atender la problemática y la prevención de la violencia en la comunidad alajuelense. Respaldó y apoyó activamente la apertura de la Oficina Municipal de atención a la violencia en Alajuela y actualmente las facilitadoras son parte integral de la Red Interinstitucional de Atención y Prevención de la Violencia de Alajuela.

En Alajuela, durante el primer trimestre del año 2002 se presentaron ante el juzgado de Violencia Doméstica de Alajuela 314 casos nuevos: 212 de mujeres y 36 hombres. La Comandancia (Ministerio de Seguridad Pública) atendió 74 situaciones,

la Oficina de la Mujer reportó 223 casos y los servicios de salud de la Clínica Dr. Marcial Rodríguez C. reportaron 135 situaciones atendidas.

## ***I. 2 JUSTIFICACION***

Aunque la magnitud y comportamiento estadístico de los casos atendidos por diversas instancias, llevan a estimar que el problema de violencia intrafamiliar se ha agravado, esto podría ser cierto sólo en parte; pues también podría plantearse desde otra dimensión, sea: que existen mayores oportunidades de denuncia y que las mujeres se han empoderado para asumir, desde la dimensión personal, el control de su situación, con apoyo del proceso de grupos con personal con mayor sensibilización social.

Independientemente de si es que el problema se ha agravado o las mujeres han tenido más posibilidades de enfrentar la situación, interesa a nuestros fines identificar y socializar las estrategias de empoderamiento más comunes y su posible relación con las características socioeconómicas de las mujeres.

Esta investigación tiene así la importancia de aportar mayor claridad sobre las opciones y formas en que las víctimas de violencia pueden encontrar salidas libertarias a su situación, incluyendo las posibilidades derivadas de la aplicación de la Ley contra la Violencia Doméstica.

El estudio del empoderamiento ha sido abordado, como se demostró en los antecedentes, por diferentes autores; sin embargo, éste es un esfuerzo novedoso por cuanto es la percepción del proceso desde las protagonistas mismas lo que interesa rescatar, por medio del relato de sus historias y experiencias personales.

Es preciso señalar que la investigación sobre procesos de empoderamiento concretos es escasa. Esta es una tarea pendiente que tendría que iniciarse por la revisión de la floreciente literatura sobre el movimiento de mujeres y además emprender trabajos empíricos específicos sobre el empoderamiento en nivel de las mujeres como personas y grupos. (León, 1998; 13)

La investigación permitirá abordar el empoderamiento en la realidad diaria personal, familiar, comunal y colectiva, desde la subjetividad, y su incidencia en la autopercepción de las mujeres sujetas de estudio; se rescata el efecto en el posicionamiento de las mujeres ante la violencia y la discriminación de poder.

Es por ello que el trabajo por realizar buscará investigar el proceso de empoderamiento de las mujeres ante la violencia intrafamiliar, concentrándose, por limitaciones de tiempo y recursos, específicamente en la violencia de pareja, e identificar las opciones estratégicas superadoras de la condición histórica y de género, que potencien y promuevan cambios para la transformación de la realidad de ser sujetas devaluadas y excluidas.

Se trata de conjuntar las diversas posibilidades que han sido experimentadas en la realidad por las mujeres sujetas de estudio y que pueden entrar a formar parte de estrategias liberadoras para muchas otras víctimas, en un plan que parta desde las necesidades de las mujeres. Esta posibilidad del estudio de incidir en procesos futuros de otras mujeres, le imprime a éste su carácter trascendente

Es entendido que no se espera descubrir procesos de empoderamiento simples, es decir, constituidos por un número reducido de acciones por parte de la mujer protagonista, sino procesos muy complejos producto de los múltiples factores que inciden sobre las vivencias de cada mujer; pues precisamente porque el fenómeno de la violencia se debe a múltiples causas, generalmente, se necesita una combinación de medidas en nivel individual, familiar y comunitario para combatirla y

por ende, son múltiples los aspectos que integrarán el proceso de empoderamiento de las mujeres.

Estos procesos, visualizados desde el enfoque de los diversos ámbitos en que actúan las mujeres, contemplan los aspectos y factores limitantes y contribuyentes a enfrentar la violencia desde un rol protagónico de las mujeres, enfocados en nivel de los individuos, las relaciones sociales, el contexto comunitario y el nivel de la estructura social.

Esta investigación es relevante en cuanto los esfuerzos que realizan las mujeres deben visibilizarse, para posibilitar el desarrollo de estrategias que permitan: revertir la identidad de la carencia del proceso de socialización patriarcal, que limita espacios, saberes, toma de decisiones y conciencia de género; y, potenciar el derecho de las mujeres a vivir con dignidad.

Rescatarlos significa también un proceso reflexivo acerca del posicionamiento de la mujer en la sociedad, que incentive el recuperar las potencialidades, la autonomía y la construcción de la identidad de género y por tanto, la realización personal desde la lectura de sí misma, que permita la solidaridad ante la inequidad y la opresión social.

El trabajo se ubica dentro de las investigaciones que el INAMU considera necesarias para garantizar el efecto de sus lineamientos en el cambio y desarrollo de las mujeres, pues permite generar criterios que indiquen si en la realidad de las mujeres se perciben cambios producto de tales lineamientos.

El estudio que se realizó fue viabilizado por la existencia de espacios de trabajo donde acuden mujeres que han logrado afrontar<sup>1</sup> situaciones de violencia

---

<sup>1</sup> Afrontar se utiliza en este trabajo para denominar el enfrentamiento y toma de acciones, ante situaciones de violencia en relaciones de pareja.

intrafamiliar y, dada su experiencia de participación en grupos de autoayuda pueden narrar sus historias sin sentirse ni culpables ni avergonzadas sino con la apertura de quien sabe que tomando decisiones acertadas ha asumido el control de su propia vida.

El proceso investigativo se facilitó por la existencia de enlaces institucionales y con los grupos por parte del equipo investigador y el acceso a las estadísticas claves y, principalmente, por la posibilidad de trabajo directo con grupos a los que asisten estas mujeres; grupos con quienes ya se ha estado trabajando con otros fines.

El revisar las estrategias, tanto en el ámbito personal como del entorno inmediato, puede generar el posicionamiento no sólo desde el tratamiento de las víctimas sino de plantear acciones de prevención y el consolidar aquellos esfuerzos de impacto, que requieren recursos materiales y humanos para cubrir las necesidades prácticas y estratégicas de las mujeres en relaciones de violencia.

Significa lo anterior que así se dispondría de un marco orientador claro de las prioridades de las mujeres para canalizar hacia ellas los recursos y permitirles el acceso real, desde las políticas estatales, para consolidar sus sueños de desarrollo y participación como protagonistas del bienestar económico y social y del mejoramiento de sus condiciones de vida.

En resumen, esta investigación posibilita construir algunos de los referentes del empoderamiento de las mujeres que les han permitido fortalecer su posicionamiento ante la violencia, mejorar su entorno inmediato y recuperar el derecho de una vida desde sí mismas, validar estos esfuerzos y socializarlos. Además, rescatar las fortalezas, debilidades y oportunidades de los factores exógenos del proceso en la coyuntura social actual, que supere la revictimización de las mujeres en su búsqueda de justicia y oportunidades.

### ***I. 3. DELIMITACION Y FORMULACION DEL PROBLEMA***

Es necesario construir desde las vivencias cotidianas de las mujeres, unas alternativas visionarias, transformadoras de la percepción del mundo, del proceso de identidad de género, re-significar el ser, hacer y tener, donde las silenciadas promuevan una cultura de reencuentro consigo mismas y enfrenten el poder desde el espacio familiar, desde una acción transformadora y no desde la impotencia.

La identidad carenciada desde la percepción patriarcal que etiqueta, restringe y da mandatos socializadores, que limitan espacios a las mujeres y la toma de conciencia para vivir con dignidad, debe enfrentarse, desde el empoderamiento personal como estrategia que facilita el desarrollo humano y estas estrategias deben ser apoyadas desde el contexto institucional, modificando las políticas institucionales y los criterios de aplicación de las mismas a partir de las necesidades planteadas por las mujeres que buscan su empoderamiento.

Con base en lo anterior, se planteó esta investigación para dar respuesta al siguiente problema:

**¿Cómo contribuyen las acciones y recursos incluidos en las estrategias de Empoderamiento de mujeres sobrevivientes<sup>2</sup> de violencia de pareja, para transformar sus condiciones de vida a partir de su posicionamiento como humanas con derechos? Estudio realizado en el año 2003 con integrantes de grupo de Apoyo de Alajuela y San Ramón, en el período de origen, declive y afrontamiento de la violencia.**

---

<sup>2</sup> La diferente literatura denomina “sobreviviente” de violencia a la mujer que se enfrenta a la violencia y logra trascenderla

## **I. 4 OBJETIVOS**

La investigación partió de los siguientes objetivos:

### **I. 4. 1. General**

Reconstruir las estrategias de empoderamiento asumidas por las mujeres sobrevivientes de violencia de pareja que acuden a los grupos de Apoyo de Alajuela y San Ramón, a fin de socializarlas e identificar necesidades de apoyo, así como identificar los cambios en su posicionamiento como humanas con derechos en el mejoramiento de sus condiciones de vida.

### **I. 4. 2. Objetivos Específicos.**

- Identificar y analizar la naturaleza y características de las acciones efectuadas por las mujeres, en los ámbitos personal, comunal y colectivo, en sus estrategias de empoderamiento.
- Identificar y analizar la naturaleza y características de los recursos a los que acuden las mujeres, en los ámbitos personal, comunal y colectivo, en su proceso de afrontamiento de relaciones marcadas por la violencia.
- Identificar las particularidades en las estrategias de empoderamiento determinadas por aspectos como la edad, el nivel educativo o el nivel de ingresos de las mujeres.

- Reconstruir desde el empoderamiento las posibilidades de las mujeres en relación con la toma de decisiones para mejorar posicionamiento en relación con sus derechos como humanas.
- Reconstruir los procesos generados en relación con la autonomía, la autopercepción y las posibilidades de cambios en la condición de vida y desde la solidaridad entre las mujeres.
- Identificar los recursos y servicios que las mujeres consideran que pudieron facilitarles el proceso de empoderamiento, pero no estuvieron disponibles.
- Reconstruir las percepciones que tienen las mujeres sobre los servicios institucionales de apoyo a las mujeres para enfrentar la violencia intrafamiliar.

#### **I. 4. 3. Objetivos Propositivos**

- Recopilar experiencias de mujeres que han afrontado violencia de pareja a efectos de ser socializadas y que constituyan una base para identificar necesidades de apoyo y reorientar políticas y programas con y para las mujeres.
- Acercar a las sustentantes a las dinámicas de los procesos de empoderamiento desde las mujeres, para fortalecer y ampliar capacidades desde lo empírico en el abordaje de la violencia, reconociendo en cada mujer la protagonista irremplazable.

## **II. APROXIMACION TEORICA**

Este capítulo rescata aportes de diferentes autoras y autores que plantean, desde la perspectiva de género, una visión del Poder manifiesto en las relaciones y procesos vitales, que excluye y margina a las mujeres como sujetas de derechos, colocando lo masculino como eje central en una cultura Patriarcal que invisibiliza a las mujeres.

En esta Aproximación se incluye lo teorizado en torno al patriarcado, el poder, la teoría del género, la socialización, la construcción de la identidad de género y su repercusión en el desarrollo humano y el empoderamiento, como eje fundamental de la investigación.

La cultura patriarcal androcéntrica se cimienta y mantiene a través del proceso de socialización, que atribuye privilegios masculinos sobre las mujeres y define espacios, roles y saberes basados en la construcción social de los géneros, aunado al poder como política de la estratificación y de relaciones de poder.

Esta investigación retoma desde lo cotidiano de la vida de las mujeres protagonistas, cómo el EMPODERAMIENTO, entendido como estrategia basada en un poder potencial diferente del Poder de Dominio que se ejercita desde la masculinidad en la sociedad Patriarcal, puede ubicar a las mujeres en situaciones concretas de defensa de su vida y bienestar, desde el posicionamiento de sus derechos como humana.

## **II. 1. GENERO Y PATRIARCADO**

La Teoría de Género aporta al abordaje de la realidad, el reconocimiento “de la existencia de hombres y mujeres en el escenario vital caracterizados por diversidades sociales y culturales, frente al hecho de vivir en culturas androcéntricas, donde el hombre es el punto de partida” (Arroyo , 2001, 194).

Es una teoría amplia que abarca: hipótesis, categorías e interpretaciones; conocimiento relativo al conjunto de fenómenos históricos construidos en torno al sexo.

La perspectiva de género permite, según Arroyo:

- Las posibilidades vitales.
- Las relaciones sociales.
- Criticar los aspectos nocivos del orden Patriarcal.
- Comprender las características que definen a hombres y mujeres.
- Resignificar la vida personal y colectiva.
- La negación histórica de las mujeres como sujeto social y político.

Esta teoría destaca: 1) que la pertenencia a un género es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias sexuales; y, 2) que es una forma primaria de relaciones de poder. (Arroyo, 2003; 298).

La dimensión política de la teoría de género posibilita dimensionar las relaciones de poderes que corresponden a cada género, el impacto de esos poderes en la sociedad, el estado y la cultura, así como la comprensión de su complejidad social, política y cultural ignorados por los planteamientos que presentan al mundo como naturalmente androcéntrico; planteamientos cuyo origen es patriarcal y que sólo sirven a los intereses del patriarcado.

## **II. 2. PATRIARCADO**

Muchos autores y autoras han teorizado sobre el origen, naturaleza y características del patriarcado coincidiendo en definirlo como un sistema de organización genérica de dominio de masculino en el que la subordinación femenina es planteada como de orden natural; sistema que da sustento a todos los demás.

Desde la concepción de Alda Facio, se afirma que “una de las principales características del patriarcado es, pues, que es androcéntrico: centrado en el hombre. Una cultura androcéntrica es una cultura en la que el hombre y todo lo relacionado con lo masculino es el punto de partida, es el ángulo desde donde se miran y evalúan todas las cosas... pero esta perspectiva no es sentida como una perspectiva masculina sino como una no perspectiva, como un hecho totalmente objetivo, universal, imparcial” (Facio, 2003; 82).

El enfoque que presenta la autora Kate Millet (Puleo, 2002; 145) rescata desde una dimensión política, la construcción social del poder masculino en la sociedad patriarcal. Con base en la sexualidad se construye un orden socio cultural que define las características y relaciones entre los sexos, define espacios, posiciones y jerarquía. El dominio es sexual.

Se define el Patriarcado como política sexual, donde la relación entre los sexos es política, es de poder o sea de estrategias que mantienen un sistema o conjunto de relaciones y compromisos estructurados acorde con el Poder.

La socialización permite incorporar la identidad de los sujetos, construir los significados acordes con el sexo, clase, raza; pero es el hombre el que se define como superior, referente de lo humano y con derecho a los bienes, el control y con posibilidad de uso de la fuerza para el logro de los fines del grupo dominante. “La sexualidad es política vinculada a acciones y actividades de poder, que es claro cuando se traslapa con la violencia “(García, 2000; 4).

La sexualidad de las mujeres se determina en función de lo masculino y se ejerce con violencia, convirtiendo a la mujer en cosa, mercancía y responsable de ser objeto de deseo para el hombre.

A las mujeres se les educa “en un código sexual en donde desconoce su propio cuerpo y no le pertenece” (García,2000,1).

Según Lagarde “el ejercicio de la violencia contra la mujer es de carácter político; la fuerza de los hombres en el acto violento y la debilidad de las mujeres no viene de su cuerpo sino de su lugar en la sociedad, de la posición política de fuerza que por género tiene en la sociedad”.

En este enfoque del análisis feminista en relación con el poder, se visibiliza cómo la política sexual desde el ámbito privado y público puede desenmascarar percepciones, conductas de poder de dominio, que enmarcan las relaciones de género, la jerarquía entre los sexos, los enfoques de los mitos y creencias que perpetúan una condición de inequidad y el significado de la sexualidad de las mujeres desde el ser para otros.

Se señala que las condiciones materiales del poder patriarcal ubican a las mujeres en la negación de elegir, pues de lo contrario se sume en la soledad, empobrecimiento y privación sexual (Puleo, 1994; 146).

El Patriarcado se apoya en el consenso generado por la socialización diferencial más que en la fuerza aunque sí recurre a ella. Este sistema produce sus individuos, produce género. Su arma principal es “su universalidad, su longevidad” (Puleo ,1994, 149)

El Patriarcado se refiere a una forma de poder político- dice Carole Pateman en su estudio del Contrato Social.

La sociedad conformada por este poder político dominante, se caracteriza por la desigual distribución del poder, donde los hombres por el simple hecho de serlo se consideran superiores a las mujeres, a las que oprimen y expropián, aun de sus propios cuerpos.

La estructura patriarcal como orden genérico de poder basado en el dominio y cuyo paradigma es el hombre, fomenta y promueve esos esquemas a través de instituciones y mecanismos creados para vigilar y cumplir con el mandato del poderío masculino. Los hombres son dueños y dirigentes del mundo; tienen predominio y poder sobre las mujeres, hijos e hijas; con derecho a expropiarlos de sus creaciones, bienes materiales y simbólicos y hasta de sus personas” (Lagarde, 2002; 53).

El objetivo de naturalizar el orden existente es una táctica del patriarcado para la dominación. El poder generado a través del proceso de interacción social es genérico. Las acciones de unos están determinados por los otros. Es asimétrico, pues el que tiene mayor poder ejerce mayor control sobre el sujeto que no lo tiene.

Diversos autores y autoras han indicado cómo los seres humanos, como cualidad histórica construida, plantean identidades para los hombres y las mujeres como hechos contruidos socialmente, con roles asignados y asumidos desde una perspectiva desligada de ser natural, sino como producto del proceso histórico.

Existe un conjunto de asignaciones culturales, sociales, políticas, religiosas, etc. que señalan lo pertinente del ser de cada hombre o mujer. No existen como seres humanos, siendo así válido señalar que “La primera conciencia de lo que somos es una conciencia de género” (Lagarde, 1992; 8).

El género tiene como base la especificidad y la diferencia sexual. Clasifica las personas corporalmente; clasificados se les asigna de manera diferencial, funciones,

actividades, relaciones sociales, formas de comportamiento y formas de subjetividad a los sujetos sexuados. El sujeto varón acumula poderes, jerarquía y bienes materiales y simbólicos por su condición masculina.

### **II. 3. PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN PATRIARCAL**

Entre las definiciones del proceso de socialización Arroyo aporta un enunciado englobador de éste:

La socialización es el medio mediante el cual se asignan roles, funciones y valoraciones en forma impositiva, dicotómicamente basadas en el sexo biológico, que pueden variar en el tiempo y el espacio según pactos patriarcales... su no cumplimiento implica sanciones de parte del colectivo social (Arroyo, 2003; 299).

El proceso de socialización patriarcal contempla:

- Mecanismos culturales de asignación de género.
- El cuerpo recibe una significación sexual, que se constituye en una referencia normativa para la construcción de la masculinidad o de la feminidad.
- El género es una construcción simbólica que implica:
  - El hacer del sujeto en el mundo.
  - El deseo, la subjetividad.
  - La identidad del sujeto
  - Los bienes del sujeto.
  - El poder del sujeto.

Las sociedades patriarcales se establecen por medio de la socialización sistemática y prolongada; proceso por el cual:

Los individuos son incorporados a mundos y submundos e instituciones específicas, se construyen personas asumiendo en su interior formas de vida, pautas, símbolos, actitudes, expectativas de la sociedad y grupo específico, permitiéndole actuar y proceder de manera coherente y acorde a las exigencias y prerrequisitos de dicho grupo y sociedad (Ferro, 1993).

Todo este proceso de socialización designa las características, códigos e ideales a ajustarse, para reconocerse y ser reconocidos como sujeto hombre o mujer. Esto crea modelos acordes a necesidades de la sociedad en un momento histórico determinado y refleja relaciones de poder. Se aprende el modelo de ser humano impulsado por la ideología patriarcal.

La mujer, desde esta concepción, ha sufrido asignaciones culturales que se revelan como opresivas, con un rol histórico asociado a la maternidad, al hogar, que limitan su acceso a la vida pública; le mutila su derecho a la autorrealización, al desarrollo de proyectos personales, a la independencia, al uso de su inteligencia y al goce de una sexualidad al margen de la esfera materna.

La asimilación masculina básica es el *poder* y la violencia legitimada, “ser hombre es saber, poder y tener”; cuanto más, más hombre (Arés, 1996: 11).

Se impone un tipo de subjetividad, donde el poder se ejerce desde lo cotidiano y categoriza al ser humano. Un poder desde dos significados: uno donde el sujeto es a otro por medio del control, la dependencia a otro sujeto con identidad, conciencia y autoconocimiento. Ambos significados sugieren un poder que subyuga y somete.

Así se instaura esa subjetividad donde los varones se asumen como superiores a través del “machismo”, concepto definido por Victoria Sau como las leyes, normas, actitudes y rasgos socioculturales del hombre cuya finalidad,

explícita o implícita, es producir, mantener y perpetuar la opresión de la mujer a nivel: sexual, de procreación, laboral y afectiva.

El machismo plantea la supremacía masculina, refuerza la idea de que el hombre es superior a la mujer, la cual se siente y, en realidad, está subordinada a él.

De este modo, el hombre se constituye en la medida de todas las cosas, esto se denomina androcentrismo. Como el hombre es el importante, todo se diseña, tanto a nivel privado como público para facilitarle el logro de su desarrollo personal y social. Las funciones de la mujer en la sociedad están pensadas a partir del hombre (Ferro, 1994; 8).

A la mujer se le refuerza en <el ser para otros> (Lagarde,2002; 60), en atender las necesidades de los hombres; llamadas a ser su acompañante o servidora, se recalca la posibilidad de que otros decidan por ella, en la prohibición, obligatoriedad, sometimiento y control; dándose situaciones discriminatorias y de opresión de un sexo sobre otro.

Se observa cómo las diferencias sexuales equivalen a desigualdad para las mujeres, “donde el paradigma de lo humano es el hombre y se subordina a la mujer en función de roles naturales” dice Lagarde y según Sapriza:

Desde que nacemos las mujeres nos encontramos frente a algún tipo de relaciones que suponen subordinación; en la niñez, se da la sujeción al padre o a un hermano mayor y cuando somos adultas, a nuestros maridos.

Y por nuestro papel como adultas, también podemos ser las propias mujeres las que apoyamos las discriminaciones más agudas que se ejercen sobre otras mujeres. Es por la formación que recibimos que hemos aprendido una imagen de mujer muda, que no toma decisiones, ni tiene iniciativas y que sólo debe dedicar su tiempo al cuidado de los hijos, como tarea principal. Y las mujeres en general aceptan estas situaciones que las desvalorizan, porque si no cumple con el papel social que les es asignado, se sienten madres desnaturalizadas; y porque romper con la norma establecida es vivido como transgresión a lo <natural> (Sapriza,1991;177).

Las situaciones anotadas se instauran en lo cotidiano, en las relaciones sociales y en la familia, donde las mujeres denuncian con sus testimonios los abusos y el control a que son sometidas en aras del amor y del bienestar familiar.

El quehacer de las mujeres es prolongación y expresión de su sexualidad. Afirma Lerner que: "su capacidad se centra en la capacidad reproductiva y la maternidad es el principal objetivo, función necesaria para la especie; así la división sexual del trabajo fundamental en las diferencias biológicas es funcional y justa" (Lerner, 1990; 35).

Afirma así mismo que la construcción de clase no es independiente del concepto de género. Esta significación se da en:

1. El uso como mercancía de las capacidades sexuales y reproductivas de la mujer, base principal para la creación de la propiedad privada, fundamental para la división por clase; pues éstas se construyen basándose en relaciones de género que benefician al hombre en perjuicio de la mujer.
2. Las clases sociales se forman y sostienen por prácticas de arreglos matrimoniales y de herencia.
3. Se define la clase de manera diferente con respecto a los hombres y mujeres, pues no pertenecen a una misma clase de la misma manera.

Se habla y se plantean cambios en el rol de la mujer; no obstante, pareciera que éste es un proceso lento pues las desigualdades no resueltas y el derecho a oportunidades no han tocado a la puerta de tantas mujeres. Se habla y se plantean cambios en el rol de la mujer; no obstante, con legados e historias de terror, no pareciera que las mujeres encuentren espacios para una vida más humana.

Como se observa, la posición de género conduce a una ordenación jerárquica, según la cual, ser hombre es ser superior que ser mujer. Para los

hombres su género implica el derecho a ejercer la dominación sobre la mujer; para ésta el premio por respetar las normas es la sumisión al hombre. El análisis marxista plantea que la subordinación de la mujer resulta de las desigualdades de clase, donde la subordinación es sustentada por medio del sistema sexo-género y el capitalismo dependiente, donde se da una rígida división sexual del trabajo, definiéndose los territorios de la producción: biológica, laboral y social.

Para la autora Gerda Lerner, el concepto de clase se asume como: “el proceso mediante el cual se crean y sostienen relaciones jerárquicas de cierta manera que asigna poder y privilegios a ciertos hombres sobre las mujeres y otros hombres, a través del control de los recursos materiales, servicios sexuales y reproductivos, conocimiento y acceso a redes mediante las cuales las sociedades organizan el poder” (Lerner, 1990; 44).

El cuerpo es el máspreciado objeto de poder en el orden de los géneros. El cuerpo de las mujeres es explotado, expropiado con normas que regulan el control de la sexualidad, capacidad reproductiva, erotismo, maternidad, trabajo y salud. Los controles permiten a otro apropiarse de las capacidades de las mujeres y controlar sus vidas, imponiendo su poder.

#### **II. 4. EL PODER**

En relación con el concepto Poder, la dimensión política de la teoría de género permite resaltar la importancia creciente de la idea de poder, durante las últimas décadas, referida a las relaciones sociales y establece que “el rasgo más sobresaliente de la palabra empoderamiento es contener la palabra poder, de

manera que su uso es un llamado de atención sobre las relaciones de poder o del poder como relación social” (León, 1998; 13).

Tradicionalmente, al hablar de poder se ha hecho referencia a lo que Rowlands (1995; 218) define como el “poder sobre”, es decir, el poder de dominio, y que diversos autores<sup>3</sup> al definirlo coinciden en cuanto a revelar su surgimiento en situaciones de relaciones asimétricas.

Este poder ha sido definido por Baró (1999; 101) en los siguientes términos: “Poder es aquel carácter de las relaciones sociales basado en la posesión diferencial de recursos que permite a unos realizar sus intereses personales o de clase, e imponerlos a otros” y Foucault (1994; 157) para explicar su complejidad y naturaleza hace la siguiente afirmación:

Entre cada punto del cuerpo social, entre un hombre y una mujer, en una familia, entre un maestro y su alumno, entre el que sabe y el que no sabe, pasan relaciones de poder... Para que el Estado funcione como funciona es necesario que haya del hombre a la mujer o del adulto al niño relaciones de dominación bien específicas que tienen su configuración propia y su relativa autonomía

Con el surgimiento de la idea de empoderamiento se plantea una nueva noción del poder, que se sustenta en “relaciones sociales más democráticas y en el impulso del poder compartido” (León, 1998; 14).

Según indica León (1998; 16), “diferenciar los tipos de poder existentes es una herramienta para comprender los alcances del empoderamiento”... Rowlands (1995; 218-220) diferencia cuatro clases de poder... La primera clase –el poder sobre- es un poder de suma cero, en el que el aumento de poder de una persona implica la

---

<sup>3</sup> Autores, entre ellos Martín-Baró y Foucault, cuyas definiciones han sido norte en el manejo de la temática a nivel genérico.

pérdida de poder de otra. Los otros tres poderes –poder para, poder con y poder desde dentro- se definen como poder de suma positiva, debido a que el incremento de poder de una persona incrementa el poder total disponible”.

Aunque se suele reconocer el *poder sobre* como propio de la toma de decisiones en conflictos abiertos y observables, León enfatiza que para Riger “el poder puede ser de dominación implícita o explícita. Así, coerción, manipulación e información sesgada, o falsa, también son espacios del poder sobre, caracterizados por no permitir la aparición del conflicto” (León, 1998; 17).

De acuerdo con lo planteado por Young (León, 1998; 18), la falta de poder se constituye en un obstáculo no sólo para ubicar las demandas propias en la agenda sino hasta para articularlas. Es lo que se da en el campo de aquellos aspectos que no afloran a la superficie sino que son elementos de insatisfacción latente. Esta realidad parece hacerse presente en múltiples relaciones de pareja.

De importancia para el proceso de empoderamiento son las otras tres clases de poder; según se definen a continuación.

El *poder para* se define como “un poder creativo o facilitador que abre posibilidades y acciones sin dominación... Su resultado es la generación de un amplio rango de alternativas y potencialidades humanas” León; 1998; 19).

El *poder con* se refiere a que el todo puede ser superior a la sumatoria de las partes individuales; es el que se logra cuando se unen los esfuerzos por una causa común.

El *poder desde dentro* o *poder del interior* representa la capacidad de enfrentar o rechazar las demandas indeseables y permite a la persona la posibilidad

de construir desde sí misma. Es el poder que surge del mismo ser y no es dado ni regalado (León, 1998; 19).

En el contexto del presente trabajo, junto a esta nueva noción de poder propia del empoderamiento resaltada por Rowlands y su reconocimiento de las tres clases de poder de suma positiva, interesa atender el planteamiento de Foucault, sobre la multiplicidad de cuestiones y de efectos de poder, por la ampliación de posibilidades de aproximación al tema del poder; pues permite ubicar el problema del poder genérico en un punto céntrico, que es posible observar y estudiar desde múltiples ángulos; mientras que, concebirlo sólo desde el punto de vista de intereses y voluntades, resultaría restringido.

También interesa el señalamiento de Baró (1999; 101) de que el poder es una característica propia de las relaciones sociales que se sustenta en la posesión desigual de recursos; condición que se evidencia en las relaciones de pareja en la sociedad patriarcal, en las que la mujer, expropiada de todo y relegada al espacio privado, ubica o le son ubicados sus propios intereses y voluntad en un segundo plano, para privilegiar los del hombre sobrevalorándolos.

Al hacer referencia al poder, podría pensarse que genera automáticamente resistencia por el dominio que impone; sin embargo, eso no es así y Foucault aporta una explicación clara al respecto:

Cuando se definen los efectos del poder por la represión, se da una concepción puramente jurídica del poder; se identifica el poder a una ley que dice no... Si el poder no fuera más que represivo, si no hiciera otra cosa que decir no, pensáis realmente que se os obedecería? Lo que hace que el poder agarre, que se le acepte, es simplemente que no pesa como una fuerza que dice no, sino que de hecho la atraviesa, produce cosas, induce placer, forma saber, produce discursos; es preciso considerarlo como una red productiva que atraviesa todo el cuerpo social más que como una estancia negativa que tiene como función reprimir” (Foucault, 1994; 182).

Se comprende, con la explicación anterior, la situación de aparente equilibrio y bienestar que caracteriza diversas relaciones sociales, en las que sólo una aproximación cuidadosa evidencia una situación de dominio sin resistencia. Muchas familias y relaciones de pareja funcionan de esta manera.

Puesto que el poder, con todos sus efectos e implicaciones ocurre en el quehacer diario, en la vida cotidiana, Baró afirma que es más importante que sea analizado desde esta perspectiva, sea, que se le estudie en función de su intervención en los acontecimientos rutinarios más que en aquellos excepcionales, extraordinarios.

Se complementa el planteamiento anterior con el señalamiento en torno a que el poder tiene un procedimiento propio de instauración y de asunción del dominio en las diferentes relaciones sociales; lo que significaría que eso también se da en las relaciones de pareja.

Para explicar la forma en que el poder se instaure y asume el dominio, plantea Baró (1999; 94) que cuando las relaciones se institucionalizan se consagran aquellas actividades que mejor satisfacen las necesidades y requerimientos de quienes disponen de mayor poder.

De esa manera el poder ejerce su dominio sin resistencia de parte de quien ha sido socializado para la subordinación. No hay oposición porque no es percibido como dominio, sino como algo natural. La injerencia de ese poder en todas las personas y sus quehaceres queda así disimulado, enmascarado, como una forma sutil del poder de influir en el ser y quehacer de las personas (Baró 1999; 94).

El papel activo y decisivo que cumple la socialización primaria en la instauración del orden social resulta así comprensible; forma a las personas para que

asuman lugares y comportamiento definidos en ese orden social establecido (Baró, 1999; 93).

Se debe tener claro que la instauración de ese orden no es obra de agentes externos y lejanos a los individuos que afecta; son los agentes cotidianos quienes lo hacen, son las instituciones con las que mantiene estrecho contacto. La definición y delimitación de lo que cada persona puede hacer se da en el lugar de trabajo, en su familia, en la escuela. Esta definición y delimitación no es la misma para todos sino que es diferenciada genéricamente (Baró, 1999; 94).

Batres (2002; 19) plantea que en las relaciones de pareja se manifiesta en forma clara las desigualdades de poder entre hombres y mujeres; producto del proceso de construcción del género.

Indica Batres (2002; 19) que los niños y las niñas, al nacer con un sexo determinado, aprenden características diferentes que construyen su identidad de género.

Al género masculino se le refuerza en las características socialmente más valoradas, lo que le asegura mayor poder para tomar decisiones, tener buenos salarios, ser respetados, opinar, corregir, disciplinar, expresarse, tener seguridad, tomar las decisiones en el hogar, entre otros aspectos; mientras tanto, al género femenino corresponden características menos valoradas socialmente y, en consecuencia, tiene menor poder para realizar esas mismas acciones.

Acorde con las características citadas puede afirmarse que el poder instauro la desigualdad. Baró (1999; 115) lo hace diciendo que mediante el poder, uno de los sujetos de la relación se vuelve señor, lo que conduce necesariamente a que el otro se vuelve dominado, con la consecuente pérdida de dominio sobre sí mismo y sus posesiones y la privación de su libertad.

Todo lo anterior conduce a anotar que se reconoce la existencia de cuatro clases de poder. Una de ellas, el poder sobre, es el más familiar e instaura la dominación con sustento en la desigualdad de recursos cuyo origen se encuentra en la construcción de género.

Las otras tres clases de poder, a saber: poder con, poder para y poder desde dentro, se relacionan con la palabra poder contenida en la idea de empoderamiento y su desarrollo estaría ligado a procesos deconstructivos del aprendizaje de género, lo que confirma la estrecha relación entre género y poder, como se verá a continuación.

## **II. 5. GENERO Y PODER**

Se determina que “género no es un hecho unitario ni natural, toma forma en las relaciones sociales concretas e históricamente cambiantes” (Facio, 1999; 34). Es una categoría que visibiliza los distintos efectos de la construcción social de los géneros y su centro de análisis son las relaciones de poder.

Las instituciones patriarcales como sistema que justifica la dominación sobre la base de la supuesta inferioridad biológica de las mujeres, desde la familia, y “el conjunto de instituciones de la sociedad política y civil; se articulan para mantener y reforzar el orden social, económico, cultural, religioso y político que implica que las mujeres, como categoría social, estén subordinadas al poder de los hombres” (Facio, 1999; 45).

En torno al poder se plantea también que:

Existen dos formas de expresión del poder de los hombres sobre las mujeres: una es la *obligación* del trabajo doméstico, a la que está, prácticamente, sometida la mujer; y éste es totalmente desvalorizado

porque no se nos paga con dinero sino con sentimientos. La otra es la negación y el control de nuestra sexualidad; porque se vincula a la mujer con su capacidad de ser madre o de ser reproductora de la especie (Sapriza, 1991; 178).

Las instituciones patriarcales operan como pilares, ligados entre sí, para transmitir la desigualdad entre los sexos y contribuir a mantener el sistema: la educación androcéntrica, lenguaje, maternidad forzada, derecho masculino, ciencia monosexual, violencia de género, la familia patriarcal, la religión, entre otras.

El Patriarcado, como sistema institucionalizado, genera, produce y perpetúa relaciones de dominio masculino, con una visión subvalorada de las mujeres y con una visión androcéntrica del mundo.

Esta perspectiva se impone como totalizadora de la experiencia humana, invisibiliza las violaciones cotidianas de los derechos humanos y las experiencias de las mujeres.

Desde un posicionamiento natural, las mujeres son circunscritas al ámbito privado, sin racionalidad, subjetivas, pasivas; características femeninas que, “además de ser devaluadas ante el varón, son consideradas como negativas de éste” (Facio, 1999; 44). Se ubica a la mujer en el espacio del hogar como algo natural, con doble o triple jornada de trabajo si es asalariada. Sus intereses son de orden práctico ligados a necesidades inmediatas más que a posiciones estratégicas derivadas de una toma de conciencia de la condición de mujer.

La experiencia concreta de subordinación y su cuestionamiento se convierte en un trampolín para el cambio personal y colectivo. El cambio social pierde abstracción y se inicia a partir de la propia individualidad.

El poder lleva a diferentes tipos de violencia. Poder y violencia, violencia y discriminación, son vínculos dialécticos básicos del poder patriarcal, donde la opresión está montada sobre el cuerpo de la mujer.

Se cosifica a la mujer. Desde el contexto público y privado, se legitima la violencia: física, psicológica, social. La cosificación constituye el espacio que posibilita el no castigo desde lo micro y macro social; espacio de origen patriarcal producto de la socialización que aporta los contenidos a la identidad femenina como se verá en el siguiente punto.

## ***II. 6. PROCESO DE IDENTIDAD FEMENINA Y GENERO***

La identidad femenina se concibe como un proceso que se construye en la práctica cotidiana; “práctica en la que la mujer no sólo se reproduce a sí misma, sino también al conjunto social y se origina tanto en las condiciones particulares de vida como en las condiciones sociales generales en las cuales está inmersa” (Claramunt; 1989, 50).

Las mujeres definen en parte su identidad por su relación con el poder, carenciadas desde la historia, por lo que es preciso visibilizar las historias concretas de las mujeres como constructoras y productoras de la misma.

Las asignaciones de género, basadas en las supuestas bases biológicas de los comportamientos femeninos y masculinos, se deben entender como construcciones sociales, que han generado exclusión de las mujeres como humanas y que exigen al hombre un costo emocional en su vivencia de la masculinidad.

El género es universal y domina las clasificaciones sociales, como principio básico de la organización social igual que las clases y jerarquías.

Aunque los contenidos de género varían de una cultura a otra, el predominio de lo masculino es una constante transcultural, que distingue la dicotomía entre lo biológico y el género, lo natural y lo cultural; y la distinción de oposición binaria hombre-mujer que domina las clasificaciones sociales.

La socialización patriarcal es la que da contenidos a la identidad femenina y masculina, transmitidas a través de la familia, la educación, la religión etc., y que basa su paradigma humano en sobrevalorar lo masculino en detrimento de lo femenino.

El poder es el eje cultural de éste dominio androcéntrico, donde las diferencias establecen distribuciones de un poder que ejerce control y genera un acceso diferencial a recursos materiales y simbólicos.

La mujer aprende las reglas o modelos de comportamiento que la cultura le asigna y ella las acepta como naturales.

Los elementos comunes donde se configura la identidad de las mujeres se relacionan íntimamente con necesidades femeninas tradicionales: identificación con un marido, contribución al bienestar familiar, ejercicio de la maternidad, espacio doméstico definido.

Una de las identificaciones del proceso identidad es "el observar en toda mujer a una madre potencial; además, de ésta subyace que la mujer debe tener un compañero, idealizándose el matrimonio como un estado perfecto de la mujer" (Badilla, 1994).

Al enfrentarse a la realidad cotidiana de la relación, los planteamientos idealizados, la vida diaria y los mandatos sociales que se exige para mantener los vínculos a toda costa, posibilita para la mujer una sobre-exigencia de mantener a cualquier precio una relación, incluso a costa de su deterioro físico y emocional.

## ***II. 7. LA VIOLENCIA COMO MANIFESTACIÓN DEL EJERCICIO DEL PODER EN EL ESPACIO PRIVADO: EL HOGAR***

La violencia doméstica es quizá la discriminación más antigua, cruel y común que atrapa a las mujeres y su familia en situaciones de terror, cuyas secuelas afectan todos los ámbitos de la vida de las personas que la sufren. Esta forma práctica de resolver conflictos, obtener y mantener el poder por medio de la violencia, que trae desesperanza, enojo, riesgos de salud e inclusive la muerte, para quienes la viven cotidianamente, es un problema social y de salud pública.

Batres define la violencia intrafamiliar como:

Cualquier acción u omisión que de manera directa o indirecta causare daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico o patrimonial, tanto en el ámbito público como el privado, a persona integrante del grupo familiar, por parte de parientes o conviviente o exconviviente, cónyuge o excónyuge o con quien se haya procreado hijos o hijas (Batres, 2002; 86).

La violencia lesiona la vida de las mujeres, se ejerce con cualquier objeto material y simbólico que pueda causar daño. Las repercusiones de ésta sobre las mujeres incluyen la pérdida de libertad y hasta la vida.

La violencia genérica produce uno de los recursos más importantes del control patriarcal: el miedo.

De acuerdo con lo indicado por Lagarde: “el miedo de género nos impide enfrentar aquí y ahora las muchas enajenaciones que nos separan del otro y de la otra... el miedo que nos narcotiza frente a todo aprobio, que nos induce a la mansedumbre, la obediencia, la sumisión” (Lagarde, 1999;15).

La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer, conocida como Belém do Pará, reconoce que la violencia contra las mujeres constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre el hombre y la mujer y afirma que la violencia contra la mujer constituye una violación de sus derechos humanos y de sus libertades fundamentales, estableciendo específicamente el “derecho de las mujeres a vivir libres de violencia basada en el sexo o en el género” (Facio, 2003; 14).

En Costa Rica se establece la Ley contra la Violencia Doméstica en 1996, y se establecen Juzgados de Violencia Doméstica para un abordaje integral y oportuno de las víctimas de violencia doméstica

Dado que el origen de la violencia contra las mujeres está en la desigualdad de poder entre los hombres y las mujeres, una posibilidad de afrontamiento de esta violencia es el empoderamiento, como se verá a continuación.

## **II. 8. EMPODERAMIENTO**

Según Mary Nash, citada por Ana Lorena Flores (2001) en su tesis: Ni históricas, ni reinas: ciudadanas, existen dos posiciones o enfoques sobre la historia de las mujeres.

Una posición enfatiza a las mujeres como eternas víctimas pasivas de la sociedad patriarcal; y, la otra, acentúa en la mujer como constante luchadora de la transformación social y feminista.

Una posición que posibilite la articulación entre las restricciones de la sociedad patriarcal y su aportación positiva, donde el eje central de la historia de las mujeres sea el reconocimiento de la especificidad, su punto de vista y la valoración personal de los aspectos que la posicionan en su contexto como humana, son sustento para esta investigación.

El empoderamiento se dirige a la atención de relaciones de poder desiguales entre los géneros y al proceso que permite superar las discriminaciones.

Se debe entender como un proceso de adquisición de Poder; fundamentalmente, de las tres clases de poder suma positiva.

Los procesos de empoderamiento deben afrontar la dicotomía entre la condición y la posición de las mujeres, la primera alude al estado material de las mujeres, y la segunda alude al estatus de la mujer en relación con lo masculino.

En efecto, en el planteamiento de Batliwala recopilado por León se alude

...a una gama de actividades que van desde la autoafirmación individual hasta la resistencia colectiva, la protesta y la movilización para desafiar las relaciones de poder. Este se inicia desde que se reconocen las

fuerzas sistemáticas que oprimen, así como cuando se actúa para cambiar las relaciones de poder existentes. (León, 1998; 193)

A través del empoderamiento, las mujeres cuestionan el poder, los derechos y privilegios masculinos en la familia, impugnan las relaciones familiares patriarcales y se ubican en espacios fuera del ámbito doméstico para desafiar las situaciones opresivas generalizadas. Por esto Batliwala (1998; 195) afirma que “la familia es la última frontera de cambio en las relaciones de género. Uno sabe que el empoderamiento ha ocurrido cuando cruza el umbral del hogar”.

La autora citada refiere, además, que cuando se ha presentado este proceso en las mujeres, tienen que desafiar las relaciones patriarcales, lo que conduce a un cambio en el control tradicional de los hombres sobre las mujeres y no teniendo ya control sobre los cuerpos, la sexualidad o la movilidad de las mujeres, no pueden renunciar al trabajo doméstico y al cuidado de los(as) hijos(as) así como tampoco maltratarlas o violarlas sin recibir castigo.

De acuerdo con León (1998; 8), el concepto **empoderamiento**, según lo define Wieringa, “tiene significado si es utilizado para la transformación social según la concepción feminista del mundo” y según lo define Young, “el empoderamiento implica una alteración radical de los procesos y estructuras que reproducen la posición subordinada de las mujeres como género” (León, 1998; 8).

De la traducción en 1988 del texto de Sen y Grown, preparado para la Conferencia Mundial para la Mujer, en Nairobi en 1985, León (1998; 12) indica que el empoderamiento aparece como una estrategia impulsada por el movimiento de mujeres del Sur con el fin de avanzar en el cambio de sus vidas y generar un proceso de transformación de las estructuras sociales, aspectos que se señalan como objetivo último del movimiento.

León señala que las feministas coinciden en que:

El empoderamiento es un proceso que se manifiesta en diferentes escenarios. Stromquist habla de fases, Unicef, de niveles en espiral, Weiringa de esferas o partes de una matriz y Rowlands de dimensiones. Los escenarios están interconectados, aunque en cada uno el empoderamiento significa algo diferente (León, 1998; 20).

En su trabajo sobre el empoderamiento, Jo Rowlands ha retomado algunas definiciones sobre este término que permiten visualizar la naturaleza y alcances de este proceso. Así, plantea que para Keller y Mbewe el empoderamiento es “un proceso por medio del cual las mujeres desarrollan la capacidad de organizarse con el fin de incrementar su propia autoconfianza, afirmar su derecho de independencia para hacer elecciones, y controlar los recursos que les asistirán en el desafío y eliminación de su subordinación” (León, 1998; 216).

Igualmente, toma la definición de empoderamiento que hace Moser “más en términos de la capacidad de las mujeres de incrementar su propia auto confianza y su fuerza interna; es decir, el derecho de identificar sus opciones en la vida y de influenciar la dirección del cambio, mediante el control sobre sus recursos materiales y no materiales” (León, 1998; 216).

El proceso de empoderamiento; sin embargo, no es algo simple y que pueda conducirse fácilmente, en función de las necesidades personales o de desarrollo, por la mera identificación y reconocimiento de que existen situaciones de subordinación que deben ser eliminadas, para dar opción a cada individuo de asumir el control de sus vidas y, a cada grupo, la posibilidad de desarrollar su potencial colectivo para alcanzar una condición de vida en que todos sus miembros disfruten una vida libre de violencia y opresión.

El asunto no es así de simple; en realidad es un proceso difícil que conlleva costos personales importantes, porque “cuando una mujer rompe con la norma, se

insubordina, pasa a ser diferente y es estigmatizada por el resto de la sociedad” dice Sapriza (1991; 177).

El artículo de Rowlands, recopilado por León (1998) explica la necesidad de entender los conceptos de poder, sobre los cuales se tiene que basar cualquier entendimiento del empoderamiento y señala, sobre su experiencia, que:

Un análisis de género sobre las relaciones de poder debería incluir una comprensión precisa de cómo <la opresión aprendida> establece barreras internas al ejercicio del poder de las mujeres, contribuyendo, de este modo, al mantenimiento de la desigualdad entre hombres y mujeres. Así mismo, deben basarse en el análisis de cómo el fenómeno de la violencia de género masculino en contra de las mujeres condiciona la experiencia de éstas, de forma que el poder es tanto la fuente de opresión en su abuso como la fuente de emancipación en su uso (Radtkey Stam, 1994). Por lo tanto es útil, cuando se considera el significado de empoderamiento, diferenciar, como lo he demostrado, los diferentes tipos de ejercicio de poder...(León, 1998; 221).

En efecto, según lo planteado por esta misma autora, la simple apertura al acceso para la toma de decisiones no es suficiente para que se alcance el empoderamiento, sino que es necesario que incluya también procesos que permitan al individuo o al grupo tener la capacidad de *percibirse así mismos como aptos para ocupar los espacios de decisiones* y de usar dichos espacios de manera efectiva.

Lo ideal es que se logre el empoderamiento que se basa en el “poder para”. Esto implica, según Rowlands (1995; 222) que las personas ganen el acceso a un amplio rango de habilidades y potencialidades humanas. Esto haría posible que las personas que no son percibidas o no se perciben a sí mismas como poderosas puedan aprender a usar el “poder para”, con la idea de reevaluar su autoconcepto y, de esta forma, crear nuevas formas de ser y actuar. Este poder les llevaría a efectuar cambios en su posición en la sociedad y, al hacerlo, generaría cambios en su autopercepción.

Para reforzar este planteamiento, Rowlands retomó de Williams que:

Podemos concebir el poder como el <poder para>, poder que es creativo y facilitador, la esencia de los aspectos individuales de empoderamiento. Muchas personas describen situaciones en las que se han sentido poderosas, como aquellas donde pueden resolver un problema, entender cómo funciona algo o aprender una destreza (León, 1998; 222).

Sobre este tema Rowlands cita el argumento de Deveaux, en cuanto a que las discusiones sobre la capacidad de un individuo de realizar acciones para el cambio, la identidad y la comprensión de su condición de opresión son relevantes para el empoderamiento.

Con base en las anteriores consideraciones que Rowlands rescata de diversos autores, construye la suya en los siguientes términos:

Considero que esta visión amplia de empoderamiento puede ser vista en tres dimensiones: la dimensión personal, donde el empoderamiento consiste en desarrollar el sentido del ser y la confianza y la capacidad individual (que involucra la destrucción de los efectos de la internalización de la opresión); la dimensión de las relaciones cercanas, donde el empoderamiento consiste en desarrollar la habilidad para negociar e influenciar la naturaleza de la relación y de las decisiones tomadas al interior de dicha relación; y la dimensión colectiva, donde los individuos trabajan conjuntamente para lograr un mayor efecto del que podrían ejercer individualmente (León, 1998; 223).

Un aspecto fundamental que se deriva de los autores señalados y Rowlands rescata y plantea es que se debe tener en cuenta la fluidez y mutabilidad de los procesos de empoderamiento conforme suceden cambios en las circunstancias y los individuos.

Otro señalamiento muy importante de Rowlands es que “el proceso de empoderamiento es diferente para cada individuo, pues cada quien tiene su experiencia propia y única de la vida” (León, 1998; 225).

A partir del análisis de las situaciones que ha estudiado, las conclusiones importantes que hace Rowlands; importantes por sus implicaciones son que:

El empoderamiento de las mujeres es un asunto de género y no simplemente un asunto de mujeres; tiene que ver con la transformación humana y de relaciones sociales. Para poder enfrentar el empoderamiento personal, en su forma más básica las mujeres deben confrontar las relaciones condicionadas por el género y las relaciones de poder generizadas para tomar la decisión de salir de sus hogares e involucrarse con el grupo o la organización a la que pertenecen. Algunas veces esto significa literalmente tener el permiso del marido para hacerlo. Si el empoderamiento de las mujeres es un asunto de género existe la necesidad no sólo de asumir el proceso con las mujeres, que nos/las movilizará en las formas en que nosotras/ellas necesitamos movilizarnos, sino también de enfrentar las tareas correspondientes con los hombres, que contribuirán a reducir el obstáculo del *machismo*, así como a abrir las posibilidades de cambio en las relaciones de género desde *el otro Extremo* (León, 1998; 238).

Plantea León (1998; 20), así mismo, la necesidad de empoderar a la mujer y considera que se debe hacer con una nueva concepción de poder, para apoyar procesos que generen poder de tipo suma positiva.

Es importante que se mantenga en mente en todo momento, según León (1998; 20), el carácter de unicidad y variabilidad del empoderamiento de cada persona, pues no es un proceso lineal que tenga un principio y un fin definidos de manera igual para las diferentes mujeres o grupos de mujeres. Por el contrario, es un proceso diferente para cada individuo o grupo y está ligado a circunstancias como su vida, contexto o historia, y según la localización de la subordinación en lo personal, familiar, comunitario, nacional, regional y global... En este orden de cosas, el empoderamiento se entendería como un proceso de superación de la desigualdad de género.

Se impone la necesidad de que las mujeres logren, como paso primero y obligado, el reconocimiento de la subordinación a que las somete la ideología patriarcal, para que puedan buscar el cambio a su situación de subordinación:

Si la subordinación ha sido vista por la ideología patriarcal como natural, es difícil que el cambio parta espontáneamente de la condición de subordinación. En ese sentido el empoderamiento es inducido y de allí la importancia de crear conciencia de la discriminación de género. Ello significa que las mujeres modifiquen la imagen de sí mismas y las creencias sobre sus derechos y capacidades y desafíen los sentimientos de inferioridad” (León, 1998; 21).

Como una definición englobadora del significado del Empoderamiento, Batliwala (León, 1998; 193) ha planteado que “el proceso de desafío de las relaciones de poder existentes, así como el de obtención de un mayor control sobre las fuentes de poder, pueden ser llamados *empoderamiento*”.

## **II. 9. EMPODERAMIENTO COLECTIVO**

Rowlands realiza una especie de clasificación en la que establece la existencia tanto del empoderamiento personal como del colectivo y plantea que:

Aun cuando el empoderamiento individual es uno de los ingredientes para alcanzar el empoderamiento colectivo, ya sea formal o informalmente, la concentración sólo en la dimensión individual no es suficiente, así como tampoco pensar que el empoderamiento individual permitirá, automáticamente, el empoderamiento al interior de las relaciones cercanas. (León, 1998; 217)

Sobre la base de la experiencia generada en Honduras con el estudio del empoderamiento de mujeres rurales pertenecientes a dos organizaciones de naturalezas muy diferentes, Rowlands (León, 1998; 224) llegó a concluir que “el empoderamiento es, en su núcleo, un conjunto de procesos psicológicos que,

cuando se desarrollan, capacitan al individuo o al grupo para actuar e interactuar con su entorno de tal forma que incrementa su acceso al poder y su uso en varias formas”.

Batliwala (León 1998;195) explica los fines que siguen las mujeres con su empoderamiento y los resume en dos:

- la consecución de mayores recursos básicos para sus familias y la comunidad,
- el desafío de las estructuras de poder que están oprimiendo y explotando a ambos géneros.

Para conseguir ambos fines las mujeres se capacitan en su empoderamiento.

Reiteradamente se ha planteado el origen social del problema de la dominación masculina que afecta a las mujeres y la forma como, el patriarcado, ha creado las condiciones para que esa situación, no sólo sea mantenida por los hombres sino mantenida y reproducida por medio de la socialización por las mujeres mismas. Significa lo anterior que las acciones de enfrentamiento de esa dominación no pueden ser realizadas en forma aislada e individual, si es que se quiere tener la capacidad suficiente para desafiarla y lograr la liberación de las otras mujeres.

Es importante el empoderamiento individual, pero se viabiliza un mayor efecto, si se fortalecen el “poder con” y el “poder para”, mediante esfuerzos colectivos. Rowlands enfatiza la importancia de conjuntar acciones en la “dimensión colectiva, donde los individuos trabajan conjuntamente para lograr un mayor efecto del que podrían ejercer individualmente” (León 1998; 223).

Rowlands dice que no se puede esperar que las acciones de desafío a la opresión surjan desde el grupo opresor y que las mujeres han vivido tantos años en esa condición que generalmente no la reconocen y, por tanto, el empoderamiento debe “ser inducido por fuerzas que trabajan por un cambio de conciencia y un conocimiento de que el orden social existente es injusto y no natural” (León, 1998;

197). Es en este sentido que la acción colectiva adquiere relevancia; así como en el establecimiento de nuevas fuentes de recursos en manos de las mujeres, como serían, por ejemplo, las microempresas productivas.

## **II. 10. ACCIONES Y RECURSOS**

De lo planteado en relación con el Empoderamiento, queda claramente establecido que éste es un proceso que demanda acción por parte de las mujeres y, dado que ha de iniciarse desde una situación caracterizada por la subordinación y por escaso control sobre los recursos que son fuente de poder, este accionar debe realizarse en condiciones de desventaja.

Con sustento en el planteamiento de Batliwala, que ubica en dos grandes grupos las acciones del proceso de empoderamiento, a saber, desafío de las relaciones de poder y toma de control de las fuentes de poder; y en el señalamiento de León de que “Empoderarse significa que las personas adquieran el control de sus vidas, logren la habilidad de hacer cosas y de definir sus propias agendas” (León, 1998; 7), se establece así que las acciones de empoderamiento, independientemente del ámbito en que se desarrollen, llevan hacia una de esas dos grandes finalidades.

Retomando el planteamiento de que el proceso de empoderamiento debe ser inducido, las acciones serán con frecuencia promovidas desde fuera del espacio donde las mujeres sufren mayor opresión.

Se busca, entonces, cambiar la conciencia de otras mujeres: modificando su autoimagen y sus creencias acerca de sus derechos y capacidades; creando conciencia de la discriminación de género que, a semejanza de otros factores socioeconómicos y políticos, es una fuerza que actúa sobre ellas desafiando el sentimiento de inferioridad que se les ha imbuido desde el nacimiento; reconociendo el valor verdadero de sus labores y contribuciones a la familia, la sociedad y la economía. Las mujeres tienen que ser convencidas de sus derechos innatos a la

igualdad, la dignidad y la justicia... El proceso de empoderamiento tiene que permitir a las mujeres organizarse en colectividades para que, de esta manera, rompan con el aislamiento individual y creen un frente unido por medio del cual puedan desafiar su subordinación. Así, con el apoyo de la colectividad y de los agentes activistas, las mujeres podrán reexaminar sus vidas críticamente, reconocer las estructuras y fuentes de poder de subordinación, descubrir sus fortalezas y por último iniciar su acción (León, 1998; 197)

Puesto que, según se ha planteado, el empoderamiento de cada persona tiene un carácter particular, no existe una fórmula o receta de acciones específicas que deban realizar las mujeres que buscan empoderarse; sin embargo, sí es posible establecer, como marco de referencia los planteamientos de Batliwala, recopilados por León en el sentido de que:

El término empoderamiento se refiere a una gama de actividades que van desde la autoafirmación individual hasta la resistencia colectiva, la protesta y la movilización para desafiar las relaciones de poder. Para los individuos y los grupos en los que la clase, la raza la etnia y el género determinan su acceso a los recursos y el poder, el empoderamiento comienza cuando reconocen las fuerzas sistémicas que los oprimen así como cuando actúan para cambiar las relaciones de poder existentes. El empoderamiento, por tanto, es un proceso orientado a cambiar la naturaleza y la dirección de las fuerzas sistémicas que marginan a la mujer y a otros sectores en desventaja en un contexto dado. (León, 1998; 193).

A partir de lo anterior Batliwala supone que las mujeres tendrían una nueva conciencia y contarían con una fuerza colectiva creciente, herramientas que les permitirían comenzar a asegurar sus derechos, controlar recursos (incluidos sus propios cuerpos) y participar igualitariamente en los espacios de decisiones: la familia, la comunidad y el pueblo.

La posibilidad de actuar hacia el empoderamiento exige un acceso creciente hacia los recursos que otorgan poder. Las mujeres han de iniciar su proceso potenciando aquellos escasos recursos que poseen al interior de su situación de

subordinación y buscando, mediante el apoyo colectivo, incrementar el acceso a otros.

Para estos fines es importante establecer la naturaleza de los recursos necesarios para el empoderamiento. Sobre este particular es útil lo indicado respectivamente por León y Batliwala (en la recopilación de León, 1998); a saber:

- Las decisiones que confieren el poder sobre se toman en relación con bienes y recursos que pueden ser materiales (físicos, financieros, de tierra, de agua, del cuerpo o del trabajo) intelectuales (conductas, información e ideas) o ideológicos (creencias, valores y actitudes) (León, 1998; 17).

- El rasgo más sobresaliente de la palabra Empoderamiento, dice Batliwala, es contener la palabra poder, la cual para evadir debates filosóficos puede ser ampliamente definida como el control sobre los bienes materiales, los recursos intelectuales y la ideología. Los bienes materiales sobre los cuales puede ejercerse el control pueden ser físicos, humanos y financieros, tales como la tierra, el agua, los bosques, los cuerpos de las personas, el trabajo, el dinero y el acceso a éste. Los recursos intelectuales incluyen los conocimientos, la información y las ideas. El control sobre la ideología significa la habilidad para generar, propagar, sostener e institucionalizar conjuntos específicos de creencias, valores, actitudes y comportamientos, estableciendo virtualmente la forma en que las personas perciben y funcionan en un entorno socioeconómico y político dado (León, 1998; 191).

Ha de entenderse que la posibilidad de acción de las mujeres en relación con el acceso y toma de control de los recursos no es tarea fácil, según lo que señala Batliwala al indicar que:

Las mujeres siempre han procurado desde sus posiciones tradicionales como trabajadoras, madres y esposas, no sólo influenciar sus circunstancias inmediatas, sino también ampliar sus espacios. Sin embargo, con frecuencia se ve que la ideología patriarcal prevaleciente, que promueve los valores de sumisión, sacrificio, obediencia y sufrimiento en silencio, aún socava dichos intentos de las mujeres de tener participación y control de algunos recursos (León, 1998; 193).

Igualmente, queda claramente establecido que el empoderamiento implica asumir control de los recursos para lograr poder y no meramente tener acceso a más recursos, pues tal como indica Batliwala, esto no genera automáticamente cambios fundamentales en la posición de las mujeres, ya que si fuera así, las mujeres de clase media, con un nivel educativo alto, trabajos bien remunerados, adecuada nutrición y atención médica, no sufrirían los abusos de sus esposos, como ocurre en la realidad.

Lo anterior lleva a plantear que posicionarse en el disfrute de los derechos de las humanas es una tarea necesaria para potenciar el desarrollo y el bienestar de la otra mitad de la población, invisibilizada en la sociedad.

### **II.11. LOS DERECHOS DE LAS MUJERES**

Dentro de las posibilidades de análisis que ofrece la perspectiva y la teoría de género se tiene la de analizar los derechos humanos para identificar los sesgos androcéntricos propios de su definición y las consecuencias que ha tenido para las mujeres su exclusión.

Arroyo (2001; 28) indica que:

La perspectiva y teoría de género aplicadas al derecho nos permiten una lectura analítica del mismo, nos proporcionan elementos teóricos para entender que las sociedades son sistemas basados, principalmente, en la discriminación y la violencia contra la mujer por su condición de género. Introducir esta perspectiva en el campo de la Etica y el Derecho, nos lleva a constatar la negación histórica de la mujer como sujeto de derechos y de su asignación al ámbito privado como lo *natural* para su desarrollo.

En efecto, con la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en 1948, mediante la cual se reconoció como principio la importancia de la protección de los derechos humanos, la humanidad dio un gran paso hacia el reconocimiento de los derechos de los individuos y los grupos frente a la visión tradicional que centraba su atención en los Estados; sin embargo, en los términos que resalta Facio, se impuso el sesgo androcéntrico al concebirse como referente de lo humano al “hombre adulto, blanco, occidental, heterosexual, cristiano y sin discapacidades visibles” (Facio, 2003; 96).

La situación señalada, ha impulsado a los grupos de mujeres conscientes del dominio patriarcal en todas las esferas de la sociedad, a iniciar y realizar la tarea de hacer los cuestionamientos pertinentes y los señalamientos claros de que, en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, se excluyeron las necesidades específicas de las mujeres y de los hombres diferentes del varón definido como referente de lo humano; es decir, las necesidades de más de la mitad de la humanidad, constituida por mujeres y la parte constituida por los hombres que no reúnen los atributos de etnia, raza, edad, preferencia sexual, religión etc. del citado referente.

La exclusión sufrida por las mujeres en la definición e implantación de los derechos humanos no puede verse como un fenómeno de poca trascendencia, pues hay concordancia entre los y las analistas del derecho desde la perspectiva de género, en que las mujeres han vivido y siguen viviendo violaciones y abusos que no son reconocidos como violación de sus derechos como humana.

Como lo plantea Charlesworth:

“Desde la perspectiva de la mujer, sin embargo, la definición y el desarrollo de tres generaciones de derechos tiene mucho en común: están contruidos sobre experiencias de vida típicamente masculinas, y

en su forma actual no responden a los riesgos más urgentes que enfrentan las mujeres” (Charlesworth, 2003; 49).

Agrega así mismo que las mujeres están en una posición inferior debido a que no tienen poder real ni en el mundo público ni en el privado, y el derecho internacional de los derechos humanos, al igual que muchas construcciones jurídicas, económicas, sociales, y culturales, refuerzan esa falta de poder.

Dada esa parcialidad indiscutible de los derechos humanos:

“Muchos y muchas feministas han señalado que el derecho forma parte de la estructura de dominación masculina... y el valor que tienen los enfoques del feminismo cultural es que realzan la casi total exclusión de las experiencias de las mujeres en el desarrollo del derecho, y desafían su pretensión de neutralidad y objetividad” (Charlesworth, 2003; 54).

También Charlesworth, citando a Mackinnon, indica que “el derecho mantiene a las mujeres afuera y abajo, al preservar un sistema jerárquico basado en el género” (Charlesworth, 2003; 55).

Producto del trabajo realizado por las mujeres, para que sus derechos como humanas les sean reconocidos, y que tiene sus antecedentes en la labor de pioneras como: Mary Wollstonecraft, Olympe de Gouges, Eleanor Roosevelt y muchas otras, la Organización de las Naciones Unidas emitió, en 1979, la Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, Tratado Internacional ratificado por 165 países, conocido como la CEDAW y que Facio denomina la Carta Magna de las Mujeres, contenido que fue expuesto en los antecedentes del presente trabajo.

En relación con los aspectos que la CEDAW no contempla en forma específica, Arroyo hace referencia a que ésta “no incluye en su normativa el tema de violencia contra la mujer. Omisión comprensible pues, en el año que se adopta la

CEDAW, no existían las condiciones, en el escenario internacional, para aceptar la violencia como una forma de violación a los derechos humanos” (Arroyo, 2001; 69); aspecto superado en la Convención de Belém do Pará, que reconoció la violencia, como una violación al derecho de la integridad y la vida de las mujeres.

Los derechos parten del reconocimiento de la persona, de su condición de sujeto con dignidad. Se caracterizan por partir de las necesidades por tanto no son privilegios, no son patrimonio de algún grupo, se amplía el significado en la medida que las personas reconsideren las necesidades y esperanzas.

La promoción y defensa de los Derechos Humanos de las mujeres se rige por tres principios básicos:

**-El principio de la igualdad de resultados.** De acuerdo con Facio, el principio de igualdad:

exige que el derecho y las políticas públicas no traten a hombres y mujeres como si fueran idénticos... Lo importante es entender que la igualdad, según la teoría de los derechos humanos, exige un tratamiento que redunde en el goce pleno de todos los derechos humanos por ambos géneros de todas las edades, colores y habilidades... requiere que a veces se les dé un trato idéntico a hombres y mujeres y a veces un tratamiento distinto (Facio, 1995; 68).

**-El principio de la no discriminación.** Según Arroyo, citando a Partsch,

la cláusula de la no discriminación no se limita a la afirmación de que debe alcanzarse la igualdad, sino que indica también el concepto de qué debe ser igual y según qué criterios. La noción abstracta de la igualdad es reemplazada por la indicación concreta del campo de aplicación y de los criterios como raza, color o descendencia (Arroyo, 2001; 41).

**-El principio de la responsabilidad Estatal.** Este principio no sólo obliga a los estados a adoptar medidas concretas para eliminar la discriminación contra las mujeres, sino que amplía su responsabilidad “a los actos cometidos por las personas privada, las empresas o instituciones no estatales u organizaciones no gubernamentales” (Facio; 2003; 68).

En relación con esta investigación se retoma los derechos concernientes a:

• <b>La discriminación</b>
• <b>Las necesidades de cambiar los patrones socio culturales.</b>
• <b>La violencia</b>
• <b>Igualdad en el acceso a los bienes sociales: salud, educación trabajo, bienes y servicios que ayudan al Desarrollo Integral.</b>
• <b>Libertad de expresión y desplazamiento</b>

Los anteriores derechos fundamentales interesan en forma particular porque el Empoderamiento de las mujeres requieren del conocimiento y la apropiación de los derechos, cuya violación más frecuente es la base de la opresión: despojada de sus derechos en la relación de violencia de pareja, la mujer pierde su condición humana convirtiéndose en un objeto más entre las posesiones del ofensor.

Batres retoma de Flor Portugués la afirmación de que reflexionar sobre los derechos y libertades fundamentales de las humanas implica:

Reconocer que las mujeres no han podido ejercitarlos en términos de igualdad; aceptar su derecho a disfrutarlos, a ser rectoras de sus propias vidas y de participar en la toma de decisiones en la sociedad en la que viven; reconocer que constantemente se viola su derecho a disfrutar de una vida plena, libre de violencia, con identidad propia y con sus necesidades físicas y emocionales satisfechas; y, aceptar que las mujeres son uno de los grupos de la población más expuestos a la violación de sus derechos... ( Batres, 2002, 106).

### **III. EL CAMINO PARA LA CONSTRUCCION DEL EMPODERMIENTO CON**

#### **LAS PROTAGONISTAS**

##### ***III. 1. TIPO DE INVESTIGACION***

Se realizó una investigación con enfoque cualitativo, por cuanto el interés fundamental fue reconstruir las estrategias del proceso de empoderamiento asumido por cada una de las mujeres que afrontaron la violencia de pareja, que fueron consideradas en esta investigación, los significados de sus acciones y de la vida, por medio de la reflexión y discusión con y entre los sujetas de estudio.

Se utilizó la hermenéutica como herramienta de análisis por cuanto las historias fueron cuidadosamente leídas y releídas para captar su sentido del todo, base del significado de las partes; cuyo más profundo examen pretendió afinar el sentido global, es decir el descubrimiento del conocimiento, entendiendo dichos significados, desde el todo a las partes y viceversa (Babbie, 2000;259).

La investigación se realizó mediante el acercamiento a las sujetas a través de reuniones, diálogos, para construir desde las experiencias de éstas mujeres emprendedoras, las posibilidades para el mejoramiento de las condiciones de vida, su posicionamiento como humanas e, inclusive, se identificaron elementos orientadores básicos para el ajuste de las políticas de apoyo a las mujeres.

La investigación buscó realizar un aporte a la comprensión del empoderamiento desde la perspectiva de las mujeres que se han llamado “sobrevivientes“, dada su condición de haber afrontado la situación de violencia intrafamiliar y haberse dado el derecho a vivir desde sí mismas.

Una característica muy importante de esta investigación es el significado que las mujeres concedieron a cada uno de los factores facilitadores o limitantes de su proceso de empoderamiento y cómo afectaron su propia posibilidad de asumirse como humanas. Es por eso que la reconstrucción de sus procesos, o lo que es lo mismo, la reconstrucción de sus experiencias de acciones, luchas, logros y conquistas para vivir a partir de sus derechos, encuentra en la metodología cualitativa su mejor posibilidad.

Un resumen del procedimiento utilizado, caracterizado por vías diversas de abordaje de la información, entrecruzadas a lo largo del estudio, que permitió tanto reconstruir un fenómeno cotidiano ocurrido en la vida de las sujetas de la investigación, como generar inquietudes sobre las posibilidades de facilitar a otras mujeres esos procesos, es el tema central de este capítulo.

### ***III. 2. AREA DE ESTUDIO***

El área donde se realizó el estudio fue la de los cantones de Alajuela y San Ramón, donde funcionan Grupos de Autoayuda a los que, han asistido las mujeres que reunieron las características requeridas por las sujetas del estudio.

### ***III. 3. ELECCION DE LAS SUJETAS DE ESTUDIO***

Se seleccionó para la investigación nueve mujeres que sobrevivieron situaciones de violencia intrafamiliar y que acudieron a los Grupos de Autoayuda de Alajuela y San Ramón.

La razón de la escogencia fue que, en primer lugar, habían logrado superar una situación de vida marcada por violencia en su propia familia y, luego, porque su participación en esos grupos les ha permitido superar el temor de ser juzgadas o el

dolor de ser vistas como víctimas y transformar su autoconcepción para verse así mismas como personas fuertes y valiosas, protagonistas de la construcción y toma de control de una nueva vida, libre de violencia.

Esta nueva autovaloración les permitió hablar abiertamente de sus experiencias y sus luchas por liberarse; sin sentirse ni culpables ni avergonzadas por lo que vivieron y, por ende, no tuvieron necesidad de ocultar información. Esta condición de apertura fue fundamental para obtener el mayor detalle informativo posible necesario para los fines de la investigación.

Otra razón fue que, de acuerdo con la dinámica de los Grupos de Autoayuda, algunas de estas mujeres han contribuido en la dinámica grupal a ser multiplicadoras del proceso de empoderamiento, asumiendo tareas de facilitación de grupo y/ o como promotoras de acciones contra la violencia en su comunidad.

Para efectos de la investigación y de acuerdo con las tendencias sociales actuales de centrar su atención en la capacidad protagónica de las personas, las experiencias de las mujeres seleccionadas las revela como personas cuya potencialidad emergió para enfrentar la adversidad y para encontrar el camino de su propia realización en el vivir desde sus derechos humanos.

### **III. 4. FUENTES DE INFORMACION**

Según Pineda, Canales y Alvarado,

”Las fuentes primarias son aquellas de las cuales se obtiene información por medio del contacto directo con el sujeto de estudio, a través de técnicas como son la entrevista, la observación y el cuestionario, entre otras. Las fuentes secundarias se refieren a la información que se obtiene de documentos de diferente tipo como: la historia clínica, el expediente académico del estudiante, las estadísticas de morbilidad y mortalidad y datos de un censo, entre otros” (Pineda, Canales y Alvarado; p 126)

Para efectos de esta investigación las fuentes primarias de información fueron las entrevistas a profundidad que se realizaron a las mujeres sobrevivientes, para obtener sus historias o relatos sobre cómo enfrentaron la violencia; las notas del trabajo de campo y las observaciones que las investigadoras hicieron durante el proceso de recolección de la información; las entrevistas que hicieron a personas facilitadoras en los grupos donde asistieron las sujetas del estudio y los aportes de dos grupos focales realizados con las participantes para escuchar su voz desde lo colectivo y complementar la información recabada en las entrevistas individuales.

Las fuentes secundarias de información fueron los documentos proporcionados por las entrevistadas para el estudio en relación, sobre todo, con sus acciones de proyección colectiva; y, la bibliografía que fue consultada durante el estudio de investigación.

### ***III. 5. SELECCIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS***

Fue de interés estudiar el problema mediante entrevistas a profundidad, que permitieran generar la información sobre la forma, en términos de acciones realizadas y recursos utilizados, cómo cada una de las mujeres sujetas del estudio logró liberarse de la situación de violencia intrafamiliar que sufrió.

Se seleccionó esta técnica de recolección de datos porque esta clase de entrevista es flexible y abierta, de manera que se pudo orientar y profundizar en las respuestas de acuerdo con los intereses de la investigación; y, la formulación de las preguntas pudo variarse en su forma, tanto como fue necesario, para adaptarla a la capacidad de comprensión de cada mujer entrevistada, puesto que de ello dependía la calidad de las respuestas que se obtuvieron.

Mediante un trabajo de Grupo Focal con las sujetas de investigación se buscó profundizar en los temas tratados en las entrevistas individuales, que se consideró enriquecer o detallar y se discutió en grupo las percepciones planteadas por ellas para profundizar en su significación, se construyó una concepción de empoderamiento desde sus perspectivas y se reflexionó con énfasis en la percepción de empoderamiento desde lo colectivo.

La información se completó con una entrevista breve no estructurada, realizada a personas facilitadoras en los grupos de apoyo en los que participaron las mujeres sujetas de la investigación; y, mediante la observación no participante que realizaron las investigadoras durante el proceso de recolección de la información, para captar actitudes, lenguaje corporal, participación activa dentro del grupo y otros detalles de interés que evidenciaron la capacidad en la toma de decisiones, la sororidad y la apropiación de sus derechos, como enunciadores de su empoderamiento.

Para cada una de estas técnicas se elaboró un guión básico con las categorías de interés de cada caso; instrumentos que se anexan en el documento.

### **III. 5. 1. Diseño de Instrumentos**

El diseño de los instrumentos se realizó mediante una serie de pasos de ida y retorno, al interior de cada instrumento y entre los instrumentos, sobre los contenidos de cada uno, para asegurar la obtención de toda la información que fuera posible, dentro de las limitaciones de tiempo con que se efectuó la recolección de la información.

Entre los pasos principales que se siguieron se pueden citar:

- Tomando como base los objetivos específicos de la investigación, para cada uno se identificó una serie de preguntas generadoras conducentes al logro del mismo.
- Se hizo luego la identificación del conocimiento disponible; es decir, de las respuestas que las investigadoras tenían sobre el tema y este conocimiento previo constituyó el punto de partida para la elaboración de los instrumentos.
- Identificada la información requerida en relación con cada categoría de análisis, se confeccionaron los guiones básicos de trabajo con las mujeres sobrevivientes de violencia; a saber, la entrevista a profundidad, el grupo focal y la observación no participante; y, el guión de la entrevista a personas que han trabajado como facilitadoras en los Grupos de Auto-ayuda.
- Efectuada esta labor, se procedió a la validación de los guiones de los dos tipos de entrevista.
- Se transcribieron las entrevistas realizadas y se efectuó una tentativa de análisis del contenido de información que se generó, para ver vacíos y respuestas no pertinentes o incompletas.
- Sobre la base del trabajo anterior, se realizaron los ajustes necesarios en ambos guiones y se dispuso incluir, entre los puntos por abordar también en el Grupo Focal, el significado que ha tenido el empoderamiento para las sujetas de investigación.
- En el caso de los guiones de Grupo Focal y la observación no participante, que se aplicaron en trabajo de grupos, no se procedió a su previa validación porque

ambos instrumentos dependieron de los hallazgos que surgieron de las entrevistas individuales.

Por la necesidad de conservar con detalle toda la información, cuando fue posible se grabaron las entrevistas; así mismo se tomaron notas de campo sobre las respuestas y detalles de lenguaje corporal observados, que permitieron completar la información que se transcribió.

Durante el proceso de trabajo se realizaron los ajustes y modificaciones que se estimó pertinente realizar en los instrumentos y procedimientos, con el fin de asegurar los mejores resultados.

Se propició la mejor incorporación posible de las investigadoras al grupo de sujetas y a su dinámica de funcionamiento, para comprender mejor el discurso.

La consideración de la confiabilidad en estos instrumentos atendió las limitaciones que se reconocen para la técnica de las entrevistas a profundidad; sin embargo, se hace la observación de que las relaciones previas de las investigadoras con la mayoría de las participantes facilitó que la información suministrada se ajustara en alto grado a la realidad de los hechos como fueron vividos por las mujeres.

El hecho de aplicar entrevista a profundidad a las sujetas se hizo buscando la mayor validez interna posible pues, durante la aplicación de la misma, la orientación que se dio, a ésta, tuvo como finalidad adentrarse en los detalles informativos que llevaran al mejor conocimiento posible de la realidad.

La posibilidad de errores en la medición, ligados a utilización de lenguaje inapropiado durante la entrevista, se procuró reducirla haciendo oportunamente la aclaración correspondiente.

### **III. 5. 2. Validación de los Guiones de Entrevista**

#### **III. 5. 2. 1 De la entrevista a profundidad**

La validación del guión de la entrevista a profundidad se realizó aplicándolo a una de las mujeres, a quien, previamente, se le explicó que la entrevista que se le haría tenía el doble propósito de generar información de interés para el estudio por realizar; y, de servir como forma de validar el instrumento que guiaría el trabajo con las demás sujetas de investigación, lo que significaría que las modificaciones que se le realizaran al instrumento darían lugar a nuevos encuentros con ella, para completar la entrevista realizada.

Se eligió para la entrevista un escenario diferente al de la oficina y el hogar que garantizara comodidad y tranquilidad para hablar sin presencia de personas que interrumpieran o cohibieran a la entrevistada.

Antes de iniciar la entrevista se le aseguró que su información sería confidencial y se le solicitó, con esa finalidad, elegir un nombre ficticio con el cual nombrarla y reconocerla. Eligió llamarse Rosa.

Una vez concluida la entrevista, se efectuó un ejercicio tentativo de análisis de la información, encontrándose de interés agregar, en el guión de la entrevista a profundidad, el tema de cómo son percibidos por las mujeres los logros, pequeños o grandes, producto de cada acción realizada; así como lo que ha significado, para ellas, haber sobrevivido a una situación de violencia.

#### **IV. 5. 2. 2. Validación de la entrevista a personal de apoyo en Grupos de Auto-ayuda**

Similarmente, en este caso se buscó un espacio para probar el guión establecido para la entrevista por realizar a personas que han apoyado la operación de grupos de auto-ayuda.

Se eligió para la prueba una persona que ha dado apoyo a varios grupos de auto ayuda de Alajuela y que ha trabajado con parte de las sujetas de la investigación. De esta forma, la entrevista también tuvo el doble propósito de servir en la validación del instrumento así como de avance en la recopilación de información.

Dado que el grupo de Alajuela es muy diferente del de San Ramón, se mantuvo el carácter general de los temas y la única modificación de importancia fue agregar, al principio, preguntas que pongan de manifiesto el conocimiento y el tiempo de experiencia de la persona en relación con la temática del empoderamiento, así como de su capacidad para percibir cambios importantes en la condición de las mujeres.

### ***III. 6. PROCEDIMIENTO PARA LOS ACERCAMIENTOS AL MUNDO SUBJETIVO DE LAS MUJERES PARTICIPANTES***

Para este fin se contactaron las siguientes personas:

- Una Trabajadora Social que funge como facilitadora del Grupo de Apoyo de Alajuela;

- La Trabajadora Social que se desempeña como Coordinadora de la Asociación de Mujeres Unidas en Salud y Desarrollo, MUSADE, de San Ramón.

Por medio de estas trabajadoras sociales se contactó a las sobrevivientes de violencia sujetas de esta investigación, a saber:

- Las señoras<sup>4</sup> Yanina, Daisy, Estrella y Flor Mística, del Grupo de Apoyo de la MUSADE; y,
- Las señoras Azucena, Mujer Emprendedora, Mujer Victoriosa y Alma Silvestre, del Grupo de Apoyo de Alajuela.
- La señora Rosa, del Grupo de San Ramón y otro grupo.

### **III. 6. 1. Descripción del Proceso Realizado**

Previa cita, a las facilitadoras de ambos grupos se les hizo una entrevista no estructurada sobre el tema del “empoderamiento”, desde su experiencia de trabajo con mujeres agredidas, particularmente con las sujetas de la investigación. En el caso de la facilitadora del grupo de Alajuela, se hizo una segunda entrevista para profundizar en algunos detalles tratados muy ligeramente en la primera ocasión.

Con la ayuda de estas facilitadoras se identificó a las mujeres, sobrevivientes de violencia doméstica, que mejor cumplían las condiciones previstas para las sujetas de la investigación y se logró realizar los contactos necesarios que permitieron concertar las citas para las entrevistas con ellas.

La primera entrevista a profundidad se realizó en Naranjo a Rosa, en el mes de junio del 2003 y tuvo una duración de aproximadamente dos horas.

La recolección de la información se efectuó en el mes de julio.

En una primera visita a San Ramón se hicieron las entrevistas a profundidad a Estrella y Daisy, con una duración aproximada de una hora y 20 minutos, la primera y una hora 40 minutos, la segunda. En la segunda visita se trabajó nuevamente con Estrella y Daisy, para ampliar algunos puntos, y se entrevistó a Flor Mística y a Yanina.

Se visitó luego en Naranjo a Azucena y se le entrevistó durante aproximadamente una hora y 25 minutos.

Las entrevistas a Mujer Emprendedora, Mujer Victoriosa y Alma Silvestre, realizadas en Alajuela, se efectuaron en sus lugares de trabajo y tomaron dos sesiones de aproximadamente dos horas cada una.

Sobre la base de estas entrevistas, se reformuló el guión para el grupo focal; proceso que se realizó en dos grupos por separado: las mujeres de Alajuela en su sede y las mujeres de San Ramón en la suya, esto con el fin de mantener un óptimo nivel de confianza entre las participantes.

Los grupos focales se realizaron primero el de Alajuela y luego el de San Ramón. Es importante indicar que, con base en la experiencia derivada del primer grupo, algunos temas fueron más enfatizados en el siguiente y se aprovechó mejor el tiempo.

---

<sup>4</sup> Nombres ficticios con el propósito de asegurar la confidencialidad.

### **III. 6. 2. Identificación de la Fuentes de Error para su Corrección**

La forma como se determinó la posibilidad de fuentes de error fue identificando, mediante una matriz guía elaborada para ese fin, qué aspectos no habían sido debidamente cubiertos en cada una de las entrevistas.

Con un guión más preciso y breve, se acudió a una nueva cita con las entrevistadas para proceder a completar con la sujeta correspondiente los puntos que se debían ampliar.

### **III. 6. 3. Utilización de los Medios Electrónicos y Audiovisuales para Asegurar la Calidad de la Información**

Con el fin de recolectar el mayor grado de información posible se decidió utilizar grabadoras durante las sesiones de trabajo. Fue muy importante que todas las participantes estuvieran de acuerdo en que las utilizáramos e indicaron que no les afectaría en el suministro de información como sucedió efectivamente en los casos en que se hizo.

Se indica que “en los casos en que se hizo”, porque hubo problemas de orden técnico que lo impidieron en las dos primeras entrevistas en San Ramón. Lo anterior significa que se debió tomar la mayor cantidad de notas posibles con sacrificio de tiempo para aspectos importantes como el captar gestos, lenguaje corporal e inflexiones de la voz, que permitieran a las investigadoras percibir mejor el significado de las palabras dichas.

En el resto de las entrevistas a las mujeres, las grabaciones fueron absolutamente exitosas y permitieron total fidelidad en su transcripción, en el sentido de que se pudo transcribir el lenguaje mismo utilizado en el cien por cien del tiempo

de la entrevista, cosa que no es siempre posible cuando se toman notas, así como la posibilidad de prestar atención a los detalles expresivos.

#### **III. 6. 4. Especificación del Tiempo Programado vs. Tiempo Requerido**

Es importante en este aspecto indicar que se produjo un desfase considerable entre el tiempo programado frente al tiempo requerido, debido principalmente a tres problemas inevitables:

- El tiempo de recolección de la información coincidió, en gran parte, con la época de vacaciones de los escolares. Esta circunstancia hizo que se dificultara mucho la posibilidad de comunicación necesaria; primero, para concertar las entrevistas, luego, para ubicarlas en momentos en que no afectaran los planes familiares. Cada entrevista dependía de una actitud total de colaboración de las participantes y no se les podía presionar para que se ajustaran a nuestros intereses, sino ajustar nuestros horarios a su disponibilidad de tiempo.
- Algunas de las entrevistadas recibieron a las investigadoras en su lugar trabajo y, como era de suponer, sus responsabilidades tenían prioridad. Como resultado, algunas entrevistas se extendieron mucho o tomaron más de una sesión lo suficientemente larga como para haber hecho, en cada una, la entrevista completa; pues debieron atender otros asuntos propios de sus cargos por lo que hubo que posponer su conclusión en otra nueva cita.
- Otro factor de interferencia con la programación de tiempo es que el acomodo del tiempo de las investigadoras al tiempo de las participantes, debía tomar en consideración los compromisos propios de las investigadoras con sus otras

responsabilidades personales, principalmente en el caso de la que trabaja para una institución del Estado.

### **III. 6. 5. Disponibilidad de los Recursos Necesarios y su Contribución en la Viabilidad y Factibilidad de la Investigación**

En términos generales se puede decir que, a excepción del tiempo, se contó con los recursos humanos necesarios, pues en realidad el número de entrevistas por realizar era adecuado a la capacidad de personal disponible, además de que se contó con mucha colaboración por parte de otras personas para agilizar acciones tales como las comunicaciones, por ejemplo.

En relación con lo económico, no hubo limitaciones para efectuar los traslados necesarios al lugar de las entrevistas, ni para la adquisición de los materiales requeridos.

Dado que la recolección de información se sustentó en entrevistas a profundidad y grupo focal, la exigencia en términos de recursos físicos se satisfizo sin problemas. Se contó con dos grabadoras, la papelería necesaria y para la realización de los grupos focales, MUSADE facilitó sus instalaciones y una de las entrevistadas de Alajuela, puso a disposición su casa.

Se considera que la recolección de la información fue satisfactoria, en concordancia con los siguientes criterios:

- En términos generales fue fácil establecer, previo a la entrevista, un ambiente de confianza con las sujetas de investigación

- Las mujeres entrevistadas, por su condición de sobrevivientes participantes activas de los grupos de apoyo, no mostraron reservas en hablar de sus historias. Inclusive, hablar de las cosas que todavía duelen o que son recientes y les causan angustia es algo que hacen con apertura, a veces como si estuvieran pensando en voz alta.
- El nivel de autopercepción que han alcanzado estas mujeres, les permite no sólo contar abiertamente sus historias, sino relatarlas como conquistas de las que están orgullosas y logros que lamentan no haber alcanzado antes.
- Por la experiencia de las mujeres en tratar los aspectos de interés de la investigación (casi todas han asumido liderazgo dentro de los grupos y han cumplido tareas facilitadoras), la comunicación con ellas fue fácil, es decir se utilizó un lenguaje muy conocido para ellas.
- Conocidos los objetivos del trabajo por efectuar, todas manifestaron interés en colaborar y entera disposición a aceptar que su información fuera captada lo mejor posible; esto significa que no pusieron obstáculo alguno a que fueran grabadas y cuando esta labor no fue posible o de dudoso resultado estuvieron anuentes a hacer pausas para que se pudieran tomar las notas cuidadosamente.
- Su actitud de apoyo y colaboración no disminuyó durante la entrevista manifestando el mismo interés por hablar sobre el último punto como lo habían hecho con el primero.

Es importante ilustrar el deseo de cooperación mostrado por las mujeres, lo que se hace con la actitud de Daisy. Ella vive a 30 minutos de la ruta por donde pasa el autobús. Debido al avance de su embarazo, no pudo caminar lo suficientemente rápido para tomar el autobús pero, para no atrasar mucho el trabajo, decidió no esperar el siguiente sino pagar un taxi. Se debe tomar nota de que Daisy es una persona de recursos muy modestos y que ese día había sido muy lluvioso; sin embargo, allí estuvo ella puntual a la cita.

### **III. 7. LOS TEMAS GENERADORES EN EL ANALISIS**

La realización del análisis, orientado por los objetivos del estudio, toma en consideración los siguientes temas de indagación :

- La **vivencia** de la violencia. Busca identificar las razones para que se acepte, al menos por un tiempo, una relación opresiva. Las justificaciones ligadas a legados patriarcales constituirían las causas claves para el estudio
- Relato del **momento** y la **situación** que la lleva a decidir enfrentar la violencia, intentos anteriores, el decisivo y el evento de ruptura con la violencia.
- **Acciones realizadas** desde el momento que tomó la decisión hasta que sintió que tenía el control de la situación: actividades que la persona emprendió, modificó o suspendió, en lo personal, colectivo y comunal para liberarse y dejar atrás la violencia.
- **Recursos utilizados.** Alude a la naturaleza y fuente de los recursos materiales como dinero, tierras, casa, etc.; y, no materiales como asesoría, capacitación elevación de auto percepción, reflexión, fe, que le permitieron a la mujer salir adelante.
- **Derechos asumidos** Reconstruir las decisiones tomadas que hacen una diferencia en su condición de humanas y su percepción sobre los derechos que ha comenzado a disfrutar.
- **Cambios** percibidos en la **condición de vida.** Busca identificar las percepciones que las mujeres tienen de cambios ocurridos en su condición de

vida: autonomía, capacidad para decidir, confianza en su capacidad para hacer cosas, satisfacción con sus logros.

- **Percepción de los servicios institucionales** accesados: los que accesó y la percepción de los mismos.
- **Concepción de empoderamiento** Reconstruye lo que las mujeres entienden como empoderamiento a partir de sus logros y experiencias.
- **Necesidades** sentidas en cuanto a recursos y apoyos que la persona considera que le hubiera gustado haber tenido a su alcance en ese momento pero no lo tuvo.

### ***III. 8. ANALISIS DE LAS HISTORIAS***

La fase analítica se inició durante el proceso mismo del acercamiento a las mujeres y estuvo entrelazado con éste. Esto permitió identificar con oportunidad vacíos o deficiencias en los datos recolectados y profundizar sobre los mismos.

Fue un trabajo dinámico y creativo orientado a profundizar, al máximo, en los detalles informativos, de manera que se logró una profunda comprensión del fenómeno de interés; esto es, de la forma cómo las protagonistas tomaron decisiones en cuanto a acciones por realizar y recursos por utilizar, para salir de la situación de violencia y asumir el control de sus vidas.

Igualmente, pudo identificarse el rol que jugaron los Grupos de Apoyo en la potenciación de las mujeres cuyas historias se recabaron y los cambios en la

condiciones de vida de las mujeres y en la forma como asumieron vivir desde sus derechos.

Asimismo, se logró captar la percepción sobre los apoyos institucionales y las necesidades más sentidas de apoyo para el empoderamiento.

- Los pasos para la realización del análisis incluyeron las siguientes fases: :
- Transcripción de los relatos grabados y/u obtenidos mediante anotaciones durante la entrevista y anotación de algunos datos sobre las características de las mujeres sobrevivientes, que facilitaran la comprensión de su relato
- Revisión, discusión, y decisión final sobre la orientación del análisis, según los hallazgos preliminares de mayor interés para los fines del estudio
- Lectura cuidadosa y repetitiva de cada relato transcrito, a fin de captar la esencia de cada historia, el todo esencial.
- Estudio cuidadoso de todos y cada uno de los relatos, para identificar los grandes componentes de los procesos de empoderamiento de las mujeres para redefinir las categorías de análisis.
- Determinación de los significados para las mujeres y desde las mujeres, de cada componente parcial del proceso de empoderamiento.
- Interpretación de los significados establecidos para los componentes del empoderamiento a la luz de la teoría.
- Elaboración de las consideraciones finales.
- Formulación de recomendaciones a partir de las conclusiones del estudio.

### **III. 9. CRONOGRAMA DE TRABAJO**

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPOS</b>
1. Revisión bibliográfica profunda sobre el tema.	Marzo- agosto
2. Elaboración Marco contextual.	Febrero
3. Elaboración Marco Teórico base.	I y II Q Marzo
4. Elaboración Marco Metodológico	I y II Q abril
5. Elaboración de instrumentos	I Q Junio
6. Validación de Técnicas e Instrumentos.	I y II Q Junio
7. Trabajo de campo: Recopilación de la información con facilitadoras de Grupos	I Q Julio
8. Trabajo de campo: Entrevista a las mujeres.	I y II Q julio
9. Procesamiento y Análisis de la información.	I y II Q Agosto
10. Elaboración y entrega de primer borrador de informe final.	II Q Agosto
11. Ajuste y entrega del borrador final	II Q Octubre

### **III. 10. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION**

Esta investigación, por su naturaleza, buscó comprender el proceso de empoderamiento, de las mujeres sujetas de estudio, a partir de su propia percepción y comprensión de los hechos. Esto es muy importante como fenómeno de la realidad, que recupera que sus experiencias puedan considerarse como exitosas e ilustrativas de lo que hacen las mujeres para enfrentar la violencia.

Estuvo sujeta a la capacidad de las informantes para recordar cosas claves que no fueron pensadas y planeadas como acciones cuyos detalles quisieran recordar en un futuro. Cuando se pretende dar cuenta de una acción determinada, se actúa en forma plenamente consciente y se registra en la memoria el mayor número de datos posibles; pero si no es necesario dar cuenta de ellos, es muy posible que se olviden fácilmente muchos, sobre todo aquellos que

inconscientemente se quieren olvidar por el dolor emocional que conllevan. Puesto que la violencia tiene una relación muy estrecha con emociones dolorosas, pudo suceder que las informantes no logran recordar todo el detalle deseado.

Se debe agregar a lo anterior que, a pesar de las ventajas que ofrece la entrevista como instrumento para recolección de datos, entre sus desventajas presenta la sujeción a factores de orden personal, como el grado de confianza que se logre establecer entre la informante y la investigadora. El poco tiempo disponible para recolectar la información podría haber incidido también en el nivel de confianza idónea para la apertura total de las sobrevivientes a brindar la información.

#### **IV. EL EMPODERAMIENTO: UNA CONSTRUCCION Y PERSPECTIVA DESDE LAS MUJERES Y LAS SUSTENTANTES**

Este apartado contiene un análisis de las experiencias significativas de mujeres que han afrontado la violencia, desde el proceso de Empoderamiento, como una acción autoafirmativa de validar la vida y sus derechos como humanas.

Las historias de estas mujeres evidencian que para ellas ha sido necesario demandar un poder que les permita: construir nuevas formas de vivir; recuperar su protagonismo desde el espacio privado y ser reconocidas como personas. Lo anterior significaría erradicar el fatalismo y el determinismo enclaustrante, que desde de la sociedad Patriarcal, coloca a las mujeres en una posición discriminante de ser espejo y sostén de los otros.

Las mujeres en estudio requieren reconocerse desde una condición de libertad, que contribuya al desarrollo pleno y a la deconstrucción de mandatos alienantes que justifican la violencia, los privilegios del género masculino, que usufructúan: las políticas, los recursos, los liderazgos, la dirección y la oportunidad para el desarrollo.

El desarrollo de este capítulo contempla:

- La presentación de las mujeres protagonistas y sus historias; con detalle de quiénes son estas mujeres, cuáles son las historias de su empoderamiento y la identificación de momentos claves en este proceso para su respectivo análisis.
- Las acciones que formaron parte del citado proceso, incluyen las de protección y asunción de derechos y las de participación en los grupos de apoyo o autoayuda
- Los apoyos y recursos utilizados en la ejecución de las acciones, así como las necesidades de apoyo experimentadas por las sujetas de investigación en su proceso de empoderamiento.

- La reconstrucción de la definición del empoderamiento, a partir de cómo éste es conceptualizado y operacionalizado desde las vivencias presentadas en este estudio. Así mismo, a partir de estas vivencias, reconstruir el posicionamiento de las mujeres desde sus derechos fundamentales.

La información obtenida permitió caracterizar a las sujetas de la investigación e indagar las particularidades de sus procesos de empoderamiento atribuibles a sus características personales.

#### **IV. 1. LAS MUJERES Y SUS HISTORIAS DE VIDA**

Este apartado tiene como finalidad ofrecer información relacionada con las características socioeconómicas de las sujetas de esta investigación, como base para que el lector y la lectora se hagan una idea lo más precisa posible sobre quiénes son estas valerosas mujeres y facilitarles la comprensión de sus historias de vida. Igualmente, se presenta un resumen de las historias de empoderamiento que son objeto de análisis y cuyos detalles surgirán a lo largo de los diferentes apartados del capítulo del que este apartado forma parte.

##### **IV. 1. 1. Quiénes Son las Sujetas de la Investigación.**

Las sujetas del presente estudio son nueve mujeres que mediante su proceso de empoderamiento afrontaron situaciones de violencia en sus relaciones de pareja; **empoderamiento entendido inicialmente aquí como el proceso de descubrimiento, uso y desarrollo de fortalezas y oportunidades**, que cada persona realiza en sí misma y la habilita para asumirse como humana en el disfrute de sus derechos y tomar control de su propia vida.

Estas mujeres son personas comunes y corrientes, que comparten además de su experiencia de afrontar la violencia y optar por ser protagonistas de una vida para sí desde los derechos, haberse integrado a Grupos de Apoyo; unas al de Alajuela y otras, al de San Ramón.

Para los fines del estudio los nombres supuestos que permiten identificarlas y ellas mismas eligieron son:

Mujer Emprendedora	Azucena	Luz Mística
Mujer Victoriosa	Daisy	Yanina
Alma Silvestre	Estrella	Rosa

A continuación se resumen las principales características socioeconómicas de estas mujeres y la esencia de las historias de vida.

#### **IV. 1. 1. 1. Aspectos socioeconómicos de las sujetas de la investigación**

Las sujetas de investigación reúnen las siguientes características:

- **Edad**

Son mujeres adultas. Actualmente, dos de ellas tienen una edad entre los 20 y los 30 años; otras dos, entre los 30 y los 40 años y cinco superan los cuarenta años, la mayor tiene 49 años.

En el momento de hacerle frente a la violencia, poniéndole límite a la vida de agresión, una tenía menos de 20 años; tres tenían entre 20 y 30 años; cuatro tenían entre 30 y 40 años y sólo una tenía más de 40 años.

- **Nivel académico**

Entre las sujetas de investigación hay diversidad en cuanto al nivel académico; sin embargo, es predominante una baja escolaridad, producto de la limitación que históricamente ha marcado a la población femenina al asumir tareas domésticas desde edad temprana. Cuatro mujeres aprobaron la educación primaria completa; tres tienen educación secundaria incompleta; y, dos tienen formación universitaria, una de ellas la completó.

- **Número de hijos/as**

Todas las mujeres son madres de familia: dos reportaron tener un único hijo; dos dijeron tener dos; tres mencionaron tener tres; una indicó que tiene cuatro y otra que tiene cinco hijos/as.

- **Situación económica**

Actualmente, seis de estas mujeres perciben ingresos por concepto de pensión alimentaria para sus hijos; una está peleando para que la abuela de su hija la

asuma, en ausencia de su padre; otra no la recibe porque su ex-pareja está en la cárcel y otra no recibe pensión porque su ex esposo se llevó a los niños con él cuando se separaron, como estrategia para no pagar pensión alimentaria.

Aparte de esto, y quizá lo más importante, es que ocho de las nueve mujeres realiza labores remuneradas de diferente naturaleza, de modo que generan ingresos complementarios que les dan mayor o total independencia. Esto contrasta con la situación económica que enfrentaban antes de romper con la violencia. Durante esa fase, sólo dos mujeres percibían ingresos, pero una de ellas, víctima también de violencia patrimonial, era despojada de su salario completo por el agresor.

**Tabla IV. 1 Aspectos socioeconómicos\* de las protagonistas al momento de afrontar la violencia**

SUJETA	EDAD	# HIJOS	NIVEL ACADEMICO	SITUACION ECONOMICA
No 1	38	4	Primaria	Sin ingresos
No 2	28	3	Primaria	Sin ingresos
No 3	37	2	Secundaria Inc	Sin ingresos
No 4	33	3	Primaria	Con ingresos
No 5	43	3	Universitaria	Con ingresos
No 6	26	2	Secundaria inc.	Sin ingresos
No 7	21	1	Universitaria inc	Sin ingresos
No 8	32	5	Secundaria inc	Sin ingresos
No 9	18	1	Primaria	Sin ingresos

\* Al momento de enfrentar la violencia.

Fuente: Elaborado por las sustentantes. Agosto 2003.

#### **IV. 1. 2. ¿Qué Dicen las Historias de Empoderamiento de las Sujetas de Investigación?**

Este punto contempla dos aspectos; a saber: el resumen de las historias que las mujeres relataron; y, la interpretación de lo que también dicen las historias en relación con las características socioeconómicas de sus protagonistas y desde la propia naturaleza de la historia.

##### **IV. 1. 2. 1. Resumen de las historias**

Para ubicar las experiencias en la esencia del relato de la mujer y el proceso de empoderamiento, se presenta a continuación la transcripción resumida del relato vivencial.

La situación específica ubica el todo de cada proceso, que permita rescatar las partes componentes del empoderamiento, en función de hacer visible, desde lo cotidiano, cómo es vivido este proceso y su significado, como opción ante la opresión y la acción discriminante de la vivencia del género, en la Sociedad Patriarcal.

**Tabla VI. 2. Síntesis de las Historias de Empoderamiento de las Sujetas de Investigación.**

MUJER EMPRENDEDORA	MUJER VICTORIOSA	ALMA SILVESTRE
<p>Se casó a los 16 años. Fue agredida emocional y sexualmente. Su familia por con conservadora le dificultaba comentarlo, lo que la hacía sentir mal.</p> <p>Sus dos hijos y el trato de su pareja, la hacían sentir en un encierro. Dependía económica y emocionalmente Creía que eso le tocaba vivir y no podía cambiarlo; no tenía preparación recursos ni apoyo familiar.</p> <p>Enfermó de depresión. En Psiquiatría; fue referida al Grupo de Apoyo, donde empezó a participar a escondidas de su esposo.</p> <p>En este espacio escuchó a otras personas, recibió apoyo, respeto y reafirmó su convicción de que existía otro tipo de vida.</p> <p>Identificó que era agredida emocional y sexualmente. La humillaba y desvalorizaba su enojo y su dolor. Esto la hizo tomar una decisión “seguir luchando sola”; por lo que decidió separarse.</p> <p>Ese proceso lo ha enfrentado con un alto costo: la pérdida de sus hijos y de la casa que habían construido en terreno propiedad de su padre, quien no la apoyó.</p> <p>Se ubicó en un trabajo, alquiló casa y se propuso comprar un lote donde luego construyó su casa. Su derecho fundamental disfrutado es vivir sin violencia.</p> <p>Logró ser autosuficiente. Mantiene una relación cercana con sus hijos y los disfruta. Decide cómo invierte sus recursos, su tiempo y su espacio; es segura, capaz de pensar por sí misma, opinar y controlar su vida.</p>	<p>Su vida matrimonial se caracterizó por la invalidez en su rol de madre-esposa establecida por su pareja y su suegra.</p> <p>Fue descalificada en sus opiniones, manejo del hogar y posibilidad de realización de metas; situaciones que asumió como algo cómodo, pues no le gustaba enfrentarlos</p> <p>En esa época era muy enfermiza, forma de su cuerpo de mostrar su malestar por la situación. Constantemente le decían que era loca y llegó el momento en que lo creyó.</p> <p>Ingresó al Grupo de Apoyo, porque escuchó sobre el programa en la radio local y pensó que sería interesante ayudar a mujeres en situaciones de violencia.</p> <p>Participó y reconoció otros aspectos de la agresión; ella sólo identificaba la violencia con la agresión física. Llegó a constituirse en facilitadora. Se capacitó; conoció sobre derechos y recursos y las personas en la comunidad empezaron a recurrir a ella en los procesos de enfrentar la violencia.</p> <p>Reflexionó sobre su relación de pareja y evidenció que vivía en violencia emocional, que había limitado sus aspiraciones de estudio, trabajo y posibilidad de desarrollar su potencial como persona y decidió ponerle fin.</p> <p>Solicitó medidas de protección; luego él le solicitó el divorcio, cosa que seis años después no se ha resuelto.</p> <p>Logró un buen trabajo y se considera una mujer que ha realizado sus metas. Se siente valorada, laboral y socialmente.</p>	<p>Con 33 años, había soportado 11 de agresión en su segundo matrimonio, porque creía que mantener ese matrimonio era lo más importante. Múltiples infidelidades le hacían daño, lastimaban su autoestima y la habían sumido en un calabozo emocional.</p> <p>Separarse le causó una depresión profunda resistente a los tratamientos y a la ayuda profesional. Su madre se encargó del negocio, sus hijos y su casa. Acudió al Hospital San Juan de Dios y fue referida a un Grupo de Apoyo.</p> <p>Esperó encontrar la fórmula para llenar las aspiraciones e ideal que su esposo exigía. Poco después su visión empezó a cambiar. Empezó a aprobarse, aceptarse, quererse, valorarse y a pensar primero en ella. Unas amigas le facilitaron trabajar, mientras se daba chance a hacer su duelo.</p> <p>En el grupo comprendió que no se había preparado y no había ahorrado por falta de metas en su vida. Se dio cuenta de sus derechos hasta que analizó su propia vida y comprendió por qué era llamada rebelde. Su familia le dio ayuda pero condicionada como lo han hecho las instituciones cuando le han dado alguna.</p> <p>Se ha capacitado. Continúa con su trabajo y además es facilitadora de grupo, donde su capacitación es útil pero más su experiencia de vida y su capacidad de empatía y de confiar en que la otra persona sí puede salir adelante.</p>

AZUCENA	DAISY	ESTRELLA
<p>Desde que se casó, Azucena comenzó a ser víctima de violencia aunque no lo sabía: sufría por las infidelidades de su esposo, por el abuso del alcohol con lo que la agredía psicológicamente y era expropiada de su salario, el que debía entregarle íntegramente.</p> <p>Alrededor de los 10 años de casados él se fue para USA. Ella aprovechó para invertir su salario en una casa. Su esposo decidió que toda la familia se fuera allá porque decía que le hacían falta. Cuando llegaron allá, ella tuvo que arreglárselas sola sin conocer a nadie ni hablar el idioma para ubicar los niños en la escuela y para trabajar y vivir. El llevaba allá la misma vida que aquí. Los sufrimientos siguieron y empeoraron. Entonces él decidió que ella y los niños regresaran. Ella no quiso hacerlo hasta que el menor se graduara de secundaria. Su salud se quebrantó y se puso muy delgada,.</p> <p>Cuando el menor se graduó, regresaron al país. Ella se informó del Programa "Mujer no estás sola" y se incorporó. Ella comenzó a mejorar en su ánimo y a establecer su plan de liberación. El, que no sospechaba nada, le recomendaba ir más seguido. Ella se fortaleció y decidió terminar esa relación. Buscó un abogado e inició el proceso de divorcio. Después, recuperada totalmente, decidió capacitarse. Inició un grupo de apoyo en su cantón, asumió la secretaría de un grupo de Alcohólicos Anónimos y está organizando un Grupo de apoyo a mujeres con cáncer de mama. Se considera feliz, y se arrepiente de no haber actuado antes.</p>	<p>En su primer matrimonio vivió una violencia que inició en el noviazgo con manipulación, control y celos que la atemorizaban pero no sabía que era agredida. De casada se agravó con adulterios con comparaciones ofensivas, celos, abandonos reiterados, opresión económica y amenazas de muerte</p> <p>Buscó ayuda en el hospital y la remitieron al Grupo de Apoyo de MUSADE, donde reconoció que era agredida. Inició procesos de capacitación; pero no se liberaba a la espera de que él cambiara. Cuando comenzó a deprimirse y a pensar en la muerte de su agresor como salida, comprendió que debía cambiar ella y romper su relación.</p> <p>Buscó trabajo y comenzó a rebelarse contra las imposiciones de su esposo y éste incrementó su violencia, involucrando y manipulando los sentimientos de la hija. Fue a Asesoría Jurídica en la UCR y le aconsejaron acudir a la policía. Con apoyo policial se separó y procedió a denunciarlo. Se apoyó mucho en Dios y su familia y las ideas de las mujeres del grupo la motivaron a actuar.</p> <p>Aprendió a cuidarse y sintió la necesidad de involucrarse en muchas cosas de MUSADE. Se divorció, gestionó luego un bono y construyó su casa. Gestionó la pensión de su hija, pero eso le ha atraído más violencia.</p> <p>Se apropió del derecho a movilizarse libremente y a tener opinión propia; se casó de nuevo y su esposo la apoya y la deja ser ella misma, tener vida propia y tomar sus decisiones. Es defensora popular,</p>	<p>Por embarazo se casó con un alcohólico quien la agredió, primero, con empujones, luego con actos amenazantes a su vida; en lo patrimonial abusó de sus ingresos, vendió y destruyó sus cosas personales y la agredió con insultos, la aisló e impidió salir. Esta violencia era reforzada por su familia política y sus propios mitos y creencias, entre ellos la necesidad e importancia de ser casada. Por esta violencia se desvalorizó, desarrolló temores constantes y gran amargura. Sobrevivió haciendo rifas a escondidas y vendiendo su ropa en el vecindario.</p> <p>Se apoyó en su fe; y, un programa radial, un folleto sobre el derecho a vivir sin violencia y el espejo de la situación de la suegra, la impulsaron a buscar una salida; para lo cual acudió a sus hermanas que residían en San Ramón. Su madre no la apoyó y favoreció su localización por parte del agresor.</p> <p>En San Ramón enfrentó también violencia hacia su hijo además de las presiones de su agresor. Se sintió culpable y pensó en volver con su pareja. Entonces acudió a MUSADE.</p> <p>En el Grupo de Apoyo, reconoció la violencia sufrida, se autovaloró y reconoció y enfrentó la violencia aprendida y la ira frente a lo vivido. Obtuvo un trabajo y entonces buscó su independencia; alquiló una casa y comenzó a adquirir bienes suyos</p> <p>Se capacitó y es facilitadora de un Grupo y apoya el trabajo con niños testigos de violencia y niños abusados.</p>

LUZ MISTICA	YANINA	ROSA
<p>Fue violada a los 15 años. Después, la mamá buscó al ofensor y la casó con él; unión que asumió y vivió enfrentando gran violencia y amenazas de muerte.</p> <p>A los seis años no soportó más y se escapó. Un mes después se robó los hijos e hijas y desapareció por nueve meses. Buscó a su familia en San Ramón. Su esposo la localizó, se fue para Siquirres y él la localizó y allá la embarazó del 5 hijo, por lo que tuvo que regresar a San Ramón. Fue a MUSADE y comenzó a capacitarse sobre violencia</p> <p>Por la falta de casa volvió con su pareja. La violencia aumentó y volvió a San Ramón. Fue a los Consultorios Jurídicos de la UCR y de vuelta a casa supo por su hija de 4 años que todos estaban siendo abusados por su padre y llevados a un grupo de corrupción de menores.</p> <p>Puso la denuncia. La banda de corruptores comenzó a vigilarla, perseguirla y amenazarla de muerte. MUSADE, la Policía y el Hospital le dieron apoyo, protección y gestionaron contactos con Derecho Humanos y la Cruz Blanca, donde estuvo custodiada por nueve meses.</p> <p>Inició un proceso legal contra su esposo (sentencia de 29 años) Sus familiares y vecinos apoyaron al ofensor y luchó sola. Su fe en Dios y su auto valoración y su talento artístico fueron sus recursos de más apoyo, Se capacitó y asumió trabajo de facilitadora de Grupos de Apoyo y en otras acciones en MUSADE. Da cursos de bordado para ayudarse; ha constituido una asociación de mujeres y trabaja con grupos de auto desarrollo. Se casó nuevamente.</p>	<p>En su casa toda la vida ha habido mucho problema porque su papá es alcohólico y la mamá, apática, nunca ha sido cariñosa. El papá dejó su familia.</p> <p>Desde muy joven empezó a trabajar, como de 12 años, para mantener a su mamá y a los otros chiquitos. Nunca les preocupó si venía cansada, sino decirle que hay que pagar esto y aquello, aquí y allá, cortaron el agua, cortaron la luz, toda esa cantidad de cosas que asfixian a cualquiera.</p> <p>De 14 años se fue a trabajar a San José. Cuando tenía 16 años conoció un muchacho, se hicieron novios y se fue con él dos años. Al principio todo fue muy especial; él cambió como a los seis meses de estar de novios. Siguieron porque lo quería mucho, luego se dio cuenta que era tipo agresor, física y emocionalmente; le recordaba que era una persona pobre y muchas ofensas más. A los 18 años terminó esa relación porque la traicionó con la mejor amiga. Sufrió mucho y él la culpabilizó. Al día siguiente ella razonó que eras bonita, joven y sin hijos y se fue.</p> <p>Volvió a conseguir trabajo en San José por cerca de un año. Volvió a su pueblo y se encontró un amigo de muchos años. Como al mes se embarazó de gemelas; una murió a los cuatro meses de gestación, la otra sobrevivió. El padre de su hija, de origen holandés ya no vive en el país entonces debió ponerle la pensión a la abuela y todavía se encuentra peleando ese derecho porque la abuela (su suegra) se niega a asumir esa responsabilidad y la cuestiona a ella como madre.</p>	<p>Su esposo no le pegaba, pero la trataba mal, con desconsideración, la celaba, le quitaba autoridad con los güilas, no la dejaba salir sola. El tenía el problema de drogas y eso lo hacía insoportable. Le gritaba. Decía que era inútil y amargada. Ella, desde hacía varios años, venía viendo la forma de cambiar la situación que vivía</p> <p>A finales del 2001, su hija de doce años le dijo que su papá había abusado de ella y no esperó: Les dijo a él y a los suegros, hasta aquí. Nadie aceptó que fuera verdad.</p> <p>Lo pensó bien y decidió ir al “Seguro” para buscar orientación Procedió a poner la denuncia y pidió ayuda policial para sacarlo de la casa. Le contó a su familia todo y ellos la apoyaron y le dijeron que de hambre no se iban a morir mientras ellos pudieran evitarlo.</p> <p>El hijo mayor reaccionó muy agresivo. Acudió al PANI, pero recibieron maltrato y amenazas. Se puso a trabajar por horas en casas y algo de costura. Se ofreció para trabajar en el Patronato Escolar y en catequesis. Cuando estaba comenzando y se sentía llena de temores y dudas comenzó a asistir al Grupo de Ayuda. Las soluciones de otras le ayudaron mucho; también la ayuda y orientación de una persona de la comunidad. Siempre supo que podía hacerlo. Ahora se siente tranquila, en paz. Decide lo que quiere; lo que hace o no; cuándo salir, a qué hora salir y a qué hora regresar; qué hacer de comer. La tranquilidad con que vive y se acuesta y duerme, la paz que hay en la casa y la autovaloración que tiene ahora, todos juntos le dan sensación de bienestar.</p>

#### **IV. 1. 2. 2. Lo que también dicen las historias**

##### ***En relación con las características socioeconómicas***

Las historias antes resumidas ilustran nueve procesos de empoderamiento, cada uno surgido desde una situación de violencia intrafamiliar grave y paralizadora, que permitió a la mujer involucrada ir desplegando, gradualmente, sus fortalezas y su protagonismo en la adquisición y el control de los recursos de poder vitales para asumir sus derechos y una vida libre de violencia.

En relación con las características socioeconómicas de las sujetas de la investigación, las sustentantes consideramos importante analizar cuidadosamente dichas características en su relación con las historias, en un afán de identificar posibles particularidades atribuibles a una determinada característica.

Las historias pusieron de relieve que el fenómeno de la violencia doméstica no hizo diferencias de ninguna clase en cuanto a las condiciones de las mujeres que la sufrieron, pues como lo indica la Convención de Belém do Pará, “constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre el hombre y la mujer” (Facio, 2001;14).

Igualmente, se evidenció que una importante opción de salida de una vida de violencia es por medio del empoderamiento y que éste es un proceso que fue realizado por todas las mujeres estudiadas, sin importar sus características socioeconómicas, tal como se detalla a continuación.

Según la edad actual reportada por las mujeres y la del momento en que se puso un “hasta aquí” a la violencia, las historias incluyen a una mujer que lo hizo a los 21 años, mientras otra lo hizo a los 43 años y, en sus procesos, no hubo grandes diferencias; por ejemplo, ambas reconocieron su condición de ser víctimas de violencia intrafamiliar hasta que ingresaron al Grupo de Apoyo.

Las mujeres antes citadas, ambas tenían alguna formación universitaria; lo que pone de manifiesto que un alto nivel de educación no garantiza librarse de ese problema, ni facilita necesariamente su percepción y, por tanto, su enfrentamiento siguió caminos similares a los que recorrieron aquellas mujeres que reportaron sólo educación primaria.

Entre las mujeres entrevistadas que tienen sólo educación primaria, se reportan historias de luchas y logros similares a los de las que les superan en nivel académico, esto significaría que un bajo nivel académico no es un obstáculo insalvable para alcanzar una vida plena de realizaciones y libre de violencia; lo que es importante y esperanzador para las mujeres con similar situación.

El número de hijos es también una condición que difiere en las historias analizadas; sin embargo, las dificultades y necesidades vividas durante el empoderamiento no están en relación con esta condición; es decir, el hecho de tener sólo un hijo en vez de cinco, no hace más fácil decidir sobre la ruptura con el agresor; puede ser más decisiva la naturaleza de los actos violentos.

Una mujer que tenía sólo un hijo estuvo a punto de regresar con su ex pareja porque se sentía culpable de haberlo separado de su progenitor; y, otra madre con tres hijos, permaneció en violencia muchos años por mantener la cercanía entre sus hijos y su padre; mucho tiempo después reconoció que, en realidad, él nunca había estado realmente cerca de sus hijos aunque viviera bajo el mismo techo. Tanto ese sentimiento de culpa, como la idea de que lo mejor para los niños es permanecer junto a su padre, era el reconocimiento involuntario a la superioridad masculina impuesta por el patriarcado como “sistema social, ideológico y político que legitima y reproduce el dominio y el poder que ejercen los hombres sobre las mujeres” (Martín-Baró, 1995).

Para una de las mujeres, el hecho de ser muy joven y no tener hijos, fue una condición que tuvo bastante peso en la decisión de abandonar al agresor y liberarse de la opresión de pareja que vivía; no obstante, se mantuvo por mucho tiempo atada a violencia doméstica en su familia de origen por otros factores propios de la cultura patriarcal, como la carencia de una vida propia, hasta que logró empoderarse y afrontarla.

El hecho de contar con fuentes de ingresos propios, como en el caso de dos de las mujeres entrevistadas, no tuvo un peso importante en cuanto a la decisión de romper con la violencia; pues, al menos una de ellas, se sintió atada por su dependencia más emocional que económica, por lo que le tomó mucho tiempo salir adelante, indicó ella misma.

Esta situación puede convertirse para las mujeres en potenciadores o fortalezas como “recursos” necesarios que son; no obstante, en esta vivencia de violencia, priva la condición de género ubicada en una construcción social de ser mujer en función de las necesidades y oportunidades para los otros, con carencia de recursos y el acceso a éstos, se vivió desde la dádiva.

Según la revista ISIS; algunos estudios que han examinado el poder económico como base para la violencia doméstica, aplican escalas que muestran que la base del poder está centrada en la toma de decisiones (ISIS, 2002).

El hombre mantiene el poder que tiene sobre la mujer, utilizando los recursos que ella desea: afectivos, independencia –control y acceso de recursos necesarios para las necesidades del núcleo familiar; aspectos que dificultan a la mujer ser autónoma, con vida propia y tomar decisiones que significa no estar situadas, ni ocupar espacio para sí.

Los hechos de las vivencias de estas mujeres protagonistas muestran que optaron por transformar sus vidas, destruyendo la esperanza del cambio de los otros por la legitimización de una vida desde los derechos.

### ***En relación con la naturaleza o esencia de las historias***

En relación con la esencia de las historias, se evidencia que las situaciones de violencia afrontadas por las mujeres, fueron disímiles unas de otras; fueron únicas como únicas son las personas; sin embargo, en todas las historias se recuerdan el malestar, la impotencia, el temor, el miedo y la urgencia de hacer algo por parte de las mujeres afectadas, así como haber realizado esfuerzos previos para mantener la relación y lograr arreglos favorables a la situación.

Los muchos acontecimientos y acciones que formaron parte de cada historia, parecen no haber tenido relación alguna con el tiempo cronológico transcurrido. Algunas estuvieron llenas de actos de gran violencia, en un período relativamente breve, a los que las mujeres se apresuraron a poner fin; y, otras, estuvieron constituidas por una cadena de hechos durante un plazo relativamente largo, menos graves desde lo físico y algunos incluso muy sutiles pero sí dolorosos en lo emocional, que fueron más difíciles de reconocer como violencia; pero fueron afrontados por las mujeres, por el desgaste emocional y las facturas que su cuerpo les cobraba.

El empoderamiento vislumbrado en los relatos se muestra, así, como un proceso de duración determinada más por factores como la gravedad de los actos violentos, el acceso a recursos de apoyo y el ritmo de cada una de las mujeres, que por el tiempo cronológico de sufrimiento.

Lo que sí es importante resaltar es que cada una de estas historias es un acontecimiento importante de afrontar la imposición patriarcal de la dominación

masculina en la vida de estas mujeres y el rescate de una humana a una vida plena de realizaciones en el ejercicio y disfrute de sus derechos.

Estas experiencias representan a las mujeres que han decidido pensarse a sí mismas, a través de la propia experiencia, sin comparar “este poder con el poder de dominio” sino pensado en una forma constructiva, que se posiciona en los derechos para vivir sin violencia, en procura del desarrollo y bienestar.

Para las sustentantes está claro que situaciones aisladas carecen del carácter necesario para enarbolar las transformaciones requeridas para procesos de desarrollo poco desgastante de las mujeres, pero marcan pautas esperanzadoras y motivantes.

Tal como han sido relatados, estos procesos simbolizan, desde ese espacio personal, la posibilidad de recuperar el protagonismo requerido para decir: ¡Ya, basta! Queremos una sociedad con posibilidades, con esperanzas, con oportunidades para vivir mejor, en democracia participativa, que incluya las necesidades de las mujeres, sus luchas cotidianas, sus intereses y una visión de humanas como sujetas titulares de derechos.

La reconstrucción en este análisis del Empoderamiento de las mujeres, desde sus historias, conlleva desarrollar tres momentos claves para entender la pauta, el proceso de cada situación de vida. Es decir, ha implicado apuntar a tres momentos básicos, para recuperar las historias de vida:

- |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El primer momento denominado <b>ANTES</b>. Alude al proceso de la violencia: lo que se vive; lo que se observa; lo que se siente.</li> </ul>                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El segundo aspecto, es la conexión con el <b>EVENTO DESENCADENANTE</b>, así denominado para identificar la situación que genera la toma de decisión, en cada caso concreto, para enfrentar la dinámica de violencia.</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• El tercer momento representa el <b>AHORA</b>: la vivencia desde el protagonismo, que redimensiona la vida de las mujeres y las ubica en el ejercicio de sus Derechos Fundamentales.</li> </ul>                                  |

#### **IV. 1. 2. 3. Los Tres Momentos Claves del Empoderamiento.**

En la historia de cada mujer se han identificado tres momentos claves que hacen la diferencia entre una vida marcada por la invisibilidad, la opresión y el dolor; y, una vida controlada y asumida desde los derechos como humanas.

El Antes, el momento del Evento desencadenante y el Ahora, son bien reconocidos por las mujeres. Aquí son reconstruidos, no con una perspectiva de víctima sino con el de la percepción de pasos vividos, que las condujeron hacia su visibilización; esto es, a reconocerse y ser reconocidas como personas, con capacidades y posibilidades para ser ellas mismas y controlar su propio bienestar.

Este apartado resume las características principales destacadas en las historias, en cada uno de los momentos claves de su proceso de empoderamiento y eso permite una visión clara de la transformación que ése conlleva en la persona en sí, así como en su entorno y que debe traducirse como el derecho de vivir libres de violencia

No se trata de investir los acontecimientos o las situaciones con un brillo de logro fácil, o de algo que, si no lo logra, es porque la persona quiere o le gusta permanecer bajo circunstancias de violencia paralizadora.

El “Antes”, es una realidad monstruosa y cotidiana, amparada por tantos legados patriarcales que, con frecuencia, ni siquiera es reconocida como violencia; y, el estado de la persona es de tal opresión que, a veces, no queda más que dejar al cuerpo hablar sobre todo el malestar que sufre. El evento desencadenante surge como el Alto en el camino para un cambio de dirección absoluto en el diario vivir; y, el producto del Empoderamiento es ese “Ahora” admirable y sorprendente, que han logrado estas mujeres con sus luchas y conquistas cotidianas. El detalle de todos estos momentos de las historias, se resume en la siguiente síntesis matricial.



TABLA IV. 3. SINTESIS DE LOS TRES MOMENTOS CLAVES EN LAS HISTORIAS DE EMPODERAMIENTO

ANTES	ALGUNOS EVENTOS DESENCADENANTES	AHORA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Despojada de su salario y sus cosas.</li> <li>• Era controlada y víctima de celos.</li> <li>• Soportaba desatención, alcoholismo e infidelidades de su esposo.</li> <li>• Sintió infelicidad, enfermedad, depresión, encierro.</li> <li>• Dependía económica y/o emocionalmente de su pareja.</li> <li>• Creía que debía soportar hasta que la muerte los separara.</li> <li>• Quería estar casada a cualquier precio.</li> <li>• Vivía llena de terror.</li> <li>• Era agredida, física y psicológicamente. Amenazada de muerte. Ridiculizada. Descalificada como madre, esposa y persona. Señalada como loca.</li> <li>• No sabía que lo que vivía era violencia.</li> <li>• No tenía a nadie que la apoyara.</li> <li>• Se creía poca cosa.</li> <li>• No tenía posibilidad de realizar sus sueños: estudio, trabajo, ser persona.</li> <li>• Intervención de familiares de la pareja, dirigiendo su vida de esposa y madre.</li> <li>• Considerada inútil por sí misma y/o su pareja</li> <li>• Plato de segunda mesa. No era válida su opinión. Sensación de ser objeto.</li> <li>• No luchaba. Inmovilizada.</li> <li>• Vivía violencia sexual sin reconocerla, por creer que era lo normal.</li> <li>• Tenía depresión, ideas suicidas.</li> <li>• Me sentía culpable de la violencia en la relación.</li> </ul>	<p>o Por convencimiento de que él no modificaría su conducta, inició la búsqueda de ayuda, ingresó al programa “Mujer no Estas Sola” y estableció un plan que llevó a divorció por mutuo acuerdo y el reclamo de su pensión.</p> <p>o El destruyó unos patitos que ella hizo para un té al que no quería que ella fuera. Ella asistió. A su regreso se produjo una discusión fuerte y él destruyó todo en la casa Ella razonó que no estaba tan borracho y que no podría seguir con él. Llamó a una hermana en San Ramón, recogió lo que tenía, tomó a su hijo en brazos y se fue.</p> <p>o El la desestimaba y ridiculizaba y nunca le alzó la mano; pero un día, ella miraba televisión y él la apagó violentamente, discutieron y él intentó pegarle. La hija se interpuso y el golpe fue para ella. Ante esto, ella solicitó las medidas de protección y llevó a la hija al O.I.J, a valoración y a la medicatura forense. Así logró el respeto.</p> <p>o A los dos años de participar a escondidas en el grupo de Apoyo, un evento con su pareja le llevó a tomar una decisión que cambió su vida. Ella estaba en la planta alta tendiendo ropa y él se acercó por detrás y a la fuerza trató de agarrarla; ella lo empujó, rodó por las gradas. Ella se asustó y decidió hacer algo antes de morir o ir a la cárcel por quien no valía la pena. Le alistó la ropa y le pidió que se fuera de la casa. Esa decisión implicó pérdidas para ella: él se llevó a sus hijos, sus papás le negaron el apoyo y perdió la casa.</p> <p>o El la agredía física, sexual y emocionalmente, ella lo dejó varias veces. La última vez descubrió que abusaba sexualmente a sus hijos y los llevaba a corrupción de menores y no soportó más.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se siente feliz, aunque debió serlo antes.</li> <li>• Trabaja sin presiones y es independiente.</li> <li>• Ha recuperado su salud</li> <li>• Se reconstruyó como persona y se considera valiosa, segura y autónoma.</li> <li>• Logró terminar sus estudios.</li> <li>• Se capacitó y es facilitadora de Grupos de Apoyo para Mujeres en Violencia.</li> <li>• Se involucra en otras actividades de carácter comunal.</li> <li>• Conoce y disfruta sus derechos.</li> <li>• Tiene un trabajo que le da autonomía.</li> <li>• Ha adquirido bienes propios.</li> <li>• Disfruta sus derechos</li> <li>• Plato principal.</li> <li>• Está cumpliendo sus sueños.</li> <li>• Tiene libertad, organiza su tiempo libre.</li> <li>• Decide sobre su vida.</li> <li>• Disfruta su familia, hija(o)(as)(os).</li> <li>• Reclama y hace valer sus derechos.</li> <li>• Pone distancia emocional y física a su (ex) pareja para evitar acoso.</li> <li>• Colabora con las mujeres desde su trabajo, divulga derechos, recursos de atención y ayudar a la comunidad</li> <li>• Es solidaria y promueve en las mujeres el Derecho a vivir sin violencia.</li> <li>• Es líder.</li> <li>• Trabaja en una actividad que le complace,</li> <li>• Logró construir una casa propia.</li> <li>• Tiene el apoyo de sus hijos.</li> <li>• Es autosuficiente e Independiente en todo.</li> <li>• Ha salido adelante.</li> </ul>

Los elementos en la columna izquierda de la matriz, que resumen las situaciones y los sentimientos de las mujeres durante el tiempo que vivieron en relación de violencia, hacen referencia a situaciones caracterizadas por expropiaciones, violaciones sexuales, violación de sus derechos, agresión física y psicológica, creencias inmovilizadoras, intervención de terceras personas en sus asuntos personales, invisibilización de la violencia y de ellas como personas, temores, culpas y reclamos traducidos en malestares del cuerpo.

Estas situaciones, soportadas por mucho tiempo, posibilitaron la emergencia de un “alto a la violencia”, al presentarse un evento que hizo insoportable la violencia y desencadenó la ejecución de las acciones liberadoras. Como se muestra en la columna central, dio lugar a un cambio absoluto de dirección a los acontecimientos del diario vivir: un despertar a una nueva vida.

Todos los eventos desencadenantes, muy diferentes entre sí, se caracterizaron por la ocurrencia de un acto violento de grado superlativo dentro del nivel usual de violencia en la relación y una reacción reflexiva de la mujer, para reconocerlo como límite inaceptable dentro de la misma.

En la columna de la derecha se registran en el “ahora” sólo percepciones absolutamente contrapuestas a las del “antes”. Las mujeres reportaron bienestar físico, mental y emocional; realización de metas y sueños; sentimientos de valía, independencia y autosuficiencia; superación personal; adquisición de capacitación, bienes materiales y otros recursos; y, traspaso de la frontera del hogar para incorporarse en actividades de ejecución de políticas locales y para actuar en desafío de la dominación masculina: en resumen una vida transformada.

#### **IV. 1. 3. A Manera de Síntesis**

El empoderamiento constituye una fase trascendente en la vida de las protagonistas de estas historias, que tuvieron un único punto de partida: la determinación de vivir libres de violencia, desafiando la dominación masculina.

Frente a esta determinación, las características socioeconómicas de las mujeres sólo fueron circunstancias que incidieron en las posibilidades electivas entre las medidas de afrontamiento de la violencia; no un obstáculo insalvable. Sin importar la posición y condición inicial de las sujetas, todas las historias se refirieron a mujeres que se rebelaron ante la opresión ejercida por su pareja con el único fin de lograr una vida diferente; mujeres develadas a través del proceso, que han logrado ocupar su lugar en los terrenos que por derecho le corresponden y en libertad.

No es que usurparan espacios de los varones, sino que se ubicaron en los de persona humana; y que, reclamando el reconocimiento de su derecho a ser persona, han renunciado a cualquier exigencia limitante: la permanencia con sus hijos/as, tener bienes, lo que fuera; porque su determinación fue irrevocable.

Entre los/as autores/as que se refieren al proceso de Empoderamiento, encontramos el señalamiento de Batliwala (León, 1998) que ubica el inicio del empoderamiento en el tiempo en que se reconocen las fuerzas opresivas; tiempo que corresponde en las historias al de la reflexión y determinación de poner fin a la violencia.

Igualmente, apoyados en los criterios de la misma autora, lo realizado por estas mujeres puede ser llamado Empoderamiento, en tanto desafiaron las relaciones de poder existentes en su relación de pareja y adquirieron autonomía y control de los recursos necesarios para su vida desde los derechos.

#### **IV. 2. COMPONENTES DEL EMPODERAMIENTO DE LAS SUJETAS DE LA INVESTIGACION**

Uno de los aspectos en que se analiza el contenido de las historias del empoderamiento de las mujeres, es el de los componentes del sentido total del relato. Según autores como Babbie (2000), la comprensión inicial general brinda un espacio desde donde interpretar el significado de las partes que comprende. Sin embargo, el examen de las partes puede llevarnos a revisar nuestra evaluación general.

Los componentes que interesa en forma particular analizar, en las historias de vida de las mujeres, son:

1. **Las acciones;** entre las que se incluyen las de protección y asunción de derechos (ruptura o enfrentamiento con los legados patriarcales, la puesta de límite a la violencia y la apropiación de derechos) y la participación en los Grupos de Apoyo.
2. **Los apoyos y recursos utilizados** en la ejecución de las acciones desde los ámbitos personal, comunal e institucional; este último complementado con la percepción de las mujeres sobre los servicios institucionales a los que acudieron durante el proceso y las necesidades de apoyo experimentadas y que por muchas razones no les fueron satisfechas.
3. **La redefinición de Empoderamiento** como producto de la conceptualización y operacionalización de éste en las experiencias de las mujeres sujetas de investigación y su vivencia de los derechos como humanas; manifestación del empoderamiento logrado.

El análisis de cada uno de estos componentes, con su respectivo desglose, se presenta en los puntos siguientes de desarrollo.

#### **IV. 2. 1 Las Acciones del Empoderamiento**

En su proceso, las mujeres realizaron múltiples acciones de índole variada; algunas de estas tuvieron como espacio su propia persona y otras su entorno, mediato e inmediato.

La naturaleza de esas acciones, según las historias obtenidas, fue muy diversa, porque no se restringieron a las estrictamente necesarias para salir de la situación de violencia, sea, para poner límite a la agresión. En efecto, muchas acciones tuvieron ese claro propósito; pero la mayoría de los esfuerzos se orientaron, y orientan aún, a su reconstrucción como personas; a la asunción de sus derechos; a la creación de oportunidades de expresión de sus potencialidades, muchas veces retenidas o ignoradas; y, al logro de sus sueños.

Se puede decir, entonces, que las diferentes acciones, tienen cada una un fin específico, pero cada cual le aporta una cuota en la toma de poder para asumir el control de su vida y el disfrute de sus derechos.

No hay un ordenamiento lógico de las acciones; no hay unas que sean requisito para la ejecución de otras; no hay un ordenamiento temporal. Para cada mujer la prioridad de ejecución de acciones estuvo dada por su situación particular de violencia, por su propio ritmo, por su acceso a los recursos de apoyo; por sus propias resistencias de herencia patriarcal, o sea, los legados no deconstruidos.

Como se indicó anteriormente, las principales acciones empoderantes, para efectos de análisis, se han agrupado en:

- Acciones de protección y asunción de derechos; y,
- Acciones de participación en los Grupos de Apoyo.

En el orden antes citado, las acciones se analizan a continuación.

#### **IV. 2. 1. 1. Acciones de protección y asunción de derechos**

Dentro de las acciones de protección y asunción de derechos se han ubicado las de ruptura o enfrentamiento con los legados patriarcales aprendidos; las de puesta de límite a la violencia en la relación de pareja; y, las de apropiación de derechos.

##### ***Los legados patriarcales***

La reivindicación de las sujetas de investigación, según se revela en las historias relatadas, ha implicado etiquetamientos de desobediencia, dolorosos distanciamientos y desencuentros, que las ubican en la encrucijada del Patriarcado y sus legados.

Por lo anterior, resignificar sus vivencias y el disfrute de los derechos como humanas, es prioritario en las historias de estas mujeres que se han propuesto, como norte en sus vidas, derrocar las relaciones violentas, cuestionar el espacio privado torturante y optar por el bienestar.

El **empoderamiento** emprendido en estas historias es un proceso en el que hubo una situación o momento de violencia que se vivió y hubo razones para ello; hubo explicaciones del por qué sucedió esa situación, por qué su duración y por qué fue aceptada por un tiempo.

Entre las razones principales para que las mujeres de esta investigación hubieran aceptado vivir inicialmente en condiciones de dolorosa opresión se encuentran las ataduras internas provocadas por los legados patriarcales. Algunos de esos legados están relacionados con creencias normativas con sustento en mandatos religiosos, sobre lo que es una relación de pareja y lo que es el matrimonio; y, lo que debe ser y lo que es aceptable o no dentro de la conducta de la mujer en aras de mantener la relación, a pesar de la violencia.

En su relato las mujeres manifiestan:

*“Mi familia es conservadora y le hacen creer a una que si se casó, es para toda la vida; una tiene que aguantar toda esa presión” (Mujer Emprendedora).*

*“Actualmente sigo casada porque Dios no quiere la separación, aunque estoy distanciada emocional y físicamente de mi esposo” (Mujer Victoriosa).*

*“El, me violó a los 15 años y luego se casó conmigo. Mi mamá lo buscó para que se casara conmigo por lo que me había hecho “ (Luz Mística).*

*“Antes yo pensaba que eso tenía que ser así, que eso me había tocado y que el matrimonio era hasta la muerte, pero no había entendido que es hasta la muerte cuando se llevan bien, que hay respeto, que hay amor” (Azucena).*

*“La mujer debe ser solamente el modelo de lo que la otra persona o pareja quiere, pero solapadamente o tan sutil se nos enseña la creencia de que uno sí puede hacerlo todo. Pero atrás de esa enseñanza va que la otra persona nos pide esto y lo otro. Parece como historia de ficción lo que a uno le ha sucedido y ha resuelto. A veces uno se pregunta: ¿Cómo es que yo llegué a hacer esto? ¿Cómo es que pude ante tanta situación?. Como cuando se me cayó del pedestal de que no puedo hacer nada, si no funcionó en once años que teníamos de estar juntos. ¿Cómo ahora voy a encontrar algo mágico para cambiarlo?” (Alma Silvestre).*

*“Hay que tomar en cuenta que romper esos mitos y dejar las creencias que nos han impuesto es difícil. Nuestras abuelas siguen diciendo, incluso nuestras mamás, que era mejor antes; y, ¿Qué es lo que era mejor? Que no resolvían nada, porque había otra persona que las tenía que representar, en cambio, cuando actualmente se nos dice que somos rebeldes es porque cuestionamos. Inclusive cuando yo era niña le decía a mi mamá que por qué tenía más hijos; ella decía que papá no la dejaba planificar. No era verdad, pero a ella quien no la dejó planificar su vida y lo que podía hacer, fue la enseñanza; lógico que el señor era machista pero cuando ella pateaba mi papá callaba. Pero la enseñanza no la dejaba planificar, pues mi abuelita decía que se debía tener todos los hijos que Dios mande” (Alma Silvestre).*

*“Cuando recién me separé, iba a un lugar y quería salir a x espacio, el ir a un restaurante y me sentaba en otro lugar que no fuera el familiar, me sentaba en una barra y me criticaban, me trataban las compañeras de rescatar de ese lugar, pues me decían que las mujeres decentes no se*

*sentaban en es espacio; en una barra de un bar solo es para mujeres que trabajan en prostitución. Yo insistía y después ya pasó eso como novedad. Pero así son las enseñanzas, nos limitan” (Alma Silvestre).*

La opresión aprendida, con los mensajes patriarcales que reciben las mujeres las ubican en el deber ser. Rowlands (1997) dice que los mensajes “llegan a arraigarse como mecanismo de supervivencia, tan arraigados que sus efectos se confunden con la realidad”; de aquí que la comprensión de la dinámica de esos mensajes y vivencias opresivas es fundamental para que las mujeres asuman decisiones y se dé la participación protagónica para construir y demandar una sociedad que incluya a éstas como ciudadanas con derechos.

Los legados fueron acatados con carácter de mandato por parte de las mujeres; esta circunstancia explica, tanto los esfuerzos que se realizaron por evitar romper la relación, como la culpa por romper con el legado mismo. La enseñanza inculcada dice que se debe mantener la relación a toda costa, porque es para toda la vida “hasta que la muerte los separe”:

*“Me esforcé mucho. Dedicé mucho de mi tiempo, mi ingenio y de mi vida propia en hacer que el matrimonio funcionara; pero él tenía ciertos hábitos que me dañaban. Era famoso por sus relaciones extramaritales” (Alma Silvestre).*

*“Cuando uno está en el problema, uno dice: es que los niños están muy pequeños y ¿cómo voy a separarlos del papá?” y dice también: ¿qué voy a hacer yo sola?” (Mujer Emprendedora).*

Un legado de gran peso en el mantenimiento de relaciones opresivas es el de concebir el matrimonio como el estado ideal de la mujer:

*“En una situación así, como la que vivía, me dejé absorber por todo y sólo pensaba que quería estar casada” (Estrella).*

Otro legado relevante en la aceptación temporal de la opresión, es el convencimiento aprendido por las mujeres del hombre como poseedor del hacer, el tener y el saber. Este convencimiento se tradujo en una serie de manifestaciones diversas tales como la invisibilización de la violencia; un dominio total del hombre en la relación, dueño absoluto de todo y facultado para expropiar a su pareja, etc.

La invisibilización de la violencia en lo cotidiano y su forma manipuladora de control y manifestación del poder de dominio, que lesiona la vida de las mujeres es vivenciada como negación, con culpa.

En efecto, producto de tal legado, “el hombre se constituye en la medida de todas las cosas... como el hombre es el importante, todo se diseña, tanto en nivel privado como público para facilitarle el logro de su desarrollo personal y social” (Ferro, 1994; 8) y en las historias analizadas la violencia fue así invisibilizada en lo cotidiano. Por tal razón, no cabía a las mujeres cuestionar las actitudes de manipulación, celos, control, aislamiento, agresión emocional, sexual y otras y se asumieron como parte de la relación de pareja:

*“Yo no me imaginé vivir eso. Sí; hablo de agresión sexual. Debía tener sexo todas las noches hasta dos o tres veces, indiferente si yo quería o no. Lo que importaba era su satisfacción por encima de lo que fuera (Mujer Emprendedora)”.*

*“En el matrimonio me manipulaba; para todo tenía que pedirle permiso; me controlaba continuamente. Se hizo de una amante y entonces me comenzó a denigrar, hacía comparaciones que me ofendían y empezó a exigir que aceptara esa relación. Decía que él me quería y me necesitaba pero que era que él nos quería a las dos. Yo llegué al Grupo y me di cuenta que era agredida” (Daisy).*

*“Me ofendía tanto y me decía tantas cosas, que era fea, que se había casado por lástima. Con nada le quedaba bien. Por tanta agresión psicológica me sentía tan poca cosa que me fui dejando que lo hiciera físicamente” (Estrella).*

*“Me descalificaba como madre y esposa, me humillaba diciéndome loca. Mi opinión no era valorada, me ridiculizaba en lugares públicos. Pero yo no lo reconocí como violencia, pues hasta llegué a incorporarme al grupo solo para ayudar a otras mujeres” (Mujer Victoriosa).*

*“Sus constantes infidelidades me causaban dolor, me hacían sentir que estaba prisionera en un calabozo emocional” (Alma Silvestre).*

El dominio masculino se convirtió no sólo en una situación de agresión directa sobre la persona, sino en una carlanca para los anhelos de desarrollo de estas mujeres; “condiciona las experiencias de éstas” (Rowlands / León 1998); aspecto que queda ilustrado en la historia de una de las sujetas, quien relata:

*“Cuando yo quise sacar el bachillerato y cuando quise ir a trabajar en una oportunidad que se abría para oficiales mujeres, él se burlaba, me ridiculizaba, se enojaba y no permitía que me desarrollara. Eso quedó atrás, me superé y sigo adelante” (Mujer Victoriosa).*

Lagarde afirma: “Los hombres son dueños y dirigentes del mundo; tienen predominio y poder sobre las mujeres, hijos (as), con derecho a expropiar las creaciones, bienes materiales, simbólicos y de sus personas” (Lagarde, 2003;53)

El “poder sobre” señalado por Rowlands y que se ejerce sobre todos los recursos de poder sobre los cuales puede ejercerse control y que “define de antemano los comportamientos requeridos y, por tanto, las posiciones posibles al interior de cada uno de estos ámbitos sociales” (Baró, 1999; 94), constituyen los criterios de poder que autorizan al esposo a apropiarse del salario y otros bienes personales de la pareja.

Se observa en estos legados el uso abierto del poder sobre, en términos de sumisión, dominación, obediencia, que inhibe que las mujeres se expresen, como humanas completas, con derechos.

El tener poder tiene relación sobre el control de recursos y de la ideología. Como se observa en estas historias, el desposeimiento necesariamente se

manifestó en diversas formas o características; cada mujer lo redimensionó desde la vivencia individual.

*“Después, me dí cuenta que también estaba siendo víctima de violencia patrimonial, porque todo mi salario se lo daba a mi esposo. Si yo le decía que quería comprarme algo para mí, él me decía que él lo ocupaba todo para el negocio. Yo le entregaba el cheque tal como lo recibía. Yo pasaba al negocio a dejárselo. Tenía que dárselo. Yo pensaba que así tenía que ser” (Azucena).*

Las mujeres sujetas de esta investigación, decidieron enfrentar estos legados, romper con ellos y asumir su sentir y su propia percepción de la vida como la única verdad válida para dirigir sus acciones.

Esta opción no fue fácil dado que “la opresión aprendida establece barreras al ejercicio del poder de las mujeres” (León,1998) y “cuando una mujer rompe con la norma, se insubordina, pasa a ser diferente y es estigmatizada por el resto de la sociedad” (Sapriza,1991; 177); por esto, el precio asumido por la ruptura con los legados patriarcales, en la vida de estas mujeres, ha implicado un alto costo emocional, físico, mental y de bienestar, con deterioro de sus condiciones de vida y con incidencia en el ámbito público, por las exigencias de servicios de salud y el efecto en el desarrollo económico y social por la reducción en la vida productiva de las mujeres:

*“La agresión me afectó tanto el corazón (infarto) y sufrí una parálisis de intestino, por lo que me dije: ¡Hasta aquí!. ¡Ya basta!. Porque mi vida estaba en peligro” (Mujer Victoriosa).*

*“Comencé a entrar en depresión, sentí que la vida no tenía sentido, tuve que ser hospitalizada” (Mujer Emprendedora).*

*“La situación iba de mal en peor; fisiológicamente, me enfermé; varios meses estuve en una depresión muy fuerte, no comía, ni dormía; nada me importaba” (Alma Silvestre).*

*“Mis hijos eran pequeños y seguidos; yo carezco de estudios, de ahorros; dependíamos totalmente de él. Eso me hacía sentir muy mal” (Mujer Emprendedora).*

De acuerdo con la metodología AVAD (años de vida ajustados según discapacidad), en las economías de mercado, se ha estimado que para las mujeres entre 15 y 44 años, la violencia intrafamiliar representa casi un año de vida perdido por cada cinco años de vida saludable; las mujeres maltratadas son cada vez más vulnerables a la violencia patrimonial, actos dirigidos a perjudicar su manutención y la de su familia y su participación laboral. (Fallas,2002).

Se puso de manifiesto en las historias, que las mujeres sufrieron problemas de salud cuando vivieron bajo condiciones de violencia; muchos de los cuales luego desaparecieron o se redujeron. El hecho de vivir una situación que las hizo sentir mal, pero que aceptaba por considerarla su obligación acorde con las enseñanzas patriarcales, las ubicó en una posición de conflicto que su cuerpo resolvió por la vía de enfermedades reactivas. Batres (1998) ha explicado al respecto que se asocia un “exceso de síntomas psicológicos en la mujer, intrínseco a su condición de subordinación propia de los roles tradicionales femeninos” (Batres,1998; 4).

*“Comencé a entrar en depresión, ansiedad, a sentir que la vida no tenía sentido. Una vez tuve que ser internada en el hospital por depresión” (Mujer Emprendedora).*

*“Pero como nosotras creemos que somos nosotras las del problema, estamos dispuestas a arreglarlo siempre y como no se arregla, entonces claro, nuestro organismo no da y tenemos que enfermarnos, nos deprimimos o incluso nos morimos, porque muchas mujeres no encuentran la salida; porque enfrentarnos a nosotras mismas es el trabajo más grande que las mujeres han tenido e incluso en la actualidad habiendo recursos como pareciera y aun así el temor sigue siendo el mismo. Las mujeres no queremos enfrentarnos a nosotras, y darnos nosotras y vivir con nosotras” (Alma Silvestre).*

En forma similar a lo anterior, la mujer que ha enfrentado una situación de violencia y para romper con ella tiene que romper con su relación, sufre a veces un conflicto emocional provocado por sus sentimientos encontrados. Como cada

situación es única, este problema en la situación de algunas mujeres puede incluso llegar a quebrantar su salud seriamente:

*“Yo siempre supe que podía hacerlo, aunque tuve ratos de incertidumbre cuando veía a mis hijos tan mal. No ha sido fácil, pero me siento muy bien de haberlo hecho. Usted tiene que entenderme, que si yo me casé con él es porque lo quería y, a pesar de todo, tampoco es que, él sea el cien por ciento malo. Tiene días en que es muy especial; pero en los demás, era difícil soportar la situación” (Rosa).*

*“Lamentablemente, mi decisión me costó muy cara. Fisiológicamente me enfermé; varios meses estuve en una depresión muy fuerte, no volví a comer, dormir, nada me importaba, ya no trabajaba en el negocio que tenía, no atendía la casa, ni a los hijos. Me agravé mucho; el psiquiatra no hallaba qué hacer; los tratamientos no me hacían efecto, la situación mía iba de mal en peor” (Alma Silvestre).*

A los legados inmovilizantes anteriores para enfrentar la violencia, se agregó, en la situación de algunas de las sujetas, el sentimiento de culpa. Cuando las mujeres descubrieron que estaban siendo abusadas, asumieron una posición de responsabilidad y se inculparon de lo sucedido; en consecuencia, razonaron que, si tenían la culpa, debían aceptar las consecuencias.

*“Si uno piensa lo que pasó, uno se da cuenta que todos los días algo malo pasaba. Uno lo acepta porque uno se dice: “yo me lo busqué” (Daisy).*

De acuerdo con lo anterior, se evidenció el efecto adverso de los legados patriarcales en la realidad de estas mujeres; sin embargo, la decisión a la que todas optaron de hacerles frente, puso de manifiesto que el entorno social y sus significados son poderosos, pero que estos no determinan en forma absoluta al ser humano con su capacidad de pensar, reflexionar y de interactuar. Las mujeres lo demostraron; pues, con esperanzas, sueños y determinación, retaron esos legados y lograron afrontar la violencia.

Se ha dicho que uno de los daños más graves de la violencia es que el abuso suele extinguir las esperanzas y sueños, lo que ocurre por el control sobre la vida de las mujeres. Se necesita de los sueños para ayudar a superar los obstáculos y adversidades, para escapar de la violencia y atreverse a soñar.

Al respecto una de las protagonistas de estas historias señala:

*“Para empoderarnos debemos pensar que nuestros sueños se pueden cumplir. Mujeres, hagamos realidad nuestros sueños, no dejemos de soñar”*  
(Mujer Victoriosa).

La última expresión citada es un llamado a la acción y de hecho las historias relatan una gran actividad desplegada por las mujeres, orientada a poner límite a la violencia en su vida, en todas sus manifestaciones y espacios, como se ilustra en el siguiente punto.

### ***Las acciones de puesta de límite a la violencia.***

El fenómeno violento registrado en las historias es complejo en sí y esto hizo que su afrontamiento también se caracterizara por la complejidad; por eso, poner límite a la violencia no fue una tarea fácil, ni se logró con la toma de una sola medida sino de muchas y de muy diversa índole.

De acuerdo con lo relatado, la mujer que sufrió dependencia económica y / o emocional, tuvo menos grados de libertad en las medidas por tomar que aquella que gozaba de mayor autonomía. Igualmente, la mujer con acceso a información y servicios de apoyo tuvo más viabilidad de la salida que aquella carente de este acceso; y, fue diferente la actitud de quien vivió violencia física agresiva de la de quien sufrió una manipulación sutil del agresor.

Por lo antes dicho, la puesta de límite a la agresión requirió, en cada una de las historias, una serie de actividades determinadas por las características de la violencia sufrida y las posibilidades reales (recursos) y ritmo de acción de cada protagonista.

Tomando en consideración la naturaleza y finalidad de las acciones para poner límite a la violencia; es claro el fin de reducir la dependencia económica que persiguieron las mujeres con la búsqueda de trabajo e ingresos, las que así lo hicieron; además de que ello constituyó un medio de organizarse mejor y controlar los recursos que les asistieran en el desafío y eliminación de su subordinación, como plantea Rowlands (León, 1998; 216):

*“El dinero comenzó a escasear. Todo se lo gastaba en sus vicios y con la otra. Se iba los viernes y llegaba el lunes y me daba trescientos pesos y me decía que me la jugara con eso. Casi no trabajaba por seguirme. Como no había dinero para lo personal, busqué trabajo en casas” (Daisy).*

*“Ya tenía trabajo de medio tiempo. Luego descubrí que mi hijo estaba siendo abusado. Cuando tuve tiempo completo, me fui a una casa aparte” (Estrella).*

Como se señaló al inicio, la carencia de ingresos no fue un obstáculo insalvable para que las sujetas de investigación decidieran romper con la violencia en sus vidas; no obstante, hicieron un claro señalamiento de que un factor importante para el empoderamiento de muchas mujeres es el económico. La falta de este factor, debido a su carácter de mujer relegada, en su perjuicio, al ámbito del hogar, en el contexto de un dominio social institucionalizado (Baró, 1999), limitó la capacidad de acción de la mayoría de estas protagonistas.

Es importante aclarar que esa dependencia económica había sido aceptada en el marco de la relación como algo normal y desde la perspectiva de Baró (1999) cuando las personas aceptan esas rutinas establecidas y las incorporan como su mundo en la socialización, se someten a los intereses sociales impuestos

a través del poder”. Esta situación, en criterio de Sapriza (1999), es reforzada con la obligación del trabajo doméstico que asume la mujer en su hogar y por el que no recibe remuneración económica pues se le paga con sentimientos; pago que, tendríamos que agregar, no siempre se le da.

No cabe duda que fue conveniente para los intereses de los agresores de estas mujeres que ellas carecieran de recursos de poder, el dinero entre ellos. Dado que, como indica Baró (1999;98), la posesión de recursos concede poder, para algunas de las mujeres cuya historia se analiza, no tenerlos fue una dura realidad.

*“Dependía de un hombre del cual tenía que aceptar lo que me diera. Ahora no. Tengo mi trabajo; ahí voy, a veces con deudas pero tengo recursos para hacerles frente”(Mujer Emprendedora).*

*“Lo económico es lo que más limita, sobre todo a las personas que socioculturalmente somos de clase baja” (Daisy).*

De las acciones realizadas por las mujeres, algunas implicaron una pérdida grande e inesperada de dominio por parte del agresor; en respuesta y concordante con ese dominio social institucionalizado, se produjo un agravamiento de la violencia experimentada:

*“Empecé a revelarme; entonces las amenazas aumentaron porque él sentía que me le estaba escapando de las manos” (Daisy).*

*“El no era cercano a los hijos, no nos sacaba ni a pasear, pero él fue astuto. El se llevó a los hijos sólo para no dar la pensión... los alejó mucho de mí. Por ejemplo, les decía: no pasen por esa calle, por donde yo vivía, o, si su mamá pasa por aquí yo le echo la ley y si su mamá se los lleva yo quemo la casa con ustedes dentro” (Mujer Emprendedora).*

La realidad de la mayoría de las mujeres, según se ha indicado, estaba marcada por la escasez de recursos; sólo poseía, básicamente, los de su interior, sus fortalezas como persona; con estos pocos recursos dieron sus primeros pasos

hacia el enfrentamiento de la violencia; después se abocaron a la realización de gestiones para obtener apoyo de otras fuentes, a fin de continuar avanzando; principalmente, las instituciones:

*“Fui al Hospital (de San Ramón) a la Oficina de Trabajo Social y me remitieron al Grupo de Apoyo de MUSADE” (Luz Mística).*

*“Yo me fui a la Universidad y hablé con unos asesores y ellos me recomendaron ir sin tardanza a la policía. Les pedí protección y les expuse que estaba en peligro. Me acompañaron dos policías para que sacara ropa para dos días y así lo hice” (Daisy).*

La ruptura con la situación de agresión y malestar, fue una necesidad percibida por la mayoría de las protagonistas de estas historias. Eso no significó que quisieran romper la relación; por el contrario, esperaban que se produjeran cambios en la conducta de su agresor; de ahí que algunas pretendieran permanecer a su lado y enfrentar la violencia de una manera que no implicara la separación; lo que no fue posible.

En esas relaciones el agresor, poseedor del poder, continuó con su actitud de imponer su voluntad, pasando por encima de las motivaciones personales de su pareja, como subraya la definición clásica de Weber que Baró (1999;100) retomó, e incluso, recurrió a la amenaza o a la agresión física, de tal manera que estas mujeres tuvieron que buscar un techo seguro o poner distancia para recuperar su sentido de seguridad.

*“Para mí, poner distancia del lugar donde yo vivía fue importante, aún no he podido regresar a ese lugar” (Alma Silvestre).*

*“Le decía a mi hija, en esa cuerda o guindo a su mamá o me guindo yo. Es algo que nunca vas a olvidar. El estaba fuera de sí. Yo le dije que, como no había nada, yo tenía que ir a cobrar y a comprar algo. Que me diera chance de bañarme. Como pude me alisté y salimos corriendo...” (Daisy).*

*“Entonces, yo me fui otra vez para la casa mía, pero él la tenía alquilada; entonces, me fui a vivir a la pizzería, pero fueron seis meses y fueron*

*demasiadas las amenazas y las violaciones... Recogí todo lo mío que había en la casa y me dije: me voy... y me volví a San Ramón” (Luz Mística).*

Así mismo, la esperanza de que pudiera darse un cambio en la situación de violencia, hizo que algunas mujeres no se hubieran atrevido a actuar a pesar de haberse dado cuenta de que eran agredidas; sin embargo, un peligro inminente de muerte las obligó a actuar:

*“El lunes, apenas amaneció, fui y puse la denuncia” (Daisy).*

*“En la mañana me levanté y me fui donde la suegra porque no tenía a nadie más. El día siguiente hablé con mi hermana (residente en San Ramón) y ella me apoyó para que lo dejara y me viniera a su casa. Otra hermana, también de San Ramón, ofreció pagarme un carro que trajera mis cosas” (Estrella).*

En las historias de las mujeres una actitud frecuente se relacionó con la ejecución de acciones orientadas a su estabilidad, una vez que lograron liberarse de la situación de opresión. La libertad adquirida, las ubicó en el espacio de asumir pleno control de su vida y, por ende, a buscar nuevas opciones de residencia, de trabajo, de forma de vivir. Una lectura desde Rowlands (1995) identifica esto como el derecho de identificar sus opciones en la vida y de influenciar la dirección de los cambios.

*“Después que me divorcié gestioné un bono y me hice la casa” (Daisy).*

*“Me siento más realizada. Me casé de nuevo y mi esposo me apoya y me deja ser yo. Tengo mi vida propia. Yo tomo mis decisiones. Tan pronto se pueda; él quiere que yo siga estudiando hasta que yo quiera” (Daisy).*

*“Mi logro más grande es mi casa en menos de un año; tengo una jarana pero no es tanto lo que debo. Eso significa tener el techo seguro, donde nadie me dice más: “tiene que irse” (Mujer Emprendedora).*

Las mujeres entrevistadas relataron situaciones que dan cuenta de que, el disponerse a enfrentar la violencia, puede significar en algunos casos hasta

exponerse a perder la vida. En particular, una de las mujeres entrevistadas debió soportar hasta amenazas de muerte por parte de la delincuencia organizada porque, en su situación, no sólo su esposo la agredía y abusaba sexualmente de sus hijos, sino que los había expuesto a corrupción de menores:

*“Entonces fue que me di cuenta que estaba abusando de ellos y que los había llevado a corrupción de menores, desgraciadamente allá se da mucho eso. El los tenía amenazados, por eso él me amenazaba con cuchillo delante de ellos, porque él los tenía amenazados con matarme si ellos me contaban algo, entonces ellos por defenderme a mí nunca me contaron nada. Después hablé con ellos, uno por uno, y después una reunión con todos y todos coincidieron; entonces yo fui a poner la denuncia inmediatamente a la Corte y lo llamé y le dije: ya sé toda la verdad.*

*Entonces empezaron a vigilarme la casa; habían como unos cinco carros desde las siete de la mañana y vigilaban todos los movimientos que yo hacía y muchas amenazas de muerte por teléfono. Yo tenía que descolgar el teléfono y echarlo a la cartera para contestar yo, porque eran sólo amenazas de muerte. Eso era porque yo sabía que los llevaba a corrupción de menores, que sabía quién era el que lo manejaba todo y entonces la gente de la banda se organizó y cuidaban la cuadra” (Luz Mística).*

Es urgente dice Lagarde (1999) instaurar un *poderío femenino* que elimine el poder con abuso, el poder autoritario, el poder que lastima a otros (as), el poder que expropia la posibilidad de vida de las personas. La acción de cada protagonista para vivir sin violencia, evoca ese poder femenino “que representa un desafío a las relaciones de poder existentes” (León, 1998; 20).

La experiencia vivida por las protagonistas llevó a las sustentantes a advertir que la ruptura de la relación no es una situación que le asegure a la mujer la posibilidad de controlar su propia vida. En efecto, después de romper con el agresor, algunas mujeres tuvieron que enfrentar luchas de diversa índole para lograr tomar el control de la situación.

Unas veces sucedió que el agresor no se resignó fácilmente a perder su espacio y continuó ejerciendo presión, en forma directa o por medio de los hijos y

familiares; en otras, en el contexto de su familia de origen se dieron acciones orientadas a hacer que la mujer retrocediera en su decisión y “recobrarla la cordura”; y, en otras, en ausencia del agresor su familia u otro miembro de ella, pretendió asumir el control de la vida de la mujer. Esto concuerda plenamente con el señalamiento de Baró (1999) en cuanto a que las instituciones fundamentales en una sociedad, entre ellas la familia, definen y limitan lo que cada persona, en concreto, puede o no puede hacer.

Las mujeres lo recuerdan en sus historias así:

*“Cada vez que viene, él pretende que todo se arregle y presiona para que acepte que se quede a dormir. Además, ha hecho todo lo posible por ganarse a los güilas y ponerlos de su parte, para que yo tenga que dejarlo quedarse en la casa” (Rosa).*

*“Mi decisión de separarme también implicó que tuviera que salir de la casa que yo creía que era mía, pues mi papá no estuvo de acuerdo con la separación y, entonces, me dijo que dejara la casa” (Mujer Emprendedora).*

*“Un problema que se comenzó a presentar después de que él se marchó fue que su familia comenzó a entrometerse. Era como si quisieran tomar el control de mi casa en lugar de él. Querían decidir lo que debía hacer con mis hijos y a influir con ellos. Tuve que plantarme para que se respetaran mis decisiones. El problema es que ellos son muchas familias y yo vivo entre ellas” (Rosa).*

*“A partir de las medidas de protección empecé a respirar y a ser libre. Hasta el aire me olía diferente y todo me parecía bonito y me sentía feliz. Las cosas luego fueron difíciles pero tenía mucho apoyo. El alegaba que yo mentía y quería arrebatarme a la niña pero en la Corte le hicieron un estudio y llegaron a la conclusión de que no le hacía bien y le quitaron el derecho de acercársele. Para la familia yo era la mala y también comenzaron a causarme problemas, así que tuve que denunciarlos también” (Daisy).*

Aparte de las acciones citadas, relacionadas con la búsqueda de autonomía, estabilidad y control de su vida, los relatos recabados aluden a la

ubicación de estas mujeres fuera del espacio privado en la realización de actividades grupales y comunales.

Para ellas, no ha sido suficiente su empoderamiento personal, sino que su bienestar, sus logros, sus conocimientos, las han hecho proyectarse como persona hacia el grupo y hacia la comunidad, para transformar las realidades de otras mujeres y para enfrentar, con otras, las situaciones opresivas del entorno; o, para probarse a sí mismas que son personas capaces de hacer cosas, aparte de las tareas del hogar.

Lo que estas mujeres han realizado, concuerda con lo planteado por Batliwala (León 1998) en cuanto a que el traspaso de la frontera del hogar significa que el empoderamiento sí ha ocurrido y por ello actúan para apropiarse de sus derechos; cambiar las relaciones de poder existentes, asumiendo un rol activo en la transformación de otras instancias de la sociedad; y, hacer un aporte efectivo para que otras mujeres también logren el control de sus vidas y se apropien de sus derechos fundamentales.

*“Apenas entraron las clases me ofrecí para trabajar como miembro del Patronato Escolar, porque sé que puedo hacer cosas así. Yo sabía que podía hacerlo y lo hice” (Rosa).*

*“En el nivel comunal estoy con una doctora organizando un grupo de pacientes con cáncer de mama. Es un trabajo de voluntariado. Con la capacitación de CEFEMINA abrí aquí un grupo de apoyo” (Azucena).*

*“Yo soy Defensora Popular y trabajo en la comunidad. Con el Proyecto Construyendo Esperanzas, trabajo en la organización de la comunidad; aquí, en MUSADE, soy co-facilitadora. Ahora que estoy casi sin trabajar por el embarazo, en la comunidad me buscan como apoyo por haber trabajado aquí. Uno es un poco líder. Es fácil involucrarse en cosas en la comunidad. Ahora estoy con un grupo de señoras de familias beneficiarias de leche que da el Gobierno, que están haciendo un curso de manualidades y yo les capacito en otros temas de su interés” (Daisy).*

Las múltiples acciones hasta aquí resaltadas constituyeron un aporte sustantivo en el empoderamiento de las protagonistas; aporte que fue completado

con las acciones dirigidas intencionalmente a la apropiación de los derechos fundamentales y que se describirán a continuación.

### ***Apropiación o asunción de derechos***

El empoderamiento conlleva un proceso de apropiación de derechos por las mujeres. Este proceso se va conformando gradualmente y se va caracterizando, en cada caso, según las necesidades de cada mujer para mejorar su posición y su condición.

Es importante señalar que la apropiación de los derechos no se ha incorporado al discurso de las sujetas más que parcialmente. Esto es importante señalarlo porque, de acuerdo con lo planteado por Facio, según cita de Calvo (1990; 20), “el poder de nombrar y definir es un poder inmenso” y por ende, la ausencia de los derechos en su discurso se traduciría en una disminución de ese poder capturable en las palabras.

La parte incorporada parece ser la relacionada con el derecho cuya violación fue más percibida; es decir:

- Cuando la vida estuvo en serio riesgo, en el discurso aflora el derecho a la vida.
- Cuando la voz de la mujer fue silenciada, el derecho a la libre expresión toma relevancia.
- Cuando se percibió claramente la violencia en la relación, el derecho a vivir sin violencia es resaltado en el discurso.

Muchos otros derechos también han sido asumidos por estas mujeres; sin embargo, no son aún reconocibles en su discurso en términos de derechos, aunque lo son como logros. Por ejemplo, el derecho a la educación en la modalidad de una capacitación en temas de su interés, es resaltado en todas las historias, mas no es citado como derecho. Igualmente, el acceso a recursos es un disfrute de derechos, como lo es la realización misma de las acciones que emprenden para dejar atrás la violencia y asumir el control de sus vidas.

*“Para ser defensora yo me capacité; me he capacitado mucho. Lo he hecho con la Defensoría de los Habitantes, con el INAMU y con otras instituciones. He recibido cursos de Manejo de Conflictos; Intervención en Crisis; Derechos Humanos del Adulto Mayor; Derechos de los Niños/as y Adolescentes; Derechos del Consumidor. Hacer algo por el Grupo me hacía sentir importante. Por eso me fuí involucrando en actividades y capacitaciones, quería hacer y ayudar” (Luz Mística).*

Una primera situación que se da en relación con los derechos es el desconocimiento que tienen las mujeres sobre ellos. Es un tema del que se informaron, la mayoría, hasta que llegaron a los Grupos de Apoyo, conocimiento que significó para muchas la apertura de la puerta principal de salida de la situación de violencia. Dado que según Young “el empoderamiento implica una alteración radical de los procesos y estructuras que reproducen la posición subordinada de las mujeres como género” (León, 1998), puede afirmarse que se produjo una alteración radical, en la vida de estas sujetas, al apropiarse de sus derechos, pero ese proceso no fue fácil:

*“Yo tuve que pelearlos porque, primero, no sabía que tenía los mismos; después, me di a la tarea de saber que ahí están. Ya uno ve que hay derechos, otro tipo de vida; que podemos decir sí o no. Se va fortaleciendo uno como persona y entonces no es que saque las uñas, como a una le decían... Echarme a perder era saber mis derechos...” (Alma Silvestre).*

En las historias recabadas se concede a los derechos fundamentales una importancia que está dada en función de la privación que se vivió de ellos. En sus

historias de violencia, la manipulación, el control y los celos de los que eran objeto, las mantenía como atrapadas; por eso, liberarse fue una verdadera conquista:

*“De mis derechos lo más importante para mí es mi derecho a movilizarme libremente. No se debe pedir permiso; se debe comunicar pero yo no siempre lo tenía. Tenía que pedir permiso para salir y a veces me era negado el permiso para ir ver a mi familia, para ir a un funeral o para asistir a una fiesta” (Daisy).*

*“Derecho a la vida, porque no se tiene vida cuando se es violentado. Derecho a poder expresarse, a poder opinar. Ellos disponían de todo sin que pudiera decir que no a nada” (Estrella).*

La apropiación de los derechos no necesariamente se relaciona con situaciones opresivas extremas. A veces ocurre, en el contexto de las historias en análisis, que la situación que la mujer vivía estaba ligada a costumbres muy arraigadas o a sutiles manipulaciones, que le significaban privaciones injustas:

*“El vivir los derechos va desde lo más mínimo, de disponer que la mejor porción de lo que haya en una casa no es para mi pareja, ni para mis hijos. No. Somos importantes; pero somos una empresa y en esa empresa no existen diferencias. Claro que el tener este panorama no se acepta en la familia en forma fácil cuando se vive de otra manera. Los derechos de mi tiempo personal, mis amistades; salir; recreación” (Alma Silvestre).*

Para algunas mujeres, los derechos no son tan asequibles como parece; de hecho, aún si están allí, son vistos como algo casi intocable, lo que equivaldría a que no existieran o, por lo menos, a que fueran sólo para algunas y no para todas:

*“...primero, las personas desconocemos que existen los derechos. Una vez que conocemos es difícil hacer valer nuestros derechos, porque aún seguimos con la duda si esos derechos fueron establecidos para nosotras por el asunto de la desigualdad. Es difícil para las mujeres llegar a creer en tener derechos en igualdad” (Mujer Emprendedora).*

*“Los derechos deben verse como una oportunidad; incorporables a lo práctico. Tenerlos como una vivencia, pero la vida tiene una trampa: nos da mucha materia de cosas sin importancia; en lo práctico no se le dice a la*

*mujer: ¿Usted qué haría? ¿Qué opina? Se dice que hay derechos, pero no para todos. La mujer no sabe. Yo me di cuenta de mis derechos hasta que estudié mi vida...” (Alma Silvestre).*

Todo lo anterior lleva a considerar que el enfoque de género deja al descubierto el sexismo, traducido en prácticas sociales de discriminación. Esto hace imperante un enfoque desde la exigibilidad de los derechos, con la finalidad de asegurar participación y pleno reconocimiento a las mujeres; que modifique el hacer, el accionar, para transformar la opresión y las relaciones alienantes, en prácticas sociales que potencien el protagonismo, el ser mujer.

El proceso de empoderamiento de las historias de estas mujeres, propone reivindicar las prácticas y luchas cotidianas discriminantes, para conocer y reflexionar sobre los valores que mantienen la violencia como paradigma de una vida controlada. Eso permitiría plantear esas transformaciones necesarias, que aumenten las destrezas y capacidades, promuevan las acciones organizativas y visibilicen las expectativas y esperanzas de todas y cada una de las mujeres.

Los cambios sociales y culturales requeridos, plantean desafíos que se deben traducir en condiciones y políticas de inclusión prioritaria de los derechos humanos. Estos deben ser constitutivos del diario vivir, más que planteamientos filosóficos y de papel, y extinguirse en lo cotidiano su visión de inalcanzables como algo etéreo. Han de ser, una práctica de libertad e inherentes a la persona.

#### **IV. 2. 1. 2. Participación en grupos de apoyo**

En relación con la puesta de límite a la agresión, tal vez la acción más común en las historias recabadas es el ingreso al Grupo de Apoyo; acción que se analiza por separado por la relevancia que revistió en el empoderamiento de todas las sujetas de la investigación.

El ingreso al grupo fue una acción común, pero la motivación, el involucramiento y el efecto de la interacción grupal, en cada mujer, fue diferente.

Algunas de estas mujeres, específicamente, Estrella y Rosa ingresaron al Grupo, para fortalecerse y apoyarse, hasta varios meses después de haber enfrentado al agresor y/o de haber puesto distancia de por medio:

*“Cuando estaba comenzando y me sentía tan llena de temores y de dudas de que no lo lograra, comencé a asistir a los Grupos de Apoyo. Eso me ayudó mucho porque uno puede contar sus problemas y oír opiniones; y, nadie lo culpa por lo sucedido” (Rosa).*

*“Yo me vine y como a los seis meses aun no tenía trabajo. Pasé por aquí y me interesó venir. Aquí ingresé al Grupo y aquí entendí que si vivía en violencia” (Estrella).*

También se dio la situación de Mujer Emprendedora, Luz Mística, Mujer Victoriosa, Alma Silvestre y Daisy, que ingresaron al Grupo y allí tomaron conciencia de ser víctimas de agresión; a pesar de eso, permanecieron un tiempo más junto al agresor, esperando que cambiara, hasta que se dieron cuenta que el cambio deseado sólo podría darse en ellas mismas. A partir de esa nueva percepción, se produjo el afrontamiento a la violencia.

*“Me llevaron al Psiquiatra; al Seguro. Ahí me hablaron que había un grupo de Mujer agredida. Yo me dije: Voy a jugármela; voy a tratar de ir y era a escondidas... Pertencí o fui antes de mi decisión al Grupo muchas veces. Como a los dos años del proceso yo tomé la decisión de que no había marcha atrás, que yo tenía que dejarlo, que la relación tenía que terminar” (Mujer Emprendedora).*

*“Al poco tiempo, en el Grupo me dieron la oportunidad de recibir capacitación, brindada por la Defensoría de los Habitantes. Fui al Curso. Sabía lo que estaba viviendo pero todavía estaba esperando que él cambiara. Llegué a deprimirme; entonces fue cuando decidí que no podía esperar más” (Daisy).*

También ha ocurrido que el ingreso al Grupo formó parte de las medidas de ruptura con la agresión, como sucedió con Yanina y Azucena.

*“Busqué ayuda en el Programa Mujer no Estás Sola. Entré allí mismo al Grupo...asistí de 2 a 3 años y eso fue lo que me ayudó a tomar la decisión. El vio como que yo estaba cambiando y él pensaba que todo estaba muy bien y me decía que en vez de ir una vez a la semana, si podía fuera dos. No sabía que yo estaba maquinando cómo podía hacer las cosas” (Azucena).*

Con base en lo anterior se puede decir que el evento desencadenante sea el surgimiento de la situación crítica que hace el “click”, puede darse en cualquier momento del proceso de empoderamiento.

Si una mujer ya ha buscado apoyo y ha realizado acciones empoderadoras, por pequeñas que sean, es evidente que el evento que hace el click no es necesariamente el que da inicio al proceso de empoderamiento, tampoco el que lo impulsa, ni el que lo provoca; pero sí podría decirse que el evento desencadenante sí es el que marca la ruptura con la agresión y que es una condición necesaria para consolidar el empoderamiento.

Este aspecto del proceso de empoderamiento de las mujeres de esta investigación, más que hacer un análisis del proceso grupal, se ubica dentro de los recursos que asumen las mujeres; el significado para su posicionamiento ante la violencia y el vivir desde los Derechos, como humanas.

Estas mujeres inician la participación en estos espacios, desde el reto, desde la oportunidad, hasta el pensar que encontrarían la llave mágica para ser la mujer ideal:

*“Cuando me orientaron para participar en el grupo de Apoyo, yo dije voy a jugármela, voy a ir a escondidas, porque Dios guarde manifestar que una va a buscar algún tipo de ayuda” (Mujer Emprendedora).*

*“El primer día en que participé en grupo, para mí fue una gran decepción, pues yo esperaba encontrar una fórmula mágica, que me convirtiera en todo lo que mi pareja quería que fuera, para conservar mi ideal de matrimonio y que funcionara. Gracias a Dios me quedé, me dí la oportunidad de reflexionar y replantear mi vida” (Alma Silvestre).*

Los Grupos de Apoyo a que acudieron estas mujeres, se constituyeron en espacios con un efecto transformador, en tanto, se convirtieron en una fuente de conocimiento, de toma de conciencia de la violencia, en un lugar donde se descubrieron a sí mismas y donde se dieron la oportunidad de ser persona y reconocer todas las ideas falsas sobre ellas, aprendidas de mucho escucharlas, tanto del agresor como de la familia y la sociedad. Desde la perspectiva de Batliwala (León, 1998), las mujeres realizan actividades de autoafirmación:

*“..Me remitieron al grupo de apoyo. Yo me sentía muy bien con las compañeras y comencé a sentir que sí valía. En la casa todo era distinto” (Estrella).*

*“Venir al grupo me ayudó a visualizar lo que estaba viviendo”(Estrella).*

*“Es que de oír a las demás, uno como que se bombardea con esas ideas” (Daisy).*

*“Para ellos, una es la culpable de todo, pero en el grupo aprendí a no asumir las cargas y responsabilidades de otros” (Estrella).*

*“Boté cargas que no me pertenecían” (Yanina).*

De lo antes comentado sobre la interacción grupal se desprende que el cuestionamiento del espacio privado, familiar, se permite al discutir las relaciones de poder en el ámbito cotidiano y al reconocer la discriminación como una cuestión colectiva.

Al romper el silencio torturante e impuesto desde los mitos y estereotipos, se abren espacios que expanden el ámbito privado que ha sido limitante para el intercambio y la participación social de las mujeres.

#### IV. 2. 1. 3. A Manera de Síntesis

Batres (1998) afirma que “el género como categoría, tiene un carácter social, designa una realidad psicosocial y una fuente cultural”. Agrega así mismo que “las mujeres se convertirán por el peso de las expectativas culturales, la coerción familiar y la educación, en lo que por “naturaleza’ se dice que es.

Los legados patriarcales subyacentes a las historias de vida de las sujetas, son parte de las múltiples explicaciones para haber soportado la violencia. Su superación implicó el enfrentamiento con la propia opresión aprendida; mitos y creencias que no se aprenden casualmente, sino mediante el patriarcado, un “sistema que se origina en el poder de los padres” (Baró 1999).

Para Lagarde (1999) “el mundo ha cambiado: la humanidad está conformada por hombres y mujeres, es decir por humanos y humanas, es necesario conceptualizarlo así. Pero la filosofía se vuelve polvo si no se asienta en la política y si no se convierte en vida cotidiana”. En la vida de estas mujeres, se produjo un cambio radical y pasaron de esa filosofía hecha polvo a la realidad de formar parte del mundo como humanas. Este paso lo lograron mediante la acción.

En la búsqueda de salida a la situación de desesperanza, temor y pérdida de la salud física y emocional, las mujeres, además de enfrentar los legados paralizantes, exploraron posibilidades de acción para buscar alianzas; resignificar su vida; potenciar sus fortalezas; y, retar el aislamiento, la desinformación, la invalidez, la dependencia, la victimización, el respeto a sus procesos y a la autodeterminación; poniendo así freno a la violencia y apropiándose de sus derechos como humanas .

En los procesos grupales exploraron posibilidades, aún en contra del mandato de ser obedientes ante sus parejas, la familia y las creencias, para asumir protagonismo en lo personal y en el entorno

## **IV. 2. 2. Las Fuentes de Recursos y Apoyo**

En este apartado se incluye el análisis de los recursos necesarios para efectuar las acciones de empoderamiento; recursos a los que las mujeres algunas veces no tuvieron acceso o lo tuvieron en diferente grado, ya porque no estuvieran disponibles, ya porque su situación no los demandara específicamente, pues cada proceso es diferente para cada persona y por tanto también difieren las necesidades de apoyo.

En los siguientes puntos se presenta un análisis sobre los recursos de apoyo desde dos perspectivas, a saber:

- Las fuentes y recursos que fueron accedidos; y,
- Las necesidades identificadas por las mujeres, en términos de recursos que les hubieran facilitado el proceso, pero no estuvieron disponibles.

Las posibilidades de acción de las mujeres que afrontaron la violencia, protagonistas de las historias objeto de investigación, estuvieron marcadas por el acceso a una serie de fuentes de apoyo que les proporcionaron los recursos materiales y no materiales requeridos para sus fines.

En este sentido, los recursos y apoyos a los que las sujetas de investigación tuvieron acceso se han agrupado, para efectos de análisis, en:

- Recursos Personales
- Recursos del Entorno.

### **IV. 2. 2. 1. Recursos personales**

Este grupo de recursos está conformado por todos los medios materiales (dinero, casa, local comercial, equipos y herramientas de trabajo) y no materiales (potencialidades, habilidades, destrezas, capacitación, educación, talentos

especiales, iniciativa, seguridad en sí misma, fuerza de voluntad y otros similares); recursos que las mujeres sujetas de investigación tuvieron a su alcance durante su proceso de empoderamiento y que, siendo propios, los utilizaron libremente.

Muchas reconocieron haber recurrido en primer lugar a su propio potencial interior; definido por León (1998) como “poder desde dentro o poder del interior, que es la habilidad para resistir el poder de otros mediante el rechazo a las demandas indeseables. Ofrece la base desde la cual construir a partir de sí mismo... Poder que surge del mismo ser y no es dado ni regalado”. De sus reflexiones y su iniciativa, obtuvieron los elementos sobre los cuales valoraron su situación y tomaron decisiones sobre lo que querían tener y lo que no:

*“Ver el espejo de mi suegra hacía que me dijera que yo no quería vivir, toda la vida, esa situación. Mi esposo lo hacía porque era lo que había visto hacer a su padre y ese lo hacía porque así había sido el abuelo. Yo no quería que mi hijo llegara a hacer lo mismo; quería romper la cadena. Me senté un gran rato en las gradas. Razoné entonces que no estaba tan borracho y que debía poner límite” (Estrella).*

*“Entonces reconocí que había en mí algo que estaba mal y sentí miedo de que, en un mal momento, esos pensamientos me llevaran a hacer algo fatal” (Daisy).*

*“Lo que él me hacía, yo sentía que no estaba bien. Empecé a trabajar en las casas. Sabía que tenía que hacer algo. Venía pensando y pensando y por eso empecé a capacitarme” (Daisy).*

*“Lo fundamental es no querer vivir más en violencia; esto es lo fundamental y por encima de todo. Yo voy para adelante; no quiero echar marcha atrás. Yo violencia no quiero más; fue como si me hubieran vacunado contra eso” (Mujer Emprendedora).*

*“Pienso que esto, como todo, son decisiones muy propias. Uno nunca puede decidir porque otro le diga, sino porque llega al pleno convencimiento de que es lo mejor para uno” (Mujer Victoriosa).*

*“Yo creo que la dicha o la desdicha es propia, pero el hecho de que uno se equivoque en la vida no quiere decir que tiene que quedarse equivocado; uno puede cambiar. Si uno se unió a una persona y no resultó como uno quería, no quiere decir que se tiene que estar condenado a vivir siempre así; no está escrito que uno tenga que vivir mal. Entonces es aprender a*

*hacer un alto en el camino y hacerse un examen de conciencia y ver si se quiere ese tipo de vida o quiere cambiarla. Es una decisión muy propia, pero la que siente que está a tiempo puede cambiarla con toda la confianza del mundo y Fe en que Dios no nos falla” (Alma Silvestre).*

Casi todas las mujeres encontraron en su interior un gran recurso de apoyo: la Fe, que califican como uno de los recursos más importantes en la lucha que sostuvieron para enfrentar la violencia; apoyarse en su fe les dio seguridad de lograr lo que deseaban:

*“Lo más importante es la Fe” (Estrella).*

*“Yo le dije a Dios: con tu ayuda voy a salir adelante. Sólo con eso cuento, sólo con tu ayuda, porque yo no me voy a quedar estancada. No sé cómo, pero voy a tener mi casa; no sé como, pero voy a salir adelante” (Mujer Emprendedora).*

*“Con las dificultades que enfrenté, aunque no iba mucho a la iglesia, me sentía muy cerca de Dios y tenía fe de que lo iba a lograr. Uno tiene miedo y no hace nada, pero confía en que Dios le ayudará a encontrar la salida. Un día se levanta con valor y se atreve a hacer aquello que se pensó, pero uno no ha tenido el valor de hacer... Uno visualiza una esperanza” (Daisy).*

*“El único que me ayuda es Cristo. Esa ha sido la terapia más grande en los momentos más duros, yo redacto documentos, hablo con El, me hinco, lloro, hago de todo. Es lo único que me hace tener paz...”*

Las posibilidades de las mujeres de acudir a otros recursos propios, materiales o no materiales, muchas veces dependen de que, oportunamente, los hayan obtenido; esto es, sin estar en pareja o antes de que se inicie la situación de violencia; sin embargo, la historia de algunas de las mujeres entrevistadas, indica que la preocupación por los otros, hace que la mujer visualice esos recursos como propios del jefe de familia y deje escapar la oportunidad de apropiárselos y por ende, no dispone de ellos cuando los necesita.

A esto hay que agregar la exclusión que ha significado para las mujeres el Patriarcado, que se apropia de su trabajo, desvalorizado, no reconocido y en desigualdad de oportunidades; y, que las ubica en el papel biológico reproductor.

*“Tuve falta de interés por mi vida. Yo trabajaba de las 5 de la mañana a las 10 de la noche todos los días, pero en esos años no me preparé porque no tenía una meta para mí; si no mi meta era mejorar la vida de mi esposo e hijos, no viendo que ellos estaban detrás de mí; pero ellos no estaban detrás sino primero en mi visión de vida. Eso hace que las personas no tengan salidas, porque no es igual, nunca es igual si yo hubiera tenido mi dinero ahorrado” (Alma Silvestre).*

#### **IV. 2. 2. 2. Recursos del entorno**

Dentro de este grupo de recursos se incluyen: la familia y las relaciones cercanas; y, los recursos comunales, entre los cuales se ubican lo colectivo o grupal y los recursos institucionales.

##### ***La familia y las relaciones cercanas***

La familia y el entorno de amistades cumplen un importante rol en el proceso de empoderamiento de las mujeres. Este rol es positivo o de soporte, si la familia funge como apoyo, pero puede darse que la familia ejerza un papel de presión limitante del proceso, revictimizando a la mujer.

Rol de Soporte: hace referencia a la familia de origen que está disponible, a la mano, que abre sus puertas y le apoya, para que logre asumir sin temores o con los menos temores posibles, el control de su vida y la responsabilidad de sus hijos/as.

Así, para Azucena, Daisy y Rosa, la familia constituyó el apoyo externo más relevante, tanto en lo emocional como en la disponibilidad de recursos físicos:

*“Cuando salí de la casa me fui donde mi mamá. Me recibieron muy bien y me dieron mucho apoyo; principalmente papá, mamá y mi abuelo materno.*

*Como yo soy la mayor, siempre que iba a pasear mis hermanos/as se ponían contentos; por eso, cuando volví para quedarme, estaban felices” (Daisy).*

*“...Le conté a la familia todo. Ellos me apoyaron y me dijeron que contara con ellos y que de hambre no nos íbamos a morir mientras ellos pudieran ayudarme” (Rosa).*

*“Todo depende del apoyo que uno tenga. A mí, mi madre y mi familia me ayudaron muchísimo. Yo me ponía a ver que, si otras pudieron, ¿por qué yo no?” (Azucena).*

Como en todo, hay diferentes grados de soporte familiar, desde aquel donde la mujer realmente se siente fortalecida, recibe ayuda incondicional, encuentra comprensión y apoyo emocional y otros recursos necesarios, hasta aquél en que agradece lo que se le da pero no le hace sentir segura y percibe que hay algún grado de reserva.

Rol de revictimización: es característico de las familias que no aceptan, por cualquier razón que sea, que la mujer enfrente la situación de violencia que sufre; y, le niegan su apoyo. Se podría decir que la familia ejerce un “poder coercitivo” (Baró,1999), el cual cree justificado “ante la situación de insubordinación y de ruptura con las normas” (Sapriza,1991; 177) que ella pretende.

En este sentido también se da un amplio abanico de posibilidades y están, desde las familias que abandonan a la mujer a su suerte, o las que se dividen y, mientras unos apoyan otros dificultan el proceso, hasta las que se ponen totalmente de parte del agresor y, en afán de hacer a la mujer retornar a la cordura, y dado que “pasa a ser diferente y es estigmatizada por el resto de la sociedad” (Sapriza, 1991; 177), le agreden de diversas maneras, incluyendo agresión patrimonial, psicológica, y etiquetándola y enjuiciándola (denominándolas mala madre, sólo las perras dejan los hijos; quieren coger la calle, etc); posición reforzada por las instituciones del ámbito nacional relacionadas con la familia.

La experiencia de Luz Mística, Mujer Emprendedora y Alma Silvestre es ilustrativa de la situación de tener familias, desde divididas para apoyarlas hasta totalmente revictimizantes, es decir, de las situaciones en que la mujer, además del problema con su pareja, resulta agredida por el abandono o la presión de sus parientes más cercanos y tiene que salir adelante, a pesar de esa oposición adicional. Entre los parientes que no apoyaron a las sujetas se citó a las mujeres más cercanas a ellas, como la madre y las hermanas mujeres y es que, como lo indica Sapriza (1991; 177), “por nuestro papel como adultas, también podemos ser las mujeres las que apoyamos las discriminaciones más agudas que se ejercen sobre otras mujeres”.

*“Mi mamá no creía ni aceptaba que yo hubiera dejado a ese hombre tan maravilloso. El siempre trataba de ganársela. En el sur, cuando íbamos, ni tomaba y le ayudaba en todo. El me localizó porque mi mamá supo donde estaba yo y ella le dio el teléfono de mi hermana.*

*El papá de él no lo aceptaba y la mamá decía que yo era mala; pero quien me lo puso más difícil fue un tío de él, que comenzó a buscarme y a decirme qué hiciera para que me quitara el chiquito” (Estrella).*

*“A veces la familia se convierte en nuestro peor enemigo, pues es la que más juzga, la que más señala pero, principalmente, la que ejecuta los juicios, que es lo más duro” (Mujer Emprendedora).*

*“...la mujer lo que quería es calle, cambiar al marido, era muy exigente con el <pobre marido> trabajador, ya que sólo quería plata para malgastarla. Eso ha sido la guerra que he tenido durante estos años, cuando traté de cambiar la situación. Eso pasa en mi familia, que dan apoyo, pero siempre son fuente que pasa censurándome, juzgándome. ... Creo que si las familias fueran más solidarias con las mujeres en este tipo de situación, sería más factible para ellas que puedan salir y no reincidir” (Alma Silvestre).*

*“Antes de venir al Grupo, yo estuve a punto de volver con mi “ex” porque mis sobrinos comenzaron a tener celos de mi bebé y a hacerme las cosas muy difíciles. Como ya ellos estaban grandecitos y mi hermana comenzó a chinear mucho al niño, se pusieron celosos y decían que él hacía cosas que realmente no había hecho y lo agredían y le hacían la vida muy difícil. Yo me sentía desgraciada y culpable de haberlo separado del papá para traerlo a ese infierno. Comencé a pensar en la posibilidad de volver con él o suicidarme después de matar el bebé, como salidas a la situación” (Estrella).*

*“No todos los casos son iguales. No en todos los casos se ocupa el mismo apoyo ni las mismas condiciones. Quizá a otras, la familia sí está dispuesta a ayudarla, lo que no sucedió en mi situación. Quizá porque sean conservadores u otros motivos” (Mujer Emprendedora).*

*“Ella, mi suegra, en realidad no me ayudaba mucho porque ella había sufrido lo mismo y no le parecía que yo no lo aceptara. Esa era mi suerte eso era lo que me había tocado” (Estrella).*

Las añoranzas de este soporte, lo expresan las mujeres en forma individual desde la voz colectiva, expresada en el grupo focal, que visualiza e identifican este recurso como fundamental y necesario, posterior a la toma de decisión de enfrentar la violencia.

*“Un recurso que extrañé enormemente fue el apoyo de mi familia, me hubiera aliviado la carga, aunque era mi proceso, no me habría sentido en el aire y enfrentado tanto dolor” (Grupo Autoayuda).*

*“Es increíble que coincidamos en esas necesidades, el apoyo familiar y seguimiento institucional. No es que tengan que llevarnos de la mano, pues hemos sido autosuficientes, pero me hubiera gustado que la familia no estuviera tan atada a los mitos, para haber recibido un apoyo real” (Grupo Autoayuda).*

El cambio plantea nuevas exigencias desde lo personal, para lo cual generalmente la familia pone resistencias, con las inherentes consecuencias para las mujeres. Los sentimientos manifiestos son: sentirse aisladas, rebeldes, no contenidas, ni apoyadas en los espacios familiares.

Aparte de la familia, las amistades constituyeron una columna importante del empoderamiento de algunas de las mujeres entrevistadas:

*“Gracias a Dios y a una amiga mía que vive en Heredia, ella fue por mí, para que me vieran otros médicos; tuve que trasladarme de mi casa ubicada fuera de San José hasta ese lugar...; lo del traslado fue una gran ayuda, pues el lugar me resultaba insoportable. Mi amiga se encargó de trasladarme y de buscarme otros especialistas. Gracias a ella y un médico que me trató pude salir hasta el momento” (Alma Silvestre).*

*“Yo logré buscar y contactarme con unas amigas para trabajar, pues debía mantenerme. No podía hacerlo en fábricas, pues no tenía salud para trabajar tiempo completo sino por horas y para cumplir mi tratamiento”(Alma Silvestre).*

### **Recursos comunales**

Se incluye en este grupo los aportes de recursos y apoyos que realizan los vecinos, los grupos de apoyo y las instituciones.

#### **Los apoyos vecinales**

También la historia de las mujeres indica que a veces se puede contar con apoyo de otras personas conocidas del entorno. Este apoyo de parte de la comunidad se puede percibir en dos sentido: como fuente de recursos físicos y como acto de solidaridad.

*“Para salir adelante, yo vendía a veces números sin que él lo supiera y empecé a vender mi propia ropa y los vecinos me la compraban. Antes de que yo comenzara a vender eso tenía otras cosas, pero él había vendido casi todas mis cosas para pagar sus gastos” (Estrella).*

*“Una ocasión teníamos como dos días sin comer nada mi hijo y yo. El no, porque él se iba a donde la mamá, pero de nosotros no se acordaba. Como a los dos días una vecina me pasó un plato de sopa y me supo deliciosa; hasta el chayote, que no me gustaba, me supo sabroso” (Estrella).*

*“Para superarme me ayudó que encontré más gente buena y que me quería, que lo que esperaba de acuerdo con lo que él me decía” (Daisy).*

*“Donde trabajaba, almorzaba. Esa llegó a ser casi mi casa. Allí tuve mucho apoyo. Los patronos sufrieron conmigo los trámites. Allí era donde me llamaban desde las instituciones y ellos me pasaban las llamadas. Me daban permiso para hacer mis gestiones. Allí comíamos. Trataron muy bien a mi hija. Ellos la llevaban a pasear y a veces nos llevaban a las dos” (Daisy).*

*“En el trabajo que obtuve luego, también encontré muy buenos compañeros de trabajo, gente que me apoyó en todo” (Yanina).*

*“También la ayuda y orientación de una persona de la comunidad me ayudó mucho” (Rosa).*

## **Los grupos de apoyo**

### **EL CAMBIO, UNA OPORTUNIDAD PELIGROSA**

El Grupo de Apoyo se constituyó para estas mujeres en el espacio de reconstrucción de la persona; se fortaleció, se visibilizó, se descubrió a sí misma. Además, les facilitó, como plantea Rowlands (León, 1998), efectuar procesos que les permitieran tener la capacidad de percibirse a sí mismas como aptas para ocupar los espacios de decisiones y de usarlos de manera efectiva. Las mujeres lo expresaron así:

*“El Grupo era como el alimento; me desahogaba y el apoyo de las compañeras fue muy importante y luego era como una necesidad el hablar y convencer a las demás de que sí se puede” (Daisy).*

*“Se le va subiendo la autoestima con las frases que le dicen. Por ejemplo, si uno no llegó a una sesión le preguntan por qué no llegó y le dicen que lo extrañaron y uno se siente bien de oír que alguien lo extraña. Todo eso es muy importante” (Daisy).*

*“El grupo para mí es algo mágico, mi visión sobre la vida cambió. Nuestra enseñanza como mujeres está mal fundada: se nos dice inútiles y que la mujer debe ser el modelo que la pareja quiere. Esto cambió en mí” (Alma Silvestre).*

*“El ingreso al Grupo de Apoyo me brinda la ayuda que necesitaba para dar el salto hacia la vida sin violencia. Por una parte, me transforma, reconstruye como persona y por otra, me proporciona las ideas y los elementos de información para diseñar un plan adecuado para mi situación” (Mujer Victoriosa).*

El Grupo les propició un espacio de reflexión y reconocimiento de sus sentimientos, de sus diálogos internos, de posibilidades de vida. Rowlands define esto como el empoderamiento que se basa en el “poder desde (adentro)” y en el “poder para” e implica ganar el acceso a un amplio rango de habilidades y potencialidades humanas. Las mujeres lo señalaron en estos términos:

*“El grupo me ayudó montones a cambiar el tipo de vida. Entendí que, si yo no cambiaba, los que estaban en mi alrededor no iban a cambiar. Me pregunté: ¿Vale la pena que el resto de mi vida lo viva en violencia? Sólo tenía 28 años. Me dije: Si tres días me restan por vivir, serán sin violencia” (Mujer Emprendedora).*

*“Llegué a deprimirme; entonces fue cuando decidí que no podía esperar más y que tenía que cambiar yo. Me dí cuenta de que ya estaba teniendo pensamientos de muerte como salida de tanto problema y también comencé a pensar que debía acabar con él. Entonces reconocí que había en mí algo que estaba mal y sentí miedo de que, en un mal momento, esos pensamientos me llevaran a hacer algo fatal” (Daisy).*

*“Al principio, uno sale de la reunión del grupo y al rato otra vez se siente mal. En el Grupo se siente contenta, pero cuando sale es a lo mismo; pero está deseando que se llegue la siguiente reunión para ir y es que se va fortaleciendo sin darse cuenta y, luego, ya traza su propia línea de lo que va a hacer y el grupo le da apoyo y comienza a trabajar en eso y ya no siente el malestar” (Azucena).*

De mil maneras los agresores de las protagonistas habían dañado sus autoimágenes; una de esas fue insistir en expresiones falsas que ellas aprendieron y les causaron gran malestar. Rowlands (León 1998) dice que las personas que no “se perciben a sí mismas como poderosas pueden aprender a usar el *poder para* con la idea de reevaluar su autoconcepto”. En el Grupo, esto es lo que hicieron las mujeres: se dieron la oportunidad para revisar el origen de las creencias sobre sí mismas y modificarlas según su percepción:

*“El grupo ha sido como un elemento mágico. Tiempo después de estar participando, mi visión del mundo empezó a cambiar, pues me redescubrí como persona, dejando atrás la imagen fabricada por la familia, la pareja y*

*hasta las instituciones al servicio y necesidades de la mujer. Enfrentarnos a nosotras mismas es el trabajo más grande que las mujeres tenemos. Incluso en la actualidad, aún existiendo tantos recursos como pareciera, y aún así, el temor sigue siendo el mismo” (Alma Silvestre).*

*“El Grupo fue muy importante porque descubría que a otras también les decían que eran feas” (Estrella).*

*“En el Grupo se da sentido de valor y ser personas capaces, para que se genere desarrollar confianza y desenvoltura para la defensa de sus derechos; se motiva a informarse, capacitarse y apropiarse de ese espacio de saber” (Mujer Victoriosa).*

Como se evidencia en este apartado de la ruta de Empoderamiento desde las mujeres, los Grupos de Apoyo sirvieron a las sujetas de investigación de un espacio y referente de respeto a la condición de humanas, de apoyo sin formalidades; un espacio de empatía, amistad, reflexión entre pares, acompañamiento, respeto y tolerancia ante los procesos individuales, sin juzgar; en fin, un encuentro entre humanas, como aclara Carcedo (2001) en su Libro “Mujeres contra la violencia, una Rebelión Radical”, que los Grupos de Apoyo enfocan, no solamente abordar la violencia inmediata que se vive, sino que se rescata el revisar y cambiar aspectos de la vida de las mujeres, como: las obligaciones y mandatos; los roles que asumimos; las relaciones con los hijos, hijas y las madres; en fin, tantas dimensiones en que se juega nuestro derecho a tener derechos como humanas:

*“En el Grupo aprendemos: <yo hago mi vida>. Mi compañera del grupo será mi amiga, mi vecina y me querrá mucho y estará apoyando lo que yo decida hacer, **pero nadie puede hacer las cosas por mí, sólo lo que yo decida es lo válido.** Esto es empoderarse totalmente: esa cualidad que da el Grupo de empoderamiento con lo que la persona tiene, para rescatar las fortalezas personales” (Alma Silvestre).*

La adquisición de conocimientos dentro del Grupo, de acuerdo con las protagonistas, tuvo lugar por dos vías; a saber, la capacitación específica y las

sesiones grupales; confirmando así que “el empoderamiento es, en su núcleo, un conjunto de procesos psicológicos que, cuando se desarrollan capacitan al individuo o al grupo para actuar e interactuar con su entorno” como ha dicho Rowlands (León, 1998; 224). Las siguientes manifestaciones son claras al respecto:

*“Al poco tiempo, en el Grupo me dieron la oportunidad de recibir capacitación brindada por la Defensoría de los Habitantes. Fui al Curso” (Daisy).*

*“Desde el grupo, yo me he capacitado mucho. A veces pensamos que, cuando x persona está en una institución y es una profesional, tiene todas las respuestas. Las mujeres la ubicamos en un puesto de saber y a veces nos equivocamos. En el grupo me llegué a convencer de las cosas que yo podía hacer, lograr. Desde el grupo me ubico en las cosas que necesité; por eso, sé qué es lo importante y puedo decir a otra mujer que esté en mi anterior situación: te acompaño, estoy aquí; si me necesitas, me puedes llamar” (Alma Silvestre).*

A lo anterior, cabe agregar que, entre la gama de actividades desplegadas en el empoderamiento, las mujeres incluyeron actividades de “movilización para desafiar las relaciones de poder”, indicadas por Batliwala (León 1998; 193) como parte de este proceso:

*“El estar en el Grupo y recibir capacitaciones, me facilitó conocer, sobre recursos, derechos, personas de la Red y que tienen que ver con los servicios públicos. Cuando las mujeres me buscaban para que las ayudáramos, eran a veces llamadas a las dos de la madrugada yo contactaba a quien correspondiera y me iba, de ser posible, para apoyar cuando llegaba la patrulla. La escuchaba, hacíamos un plan, estaba ahí. Las veteranas, con nuestro testimonio y acompañamiento, hacemos la diferencia a veces para salvar la vida” (Mujer Victoriosa).*

Estas protagonistas, en su mayoría, facilitan o han facilitado grupos, son defensoras populares y (o) en sus respectivas comunidades forjaron este recurso, cuando no estaba disponible; por lo que las capacitaciones, cursos y experiencias grupales, han sido fundamentales para que se diera en ellas un efecto empoderante en razón de asumir derechos y como recurso multiplicador

protagónico; de manera que su empoderamiento ha tenido significado al ser “utilizado para la transformación social según la concepción feminista del mundo” (Wieringa / León, 1998; 8).

### **Los recursos institucionales**

Estos recursos fueron analizados desde dos ángulos; a saber: el tipo de servicios que brindan y la percepción de las mujeres sobre tales servicios.

En cuanto a los **Tipos de servicios**, las instituciones del entorno constituyeron, también, una fuente importante de apoyo a las que accedieron las mujeres; en unos casos, para demandar servicios de protección y seguridad; y, en otros, asesoría e información; recursos no materiales imprescindibles para el empoderamiento.

Entre las instituciones a las que más acudieron se citan: la Policía, las Oficinas de la Corte (Suprema de Justicia), el Patronato Nacional de la Infancia, PANI; la Caja Costarricense de Seguro Social y el Sistema Hospitalario.

*“En Trabajo Social del Hospital me trataron muy bien. No había ningún ingreso en pediatría de ningún niño. Entonces me ingresaron para que me quedara allí con los niños y allí llegaron dos parejas a preguntar por una señora con chiquitos, pero ya estaban sobre aviso las enfermeras y todo el mundo, que allí no dejaran entrar a nadie” (Luz Mística).*

*“Yo me fui a la Universidad y hablé con unos asesores jurídicos y ellos me recomendaron ir sin tardanza a la policía. Fui y les pedí protección y les expuse que estaba en peligro. Me acompañaron dos policías para que sacara ropa para dos días y así lo hice. El me reclamó por el abandono, les dije que no me creyeran pero, con sólo ver la casa, ellos supieron que debían apoyarme” (Daisy).*

En las historias, la mayoría de estas mujeres acude a solicitar medidas de protección, contempladas en la Ley de Violencia Doméstica; espacio que permite

afrontar la violencia, rompiendo con esto "la norma del perdón", sin importar las causas que lesionan la vida.

Esta ruptura marca un posicionarse en su derecho de vivir libre de violencia, desde una postura firme y fortalecidas a pesar de la presión del ofensor, la familia y el entorno.

Las mujeres consideran que la Ley de Violencia es una oportunidad, aunque saben que de ellas depende mantener las medidas en firme y no sucumbir ante presiones, el chantaje, amenazas del ofensor y (o) ruegos y llores de los hijos y del mismo ofensor.

Desde ese proceso es que valoran la accesibilidad y apoyo de la Corte Suprema de Justicia (en la época que pusieron ellas las medidas no estaban funcionando los Juzgados de Violencia Doméstica). Ellas establecieron con esta acción la ruptura con el "deber ser" y mantener la violencia como un asunto de pareja que se debe vivir y arreglar dentro del hogar, dictados por la sociedad Patriarcal.

Las entrevistadas consideran que si en ese espacio se asume la situación como un caso más, sin sensibilidad del personal que atiende y con frases que las culpabilizan, se generan situaciones que desprotegen aún más a la mujer, le cierran el acceso a recursos y la revictimizan, lo que las hace sentir como "cucarachas".

Esta situación lesiona su dignidad e inclusive puede ser una barrera que obstaculiza su decisión de frenar la violencia de su pareja.

*"El apoyo de la Corte fue fatal. Allí revictimizan. Si uno llega sintiéndose mal sale sintiéndose peor. Le hacen preguntas groseras. Son personas frías e insensibles. Pienso que muchas mujeres tendrían que volver con el hombre por la forma en que son tratadas allí" (Estrella).*

La solicitud de las medidas de protección es el límite que visibiliza el enfrentamiento de la violencia, así como la ruptura del mandato de silencio. Esta acción ha sido más factible por los cambios favorables y oportunidad que representa socialmente la ley para deslegitimar la violencia como una opción de vida de pareja.

El apoyo institucional que se busca depende fundamentalmente de las necesidades de las mujeres. En el caso de Azucena, ella no requirió mucho apoyo institucional porque resolvió por la vía privada lo imprescindible y su situación no requirió medidas de protección ni intervenciones policiales o del PANI.

*“De las instituciones, yo acudí a ALANON solamente”. (Azucena)*

Las estrategias que asumen dependen del control y acceso personal de recursos materiales. La decisión de poner fin a la violencia en sus relaciones no la define la condición de recursos de las mujeres; se diferencia básicamente en las estrategias para accionar y posicionarse como humanas.

Es necesario señalar que, independientemente de la percepción que las mujeres tienen del apoyo institucional que en su momento recibieron, algunas mujeres aprecian cambios más recientes en esos servicios:

*“Pues la visión mía ya es diferente. Eso sí, es importantísimo el que ya las personas saben más sobre la violencia; las personas en salud y otros servicios, ya se han convertido en más humanas y tratan de darle a la mujer una oportunidad de que se visualice, a que piense cómo se siente con ella misma, sus posibilidades de seguir” (Alma Silvestre).*

*“En la Policía me trataron muy bien. En ese tiempo no era así con todas, pero yo tenía conocidos. Ahora la integración de ellos a la Red de Atención y Prevención de la Violencia Intrafamiliar y la capacitación que han recibido facilita las cosas. Ya se entiende mejor la situación y, la respuesta que dan, es más adecuada” (Daisy).*

Estas percepciones son importantes porque validan la evolución en el abordaje y la presencia de redes locales de atención y prevención de la violencia intrafamiliar, como espacio de aunar esfuerzos, competencias y opciones de constituir un medio donde las mujeres encuentren respuestas y apoyo. Se canaliza la realimentación entre las instituciones para maximizar recursos y la capacidad institucional de dar respuestas asertivas a las demandas concretas, en conjunción con las políticas institucionales. Es, sin embargo, una opción conjunta que debe incluir a las organizaciones de mujeres y comunales, para ampliar el esquema de atención y promover la participación social en la prevención.

Estar informada brinda conocimiento y “empodera a las personas”, según aluden las mujeres entrevistadas. Ese medio genera un mayor acceso a los recursos y los bienes en un mundo que también debe representarlas, en contra de la práctica de la exclusión. Estrella enfatizó sobre este necesario recurso:

*“La persona lo que más necesita es estar informada”.*

Las mujeres resaltaron la información y con ella a los medios de comunicación, que constituyen una forma de sensibilizar e incidir sobre la conciencia en las mujeres, no sólo para que reconozcan su condición de persona agredida sino, y más importante, para llevarles esperanza de que es posible tener otra vida y decirles dónde pueden hallar ayuda:

*“A mí me ayudó un folletito que cayó en mis manos que decía **vivir sin violencia es posible**; hasta lo pegué allí en la cocina. Fue como abrir una puertita” (Estrella).*

*“En ese tiempo, por tanto estar encerrada, salir de la casa me daba temor, me hacía temblar. Yo escuchaba un programa de radio que me ayudó a salir adelante” (Daisy).*

*“Cuando llegamos, por televisión fue que me dí cuenta. Pasaron un anuncio de **Mujer no estás sola**. Empecé a poner cuidado. Tomé el número... telefónico y comencé a llamar y no fue cuento que me fui a buscar allá en San Pedro, detrás del Mall San Pedro” (Azucena).*

*“A mí la campaña sobre violencia en la televisión me informó que podía denunciar” (Rosa).*

En lo referente a la **percepción sobre los apoyos institucionales**; cada historia refiere una demanda diferente de apoyo institucional. Al indagar sobre la percepción de las protagonistas sobre el apoyo recibido, algunas respuestas fueron positivas; sin embargo, la mayoría coincidieron en cuanto al señalamiento de deficiencias.

Los apoyos que las mujeres percibieron como **satisfactorios** no sólo son los menos, sino que ellas ahondaron poco en detalles sobre tal percepción.

Según las sujetas de este estudio, algunas entidades de carácter social tienen muy claro su papel de brindar a las mujeres un apoyo no discriminante y, más bien, contribuir mediante orientación, información y otros servicios a que logren su empoderamiento. Las sujetas manifestaron su percepción en los términos siguientes:

*“Del apoyo institucional puedo decir que, el de MUSADE estuvo muy bien” (Yanina).*

*“Del apoyo recibido en las instituciones, puedo decir que en la Corte no tuve mucho problema. Como en muchos lugares, si se tiene contactos el trato es mejor” (Daisy).*

*“Nos fuimos al Seguro. La trabajadora social nos atendió muy bien, nos dio mucha información, nos acompañó a hacer vueltas allí y nos orientó para ir a poner la denuncia y así lo hicimos” (Rosa).*

*“Yo me fui a la Universidad y hablé con unos asesores y ellos me escucharon y recomendaron ir sin tardanza a la policía” (Luz mística).*

*“En la Policía me trataron muy bien” (Daisy).*

La mayoría de los criterios vertidos en relación con los apoyos institucionales, como se señaló, fueron **desfavorables**; y, la crítica no se limitó a las entidades de carácter social involucradas con el fenómeno de la violencia, sino

que abarcó a otras que tienen que ver con aspectos de desarrollo económico y social. Lamentablemente, las respuestas aportadas son señalamientos de deficiencias; las que podrían tener como origen el sesgo androcéntrico del patriarcado tal como lo que señala Facio (1992) al indicar que las instituciones responden a necesidades masculinas y, cuando consideran las de las mujeres, lo hacen con la perspectiva aportada por los hombres sobre las necesidades que creen que tiene la mujer.

Aunque ya se vio que el apoyo de la Corte para una de las sujetas fue positivo, hubo coincidencia en otras en señalarla como una entidad donde se da la revictimización. El criterio de las mujeres en este aspecto se resume así:

*“El de la Corte, fatal. Muchas mujeres tendrán que volver con el hombre por la forma como son tratadas allí. Hasta la mandan al parque a hablar con la pareja, cuando nosotras sabemos que, en violencia, eso no es aconsejable porque le puede ir muy mal a la persona; que eso no se puede negociar” (Estrella).*

*“... Todo es condicionado. Le dicen: recuerde que usted no puede pasarse, no puede irse. Los jueces y la ley la pueden acusar de abandono de hogar en el momento que se vaya sin haber dado la guerra legal, pero olvidan que esa mujer ya ha dado todo tipo de guerra en su casa” (Alma Silvestre).*

*“La verdad es que allí eso no se maneja muy bien. El trato no es muy humano. Lo atienden a uno con cara larga. Uno es un caso más y uno, que llega con la cara igual porque se siente mal por la situación, allí se siente peor. La Corte no está muy integrada a la Red” (Yanina).*

El Patronato Nacional de la Infancia, PANI, es otra entidad cuyos servicios fueron percibidos como insatisfactorios y no acordes con las necesidades de empoderamiento de las mujeres, según las siguientes respuestas:

*“Con el hijo mayor, se me puso difícil la situación. Reaccionó muy mal; dejó los estudios, comenzó a rebelarse y a ser insolente conmigo y agresivo con sus hermanos. Me culpó de todo y es que quería que todo siguiera igual con su papá. Yo acudí al PANI, pero nunca me arrepentiré lo suficiente de haberlo hecho. Nos trató tan mal la psicóloga, que él me dice que nunca me*

*va a perdonar que lo hubiera llevado con ella. Yo buscaba ayuda y lo que recibimos fue una lluvia de amenazas” (Rosa).*

*“El Patronato es una institución que nos tiene totalmente asfixiadas, porque a las mujeres esta institución las tiene así... No tiene ningún tipo de ayuda porque no dan talleres para adolescentes, no valoran en las casas las condiciones y oportunidades de las mujeres. Sólo van y preguntan ¿es cierto que tal mujer deja solos a los hijos? -Sí. Ningún vecino ve si la señora tienen qué comer o está enferma, pero declaran que la señora no está en casa” (Alma Silvestre).*

*“El rol que se rompe es no estar bajo el zapato del marido, para que el marido trajera el arroz y los frijoles, si no se tuviera los problemas que el Patronato nos agrega, pues hay mujeres con adolescentes que se sienten juzgadas por esta institución; sin apoyo para asumir las tareas de crianza de adolescentes que reclaman derechos pero sin vivir sus obligaciones y responsabilidades” (Alma Silvestre).*

Aparte de la Corte y el PANI, entidades para las que las percepciones desfavorables fueron claramente señaladas, también las mujeres aportaron comentarios sobre otras instituciones, muy coincidentes con los señalamientos específicos antes citados.

Estas posiciones institucionales no son aisladas de los mandatos sobre los cuales se basan las instituciones, lectura que obedece más a mantener el sistema en equilibrio, que a realizar una apertura para redimensionar los cambios contextuales; reto que les exige generar instancias de acompañamiento y facilitación real para las mujeres y sus familias que buscan librarse de la violencia.

Los nuevos retos exigen: instaurar un nuevo paradigma que contemple el espacio para ser persona; cambiar el ideal de familia productoras de víctimas del terror cotidiano; y, estar presente con las mujeres en la construcción de las posibilidades del desarrollo, legitimizando los cambios desde éstas.

Los comentarios ponen de manifiesto que el fenómeno de la violencia está institucionalizado y que, a pesar de los compromisos asumidos por la comunidad internacional, en 1993, para evitar la discriminación en los servicios institucionales,

en la mayoría de las instituciones no se han realizado los ajustes en sus políticas, en función de las necesidades de la población femenina.

*“Mi familia, si estoy enferma, me ayuda pero con condiciones... Creo que esto es lo mismo con las instituciones para ayudar. Yo creo que deben existir las normas, pero podrían ser más flexibles. Las condiciones que ponen las instituciones y la sociedad es lo que hace reincidir, o sea, que no queda más que regresar con el agresor. Después de romper el silencio, denunciar e intentar salir de esa situación, tener que regresar destruye 10 o 20 veces más a la persona” (Mujer Emprendedora).*

*“En lo referente a ley y a las instituciones no hay acceso de nada, porque piden todo tipo de requisitos y las mujeres no tenemos ningún requisito” (Alma Silvestre).*

*“Los requisitos que las instituciones tienen para acceder a los recursos, por ejemplo el INVU, plantea que ese beneficio es para la mujer y la familia, pero los requisitos dicen que usted tiene que tener al hombre y un ingreso. Por lo tanto ese acceso no es real” (Alma Silvestre).*

*“Las limitantes existen para que las mujeres decidan a veces regresar con esas parejas, las personas están claras... pero las condiciones no están puestas para facilitar el camino para las mujeres. Actualmente me pasa, no puedo ir al Banco, cuando antes realizaba operaciones, pero siempre tuve que llevar la orden patronal de mi ex-pareja. Mi trabajo nunca se vio. El trabajo mío aparecía como el negocio de ese fulano, pues en el papel así aparecía. Esto es igual como la casa, aparece a nombre de la mujer con el bono pero si ese fulano no firma uno no puede hacer nada; lo que quiere decir que el hombre es el que maneja el asunto” (Alma Silvestre).*

*“En el IMAS, según la que atienda, a veces no se ve ni ganas ni tiempo para escuchar a las mujeres después de estar allí desde las tres de la mañana” (Yanina).*

*“El IMAS sí me estuvo ayudando un tiempo... pero la gente como lo ve a uno que no anda como... piensan que tiene plata y en realidad no” (Luz Mística).*

Uno de los ejes del empoderamiento es el control y acceso a recursos; aspecto que ha sido básicamente de carácter masculino, reforzado por las instituciones al servicio de la sociedad patriarcal, que colectiviza el poder de los

hombres en el contexto social, en detrimento del desarrollo y bienestar de las mujeres.

El acceso al disfrute de los bienes de desarrollo social y de los derechos como son: trabajo, educación, vivienda, ingreso y acceso a los bienes y recursos, que deben ser facilitados por las instituciones, se vuelven obstáculos reales por los cuales se somete a las mujeres a la dependencia.

#### **IV. 2. 2. 3. Necesidades de apoyo para el empoderamiento**

Al entrevistar a las mujeres sobre su empoderamiento, se indagó sobre aquellos recursos o apoyos que ellas echaron de menos durante su afrontamiento a la violencia, ya fuera en lo personal como en lo familiar, colectivo y comunal.

Los señalamientos realizados por las sujetas de la investigación evidenciaron que, en su proceso de empoderamiento, debieron dar luchas que habrían sido innecesarias de haber existido en las instituciones un mayor conocimiento sobre la dinámica de la violencia intrafamiliar y, en todos los niveles, se le visibilizara y afrontara adecuadamente.

Los problemas que enfrentaron llevan a dar cuenta de que aún falta un largo trecho por recorrer para que, tanto en las familias como en las comunidades y en las instituciones, la opresión contra las mujeres deje de ser la norma aceptada y el trato equitativo y justo a éstas, deje de verse como un privilegio o un favor que deberían agradecer.

Las necesidades de apoyo que las mujeres identificaron se han agrupado, para su respectivo análisis, según el espacio donde fueron detectadas:

- De carácter personal; referidas a aquellas deficiencias o limitaciones propias de la sujeta de investigación;
- De carácter familiar, que incluye los aportes de recursos materiales y no materiales que desearon recibir de sus familias, pero por alguna razón no los obtuvieron; y,
- De carácter institucional, relacionadas específicamente con el acceso a los servicios y recursos de las instituciones sociales y de desarrollo.

### ***De carácter personal***

Las necesidades de carácter personal que detectaron las mujeres se relacionan con la tranquilidad; con el menor número de preocupaciones posibles en lo económico y en lo emocional; y, con mayor seguridad en su capacidad para salir adelante; y es que muchas debieron dar ese paso (la mayor parte de las veces así sucede), cuando la confusión, el temor y el cansancio espiritual predominaban en sus vidas.

Es lógico que identifiquen esas necesidades si, precisamente, la opresión vivida les ha despojado de todos los recursos de poder y al momento de enfrentar esa opresión es que se toma conciencia de la carencia. Ellas lo expresaron así:

*“Todas las mujeres deben darse el chance de experimentar el duelo; todo va a pasar y todo va a ser diferente; si tengo que reiniciar mi trabajo, mi estudio, reiniciar mi vida, va a ser diferente, más sencillo que si tengo que andar con esas cargas emocionales. Es muy cargado para las mujeres. Debe darse ese tiempo, para ir al grupo, para tratamiento y tiempo real para sí misma en la vida cotidiana” (Alma Silvestre).*

*“Me hubiera gustado tener a mano en el momento que decidí enfrentar la violencia quizá una incapacidad, algo que me cubriera para poder tener un ingreso mientras me ponía en posibilidad de elaborar mi duelo, no hubiera tenido ese desgaste agregado que significó enfrentar la situación” (Mujer Emprendedora).*

*“Cuando uno está en ese momento uno siente que es débil y que necesita más conocimientos y fuerza interior; entonces yo me di a la tarea de buscar gentes y libros que me ayudaran a creer más en mí y que me subieran la confianza y la autoestima” (Rosa).*

### ***De carácter familiar***

Nuevamente en lo familiar surgió la identificación de la necesidad económica, pero se estableció el apoyo económico como complementario del apoyo que se espera siempre de la familia: el apoyo emocional.

*“Es importante para las mujeres, para su salud física y emocional en ese momento contar con apoyo económico, ojalá de sus familias, aparte del apoyo emocional que pueda brindarle”(Mujer Victoriosa).*

*“Quisiera que nuestra mamá y hermanas nos aceptaran; que nos dijeran: ...aunque cometes errores, estoy aquí para conversar” (Alma Silvestre).*

### ***De carácter colectivo e institucional***

En el espacio de apoyo colectivo, específicamente en los grupos de autoayuda con apoyo institucional, las mujeres plantearon como necesidad principal la capacidad de empatía de la facilitadora, sustentada en la vivencia de la experiencia de enfrentar la violencia o de reconocerla desde su condición de mujer. Esta condición tiene mayor validez que la formación académica.

*“Algunas mujeres se han desarrollado en lo personal en el aspecto académico y luego se han incorporado a brindar sus servicios profesionales dentro de la entidad... La formación profesional es muy importante pero lo que importa en estos casos no es que sean profesionales, sino que son*

*sobrevivientes de violencia y su liderazgo es, por tanto, más efectivo” (Mujer Victoriosa).*

*“En el Grupo es importante el papel de las facilitadoras que tienen su proceso encaminado. La parte de estudio y enseñanza es importante, pero nada más significativo que ubicarse desde la dimensión de lo que haya dado la vida; esto es importantísimo en el Grupo. Esta capacitación es la válida. Por ejemplo, en caso de psicólogas jóvenes, ellas tienen como una barrera que no tenemos nosotras, pues para mí, al facilitar, es valioso ubicarme si lo he pasado; qué terrible cómo eso se puede sentir; pero si me ubico como la super yo, no puedo contar o no puedo decir eso y no existe entonces esa posibilidad-capacidad amplia de identificación o de verme en un mismo nivel” (Alma Silvestre).*

En el espacio institucional las necesidades de apoyo que fueron planteadas pueden resumirse en tres tipos de necesidades:

- Que los/as servidores/as de las instituciones tengan mayor capacitación y sensibilidad, para que tengan capacidad de empatía con la mujer que llega en busca de ayuda.
- Que se reconozcan sus Derechos a las mujeres y se les brinde un trato respetuoso de su condición de personas titulares de derechos, con potencial protagónico para sumir el control de su vida.
- Que las instituciones de desarrollo revisen y ajusten sus políticas, concebidas la mayoría en función de las necesidades de los hombres en tiempos cuando el ámbito público y los proyectos económico-productivos era monopolio suyo.

Las mujeres revelaron con palabras sencillas la discriminación contenida en las actitudes humanas de los servidores y en las políticas institucionales:

*“Los recursos que yo creo que las mujeres tienen que tener a mano para cuando se da el enfrentar la violencia; bueno, primero, todos los casos no son iguales; tal vez tengan el apoyo de la familia; un salario solvente; no todas somos iguales; pero **lo que nunca puede fallar es que a uno lo escuchen**, cuando se llega a una delegación” (Mujer Emprendedora).*

*“La ayuda institucional se enfoca a personas ubicadas en un trabajo; aunque yo trabajaba y era independiente, yo me ubico en la gran mayoría de mujeres; no me ubico con un salario y seguro directo. Actualmente, se*

*puede tener un seguro voluntario; pero hay que ubicarse: ¿Puede la mujer, la mayoría, pagar ese recurso?” (Alma Silvestre).*

*“Al haber trabajado en comercio, no tenía respaldo para acceder a créditos bancarios. No soy candidata a ayuda en el IMAS por no estar en los criterios que ellos toman actualmente. Hice una solicitud para plantear un negocio, fueron a la casa y dicen que, aparentemente, la situación no es difícil. No sé como es que uno tienen que vivir, pues mi situación es difícil. Todos son portones cerrados” (Alma Silvestre).*

*“Yo, por mi estudio truncado, considero que el Ministerio debiera dar otra posibilidad, también el INA mismo, que no da cupos cuando uno solicita ingresar a un proyecto. ¿Cómo es que no dan alguna prioridad?; pues el proceso de selección no es para mujeres jefas de hogar. Nos quieren enseñar sólo a hacer comida y resulta que no queremos ya esto pues lo hemos hecho toda la vida... Sólo quieren que aprendamos repostería, manualidades, costura, eso ya no tiene posibilidades pues costureras hay de toda clase” (Alma Silvestre).*

*“Otro aspecto es que programan cursos donde no dan recursos para que las mujeres puedan llevar el proceso por falta de medios; pero esto no lo toman en cuenta y además no se puede uno quejar: las instituciones están cansadas de las quejas de las mujeres. Uno presenta proyectos pero no recibe apoyo” (Alma Silvestre).*

*“Yo quería estar en un sitio que aunque no me pagaran, por lo menos sentirme útil, distraerme, estar tranquila e ir creando una escala ahí” (Yanina).*

En muchas instituciones se continúa revictimizando a la mujer. Se hace necesario eliminar esa práctica, porque no sólo daña más a la mujer, sino porque cierra la posibilidad de una búsqueda de solución a la situación que ella plantea:

*La psiquiatra me dijo que yo tenía la culpa de todo eso que había vivido y yo le dije: ¿cómo usted me culpa a mí?... Yo siento que muchos profesionales son víctimas de violencia. Entre los profesionales son transmisores de la violencia; entonces ellos no se dan cuenta de la situación que se está dando y que lo victimizan a uno demasiado. Y el fiscal de juicio me dice: Señora, todo eso que usted ha dicho son mentiras y le digo: ¿Cómo? ¿El defensor de mis hijos me dice que eso no es cierto?... si el defensor de mis hijos no cree en lo que declararon mis hijos ¿qué clase de defensa tienen mis hijos?” (Luz Mística)*

Se indicó también un vacío en el país de servicios especializados para la atención de personas, mujeres y niños, que han sufrido violencia extrema y que las ha marcado tornándolas en reproductoras de la agresión.

*“Yo siento que en el país no hay un grupo de apoyo que ayude a las mujeres que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, porque uno se vuelve violento y reproduce mucho eso... Con los trastornos conductuales que presentan (los niños, más cuando ha habido abuso sexual) es muy difícil trabajar. XX estuvo en una etapa reproduciendo con sus hermanos menores lo que a él le hicieron... No hay un centro terapéutico para situaciones así. Yo me pongo a analizar: ¿Dónde voy? No hay una atención especializada, integral, sistemática, no existe en el país ni aún en los centros especializados en atención a niños y niñas” (Luz Mística).*

*“Falta un grupo de apoyo para mujeres de violencia intrafamiliar que reproducen esos patrones de agresión, aunque ya haya salido de esa agresión, porque siendo honesto con uno mismo, en momentos de situaciones económicas difíciles hace crisis y es una manera de agredir. Es muy difícil de decir pero las sobrevivientes somos bombas de tiempo” (Luz Mística).*

#### IV. 2. 2. 4. A manera de Síntesis

Las sujetas de investigación lograron su proceso de Empoderamiento aunque no todas contaron con acceso satisfactorio a todos los recursos, como tampoco todas requirieron los mismos y en la misma medida. Se debe tener presente que cada proceso es único y ese carácter se traduce en necesidades también diferenciadas de recursos y apoyos.

Las mujeres que tuvieron el mayor acceso posible a los recursos de empoderamiento, afrontaron la violencia con mayor facilidad y menor desgaste personal, que aquellas que lo hicieron con carencia de tales medios.

Los recursos claves para iniciar y sostener el proceso fueron los recursos internos, constituyentes de su poder “desde dentro”, descrito por Rowlands (1998;220). Del entorno, es innegable el peso de los bienes y recursos materiales; sin embargo, el apoyo emocional familiar cuando lo tuvieron, la información, la asesoría, el apoyo y la sororidad en los Grupos de apoyo fueron decisivos para su reconstrucción, autovaloración y capacitación para asumir el control de su vida, reclamar sus derechos y tomar el control de los recursos de poder correspondientes.

El apoyo de las instituciones, incluida la familia de muchas, afectado por el patriarcado que las atraviesa, no se ha adaptado a las necesidades de las mujeres; el concepto de derechos de las humanas que debería viabilizar tal ajuste, no ha permeado aún ni en las políticas institucionales ni en su recurso humano, salvo honrosas excepciones.

Según las mujeres, las condiciones para brindarles servicios constituyen verdaderos portones cerrados a sus necesidades; y, la actitud de los/as servidores/as, al asumirlas desde la victimización y no desde sus potencialidades, cierra la ventanilla de las posibilidades de buscar juntos/as alguna alternativa.

### **IV. 2. 3. Reconstrucción del Empoderamiento**

Las apreciaciones de este apartado, constituyen la esencia de la construcción del Empoderamiento, basada en las experiencias de vida de las mujeres protagonistas, sujetas de esta investigación.

Las sustentantes aportan la reconstrucción sobre los aspectos medulares del proceso del Empoderamiento con base en lo expresado por las mujeres, tanto en sus historias como en la interacción del grupo focal; y, desde los principios epistemológicos del enfoque de género.

#### **IV. 2. 3. 1. Conceptualización de empoderamiento desde las mujeres**

Es un proceso que implica momentos de reflexión, desarrollo de una actitud crítica, una posición activa y protagónica de las personas, que genera la realización de acciones concretas, desde las potencialidades, para afrontar la problemática derivada del Poder de Dominio, que lesiona y restringe el vivir de las humanas como portadora de derechos.

Este proceso comprende:

- Reencuentro de la mujer consigo misma.
- Un tiempo, un ritmo personal.
- Una mirada deconstructiva de legados patriarcales.
- Autonomía, pertenencia, presencia y visibilización del espacio personal.
- Toma de decisiones y capacidad electiva.
- Sororidad: reencuentro, compartir y acompañamiento.
- Asumir que en mujeres en relaciones de violencia, éstas aúnan las fortalezas al máximo y se autoafirman en su poder, para enfrentar el abuso.

- El cambio: deja de ser para otros y pasa a ser para sí misma, en función de un poder de vida.
- Un poder desde sí mismas diferente del Poder de Dominio de la Sociedad Patriarcal
- Participación con otras (os) para construir oportunidades y bienestar.
- El pleno disfrute de los derechos.
- El estar plenamente viva: esto es, abierta a *toda la experiencia humana*, como afirma Powell (1993; 18).

Este proceso no comprende lo siguiente:

- Una sumatoria de acciones desde los otros.
- Un proceso fuera del contexto de la realidad de las mujeres y del género.
- Que sea resultante de procesos formativos aislados y conceptuados desde la victimización y no desde un enfoque de derechos y potencialidades.

### ***Desde las historias***

Tomando como base las expresiones de las mujeres entrevistadas, en relación con su concepción de lo que entienden por empoderamiento, se pudo construir una definición que las resume.

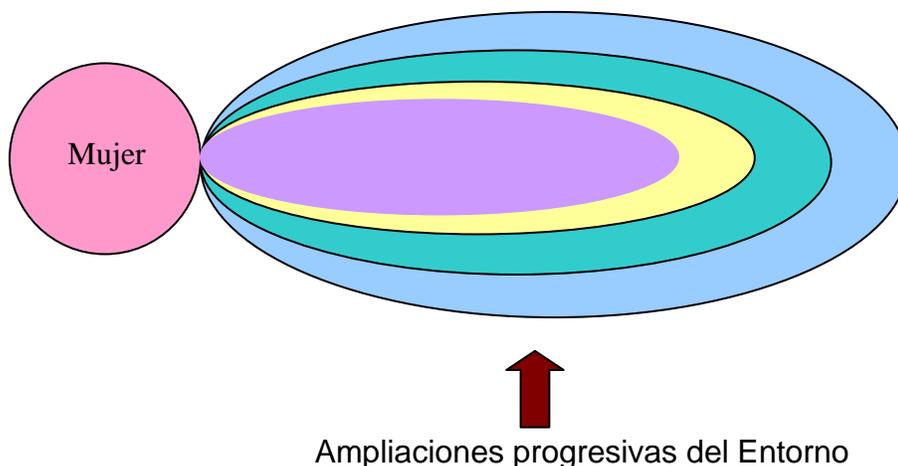
Se definiría, así, EMPODERAMIENTO, entre otras cosas, como un proceso de intercambios entre la mujer y su entorno, que se inicia en el interior de la mujer, donde sus recursos internos se conjugan para dar como producto una decisión que es llevada a la práctica, en su entorno, en la forma de una acción concreta. El producto de esa acción retorna a la mujer un fortalecimiento de sus recursos internos y una cuota de poder para controlar los recursos externos afectados por tal acción. A partir de esta nueva condición, se genera una nueva acción con su consecuente retorno de fortalecimiento y poder y, así, sucesivamente.

Es decir, en el interior de la mujer se gesta la primera acción. Al realizarla se fortalece internamente, lo que la hace sentirse capaz de nuevas acciones. Los nuevos logros ejercen su efecto fortalecedor y así continúa el proceso.

Los recursos internos se conjugan para dotar a la mujer de un poder activo, que es la capacidad para realizar acciones; creada entonces como “poder desde” mediante el cual logra deconstruir el “poder sobre” que la oprime y comienza a adquirir “poder para” hacer cosas y “poder con”, cuando se une a otras personas para realizar, con ellas, acciones de carácter colectivo y comunal.

A más fortaleza personal y mayor poder, corresponden ampliaciones sucesivas del entorno de acción de la mujer, hasta llegar a trascender lo personal para insertarse en lo colectivo y en lo comunal y pasar del ámbito de lo doméstico al ámbito político.

Gráficamente, podría pensarse como un flujo en movimiento elíptico de manera que todas las elipses parten del mismo punto, pero cada una tiene una dimensión mayor que la anterior.



Este flujo del movimiento expansivo en el empoderamiento, es posible, como afirma Lagarde: si las mujeres tienen independencia de actuar, estar en

condiciones de ocuparse de sí mismas y optimizar sus acciones con recursos accesibles.

El empoderamiento tiene diversos significados en términos de capacidades, posibilidades y saberes, según lo definen las mujeres. Al igual que cada historia de violencia es única, el significado que tiene para cada mujer ser lo que es, haber logrado lo que tiene, vivir como vive, es algo también único, aunque tengan como común denominador, satisfacción y felicidad; pues como señalara León (1998; 20) “el empoderamiento es diferente para cada individuo o grupo según su vida, contexto o historia y según la localización de la subordinación en lo personal, familiar, comunitario, nacional...”.

*“Cuando se sale de la violencia, a uno le cambia todo, hasta la cara. Uno, sin querer, muestra amargura. Antes yo era simple, callada, sin opinión, lloraba por todo, dependiente, siempre asustada y temerosa de todo. Ahora es muy diferente. Vivo feliz. Cuando me pasé a la casa donde vivo, invité a mis hermanas a comer y nos sentamos en el piso, porque no tenía nada de muebles, y, en vacilón, lo aceptamos. Me siento bien porque tomo mis decisiones, ya no espero el permiso para hacerlo todo. Yo decido cómo gastar el dinero; ahora, tengo cosas mejores. Con él no teníamos nada. Cada vez que adquiero algo me siento muy orgullosa; por ejemplo, ya tengo un jueguito de comedor; no es lujoso, pero lo tengo y me siento orgullosa por lograr tenerlo” (Estrella).*

*“Para mí, empoderamiento es la capacidad para distinguir quien me está violentando, es la posibilidad de visualizarlo, capacidad para enfrentar que el otro no me afecte o si lo hace, saber como asumirlo” (Daisy).*

*“Empoderamiento es retomarse a sí misma, para mí es eso. Yo pude retomar mi vida. He aprendido; a veces retrocedo en mis ideas y me entran los cuentos y los mitos y los ideales y me digo: ¡Ay! ¿Dónde quedó aquello que yo quería? Pero ya después el cassette vuelve otra vez. Siento que es la parte del cassette cuando está chillando. Cuando ya suena bien; me ubico. El empoderamiento le permite a las personas autoexaminarse y aceptarse; porque eso es lo que muchas no hacemos” (Alma Silvestre).*

Las mujeres señalaron con frecuencia la incapacidad de opinar o de expresar sus deseos, es decir, el silencio impuesto por la opresión; en contraste esta situación termina al afrontar la violencia, y tal como indica Mata (1996; 56) al

resaltar “el ejercicio de la palabra como vía de recuperación de la dignidad, como paso a la condición de sujeto de pleno derecho, como ejercicio de entrada a la vida pública”, ellas han asumido poder al apropiarse de la palabra.

*“Empoderamiento, para mí, es aprender a tomar las decisiones oportunas en el momento indicado. Poder decir que no, cuando no quiere algo. Viendo lo que uno quiere o siente, lo puede expresar y decir” (Estrella).*

El empoderamiento ha desempeñado, según lo relatado en las historias, un papel transformador de la percepción de sí mismas y de su entorno inmediato. León dice que el empoderamiento “significa que las mujeres modifiquen la imagen de sí mismas y las creencias sobre sus derechos y capacidades y desafíen los sentimientos de inferioridad” (León, 1998; 21):

*“Antes de dejarlo, yo me sentía cucaracha. Me daba miedo hasta ir de compras a Palí, porque sentía miedo de tener que hablar con la cajera. Me daba miedo hablar con la gente y me daba espanto salir y saber que podría encontrarme con alguien conocido, mucho más si era hombre. El día que lo dejé, el aire que respiraba me olía diferente. Todo se veía maravilloso” (Daisy).*

*“Empoderamiento para mí es sentirme bien conmigo misma. Es un proceso, viene con los días, pero debe ser un aporte personal; hay que aportar porque si no se cambia de manera de pensar difícilmente se sale. Es un proceso personal que le lleva a cambiar la forma de pensar. Por ejemplo a uno le dicen que debe vivir en función de los demás, pero cuando uno dice no quiero tal cosa, poder opinar y poner límites se siente uno bien. No que otros le dirijan y controlen la vida; es encontrarse con uno mismo” (Alma Silvestre).*

*“Cuando uno vive violencia pierde todo y depende no sólo del agresor sino de todos. Yo me he empoderado trabajando aquí. Además de cumplir con funciones administrativas, doy apoyo al grupo de un cantón vecino” (Estrella).*

Para asumirse y para emprender la apropiación de sus derechos, la mujer necesita aprender a quererse y valorarse. Estas mujeres, valoradas desde sus

fortalezas, lograron elevar su lesionada autopercepción y conforme ésta fue mejorando, también lo hizo su capacidad de enfrentar las situaciones opresivas.

*“Uno se siente tan poquita cosa que ve como problema serio el de otras” (Estrella).*

*“El grupo fue muy importante para saber que, lo que a mí me decían, que era fea y era la mala, era lo mismo que les decían a las otras” (Daisy).*

*“En el Grupo aprendí que era una persona valiosa. De la experiencia de las compañeras supe que tendría aún muchos problemas, aun así, lo denuncié” (Estrella).*

Al empoderarse la mujer aprende a tomar decisiones con todas las implicaciones que éstas conllevan. Desde la perspectiva de quienes siempre han ostentado el poder, este despertar de la mujer para asumir la responsabilidad de sí misma y de lo que le atañe, resulta una alteración de lo establecido y, en consecuencia, algo que no está bien:

*“El (mi papá), decía que como yo había ido al grupo me habían abierto los ojos y me habían echado a perder. Honestamente ese comentario no lo acepté. Para él, echarme a perder “era que yo hubiera tomado decisiones”. Eso era ir contra el esquema de que hay que aguantar toda la vida y yo me salí del redil, de no aguantar toda la vida”.*

*“Yo, al verme, sola, y sin los chicos, porque de verdad puedo decir que sin nada porque hasta lo material él lo peleó. Eso no me importa porque me dije que con lo material algo hago; lo que sí no he podido recuperar ha sido el afecto de mis hijos; esto me duele y me seguirá doliendo toda la vida, porque yo lo que quería era sólo otro tipo de vida, nada más... Este precio para poner alto a la violencia en mi relación ha sido muy alto, pues el vacío de mis hijos nadie me lo puede llenar, pero siento que con el tiempo ellos me han ido entendiendo... Dentro de la pareja hay situaciones que se pueden tolerar pero hay otras que no y tiene uno que aprender a diferenciar. Eso es lo que a mí me ha hecho sentirme firme por encima del dolor de no estar con mis hijos: priva el no querer vivir más con esa violencia” (Mujer Emprendedora).*

Para que las protagonistas pudieran tomar las decisiones adecuadas necesitaron herramientas básicas con las cuales construir, primero, esas

decisiones y luego, desarrollarse como persona en un nuevo espacio de vida; el espacio de los derechos. Entre esas herramientas, el conocimiento ocupó un lugar de privilegio:

*“Empoderamiento es conocimiento: conocer qué se puede hacer. Uno vive como en una oscuridad; no sabe cómo salir; hasta que se da cuenta que sí puede salir; es cuestión de buscar en los Grupos de Apoyo y la ayuda de Dios... Dar el paso a buscar ayuda no es fácil. Yo me devolví tres veces antes de llegar al local, allá en San Pedro. Yo me pensaba que para mi situación no había solución y que estaba perdiendo el tiempo” (Azucena).*

También hay que señalar que la experiencia vivida por algunas mujeres cuando afrontaron la violencia es que, según sus historias, desde la perspectiva de muchos hombres, se convirtieron en un blanco de conquista y han tenido que luchar contra esas ideas:

*“A uno lo están tratando normal y apenas se dan cuenta que uno ha roto una relación así, entonces ya como que cambian el trato, como que se sienten con libertades y se ponen insinuantes y le dicen, le preguntan. ¿Díay, y en todo ese tiempo, qué? Y ese ¿qué?, se sabe por donde va, porque uno sabe que ellos piensan que sin hombre, sin sexo, una mujer no puede vivir, por lo tanto, comienzan a tomar el pulso. De viaje uno siente que se cambia el interés en el trato” (Estrella).*

## **El empoderamiento desde la Otreidad<sup>5</sup>**

### **El empoderamiento desde las mujeres en grupo focal**

Este eje del análisis contempla el recuperar las voces de las mujeres participantes en esta investigación que, desde el grupo focal, validaron algunas

---

<sup>5</sup> Realidad diferente de mí que son los demás seres que están ahí, que forman parte del mundo (Powell, 1993; 48).

acciones necesarias para el Empoderamiento, como elemento fundamental de protagonismo de vida.

En el proceso, es válido apropiarse de la idea de ser persona; reconocer la capacidad de recuperación y las fortalezas innatas; nombrar la violencia como opresión de vida; identificarse como humanas; promover los diálogos internos, volverse vocera y activista; construir alianzas y recuperar la autonomía para escapar de relaciones denigrantes; eso es válido para identificarse como voces de aliento, de esperanza y de ser personas en el ejercicio de sus Derechos.

En algunos casos concretos, las mujeres relacionaron su pseudónimo con el Empoderamiento:

**Mujer Emprendedora:**

*“He logrado salir adelante. Forjé mis metas y he podido realizarlas. Me percaté que yo existía, fui acariciando mi poder, mi valor, lo hice propio, me sentí bien. Independiente, podía decidir por mí, no por lo que otros decidan. Ese empoderamiento es sacar mi valor retenido, siempre estuvo ahí, pero estaba prisionera.”*

**Mujer Victoriosa:**

*“Me decían que era inútil. Estaba reprimida, me privaba de muchas cosas que estaban en mi alrededor; ni siquiera una cree que están ahí, por los mitos. He logrado mis sueños; trabajo; no dependo de nadie; le sirvo a la sociedad. Soy líder”.*

**Alma Silvestre:**

*“Me identifica con la tierra. De la tierra se produce todo, sale casi todo, soy capaz de tener logros, crérmelos; que aunque sean elevados mis proyectos, los llego a alcanzar. Me ayuda a romper el mito de la supermujer, para ser la persona que puede autoafirmarse y llegar a cumplir las metas que emprendo, que defino”.*

Se observa en las anteriores manifestaciones ese elemento denominado **concientización**, clave para el cambio del status quo, donde se afirma que el empoderamiento significa “sensibilizarse con respecto a las creencias y prácticas y su rechazo y reconocer que la subordinación de la mujer no es parte del orden natural” (UNICEF 1997; 177).

El empoderamiento, afirmaron las mujeres en el grupo focal, es un ciclo interconectado, donde el ser humano puede influir en su destino y en la sociedad. Ese ciclo contempla: el acceso a recursos, a decidir, la concientización, la participación plena, el control de sus vidas y el mejoramiento de su bienestar.

La concientización, fase importante en el Empoderamiento, fue básica en estas historias, en relación con la modificación de códigos, las relaciones entre los géneros y entre las mujeres, la obtención de mayor visibilidad, la deconstrucción de mandatos y legados y el reclamo de espacio para vivir desde los Derechos.

La construcción del empoderamiento, se basó en un enfoque activo para las entrevistadas, lo que les significó un despliegue de acciones; centrado, primero, en reconocer su fuerza personal, el valor retenido, la autopercepción y el poder personal que define cómo vivir la vida:

*“Empoderamiento para mí significa, sacar el valor retenido, donde hay un accionar que es básico” (Mujer Emprendedora).*

*“Empoderamiento, es valorarme para quitar mi dependencia” [Mujer Victoriosa).*

*“Poder ser la persona que siempre quise ser, con decisión y actitudes de cambio” (Alma Silvestre).*

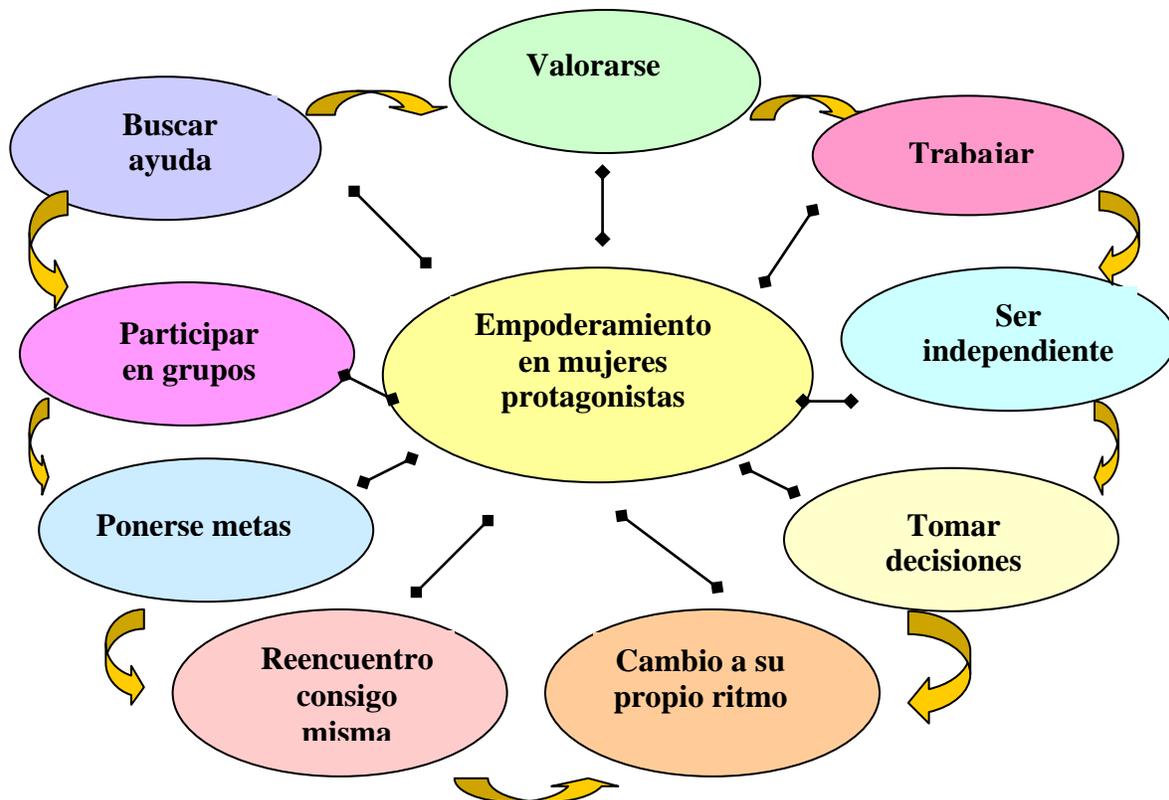
Al respecto, ese poder personal o poder interior, es visualizado por Starhawk “como algo que se deriva de estar en armonía y conexión con la fuerza vital. Mientras más poder personal tienen las personas, mejores serán las condiciones para la gente”.

Puede afirmarse así, que las acciones que realizaron las mujeres entrevistadas, desde el empoderamiento, las autoafirma, les permite oponerse individualmente a la injusticia, las compromete a erradicar la violencia de su vida

personal y a renunciar a la victimización, y les facilita asumir los derechos y la satisfacción del goce de una vida para sí.

### Acciones prioritarias del proceso identificadas grupalmente

Las acciones realizadas en el contexto personal se ubican en las posibilidades personales para validar cambios y sentirse en control de sí mismas:



Desde el grupo focal, la idea del empoderamiento está basada en:

- El reencuentro con una misma. En contra de lo que establece la sociedad (Alma silvestre).
- Darme un espacio personal (Mujer Victoriosa).
- Valorarme (Estrella).

Según las anteriores afirmaciones, por tanto, para que se dé este proceso es necesario desarrollar el sentido de sí mismas, instaurar la capacidad individual,

la confianza, deshaciendo los efectos de la opresión aprendida, señalada en los legados patriarcales.

Estas acciones tuvieron un fin propositivo y necesario en el proceso enunciado por las sujetas de investigación, como tomar decisiones, buscar ayuda, y, plantearse metas que las ubiquen en un plano de independencia y en el control de sus vidas; lo que sería conforme con el señalamiento de Jo Rowlands (2002) de que desde el empoderamiento las personas se deshacen de las construcciones sociales, con lo que logran a verse como poseedoras de la capacidad y el derecho a actuar y, en consecuencia, a tener influencia.

El paradigma planteado por las mujeres de estas historias y acorde con la autora antes citada, es necesario retomarlo para descalificar el enfoque victimario que incide en asumir a las mujeres, no desde su condición, sino desde la carencia de protagonismo, lesionándolas y revictimizándolas. Lamentablemente, esto es lo que priva en instituciones y políticas sin una visión desde las mujeres.

### **El empoderamiento desde las facilitadoras**

Como se indicó al inicio, las sujetas de esta investigación acudieron a los grupos de apoyo de Alajuela, unas; y, otras, al grupo de Apoyo de MUSADE, en San Ramón, en su proceso de empoderamiento.

Algunas personas han acompañado como facilitadoras a estas mujeres en su proceso y, por el contacto frecuente con ellas y su conocimiento teórico sobre el tema, sus observaciones constituyen un aporte valioso complementario a lo logrado, mediante las entrevistas individuales a las sujetas de investigación y desde las voces en el Grupo Focal; éste es el criterio de una observadora cercana con capacidad crítica, el criterio de la otredad.

Según las facilitadoras acompañantes en los procesos de empoderamiento, las historias de estas mujeres, diferente cada una como única es la protagonista, tienen algunos rasgos comunes, principalmente en lo que se refiere a su interacción con el Grupo de Apoyo:

*“Algunas, equivocadamente, cuando no tienen información sobre la naturaleza del grupo, buscan ayuda material o establecer contactos para obtenerlos donde corresponda. Vienen en busca de cosas muy concretas y de ayudas que el grupo no les puede ni les va a dar.*

*La mayoría; sin embargo, buscan asesoría legal, información sobre recursos institucionales disponibles; apoyo emocional; manejo de estrés; acompañamiento; ideas de qué deben hacer según la experiencia de las demás” (Facilitadora de Alajuela).*

*“En el caso de MUSADE, dada la información previamente brindada, las mujeres que llegan al Grupo buscan lo que realmente el grupo les puede dar, es decir, acompañamiento, apoyo, autoafirmación, confianza en sí mismas, orientación.*

*Por conveniencia de las mujeres y porque tienen necesidades diferentes, mantenemos por separado el grupo de las mujeres que buscan apoyo para superar situaciones de violencia intrafamiliar de un grupo de las que, además, son sobrevivientes de abuso sexual.*

*Una mujer que llega al Grupo con la expectativa de que le van a ayudar, pronto descubre que esa ayuda se dirige a ayudarse a sí misma” (Facilitadora de MUSADE).*

Indicaron las entrevistadas que, posterior al ingreso al grupo, y en forma muy gradual, en estas mujeres se fueron generando una serie de cambios, muchos quizá imperceptibles pero otros muy evidentes para sus observadores(as), porque afectaron su actitud ante la vida, su forma de pensarse y verse y sus relaciones con el entorno

*“En el grupo los logros de las mujeres son de largo plazo. Cuando permanecen en el grupo poco a poco se ponen sus metas, autoafirmándose.*

*Va surgiendo la solidaridad. A veces se identifican con otras y asumen roles más de apoyo a otras, aunque todavía no hayan podido asumir el control de sus propias situaciones. Este ayudar a otras les motiva a asumir su propia situación*

*Se dan tiempo para ellas; aprenden a darse tiempo. Hacen cosas y en este hacer, conocen gente importante que las trata con respeto y cuenta con su colaboración.*

*Para las mujeres del grupo, el hecho de que personal de alto nivel del sistema institucional las contacte para hacerles consultas o para contar con su apoyo y colaboración en tareas de su cargo, les da sentido de valor y de ser personas capaces. Esto les genera confianza y desenvoltura para abordar sus derechos, les motiva a capacitarse e informarse y las hace apropiarse de un espacio de saber importante para su rol de apoyo dentro del grupo.*

*Quizá uno de los cambios de percepción más fáciles de reconocer se producen en el lenguaje, traducido en <Antes era... y ahora ...>” (Facilitadora de Alajuela).*

*“La mujer que buscaba ayuda para resolver un problema de violencia comienza a empoderarse y su trabajo se orienta a buscar <Cambios en mi vida> y a lograr un <impacto en mis relaciones>.*

*Se percibe también el liderazgo que van asumiendo y la sororidad que manifiestan. Igualmente, se les ve involucradas en actividades extrahogareñas que, antes, no estaban en sus posibilidades de acción.*

*Algunas mujeres se han desarrollado en lo personal en el aspecto académico y luego se han incorporado a brindar sus servicios profesionales dentro de la entidad... La formación profesional es muy importante pero lo que importa en estos casos es su capacidad para brindar un apoyo empático por ser sobrevivientes de violencia y su liderazgo es, por tanto, más efectivo” (Facilitadora de MUSADE).*

Parte de los cambios que percibieron las facilitadoras en las mujeres, durante su proceso de empoderamiento, se refieren a su incorporación en acciones propias de lo colectivo, acciones motivadas por sentimientos y fuerzas internas que se desplazan hacia las demás: la preocupación y comprensión por el problema propio facilita la identificación y el apoyo con la situación que vive la otra.

Aunque podría esto verse como una continuación del “ser para otros” inculcado por la socialización patriarcal, en realidad es una posición diferente en cuanto se tiene claro que se “es” desde sí misma y la otra persona no necesita ser sustituida, sino acompañada, para que también logre ser “ella” misma:

*“En Alajuela las mujeres llegan con necesidades muy concretas que concentran todo su interés y no se han consolidado acciones colectivas, o*

*sea, espacios para la movilización conjunta hacia el posicionamiento de sus derechos, como se ha dado en San Ramón.*

*Debo recalcar; sin embargo, como acción desde lo colectivo, la capacitación que algunas mujeres recibieron para apoyar a otras. CEFEMINA ha dado capacitación en varios ejes a unas de estas mujeres que se han convertido en facilitadoras comunales: personas que ayudan oportunamente a otras” (Facilitadora de Alajuela).*

*“Ingresan al Grupo de Apoyo de MUSADE. Cuando asumen liderazgo se convierten en defensoras populares: sobrevivientes de violencia que realizan acompañamiento. Muchas mujeres asumen liderazgo dentro de la organización.*

*Desde sus orígenes, las mujeres han sido las más interesadas en facilitar que otras tomen conciencia de su situación y busquen apoyo.*

*Aunque la sede de la entidad se ubica en el Centro de San Ramón, hay una acción importante desarrollada en nivel de las comunidades, tarea que ejecutan las educadoras populares, que son líderes comunales encargadas de apoyar y conducir a esas mujeres de las comunidades; también las llamamos interlocutoras populares” (Facilitadora de MUSADE).*

De los aportes anteriores podría decirse, acorde con la doble orientación que Batliwala (León, 1998; 193) señala en los procesos de empoderamiento, que mientras en el grupo de Alajuela el interés se centra en las necesidades personales de las mujeres de asumir derechos y control de recursos y de su propia vida, en el de San Ramón se ha dado un avance adicional hacia el desafío desde lo colectivo de las relaciones de poder existentes.

En efecto, al haberse dado en San Ramón la consolidación de una asociación de mujeres, MUSADE, se estableció un espacio propicio para acciones de empoderamiento de carácter colectivo:

*“Las mujeres tienen interés y necesidad de tener recursos propios. Desde hace varios años se comenzó a favorecer el desarrollo de proyectos productivos, en las comunidades de origen de las mujeres. Primero fueron proyectos familiares. Eso permitió a muchas mujeres salir adelante. Se logró cooperación financiera externa para desarrollar estos proyectos. De los proyectos financiados, el 85% los aprovecharon: sólo un 15% no le hizo frente a sus compromisos. Luego se iniciaron los proyectos colectivos.*

*Al principio, una de las limitaciones para que las mujeres participaran era que los maridos nos las dejaban. Por eso, al principio, organizamos actividades que contaran con la participación de ellos; así ellos se enteraron de cuáles eran los temas tratados, qué cosas aprendían y cómo se invertía*

*el tiempo. Veían a las mujeres trabajar y fueron poco a poco perdiendo el temor a que participaran y, sobre todo, dejaron de ver a la organización como algo amenazante.*

*El desarrollo de los proyectos productivos fue posible porque la iniciativa de las mujeres recibió apoyo financiero externo. El desarrollo de nuevos esfuerzos se ha hecho sobre todo con los aportes de las mujeres mismas. En recurso humano, MUSADE también ha tenido cooperación internacional. Actualmente, los proyectos productivos exitosos se han integrado en una red; la Red de Microproductoras de Occidente. Para dar a conocer sus productos hacen ferias y los recursos para montar esas ferias son aportados por las mujeres mismas. Cada grupo participante aporta una cuota para los costos específicos y por medio de rifas se recaudan recursos para cubrir los costos generales. Es muy importante la solidaridad y unión que se da entre las mujeres. Esta red no es un recurso de apoyo.*

*Un aspecto medular de las acciones colectivas es lograr el empoderamiento como un requisito previo. Lo primero es empoderar a las mujeres. Si el proyecto no funciona y la mujer no está empoderada, se siente luego peor. Por esto, MUSADE primero capacita y potencia el empoderamiento y luego ayuda o facilita el desarrollo de las acciones” (Facilitadora de MUSADE).*

El empoderamiento de las mujeres no es, verdaderamente, de interés del sistema institucional de desarrollo; por lo menos no interesa a los sistemas locales, según la experiencia de las mujeres de MUSADE, cuando han requerido apoyo para sus iniciativas:

*“Es triste, pero al Estado y a las instituciones no les interesamos; se ha contado con muy poco apoyo, por no decir que ha estado ausente.*

*Un ejemplo ilustrativo de esto es el Proyecto colectivo que desarrollamos para dotar a MUSADE de casa propia*

*La Asociación había estado funcionando en facilidades físicas de la Municipalidad; sin embargo; en un momento determinado se nos informó que debíamos desocupar el lugar. Teníamos pocas opciones para continuar operando como lo veníamos haciendo; así que tuvimos que optar por la compra del edificio de la sede actual. La suma por pagar era excesivamente elevada para las posibilidades de la Asociación, pero las mujeres decidieron dar la lucha y comprarla” (Facilitadora de MUSADE).*

La capacidad de las mujeres de la Asociación (entre las cuales las sujetas de investigación han jugado un rol protagónico por su condición de miembros de la junta directiva o de miembro activa), para realizar en equipo una serie de grandes

acciones, ha quedado ampliamente demostrada en la historia de desarrollo de MUSADE:

*“Para obtener recursos pusimos en ejecución varias ideas; entre ellas, la venta de servicios de capacitación a entidades del lugar, tales como el IMAS, institución a la que se le vendió por cerca de 5 años, el servicio de capacitación de Adolescentes y de Jefas de Hogar. Realizamos una campaña gigantesca para obtener recursos. Fue un trabajo titánico; lamentablemente, la recaudación de dinero fue muy pobre. No contamos con apoyo de ninguna entidad nacional y tuvimos que enfrentar presiones financieras muy fuertes” (Facilitadora de MUSADE).*

Es importante que, en su proceso de empoderamiento las mujeres llegaron a un punto en el que no han podido limitarse a lo que es su entorno inmediato, sino que comenzaron a incidir sobre espacios más amplios, tal es el caso de las acciones de carácter comunal y de ejecución de políticas locales; forma como se han proyectado y empoderado aún más. En estas acciones, han tenido claridad de sus propósitos, de su condición de promotoras de cambio y de ciudadanas en ejercicio de sus derechos, que saben cuál causa es justa y cuál no lo es y cuándo luchar por sus intereses:

*“Las mujeres nos hemos unido varias veces como organización para manifestarnos, según nuestra posición, en las luchas nacionales y apoyando alguna causa de una entidad local, cuando hacerlo es lo justo; sin embargo, tenemos cuidado de no ser involucradas simplemente como un elemento de fuerza a favor de intereses que no son importantes desde nuestra perspectiva como mujeres” (Facilitadora de MUSADE).*

El espacio comunal, convertido en espacio de trabajo para la transformación social, lo han abordado, responsablemente, con esfuerzos de prevención de la violencia en forma planificada; es decir, acciones que se ubican en un plan de acción bien definido:

*“Sin embargo, creo que es más importante que, desde hace ocho años, iniciamos trabajo con niños y lo estamos fortaleciendo porque nos hemos dado cuenta que con los niños se puede trabajar.*

*Se ha trabajado formalmente durante seis años con niños testigos de violencia física.*

*Ahora tenemos un proyecto de prevención con niños y lo trabajamos en tres escenarios: el escolar, el familiar y el comunal.*

*Es un Proyecto Piloto. Se trabaja con:*

- *Los docentes, para que incorporen enfoque de género en sus clases. Se les imparte tres talleres: género; autoestima; capacitación en prevención de la violencia.*
- *Los padres de familia, se capacitan mediante talleres en aspectos tales como manejo de límites.*
- *Padres y Escuela: se constituyen en la escuela Comités de Prevención con los padres de familia. Estos comités analizan los factores protectores y desencadenantes que hay en la comunidad.*
- *Comunidad. Sobre las conclusiones y recomendaciones de los comités de padres de escolares, se establece un Comité Comunal de Prevención“ (Facilitadora de MUSADE).*

Las mujeres participantes en MUSADE, cuyas historias se han conocido en esta investigación, no son las únicas participantes en las acciones promovidas en espacios que trascienden el hogar, como tampoco todas las mujeres que han llegado a MUSADE se han incorporado de lleno en estas iniciativas; sin embargo, lo que es importante resaltar es que las sujetas de la investigación son mujeres que han alcanzado un nivel de empoderamiento que las ubica en luchas fuera del ámbito de lo doméstico. Han alcanzado empoderamiento personal, empoderamiento colectivo (acciones en y desde el Grupo de apoyo) y luchan, empoderándose, en el plano comunal en la deconstrucción de las bases de la dominación/opresión

#### **IV. 2. 3. 2. Una vida desde los Derechos: los frutos del empoderamiento**

El empoderamiento es posible reconocerlo en la transformación ocurrida en las condiciones de vida de la persona y en su posicionamiento como humana. El

grado de empoderamiento evidenciado en las historias, es reconocido por las mismas mujeres sujetas de esta investigación cuando indican: “Yo antes... ahora en cambio...”.

El logro de vivir desde los derechos ha sido vivir empoderadas; tener conciencia de las fuerzas opresivas del sistema patriarcal; haberse autoafirmado y haber reconocido sus fortalezas y capacidades; haber logrado control sobre su vida y los recursos de poder inherentes; tener poder de decisión; y ha sido, como indica Batliwala, trascender la frontera del hogar para involucrarse en acciones de desafío de las relaciones de poder existentes y afectar la condición de subordinación de otras mujeres, ayudándolas a emanciparse.

En el contexto de esta investigación, la vivencia desde los derechos de las sujetas está especificada en el “**ahora**” de sus historias y puede dividirse en: el Ahora en lo personal, que incluye las relaciones cercanas; y, el Ahora en el entorno, que incluye las relaciones en lo grupal y comunal.

### ***El Ahora en lo personal***

En lo personal, el empoderamiento se evidenciaría en el desarrollo logrado en cuanto a lo que Rowlands (León, 1998; 223) agrupa en el sentido del ser, la confianza y la capacidad individual, que involucra la destrucción de los efectos de la aceptación de la opresión como norma de vida.

Para las protagonistas de las historias, el pleno disfrute de los derechos ha marcado en cada una la diferencia entre la angustia y la tranquilidad. Ha sido una vivencia auténtica de ser dueña de sí y de tener el control de su vida y de las circunstancias de su entorno. Ha sido la certeza de **ser**, de estar realmente viva; salir de la violencia se ha convertido así en un verdadero renacer:

*“Derecho a la tranquilidad. Ahora salgo del trabajo con la tranquilidad de que nadie me está presionando, que tenga que estar allí. Si yo salía del trabajo a las cuatro, a las cuatro y cinco tenía que estar en la casa. Si*

*pasaban unos minutos sin llegar, él se alistaba y se iba para la calle. Yo estaba como enterrada allí; además, muchas veces aunque llegara pronto, igual se iba a la calle. Yo me sentía mal. Ahora vivo sola pero me siento acompañada y ya no vivo bajo esa presión. Ahora hago lo que quiera hacer. Yo digo que **yo volví a nacer** y que yo no sabía que esa otra vida existía. Yo me siento ahora muy contenta de haber dejado esa vida atrás. Desde hace 5 años de vivir así” (Azucena).*

*“Era como si quisieran tomar el control de mi casa en lugar de él. Querían decidir lo que se debía hacer con mis hijos y a influir en ellos. Tuve que plantarme para que se respetaran mis decisiones” (Rosa).*

*“Yo me considero sobreviviente. Si me hubiera quedado en aquel antes, ya no fuera ni sobreviviente; estaría muerta. Muerta en vida por la misma agresión; en cambio, el sobrevivir lo lleva a uno a vivir diferente” (Mujer Emprendedora)*

El derecho a una vida libre de violencia y a la libertad de acción, constituyeron para estas mujeres una razón suficiente para enfrentar todos los problemas de señalamiento y estigmatización social; de rechazos y presiones familiares; y, hasta las privaciones económicas a que fueron sometidas. En palabras de ellas mismas: privó el derecho a vivir sin violencia.

*“Yo hice lo que hice porque entendí que tengo derecho a ser feliz, a vivir en paz y tranquilidad; que tengo derecho a escoger con quien hablar y con quien no; que tengo derecho, si me siento mal a ir al médico, antes tenía que aguantarme sólo porque él decidía que no estaba tan mal como para ir al centro de salud. Tengo derecho a que todos los que me traten, me respeten. Si quiero ir al templo o tener las devociones que quiera, tengo derecho a hacerlo sin que me critiquen o me lo impidan. Tengo derecho a tener una familia como yo quiero y tenemos derecho a salir donde queramos. Eso me hace sentir bien” (Rosa).*

*“He logrado como derecho sentarme a ver televisión o desayunar en la cama y no me duele que se me diga “vaga”, principalmente mi mamá, hasta rectificar esas palabras y replicar: Simplemente estoy descansando; para que prevalezca mi derecho a descansar. Las mujeres, uno las ve, gente hasta de 70 años que no pueden sentarse, sólo atendiendo a los otros, pues no se les enseñó esos derechos: pues sentarme a tertuliar es un gran logro. Yo defino, si alguna amiga me invita a tomar un café, si lo hago o no, sin la culpa de no estar atendiendo a los*

*otros como hice en el pasado y que me dejó tan agotada y vacía". (Alma Silvestre).*

*"Yo me pongo a pensar ahora que yo no cambio ni un solo día de ahora por los mejores de antes" (Azucena).*

El desarrollo de la confianza en sí mismas ha sido consecuencia del fortalecimiento de la autopercepción, del reconocimiento de las capacidades propias y de los logros alcanzados que han hecho evidente, para las y los demás, pero principalmente para las mujeres mismas, que no se han engañado al creer en sí mismas.

*"...Ahora puedo decidir por mí misma si algo me conviene o no y si me trae consecuencias, yo decido si las asumo o qué" (Rosa).*

*"Con mi trabajo adquirí el lote y la gente me decía qué iba a hacer con él. Yo decía: aunque se llene de monte, pero ya tengo un lote mío y eso es lo primero para construir mi casa. Después empecé a ahorrar y ahorrar, pedí un préstamo por el lote y me dieron el bono para la vivienda" (Mujer Emprendedora).*

*"Todos mis logros han sido mis logros... En cierto modo, ellos dirán: ésta perdió todo; pero yo quería otra vida diferente... Yo partí de cero y aquí estoy" (Mujer Emprendedora).*

*"Sé que tengo que arrimar mi comida, mis cosas; pero sé que soy autosuficiente. Hasta el momento no me arrepiento de mi decisión" (Mujer Victoriosa).*

*"El logro más grande es mi casa en menos de un año. Tengo una jarana pero no es tanto lo que debo. Eso significa tener el techo seguro donde nadie me dice: tiene que irse" (Mujer Emprendedora).*

*"Yo siempre supe que podía hacerlo... No ha sido fácil pero me siento muy bien de haberlo hecho" (Rosa).*

*"Mi vida ha cambiado en todo sentido; yo era dependiente, ahora soy independiente" (Mujer Victoriosa).*

*"Hice muchos cursos y también me capacité como facilitadora de grupo, entonces fui adquiriendo conocimientos. En mucho yo digo: convertí lo negativo en positivo" (Luz Mística).*

*“En el grupo lo escuchan, se desahoga; si tiene que llorar llora... pero a una nunca le dicen haga tal cosa y cuando toma la decisión, la toma fortalecida y sabe que está tomando la mejor decisión” (Mujer Emprendedora).*

La deconstrucción de la opresión aprendida, llamada también aquí los legados patriarcales, queda ilustrada con el siguiente comentario:

*“Yo pude retomar mi vida; he aprendido. A veces retrocedo en mis ideas y me entran los cuentos y los mitos y los ideales... Es la parte del cassette cuando está chillando. Cuando ya suena bien, me ubico. El empoderamiento le permite a las personas auto-examinarse y aceptarse” (Alma Silvestre).*

En el espacio de las relaciones cercanas, el ejercicio de los derechos sustentó la posibilidad para las protagonistas de estas historias de negociar e influenciar no sólo la naturaleza de la relación que querían mantener con su ex pareja, miembros de la familia y amistades, sino las decisiones mismas tomadas al interior de tales relaciones.

Así, el empoderamiento le permitió a las sujetas de investigación reconocer su valor, sus capacidades y posibilidades y asumir una diferente actitud ante la situación de desigualdad. Para algunas, esto abrió el espacio para disfrutar el derecho a reconstrucción de una vida de pareja; el establecimiento de una nueva relación, amorosa y sana.

*“Me casé con un compañero que ha apoyado mucho la Asociación, fundador desde sus inicios; fundador de una organización comunitaria; muy solidario. Entonces, me veía a mí que pasaba trabajando y trabajando. Trabajamos en algunos proyectos juntos. Siempre se me declaraba y yo le decía; no, no, yo con usted no quiero nada... hasta que una señora de la Asociación, una señora mayor me dijo que yo si era tonta, que un hombre como él no se encontraba; empezó ella... En Nicaragua le dije que sí” (Luz Mística).*

En el mismo sentido, la apropiación de sus derechos ha determinado que las mujeres hayan definido nuevas reglas del juego en sus relaciones familiares; reglas que se sustentan en el conocimiento de sus derechos y en su decisión a exigir que éstos se les respeten; en algunos casos esto incluso ha significado la renuncia a vivir con su familia. Algunas de las sujetas de investigación lo plantearon así:

*“En mi caso, el derecho que marcó la pauta fue asumir mi derecho a una vida sin violencia: esto marcó la diferencia. Yo estoy dispuesta a asumir esto y mantenerme por encima de todo, ya que en mi caso el apartarme de mis hijos ni siquiera se me había ocurrido, pero me tocó. Y esto no implicó que yo me devolviera en mi decisión, porque el derecho a vivir sin violencia ha hecho que yo siga para adelante” (Mujer Emprendedora).*

*“Lo más importante es poder expresar lo que uno piensa y siente. Cuando uno vive así, su opinión no cuenta, no vale para nada. No se puede ni siquiera negociar las cosas. El imponía las condiciones y había que aceptarlas, sin más” (Daisy).*

*“Derechos como vivir sin violencia, tiene un precio inalcanzable. El hecho de que usted se sentó y se comió aunque sea arroz pelado, pero con tranquilidad; eso no tiene precio” (Mujer Emprendedora).*

*“Ahora mis hijos vienen, se quedan conmigo, compartimos. Cuando yo estoy libre, he optado por darles calidad de tiempo, ya que sólo me queda disfrutarlos de esa forma. Mi hija tiene 18 años; yo todavía no estoy tan vieja y si hay un concierto, nos vamos las dos. Paseamos” (Mujer Emprendedora).*

En la mayoría de los casos, por la existencia de los hijos, no ha sido posible romper en forma total la relación con la ex-pareja; sin embargo, ésta ha cambiado debido a que, a partir del empoderamiento, la comunicación está marcada por las reglas de respeto a los derechos que impone la mujer:

*“Yo era dependiente emocional. Yo no podía hacer nada por estar pegada a él. Ya ahora no me hace falta para nada y ya no me afecta que ande con quien quiera... Ahora hasta tenemos una comunicación diferente... El me tiene que pagar pensión. Yo aprendí que él me tiene que pagar pensión alimenticia aún si estuviéramos juntos. Reclamé el derecho a la*

*pensión de mis hijos hasta los veinticinco años por estar estudiando. Eso yo no lo sabía antes. También supe lo de la separación de bienes, por eso lo hicimos” (Azucena).*

*“Al principio él llegaba y me gritaba, pero luego comprendió que yo había cambiado. Ya la relación es muy diferente” (Estrella).*

### ***El Ahora en el entorno***

El disfrute de una vida desde los derechos en el entorno, se evidencia en las acciones que las mujeres realizan actualmente y que se ubican en un espacio extra hogar y con una dirección hacia logros en la transformación de las condiciones circundantes, en cuanto a la reducción de la opresión.

Dentro de las características particulares de los procesos de empoderamiento vivido por las mujeres estudiadas, unos rasgos que parecen compartir son la actitud hacia el servicio y la razón de esa actitud.

*“Ahora después de estar con MUSADE, me fui para un distrito... Estoy trabajando con setenta y resto de mujeres... estaba trabajando en un proyecto y formé una asociación de mujeres; la asociación se llama Asociación de Mujeres para el Desarrollo Sostenible. Elaboré un proyecto que se llama Proyecto de Desarrollo Integral Sostenible y estoy trabajando con 74 mujeres de todo tipo, es abierto, pero la mayoría de mujeres son víctimas de violencia intrafamiliar y que no han sacado el sexto” (Luz Mística).*

*“Trabajar en Derechos; yo he hecho este trabajo... Por ejemplo, en la Escuela donde está mi hija, yo lo he hecho en actos cívicos. Llevo folletos; me preguntan sobre situaciones concretas para poder orientar. Yo trabajo con derechos, salud sexual reproductiva, querernos respirar; tomar metas inmediatas como el hoy, que está más inmediato que el mañana” (Alma Silvestre).*

*“Podemos dar un cambio para otras generaciones con nuestras vivencias. Los cambios nuestros son notorios y son buenos. Cambiamos de apariencia*

*física, de humor, de nuestra forma de hablar, de mentalidad” (Mujer Victoriosa).*

#### IV. 2. 3. 3. A manera de Síntesis

Las mujeres definen el empoderamiento desde su propia percepción y desde sus vivencias y, aunque las palabras utilizadas difieren, llevan todas a una concepción única, de proceso que permite a la mujer posicionarse desde sus potencialidades para relacionarse con el entorno, a partir de sus derechos y libre de las ataduras de la dominación masculina patriarcal, permitiéndole negociar o imponer sus condiciones. Las mujeres construyen un poder de afirmación, poder ser respetadas en su integridad, no ser violentadas y poder para tomar decisiones.

Retomando a Rowlands, la definición construida a partir de lo dicho por las mujeres contiene elementos que reafirman que el empoderamiento es, “en su núcleo, un conjunto de procesos psicológicos que cuando se desarrollan capacitan al individuo para actuar e interactuar con su entorno de tal forma que incrementa su acceso al poder y su uso en varias formas” (León, 1998; 224).

La eliminación de la opresión marginante y enclaustrante, se tradujo en un “estar plenamente viva”, (Powell,1993: 18) y, en esa nueva situación, las mujeres se transforman en fuerzas vivas, generadoras de nuevos recursos de apoyo para que otras mujeres, a su vez, puedan afrontar las opresiones injustas de su propio entorno; por eso, acto seguido, se involucran en acciones de desafío a las mismas, en pro del empoderamiento de otras mujeres, manteniendo la premisa de que éste es un proceso personal y que su aporte es de apoyo y acompañamiento.

El empoderamiento logrado por las protagonistas, es un sol que no puede ser ocultado ni empañado por las expresiones minimizantes de los observadores de los principios patriarcales, pues se han ubicado en lugares donde pueden proclamar, atestiguando con su persona como testimonio vivo, que sí existe una vida gozosa, fuera de la violencia, al alcance de las mujeres; que sus sueños son posibles, como es el anhelo de una sociedad justa y democrática que las incluya.

## **V. LO QUE LAS MUJERES NOS ENSEÑARON**

### ***Desde las historias***

Las historias presentadas son experiencias de trascendencia y logros, que contemplan la potencialidad y la creatividad para asumir la vida desde las mismas mujeres.

En estas historias de empoderamiento se marcan tres momentos claves, a saber: un Antes de vida en dolorosa opresión, un Evento Desencadenante que hace el click que marca el cambio de dirección de los acontecimientos y el Ahora de una vida plena de realizaciones personales y logros.

En las mujeres de estas historias se observa un cambio radical; pasan de ser mujeres objetos en el “Antes” para transitar al protagonismo del “Ahora”, como forjadoras de un mañana con oportunidades.

El “Antes” se constituía en una vida de miedo, seres sin voz y dependientes, transitando a un “Ahora” donde toman decisiones, opinan, negocian, infringen legados, proponen y ejecutan cambios, accesan a los recursos posibles, frenan la violencia. Se ubican en otra posición y condición de humanas con derechos y como símbolos del empoderamiento de las mujeres

Los “Antes” de vida en violencia fueron soportados, fundamentalmente, a causa de los roles asignados y asumidos y la opresión aprendida (legados patriarcales), lo que permite identificar ese momento como el propicio para acciones de intervención que deconstruyan los cimientos opresivos y posibiliten el posicionamiento desde los derechos.

Un acto violento se convierte en “Evento Desencadenante” y de límite, en virtud de una decisión de la mujer que vive esa relación, al ubicarlo como

inaceptable, indiferentemente de los factores de riesgo asociados a la violencia. La capacidad y posibilidad de toma de esas decisiones se refuerza si ha habido un proceso de información, acompañamiento y un entorno facilitador acorde con estas vivencias.

El resultado de confrontar el “Antes” con el “Ahora” de estas historias, hace pensar que la mujer en la sociedad patriarcal es una promesa; el empoderamiento la hace realidad, ser persona titular de derechos.

El punto de partida es una firme determinación de vivir libres de violencia, desafiando la dominación masculina.

Los obstáculos cotidianos, el pesimismo, la dependencia afectiva, el acceso restringido a recursos materiales y económicos, los roles asignados y asumidos desde una identidad de género en una sociedad patriarcal discriminante, se afrontan para enfocar la necesidad de no seguir siendo violentadas, validando el derecho a una vida sin violencia y a la autodeterminación.

Las mujeres de estas historias se aferraron a las oportunidades forjadas desde sí, con el apoyo de grupos de mujeres y personas que creen en una sociedad más justa, con voz también de mujer y con esperanza para construir la equidad.

El empoderamiento se constituye en una opción para las mujeres cualquiera sea su situación socioeconómica.

El empoderamiento, sin ser exhaustivas en su apreciación, alude a un mayor control de las mujeres de su propia vida, su cuerpo y su entorno; comprende ejes de autonomía, injerencia en la toma de decisiones, acceso y control de recursos generados desde sí mismas, acceso a la información; reconocimiento de sus derechos y la apropiación de una vida libre de violencia.

El empoderamiento es un proceso personal dinámico que permite a la mujer posicionarse desde sus potencialidades para relacionarse con el entorno a partir de sus derechos.

Las historias confirman que es posible el empoderamiento desde las mujeres; proceso irremplazable porque es personal, acorde con situaciones concretas y el ritmo de cada humana.

### ***Las mujeres de las historias confirman que***

Los sueños de las mujeres son posibles y puede pensarse que es viable construir una sociedad más justa, participativa e inclusiva, que recupere la capacidad creativa y la potencialidad de las mujeres para trascender la victimización.

El empoderamiento conlleva un dinamismo que requiere de la actuación de sí mismas (realización de acciones concretas y orientadas a tal fin), con sus fortalezas y potencialidades; y, en la medida que cuenten con un entorno que facilite el acceso a los recursos, se torna más viable vivir desde los derechos.

El afrontamiento de la violencia se concreta en autonomía, recuperación de la salud, derecho a trabajo remunerado, adquisición de medios que garanticen independencia, vivir con dignidad y disfrutar “estar plenamente vivas”.

### ***En relación con los recursos y apoyos se evidenció que***

Los más asequibles son los organizados y facilitados por las mismas mujeres. Estos se caracterizan por ser servicios de: información, asesoría, acompañamiento, validación de procesos, escucha empática y de participación protagónica (sin horarios, citas previas ni días libres).

Los servicios y políticas institucionales mantienen la perspectiva revictimizante que ignora y mutila las capacidades protagónicas de las mujeres.

Hay un vacío de atención y apoyo para las mujeres que han vivido violencia intrafamiliar y que están reproduciendo ese patrón de comportamiento o constituyen, en ese sentido, verdaderas bombas de tiempo.

Aunque el “rompimiento con la violencia” es un proceso personal, en las historias priva un reclamo por el acompañamiento familiar

La familia se constituye en un recurso idealizado en estas historias. En algunas se tornó en una coerción patriarcal adicional al reto de vivir sin violencia; cuando se da apoyo, está sujeto a condiciones.

En las instituciones de Servicio Público el concepto titular de derechos de las mujeres, no ha impregnado las políticas ni a los propios servicios; y aunque se reconoce una mejoría, las mujeres manifiestan que las perciben como víctimas y son revictimizadas, despojadas de sus potencialidades, sin garantía de espacio para ser escuchadas y validadas como persona, con una vivencia y necesidades que no pueden esperar cita, ni convertirse en número x de una fila burocrática y deshumanizada.

En esta línea es importante reconsiderar el lenguaje contenido en el abordaje de la violencia, desde algunas instancias; lenguaje que es carente de una filosofía de empoderamiento, pues aunque el término es utilizado, aparentemente es sin un contenido real desde la visión de género.

Es importante resaltar que las mujeres de las historias sí utilizan un lenguaje acorde con la visión de protagonismo desde sus potencialidades y su empoderamiento; pero no ha sido asimilado por el entorno porque mantiene su predominio el lenguaje revictimizante y anulador que sirve a los intereses del patriarcado.

### ***Desde la experiencia grupal***

Se ha generalizado en la intervención de la prevención de la violencia, la atención desde Grupos de Autoayuda o Apoyo.

Los grupos de autoayuda, reconocidos por las mujeres como grupos de apoyo, se constituyen en espacios de empoderamiento desde lo personal y lo colectivo. Se trasciende el espacio personal para asumir compromisos y procesos grupales que requieren la participación activa de estas mujeres. Por ejemplo, MUSADE construye y ejecuta con las mujeres proyectos socioproductivos, de prevención y de atención; trabajando el paradigma: de, con y para las mujeres. Se trabaja la perspectiva de la violencia con un enfoque integral.

Se observa la importancia de la acción colectiva en el proceso asumido por las mujeres, aunque no se generaliza esta experiencia (MUSADE), con otros grupos de autoayuda. Por esto señala el grupo que es fundamental incluir aspectos de potenciar la organización de las mujeres que incida, desde lo colectivo, en la lucha por reivindicaciones estratégicas, producto de la organización y participación activa de las mujeres. De lo contrario, el empoderamiento carece de una de las etapas básicas, que es trascender el aspecto personal para construir, en sororidad, un planteamiento con base social participativa, que promueva el desarrollo y bienestar de las mujeres.

El modelo organizativo de MUSADE, muestra el potencial de las mujeres; toma en cuenta el protagonismo de éstas en: el aspecto de capacitación, el de promoción de derechos y la facilitación de espacios grupales y la prevención, en aras de cambiar tanto la “condición” como la “posición”.

Con la responsabilidad colectiva se asumen formas democráticas de toma de decisiones y un poder compartido, que desarrolle fortalezas y genere oportunidades de una sociedad justa y solidaria.

### ***Desde el Empoderamiento y los Derechos:***

Su Empoderamiento ha ubicado, a cada una de las protagonistas de estas historias, como representada en el mundo; tienen pensamientos, se proclaman, tienen voz propia y exigen ser respetadas y tener el control de sus vidas.

Las experiencias desde las mujeres impactan en los procesos grupales, para visualizar metas y oportunidades de cambio y asumiendo roles de facilitación, acompañamiento y multiplicadoras para el cambio. En fin, evidencian la lucha por espacios y el derecho a desarrollarse y tener oportunidades, a una vida sin violencia y con libertad; para lo que acuden al máximo de los recursos; al encuentro consigo mismas, a ser protagonistas únicas de su vida.

### ***Las necesidades de apoyo y recursos, desde las historias***

El apoyo de la familia, emocional y económico, es fundamental para las mujeres que se proponen afrontar la violencia en sus vidas, pero este apoyo familiar debe ser de absoluto soporte incondicional.

Las mujeres reclaman respeto en la familia, las instituciones y la sociedad. Un respeto que se traduzca en oportunidades reales, apoyo en sus decisiones,

oportunidad para el cambio y acceso tangible a recursos que faciliten e incorporen el control y el desarrollo pleno de las mujeres.

Las mujeres reclaman protagonismo y oportunidades para el desarrollo, vedadas en los escenarios de una sociedad injusta y excluyente. No basta sólo con deconstruir; se requiere construir con el apoyo participativo de la sociedad.

Las mujeres requieren que la prestación de los servicios y las políticas institucionales sean atravesadas por el criterio de titular de derechos de las mujeres y, por ende, ser redefinidas y ajustadas de acuerdo con las necesidades de las mujeres y sus posibilidades reales, con requisitos que sí puedan reunir.

En la dimensión de la violencia y su afrontamiento, por lo antes señalado, es hora de cambiar en el lenguaje el énfasis dado a la sobrevivencia, que lleva a vivir esperando lo mínimo de la vida, por el de asumir el protagonismo de la persona y la vivencia desde los derechos.

Las mujeres tienen un panorama claro de los ajustes necesarios en el ámbito institucional, congruente con lo establecido en la Agenda de las Mujeres a nivel Nacional; ajustes que redefinan las estrategias excluyentes a fin de que se les apoye y logren la igualdad de resultados; no es que se les trate igual que a los hombres, sino lograr el real acceso a los recursos; es decir, lograr una igualdad sustantiva, esto es, tomar en cuenta las condiciones reales de las personas.

### ***Desde la condición de investigadoras***

La posibilidad de aproximarnos a la realidad del empoderamiento de las sujetas de investigación la brindó el método cualitativo y las técnicas seleccionadas en esta investigación, cuya flexibilidad permitió acercarnos a la persona y, desde su perspectiva, a la vivencia.

Fue un encuentro de humanas mediante el cual, desde las particularidades concretas, se posibilitó el conocer y reflexionar la realidad de las mujeres desde el

género y, específicamente, hacer visibles las relaciones de despotismo cuando se vive violencia en la pareja

Nuestro acercamiento ha sido desde una mirada respetuosa para comprender la percepción de estas mujeres en torno a sus potencialidades y fortalezas descubiertas en el proceso de afrontamiento a la violencia.

Esta experiencia permitió, en estas historias concretas, descubrir personas de muy diversas características socioeconómicas, que se han apropiado del derecho a vivir desde un posicionamiento claro de su condición de humana con derechos, con derecho a la vida, a tomar decisiones y a conciliarse con su voz, transformando una vida de invisibilidad y opresión por una de protagonismo y bienestar; lo que obliga pensar en un potencial individual indestructible.

Como humanas reconocimos en nosotras mismas la vivencia de opresión propia del patriarcado, realidad que se hizo más patente conforme profundizamos en los diálogos constructivos que tuvimos en los encuentros con las mujeres.

El género nos atraviesa a todas y el relato de revisión y ruptura de los legados aprendidos y asumidos como verdades absolutas, removieron nuestras posiciones personales en relación con mitos y creencias no deconstruídas.

Redescubrimos vivencias personales en relaciones de violencia no reconocidas con anterioridad, que nos permiten reconocer no sólo las víctimas directas sino en nuestra condición como mujeres en una familia y en la sociedad.

En la práctica de abordaje de la violencia intrafamiliar, la experiencia vivida nos lleva a reconocer que, en ese proceso, cada mujer es una protagonista capaz e irremplazable para asumir su vida; sólo requiere ayuda, no ser sustituida.



## **VI. SUGERENCIAS CON BASE EN LO APRENDIDO**

En relación con los retos que plantea esta visión de las mujeres como protagonistas de sus cambios, la sociedad debe promover condiciones sociales que sustenten la equidad, la participación plena y acceso real a los recursos, en aras de vivir desde los derechos en el presente, no como un sueño postergable.

Las posibilidades pueden darse, sólo hay que hacerlas cumplir hoy, por lo que se considera prioritario tomar en cuenta:

- Que las instituciones involucradas en la concientización y lucha contra la violencia doméstica en relaciones de pareja, como el Instituto de las Mujeres y el Sistema de Salud, den más divulgación y cimienten sus propuestas de intervención participativa en las historias de afrontamiento de la violencia; lo que potencia una perspectiva protagónica de las mujeres y sus capacidades.
- Esta divulgación podrían hacerla coordinando acciones con las entidades de servicio público de mayor cobertura territorial como las de educación y salud.
- En las entidades de salud y principalmente en las de justicia y el PANI, se debe abandonar como premisa válida el factor de señalamiento de la baja autopercepción de las mujeres, que refuerza la culpa, carencia y coloca a las mismas como invalidadas, sin reconocer sus capacidades retenidas para mejorar su posición y condición de humana con derechos.
- Que el Instituto Nacional de las Mujeres, INAMU, promueva una campaña amplia de divulgación de los derechos de las mujeres, en forma similar a la de los derechos de los niños, niñas y adolescentes. Casi se podría creer que esta población conoce más sobre sus derechos que las mujeres sobre los suyos.

- Que las redes locales de atención y prevención de la violencia intensifiquen y promuevan la divulgación sobre los recursos de atención desde los derechos, pero sobre todo, que se promueva la participación social de las mujeres como protagonistas.
- Conviene que las redes y el INAMU promuevan la realización de talleres y eventos de reflexión, que sean encuentros entre mujeres y desde sus vivencias, donde se de la deconstrucción de las condiciones que ocultan la realidad de la opresión y su valor retenido, tomando conciencia sobre sus potencialidades para ubicarse como una humana plenamente viva.
- Que el INAMU y la Academia, en forma conjunta, se aboquen a la confección de un diccionario que recoja, incorpore, amplíe, fortalezca y difunda el lenguaje con perspectiva género sensitiva que forma parte de los temas en las agendas de las mujeres y que debe ser conocido y entendido en todos los ámbitos para facilitar una comunicación intra e intergenérica, un acceso real a los recursos, y hacer visibles a las mujeres en los espacios de la vida cotidiana en que participan.
- Que las Oficinas Municipales de la Mujer, el INAMU, las entidades de salud y las organizaciones no gubernamentales sociales, promuevan la instalación de apoyos, como los grupos de autoayuda, más cerca de las mujeres; lo que significaría que fueran promovidos en nivel de comunidades; pues para las mujeres del campo, principalmente, tener que desplazarse al centro urbano representa, muchas veces, un gasto adicional que no pueden sufragar. Les demanda disponer de una justificación de peso ante su pareja y tener que salir por muchas horas de la casa, gran parte del tiempo, corresponde a espera de autobús y tiempo de desplazamiento. En la comunidad el tiempo que dediquen al grupo es mejor aprovechado.

- En lo posible, sin modificar la filosofía de los grupos, el INAMU y el Sistema de Salud deben promover éstos con otra denominación, con un nombre más sugerente de fortalecimiento y superación, con visión de protagonismo y menos de auxilio a víctimas. Muchas mujeres podrían tener menos temor de incorporarse a un grupo así, que a uno en el que la sola asistencia se convierte en una culposa confesión pública de problemas en el hogar; cosa que por legado patriarcal no debe revelarse, ni siquiera insinuarse.
- Que el INAMU y el Sistema de Salud involucren en lo posible a la familia y las relaciones cercanas con actividades de información para que asuman el rol de soporte reclamado por las mujeres que afrontan la violencia.
- Que el Ministerio de Educación y las entidades religiosas realicen actividades preventivas que cambien los paradigmas de ser familia y revisen los espacios de formación como son la Educación para el Hogar (colegios), Orientación familiar, Cursos Prematrimoniales, entre otros.; para que no se refuercen, desde éstos, los legados patriarcales opresivos.
- Que se promuevan por medio de las redes de atención y prevención de la violencia y de los organismos no gubernamentales y en las comunidades, iniciativas organizativas siguiendo el modelo de MUSADE, que permitan el empoderamiento de las mujeres y sean un mecanismo de canalización de recursos productivos accesibles y visibles para las mujeres que optan por afrontar la violencia y vivir desde los derechos. El modelo de MUSADE es: con, desde y para las mujeres; sostenible y con proyección en el contexto.
- Esta visión de oportunidades forjadas desde las mujeres debe trabajarse en el marco institucional del país, para construir oportunidades con las sujetas protagonistas, de forma participativa más que dirigida por visiones que limitan el acceso real de estas humanas, quienes carecen del apoyo tangible para el

control de recursos y la participación en lo que debe ser el norte de sus vidas, acorde con necesidades prácticas y estratégicas.

- Que las entidades del sistemas de salud hagan cumplir la normativa existente y los protocolos de abordaje de la violencia partiendo de que la salud integral de las mujeres es un asunto de género.
- Que el Ministerio de Educación, dentro del sistema de Estudios por Madurez, diseñe y ejecute un programa específico para atender las necesidades de las mujeres que desean estudiar y sus responsabilidades de jefas de hogar las limiten; programas que consideren modalidades como la enseñanza a distancia, becas, guarderías y otras facilidades.
- Que el INA incluya programas de capacitación con una visión de necesidades desde las mujeres y no desde la concepción de mujer relegada al espacio del hogar, que les posibilite incorporarse en los avances tecnológicos y las exigencias del mercado laboral.
- Que el Patronato Nacional de la Infancia, en cumplimiento de su función de protección a la niñez y la adolescencia, en vez de enjuiciar a las mujeres, promueva, en coordinación con otras entidades, iniciativas con enfoque género sensitivas que faciliten y ayuden a las mujeres que enfrentan la doble tarea de la crianza-educación de los/as hijos y de ser jefas de hogar.
- Que se revise y actualice el Plan Nacional de Atención y Prevención de la Violencia Intrafamiliar, PLANОВI, tomando en consideración: las características actuales de la violencia; las respuestas reales institucionales y las necesidades desde las mujeres; los avances y logros del PLANОВI; la necesidad de nuevas estrategias de abordaje; y la capitalización de la experiencia acumulada.

- Que el INAMU promueva una mayor sensibilización sobre la problemática de la violencia intrafamiliar en todas las instituciones de servicios de apoyo a las mujeres, para eliminar las prácticas revictimizantes.
- Que el INAMU identifique y ejecute las acciones pertinentes para llenar el vacío de apoyo institucional para las mujeres (y sus hijos e hijas) que a pesar de haber logrado el afrontamiento de la violencia de pareja se han constituido en reproductoras de ese patrón o en bombas de tiempo.
- Que desde el CONSEJO SOCIAL, se emitan las directrices necesarias para que, mediante la acción del INAMU, conjuntamente con el Ministerio de Planificación y otros entes competentes, se establezca como parte del PLAN OVI un mecanismo para que todas las instituciones que brinden servicios a la población, realicen los ajustes para eliminar la discriminación contra las mujeres, según el compromiso ante la Comunidad Internacional, en 1993.
- Que se realicen más investigaciones en lo empírico, como el presente trabajo, para que se profundice en el conocimiento sobre los problemas y necesidades de apoyo de las mujeres, como base para promover esfuerzos de atención de modo que logremos alcanzar la Igualdad que nos garantiza la Carta Magna de la Mujeres, los Derechos de las Humanas establecidos en la CEDAW.
- Desde las historias nos compenetramos con el Empoderamiento como opción para trascender la violencia desde las mujeres. Los cambios observados son validados por las mujeres, la familia y las personas que han acompañado estos procesos; cambios traducidos en mayor conciencia, control, derechos a decidir y elegir una vida en paz. Que todas las personas que tomemos conciencia de la importancia de esta opción, asumamos una posición de compromiso para que cada día sean más las mujeres que, mediante su empoderamiento, logren erradicar la violencia en sus vidas.

## VII. BIBLIOGRAFÍA

- Arce y otros.** (2001) El arte, una estrategia metodológica en la reconstrucción de la identidad de género en las mujeres. Tesis. U.C.R. San José, Costa Rica.
- Arés Musio, Patricia.** (1996). Hogar dulce Hogar. Cuba: Universidad de La Habana, Cuba.
- Arroyo, Roxana.** (2003). Aplicabilidad de la Normativa sobre Violencia contra la Mujer en Centroamérica. Capítulos II y III. Tesis Doctoral. En/ Antología del Curso "Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos". Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Babbie, Earl.** (2000) Fundamentos de la investigación social. International Thompson Editores. México, México.
- Banco Interamericano de Desarrollo.** (1999) El costo de la Violencia: Violencia doméstica en las Américas. BID.
- Barrantes, Rodrigo.** (2002) Investigación un camino al conocimiento, un enfoque cualitativo y cuantitativo. EUNED, San José, C.R.
- Batliwala, Srilatha.** (2002) El significado del empoderamiento de las mujeres: nuevos conceptos desde la acción. Traducción de Adriana Espinoza y Magdalena León. En/ Antología del Curso "La Construcción Social de la Cultura de la Violencia", de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San Jose, Costa Rica.
- Batres, G.; Recinos, S. y Dumani, I.** (2002) Violencia de género, derechos humanos e intervención policial. ILANUD. Programa Regional de Capacitación contra la Violencia Doméstica. San José, Costa Rica.
- Batres, Gioconda.** (2003). Las mujeres centroamericanas y la psiquiatría. En/ Antología del Curso "Modelos de Intervención en Violencia" de la Maestría en Estudios de la Violencia Social. UNED. San José, Costa Rica.

- Caram León, Tania.** (2001) Estudio sobre empoderamiento femenino en Cuba. FLACSO. Universidad de La Habana. Cuba
- Calvo, Yadira.** (1990). El lenguaje opresor. Págs. 13 - 23 En: A la mujer por la palabra. EUNA. Costa Rica.
- Carcedo, Ana.** (2001) Rompiendo el Silencio. CEFEMINA. San José, Costa Rica.
- Carcedo, Ana.** (2002) Femicidio en Costa Rica 1990-1999. INAMU. San José, Costa Rica..
- Carcedo, Ana; Molina, Giselle.** (2001) Mujeres contra la violencia: una rebelión radical. CEFEMINA. San José. Costa Rica.
- Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia.** (1994) Plan Nacional para la Atención y Prevención de la Violencia Intrafamiliar. San José, Costa Rica.
- Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia.** (1996) Ley No 7586. Ley contra la violencia doméstica. Colección Documentos No 12. San José, Costa Rica.
- Charlesworth, Hillary.** (2003) ¿Qué son los derechos humanos de las Mujeres? Lectura de apoyo 7 En: Módulo de la CEDAW, ILANUD. En: Antología del Curso "Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos" de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Dairiam, Shanti.** (2003). Los principios de Igualdad sustantiva, no discriminación y obligación del Estado en el contexto de la Convención para la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. En: Manual de derechos humanos de las mujeres jóvenes y la CEDAW. En: Antología del Curso "Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos" de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Defensoría de los Habitantes.** ( 2002) Estado de la Nación. Informe VIII. San José, Costa Rica.
- Delgado, Y.** (2002) Respuesta Social a nivel local ante la violencia intrafamiliar. INAMU. San José, Costa Rica.

- Facio, Alda** (2003) El principio de igualdad ante la ley. En: Derechos Humanos de las Mujeres, Aproximaciones conceptuales. Serie Mujer y Derechos Humanos. En: Antología del Curso “Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Facio, Alda** (2003) Hacia otra teoría crítica del Derecho. En: Módulo de la CEDAW. ILANUD. En: Antología del Curso “Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora
- Facio, Alda y Fries, Lorena.**(1999) Género y Derecho. Selección. Colección contraseña, La Morada.
- Facio, Alda.** (2003) ¿Equidad o igualdad? En: Manual de derechos humanos de las mujeres jóvenes y la CEDAW. En: Antología del Curso “Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Ferro, Cora.** (1993). Compilación y Análisis de la Violencia Doméstica, UNA. Heredia, Costa Rica.
- Flores, Ana.** (2001). Ni históricas, ni reinas; ciudadanas. Tesis Programa Estudios de la Mujer. UNA. Heredia, Costa Rica.
- Foucalt, Michel.** (1995) Microfísica del Poder. Ediciones Endimió, Barcelona En: Antología del Curso “Epistemología de las Ciencias Sociales” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roberto Cañas, Compilador 2002. UNED. San José, Costa Rica.
- Lagarde, Marcela.** (1992). Identidad de Género. Nicaragua: Curso Centro Alop Palme, Managua.
- Lagarde, Marcela.** (1999) Una Mirada Feminista en el Umbral del Milenio. Instituto de Estudios de la Mujer. UNA. Heredia, Costa Rica.
- Lagarde, Marcela.** (2003) Desarrollo Humano y Democracia. En/ Antología del Curso “Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos” de

la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.

- Lagarde, Marcela.** (2003) Identidad de Género y Derechos Humanos. La construcción de las Humanas. En/ Antología del Curso “Teoría y Práctica de la Protección de los Derechos Humanos” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- León, Magdalena.** (1998) Poder y empoderamiento de las Mujeres. Tercer Mundo. Santa Fe, Bogotá.
- Lerner, Gerda.** (2002) La creación del Patriarcado. En: Antología del Curso “Construcción Social de la Cultura de la Violencia” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Roxana Arroyo, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica
- Martín-Baró, Ignacio.** (1999) Sistema, grupo y poder. Psicología Social desde Centroamérica UCA editores. En: Antología del Curso “Estado y Estructuras de Poder en las Sociedades Actuales” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Florencia Castellanos, Compiladora. 2002. UNED San José, Costa Rica.
- Mata, María Cristina.** (1996). La Radio. Por la apropiación de la Palabra. En: Portugal, Ana y Torres, Carmen (editoras). Por todos los medios. Comunicación y Género. Isis Internacional.
- Oficina Panamericana de la Salud.** (1995) Mujer, Salud y Desarrollo. Seminario para proyectos en salud de las Mujeres. San José, Costa Rica.
- Oyuela, Leticia de.** (1993) Mujer Familia y Sociedad. Ensayo.
- Pateman Carole.** (2002). Desigualdad de género y diferencias culturales. En Perspectivas feministas en teoría política. En: Antología del Curso “Enfoques Teóricos sobre la Violencia Social y Familiar” de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Gioconda Batres, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.
- Powell, John.** (1993) Plenamente humano, plenamente vivo. Una nueva vida a través de una nueva visión. Editorial SAL TERRAE. Santander, España.

- Rowlands, Jo.** (1998) Empoderamiento y Mujeres Rurales en Honduras: Un modelo para el desarrollo. En : León Magdalena. Poder y empoderamiento de las Mujeres. Tercer Mundo. Santa Fé, Bogotá.
- Sagot, Montserrat.** (1999). Ensayos sobre las Mujeres y el Poder. San José, Costa Rica.
- Saldaba, Claudia P.** (1999) La unión hace el poder; procesos de participación y empoderamiento. San José, Costa.Rica.
- Sapriza, Gabriela.** (1991) Mujer y Poder en las márgenes de la Democracia Uruguaya. Uruguay
- Sau, Victoria.** (2002) Psicología diferencial del sexo y del género. En: Antología del Curso "Enfoques Teóricos sobre la Violencia Social y Familiar" de la Maestría en Estudio de la Violencia Social y Familiar. Gioconda Batres, Compiladora. UNED. San José, Costa Rica.

#### **Direcciones electrónicas:**

- García, Blanca y otros.** (2000). Las relaciones de poder y violencia vinculados al hostigamiento sexual. Revista ISIS Internacional. WWW Google.
- Bennholdt-Thomsen, Verónica.** (2002). No violencia y fortalecimiento social. India. WWW.google.
- Maldonado, Centolia y Artía, Patricia.** (2002). Ahora ya despertamos. [Http/www.lals.ucs.edu/conference](http://www.lals.ucs.edu/conference)
- Shuterbrandt, Sahnya.** (2002) El poder no está detrás del trono. WWW. google.
- Revista mujeres de Empresa.** (junio 2002). El poder de la Palabra. [www.google](http://www.google).

## RESUMEN EJECUTIVO

La investigación “Empoderamiento de las Mujeres Superando Relaciones de Violencia de Pareja”, surgió por la inquietud de generar desde las mujeres que han afrontado la violencia de pareja, el conocimiento sobre las estrategias asumidas en sus procesos de empoderamiento. Esto alude a la capacidad de las mujeres de ser protagonistas en la toma de decisiones, potenciando destrezas que las posicionen en el disfrute de sus Derechos como Humanas y vivir una vida sin violencia y de bienestar.

Esta investigación es relevante porque los esfuerzos que realizan las mujeres deben visibilizarse, para posibilitar el desarrollo de estrategias que permitan revertir la identidad de la carencia del proceso de socialización patriarcal, que limita espacios, saberes, toma de decisiones y conciencia de género y potenciar el derecho de las mujeres a vivir con dignidad.

En concordancia con lo anterior el **Problema** de investigación es:

**¿ Cómo contribuyen las acciones y recursos incluidos en las estrategias del proceso de Empoderamiento de mujeres sobrevivientes de violencia de pareja, para transformar sus condiciones de vida a partir de su posicionamiento como humanas con derechos? Estudio efectuado en el 2003 con participantes del Grupo de Apoyo de Alajuela y San Ramón, en el período de origen, declive y afrontamiento de la violencia.**

En esta investigación priva el enfoque cualitativo. La información se obtuvo con el aporte de nueve sujetas de investigación, quienes con una amplia disposición, relataron sus experiencias concretas para socializarlas y reconstruir con las sustentantes los procesos específicos y únicos de su Empoderamiento, desde un acercamiento de respeto y validación, para lo cual se recurre a técnicas como: entrevistas a profundidad, trabajo de grupo focal, observación participante. Además, con entrevistas no estructuradas realizadas a dos trabajadoras sociales facilitadoras de los Grupos de Apoyo de Alajuela y San Ramón, se amplía sobre los procesos de estas mujeres.

La reflexión teórica parte de la perspectiva de género, donde el Poder es base para explicar la discriminación y la violencia hacia las mujeres como violatoria a sus derechos como Humanas, deconstruido por las mujeres en Poder de vida.

Así mismo, se define como **Objetivo General:**

**Reconstruir las estrategias de empoderamiento asumidas por las mujeres sobrevivientes<sup>6</sup> de violencia intrafamiliar que acuden a los grupos de apoyo de Alajuela y San Ramón, a fin de socializar e identificar necesidades de apoyo hacia esos procesos, así como identificar los cambios en su posicionamiento como humanas con derechos y el mejoramiento de sus condiciones de vida.**

Los aportes de este estudio con base en las historias concretas de las mujeres, teniendo presente que cada historia es única, permite derivar:

- El Empoderamiento permitió a las sujetas de investigación desplegar, gradualmente, sus fortalezas y su protagonismo para asumir sus derechos y el control de su vida, cualquiera fueran sus características socioeconómicas.
- El discurso de las mujeres sugiere que la violencia no es un fenómeno reconocido cuando se está viviendo en la opresión. Al romper el silencio y deconstruir los legados patriarcales, lo vivido se reconoce como violencia.
- En cada historia se reconocen tres momentos claves del empoderamiento: un **ANTES**, constituido por una vida marcada por la invisibilidad, la expropiación, la opresión y el dolor producto de la violencia que se vive; un **EVENTO DESENCADENANTE** o situación que genera la toma de decisión para enfrentar la dinámica de violencia; y, un **AHORA**, destacado como una vida controlada y asumida desde los derechos como humanas protagonistas.
- Las mujeres fueron expropiadas por los agresores de sus cuerpos y de sus posibilidades de acción, mas no de sus potencialidades ni de sus deseos de

---

<sup>6</sup> La diferente literatura denomina mujer “sobreviviente” de violencia a la mujer que se enfrenta a la misma y logra trascenderla.

ser. Estos elementos se constituyeron en los pilares internos sobre los cuales fundamentaron su proceso de empoderamiento y su asumirse como humanas.

- Para empoderarse, las mujeres realizaron múltiples acciones de diferente naturaleza: acciones de protección y asunción de derechos, que incluyen las de ruptura con los legados patriarcales; las de puesta de límites a la violencia; las de apropiación de sus derechos; la incorporación en grupos de autoayuda.
- La prioridad de ejecución de acciones de cada mujer estuvo dada por su situación particular de violencia, su propio ritmo, su acceso a recursos y sus propias resistencias de herencia patriarcal.
- La ruptura con los legados patriarcales, mitos y creencias impuestos por el sistema patriarcal, les significó el enfrentamiento de la opresión aprendida en sí mismas y por las personas de su entorno, que se tradujo para ellas en presiones desde su pareja, su familia, el contexto social y las instituciones.
- Entre los principales legados subyacentes a la opresión aprendida se tienen: la subordinación natural de la mujer, lo que se considera debe ser una relación de pareja; el matrimonio como el estado ideal de la mujer, para siempre y a toda costa; y, la culpa, por la violencia vivida y por enfrentar esos legados.
- La puesta de límites a la violencia incluyó acciones para posesionarse desde sus derechos como: derrocar la violencia, adquirir independencia y estabilidad económica y emocional; búsqueda de trabajo, obtención de vivienda y otros recursos materiales; capacitación y/o conclusión de estudios; búsqueda de apoyo institucional; distanciamiento del agresor; establecimiento de nuevas relaciones; participación en actividades comunales.
- La integración a los Grupos de Autoayuda, denominados por ellas como de Apoyo, tuvieron un efecto transformador; como fuente de conocimiento sobre sus derechos; espacio de reconocimiento de la violencia concreta; autodescubrimiento; oportunidad de ser persona; autovaloración.
- La apropiación de derechos fue un proceso gradual, según las necesidades de cada mujer, para mejorar su posición y su condición. Esta apropiación de derechos se ha incorporado parcialmente al discurso. La parte incorporada es la relacionada con aquel derecho cuya violación fue más reconocida.

- Para el logro de su empoderamiento las mujeres requirieron recursos personales y del entorno. Entre los personales, que conjuntamente conformarían su poder desde dentro, señalaron: la capacidad de reflexión, la fuerza de voluntad, fe y deseo de una vida diferente;
- Los recursos del entorno fueron entre otros: apoyo emocional y económico de sus familias, amistades y vecinos; la solidaridad, asesoría, información, acompañamiento y autovaloración desde los Grupos de Apoyo y los servicios de MUSADE, la Policía, Sistema Hospitalario y los consultorios jurídicos de la Universidad de Costa Rica.

Señalaron debilidades en los servicios de la Corte, el PANI, el IMAS y otras. En sus opiniones, el personal carece de sensibilidad, hay revictimización, los servicios son discriminantes y no se han dado los ajustes en las políticas y los servicios acorde con el compromiso con la CEDAW

Los requisitos que se exigen en instituciones, como las bancarias y el INVU, excluyen a las mujeres como beneficiarias del desarrollo y bienestar integral, exclusión y expropiación impuestas por el patriarcado. El diseño de programas invisibiliza las necesidades y posibilidades reales y concretas de las mujeres, no se les da prioridad en los proyectos, son juzgadas por el personal de las instituciones y no reciben apoyo para la educación y crianza de sus hijos.

- Como necesidades enfrentadas en el proceso de su Empoderamiento señalan haber carecido de recursos de índole **personal** como: solvencia económica o ahorros, tiempo para elaborar sus duelos y afrontar la violencia. En relación con el **Entorno**: apoyo familiar incondicional; mejor trato institucional; profesionales con una posición de empatía, capacitación en violencia, conocimiento de derechos, y el reconocimiento de su condición de personas fuertes y luchadoras, en vez de víctimas paralizadas.

Estas historias muestran experiencias de trascendencia y logros, desde la potencialidad y creatividad de las mujeres que se aferraron a oportunidades forjadas desde sí, con el apoyo solidario de los Grupos a los cuales se integraron y con esperanzas para construir una vida desde los derechos.

El proceso de empoderamiento es posible como opción de afrontamiento<sup>7</sup> de la violencia y requiere acciones y recursos que legitimen las esperanzas y sueños de las mujeres; personas que, bajo los mandatos de la sociedad patriarcal, son sólo promesas y este proceso las visibiliza, las hace realidad.

Se sugiere, por tanto, entre otras cosas:

- Que las instituciones de atención a la violencia realicen propuestas participativas que retomen las potencialidades de las mujeres.
- Que en todas las entidades de apoyo a la mujer se abandone el lenguaje culpador, de carencia, que no reconoce las capacidades de las humanas para mejorar su posición y condición de humana con derechos.
- Que el INAMU promueva campañas de divulgación de los Derechos de las Mujeres.
- Que las Redes Locales de Atención y Prevención de la Violencia, promuevan congresos, talleres, encuentros, con la participación de mujeres empoderadas y protagonistas de cambios, para propiciar el desafío de la opresión patriarcal.
- Que el INAMU y la Academia confeccionen un diccionario que incorpore, amplíe y difunda el lenguaje con perspectiva de género, que facilite la comunicación intra e intergenérica y el acceso a los recursos
- Que las Oficinas Municipales de la Mujer, el INAMU, las entidades de salud y las ONGs, propmuevan la instalación de grupos según el modelo de MUSADE: con, desde y para las mujeres, sostenible y con proyección en el contexto
- Que se involucre a la familia y las relaciones cercanas en actividades de información para el apoyo incondicional del empoderamiento de las mujeres.
- Que el Ministerio de Educación y el INA diseñen y ejecuten programas ajustados a las necesidades y posibilidades de las mujeres, que contemplen becas, enseñanza a distancia, guarderías y otras facilidades.
- Que el PANI promueva iniciativas que faciliten a las mujeres enfrentar la doble tarea de crianza-educación de Hijos(as) y ser jefas de hogar.
- Actualizar el PLANOVI acorde con las necesidades y circunstancias actuales

---

<sup>7</sup> Afrontar: En este análisis se utiliza este término para denominar el enfrentamiento y toma de acciones ante situaciones de violencia en relaciones de pareja.

**ANEXOS**

### Anexo1

## GUIÓN DE ENTREVISTA A PERSONAL DE APOYO A LOS GRUPOS DE AUTOAYUDA

ENTREVISTA No. \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Profesión \_\_\_\_\_ Teléfono \_\_\_\_\_

Institución \_\_\_\_\_

#### INTRODUCCION

La idea de realizar esta entrevista es contar con una visión complementaria de los procesos de empoderamiento de las mujeres sujetas de estudio. No es la idea obtener datos específicos de una de ellas en concreto sino captar la información que se deriva del contacto frecuente con ellas y que pone de manifiesto los cambios en sus percepciones y como estos cambios ellas los evidencian.

A continuación quiero que me hable sobre:

- Relación con el Grupo de Auto-ayuda: (Indagar sobre tiempo de trabajo en empoderamiento de mujeres, grupos apoyados)
- Aportes buscados y recibidos por las mujeres en los Grupos
- Cambios perceptibles por avance en el empoderamiento. (Indagar que aspectos de las mujeres hacen evidente que se está empoderando).
- Derechos humanos asumidos en su posicionamiento frente a la violencia (Indagar cuáles derechos son invocados con más frecuencia)
- Surgimiento de acciones colectivas. (Averiguar cómo y por qué surgen; y qué esfuerzos han sido medulares para que se concreten las iniciativas de orden colectivo?)
- Apoyo institucional a las iniciativas colectivas. (Indagar en este punto el grado en que las iniciativas colectivas de las mujeres han contado con apoyo del sistema institucional y en qué ha consistido ese apoyo?)

**ANEXO 2**  
**GUIÓN DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD A**  
**MUJERES SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR**

ENTREVISTA No. \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

**DATOS PERSONALES**

Nombre: \_\_\_\_\_ Pseudónimo \_\_\_\_\_

Edad \_\_\_\_\_ Ocupación \_\_\_\_\_ # de Hijos \_\_\_\_\_

Escolaridad \_\_\_\_\_ Ingreso/Mes \_\_\_\_\_ Personal \_\_\_\_\_  
 Familiar \_\_\_\_\_

**INTRODUCCION**

La idea de realizar esta entrevista es contar con la visión de los procesos de empoderamiento desde las mujeres sujetas de estudio describir sus percepciones sobre sus logros, los cambios en su condición de vida, sus derechos y los apoyos institucionales a continuación quiero que me hable sobre esto. Tengo una lista tentativa de los temas que me gustaría que me cuente desde su experiencia.

- Relato del **momento** y la **situación** que la lleva a decidir enfrentar la violencia. (Indagar sobre intentos anteriores y el decisivo)
- **Acciones realizadas** desde el momento que tomó la decisión hasta que sintió que tenía el control de la situación (Indagar sobre actividades que emprendió, modificó o suspendió, en lo personal, colectivo y comunal).
- **Recursos utilizados.** (Indagar sobre los recursos materiales como dinero, tierras y no materiales que le permitieron salir adelante).
- **Cambios** percibidos en la **condición de vida.** (Determinar las percepciones que las mujeres tienen de cambios ocurridos en su condición de vida: autonomía, capacidad para decidir, confianza en su capacidad para hacer cosas, satisfacción con sus logros)
- **Derechos asumidos** (Indagar sobre decisiones tomadas que hacen una diferencia en su condición de humanas y su percepción sobre los derechos que ha comenzado a disfrutar)
- **Percepción** de los **servicios institucionales** accedidos (Indagar qué servicios institucionales accedió y cuál es su percepción de los mismos)
- **Necesidades** sentidas (Indagar sobre los recursos y apoyos que le hubiera gustado haber tenido a su alcance en ese momento pero no lo tuvo).

**ANEXO 3**  
**GUIÓN DE GRUPO FOCAL**

1. ¿Qué la motivó a ingresar al Grupo de Apoyo\_
  
2. ¿Qué cambios se dan en su persona a partir del ingreso al Grupo?
  
3. El Grupo facilita el empoderamiento a través de:
  
4. ¿Cómo se da la solidaridad entre las mujeres del grupo?
  
5. ¿Qué acciones se generan e impulsan desde el Grupo a favor de las mujeres?
  
6. En una frase breve defina ¿cómo enfrentó la violencia?
  
7. Complete: La esencia de mi proceso ha sido .....
  
8. Complete: Empoderamiento en mi vida significa .....

9. Las prioridades en mi proceso de empoderamiento han sido

Primera

Segunda

Tercera

10. Las acciones autoafirmativas generativas de cambio y los recursos del proceso han sido:

Acciones

Recursos

11. ¿Qué recursos le hubieran facilitado el proceso pero no contó con ellos?

12. ¿Cómo se vive el empoderamiento?

13. ¿Qué derechos le facilitó lograr el empoderamiento y cuáles disfruta plenamente?

14. ¿Qué cree usted que debe modificarse para mejorar la situación vivida por las mujeres?

15. Complete: Mi compromiso para una vida sin violencia es:

## ANEXO 4: MOMENTOS CLAVES DE LAS HISTORIAS

### 1. Momentos claves en la Historia de MUJER EMPRENDEDORA:

#### ANTES

- Dependencia emocional y económica.
- Violencia emocional y sexual, por doce años, aunque no la reconocía como tal por creer que la situación que estaba viviendo era normal.
- Vida de encierro, con hijos pequeños.
- Creencias familiares, matrimonio para siempre.
- Se sentía un objeto, sin autoestima, inmovilizada.
- Doce años de dolor, como forma de vida.
- Depresión e ideas suicidas.-.
- Culpable de no tener una buena relación.
- Buscó en vano ayudas en grupos y parejas de la iglesia.
- Participación en grupo de apoyo como recomendación del psiquiatra.

#### EVENTO DESENCADENANTE:

Tenía dos años de estar participando a escondidas en el grupo de Apoyo, cuando pasó un evento con mi ex-pareja, que *me llevó a tomar una decisión que cambió mi vida*. Yo estaba en la planta alta de mi casa tendiendo una ropa, él se acercó por detrás y a la fuerza trató de agarrarme, yo lo empujé, rodó por las gradas y creí que le había pasado algo funesto.

Me asusté y me dije a mi misma que debía de hacer algo porque sino las cosas iban a terminar mal, yo no quería ir a la cárcel por alguien que no valía la pena., ni que mis hijos sufrieran. Tampoco quería morir. Esa imagen pasó en mi mente como en un segundo, y cuando reaccioné, decidí alistarle la ropa y le dije que se fuera de la casa; decisión que he mantenido a la fecha a pesar de las pérdidas que implicó para mí, pues se llevó a mis hijos y mis papás me negaron el apoyo. Perdí la casa que teníamos.

#### AHORA

- Tiene vida, el derecho a una vida sin violencia ha sido lo más importante.
- Trabaja en una actividad que le complace, ya que a pesar de no tener secundaria ni otros estudios, tiene un puesto importante.
- Logró con su trabajo, ahorros y el bono de vivienda, construir una casa propia.
- Sus hijos y ella mantienen una relación satisfactoria y han llegado a comprender y darle la razón.
- Es autosuficiente e Independiente en todo aspecto: material y emocionalmente me siento bien, aunque extraño a mis hijos.
- Se salió del Redil, como dice mi familia.
- Ha salido adelante.
- Conoce sus derechos y sabe que sólo desde éstos puede vivir desde sí misma, sin ataduras ni relaciones dañinas.

## 2. Momentos Claves en la Historia de MUJER VICTORIOSA:

### ANTES:

- Múltiples dolencias: un infarto, parálisis de intestinos.
- Sin posibilidad de realizar: sus sueños: Estudio, Trabajo, Ser persona.
- Ridiculizada, agredida emocionalmente, por la pareja.
- Intervención de familiares de la pareja, dirigiendo su vida de esposa y madre.
- Dependencia económica y emocional.
- Limitada en sus aspiraciones personales.
- Humillada y señalada como mujer disminuida, al no saber a perfección el guión de buena esposa y buena madre. No servía para nada.
- Señalada como loca.
- Plato de segunda mesa. No era válida su opinión.
- No se ubicaba en una vivencia de relación abusiva.
- No luchaba.

### EVENTO DESENCADENANTE:

Por lo general mi pareja me desestimaba, ridiculizaba, me hacía sentir mal pero nunca trató ni siquiera de alzarme la mano; no obstante, estábamos un día discutiendo, desgraciadamente delante de mi hija, yo observaba televisión y él lo apagó de forma violenta; discutimos e intentó pegarme, mi hija se interpuso y el golpe fue para ella.

Ante esto yo fui a solicitar las medidas de protección, llevé a mi hija al O.I.J. para que la valoraran y a la medicatura forense.

“Las medidas fueron un medio para que me respetara, pero qué desgracia tener que usar la Ley para que lo respeten a uno, eso me da rabia”.

### AHORA: disfruta sus Derechos como:

- Plato principal.
- Está cumpliendo sus sueños.
- Estudió; se capacitó en la Academia de Policía.
- Trabaja en el Ministerio de Seguridad Pública
- Tiene libertad, organiza su tiempo libre.
- Asume sus derechos activamente, espacio personal, decide sobre su vida.
- Disfruta su hija.
- Reclama y hace valer sus derechos.
- Pone distancia emocional y física a su marido, ya que aún no se separan legalmente y él la sigue acosando.
- Colabora con las mujeres desde su trabajo, divulga derechos, recursos de atención y se siente con posibilidades de ayudar a la comunidad, ya que siempre le ha gustado ayudar y su labor se lo permite.
- Es solidaria y promueve en las mujeres el Derecho a vivir sin violencia.
- Es líder.

### 3. Momentos Claves en la Historia de ALMA SILVESTRE:

#### ANTES:

- Múltiples infidelidades.
- Agresión psicológica y culpa de las dificultades en la relación.
- Discusiones fuertes.
- Autoestima lesionada.
- Dependencia emocional
- Dedicaba tiempo, esfuerzos e ingenio a hacer que su relación funcionara
- Expectativa de encontrar una medicina que la curara y le trajera la solución mágica a los problemas matrimoniales.
- Económicamente autosuficiente

#### EVENTO DESENCADENANTE

Después de soportar múltiples infidelidades que la lastimaban decidió romper su relación si descubría una nueva infidelidad más, pues su esposo solía involucrarse en una o dos relaciones extramatrimoniales al año, que duraban hasta que ella se enteraba y se provocaba una fuerte polémica, con eso se rompía el encanto para él, pero ella quedaba muy lastimada.

Lamentablemente tuvo un embarazo no deseado y cuando su hija menor tenía dos años, sucedió la situación de infidelidad que se había jurado no perdonar así que tomó la decisión de separarse; decisión que le provocó una profunda depresión pero que mantuvo a toda costa con tal de vivir tranquila y sin violencia.

#### AHORA

- Se aprueba, se acepta, se quiere y se valora
- Sabe pensar en ella primero
- Es independiente
- Está capacitada
- Funge como facilitadora de grupos de apoyo
- Se relaciona con funcionarios de alto nivel en tareas de su cargo
- Lucha por divulgar los derechos de las mujeres
- Se da tiempo para sí.
- Trabaja en una entidad de apoyo a las mujeres
- Disfruta sus derechos

#### **4. Momentos Claves en la Historia de AZUCENA**

##### **ANTES**

- Era despojada de su salario y no tenía ni para sus cosas.
- Su pareja controlaba sus horarios de salida y le exigía estar en casa.
- Vivía preocupada y pendiente de su esposo
- Sufría por la desatención, el alcoholismo y las infidelidades de su esposo.
- Se sentía enferma y deprimida.
- Era emocionalmente dependiente de su pareja.
- No tenía paz.
- Creía que la vida era así y tenía que soportar hasta que la muerte los separara.

##### **EVENTO DESENCADENANTE**

Ella se había trasladado a USA a solicitud del esposo quien los echaba de menos, pero cuando llegó allá, toda la violencia que vivía con él aquí, continuó allá. Sufrió mucho y esperó por cinco años que las cosas cambiaran, pero eso no sucedió.

El convencimiento de que él no modificaría su conducta, la llevó a plantearle que no podrían seguir; sin embargo, no tenía acceso a recursos de apoyo allá.

Cuando regresó a Costa Rica, a los ocho años de su partida, inició la búsqueda de ayuda, ingresó al programa “Mujer no Estas Sola” y comenzó a establecer un plan adecuado para su situación, el que culminó con un divorcio por mutuo acuerdo y el reclamo de su pensión, a los 23 años de matrimonio.

##### **AHORA**

- Se siente feliz y sólo lamenta no haberlo sido desde antes.
- Trabaja sin presiones y cuando sale puede caminar tranquila y distraerse.
- Ha recuperado su salud.
- Se considera muy valiosa, segura de sí misma y autónoma.
- Logró terminar sus estudios de enfermería.
- La conducta de su ex esposo no le afecta para nada.
- Sus hijos están felices viviendo sólo con ella.
- Facilita un Grupo de Apoyo para Mujeres en violencia doméstica en su cantón
- Se involucra en otras actividades de carácter comunal.
- Conoce y disfruta sus derechos.

## 5. Momentos Claves en la historia de DAISY

### ANTES

- Es manipulada, controlada y amenazada.
- Experimenta gran temor de relacionarse con la gente.
- Enfrenta situaciones de adulterio ofensivo.
- Vive en escasez económica.
- Es víctima de los celos de su pareja.
- Se siente desvalorizada, inútil y fea.
- Desconoce que es agredida hasta que busca ayuda en el Grupo de Apoyo.
- Comienza a capacitarse sobre violencia.
- Espera que milagrosamente su pareja cambie.
- Busca trabajo.

### EVENTO DESENCADENANTE

- Pleito a raíz de la conversación que descubre el agresor en casa de sus suegros entre Daisy y la Policía. Ignora la razón de la conversación (el plan de Daisy para salir de su casa); aún así pelea con las autoridades y al día siguiente, habiendo destrozado la vivienda va por Daisy a casa de su madre. En el camino la amenaza de muerte y en la casa amenaza con ahorcarla o ahorcarse y descarga sobre la niña la responsabilidad de recordar lo que suceda. Ambas mujeres logran salir de la casa y acudir a la policía. Con protección policial sale de la casa y luego procede con la denuncia

### AHORA

- Es feliz, segura de sí misma, comprometida con la causa y ama la vida.
- Está capacitada y es Defensora Popular.
- Ha asumido liderazgo y coordinación de Grupo, como facilitadora.
- Colabora en actividades de su comunidad.
- Vive en su propia casa construída con un bono que gestionó después del divorcio.
- Tiene responsabilidades directivas en una importante Asociación.
- Está casada nuevamente con un hombre que la ama y respeta como persona.

## 6. Momentos Claves en la Historia de ESTRELLA

### ANTES

- Creía que era importante estar casada a cualquier precio.
- Vivía llena de terror.
- Su vida era controlada por su esposo alcohólico y la familia de éste.
- Era despojada de su salario y sus bienes.
- Sufría agresión física y psicológica incluyendo amenazas de muerte.
- No sabía que lo que vivía era violencia.
- No tenía a nadie que la apoyara.
- Se creía muy poca cosa.
- Se sentía infeliz y como encerrada en un hueco oscuro.

### EVENTO DESENCADENANTE

El problema que surgió a raíz del té de canastilla de una prima.

Ella hizo unos patitos para la ocasión y él los destruyó. Ella los arregló e insistió en que iría al té. Quedó de esperarlo a que regresara, pero él se tardó demasiado. Viendo que no llegaba, se fue al té. Cuando volvió, estaba bravo.

Cuando se ponía así de furioso, ella prefería no decirle nada. Se acostaron pero al rato llegó un vecino a pedir un favor (comida). Ambos se levantaron y apenas se fue el vecino, le tiró los frijoles de la olla encima y así toda sucia se fue a acostar, pero él siguió alegando. Comenzó a golpear las cosas de la casa. Después comenzó a tirar las cosas de la casa y a tirarle los platos. Por miedo tuvo salir de la casa. Allí reflexionó que su conducta en ese momento y en otros ya no era problema de licor y que debía poner límite, debía terminar con eso. Al día siguiente, domingo, todo estaba quebrado, lo único que había entero eran las cucharas y una olla. Se fue ese día donde su suegra y el lunes llamó a una hermana en San Ramón, recogió lo que le quedaba de sus cosas y se separó.

### DESPUES Y AHORA

- Pasó momentos muy difíciles porque fue localizada por su agresor.
- Durante seis meses no consiguió trabajo.
- En casa de su hermana el niño sufrió abuso.
- Ingresó al Grupo de Apoyo de MUSADE.
- Reconoció que vivía en violencia.
- Obtuvo un trabajo de medio tiempo primero; luego, tiempo completo.
- Se capacitó para ser facilitadora de Grupo.
- Se reconstruyó como persona y su autoestima mejoró.
- Cambió su forma de ser y su autovaloración y se siente feliz.
- Alquiló una casa, se independizó y comenzó adquirir cosas propias.

## 7. Momentos Claves en la Historia de LUZ MÍSTICA

### ANTES

- Casada por violación, continuó siendo violada en el matrimonio.
- Era agredida también física y psicológicamente.
- Sentía volverse loca.
- Tenía que escaparse y ocultarse de su pareja.
- Por falta de casa tuvo que regresar varias veces con el agresor.
- Sus hijos eran abusados por su esposo y llevados a corrupción de menores.
- Recibía amenazas de muerte de su pareja y de la banda de corruptores.
- Su familia la traicionaba al apoyar al agresor.
- Guardaba silencio sobre la violencia que vivía.

### EVENTO DESENCADENANTE

Cansada de tanta violencia decidió desplazarse a San Ramón y comenzó a capacitarse sobre violencia.

Dimensionó su situación y optó por buscar ayuda con los asesores jurídicos de la Universidad de Costa Rica. Ese mismo día, su hija de cuatro años descubrió el secreto del incesto que sufrían sus hijos/as. Habló con los otros hermanitos y comprobó que era verdad, entonces procedió a poner la denuncia correspondiente

Esta situación los expuso tanto a ella como a su prole en verdadero peligro de muerte, por lo que debió ser auxiliada por diferentes instituciones y debió iniciar el proceso legal contra su ex esposo.

### AHORA

- Vive libre de violencia.
- Sin apoyo familiar ni recursos financieros, logró la condena de Casación del padre de sus hijos por a 29 años.
- Está capacitada y ha facilitado grupos de apoyo.
- Da cursos de manualidades a otras mujeres.
- Formó una asociación de mujeres para el desarrollo sostenible.
- Elaboró y está ejecutando un proyecto de desarrollo integral con las mujeres de la asociación.
- Se casó nuevamente, esta vez con un hombre que lucha contra la violencia.

## 8. Momentos Claves en la Historia de YANINA

### ANTES

Sufrió el abandono por parte de su padre.

Desde los 12 años asumió la responsabilidad de trabajar para sostener su familia.

Para trabajar tenía que estar fuera del hogar

Se involucró en dos relaciones marcadas por la violencia

Su familia de origen le exigía manutención pero le reprochaba continuamente sus errores, incluyendo que tuviera una niña

Se sentía responsable por todo lo que sucediera a su familia de origen

Se sentía inútil, fracasada e incapaz

El ambiente de violencia doméstica la abrumaba.

Era triste, amagada y siempre de mal humor

### EVENTO DESENCADENANTE

Se decía a sí misma que debía salir de su hogar pero eso la hacía sentirse culpable e irresponsable

Se sentía muy tensa y decidió buscar ayuda en MUSADE, donde le permitieran sentirse útil. Allí aprendió sobre violencia y reconoció que su única responsabilidad era su hija. Para esos mismo días descubrió que un amigo de su hermano había intentado abusar de su niña y decidió que no podía esperar para tomar la decisión de vivir totalmente por su cuenta.

Buscó un pequeño apartamento, gestionó apoyo institucional, buscó opciones laborales que le permitan subsistir, incluyendo un servicio de venta de comidas y se separó de su familia.

### AHORA

- Vive por cuenta propia y toma sus propias decisiones.
- Los ingresos que genera son para sus propios gastos.
- Se siente útil, capaz y valorada.
- Se ha capacitado y es facilitadora de grupo de apoyo.
- Considera que su carácter ha mejorado y que las personas que le rodean la precian y la apoyan.
- Se siente segura y ha eliminado la culpa de su vida.
- Lucha por eliminar la violencia en su vida y en la de los demás.
- Defiende sus derechos y los de su hija, incluyendo la disputa de la pensión a la abuela de ésta pues, su padre, de origen holandés, reside en otro país.

## 9. Momentos Claves en la Historia de ROSA

### ANTES

- Sufría maltrato y desconsideración.
- Era víctima de celos exagerados, que la retenían enclaustrada.
- Era desautorizada ante sus hijos; si les llamaba la atención, él les decía que no le hicieran caso, que eran majaderías.
- Tenía trabajo de más por los desórdenes que causaba su esposo cuando creía que le habían escondido la droga.
- La familia del esposo la presionaba para que mantuviera la unión familiar.
- Era tildada de inútil y amargada.
- No podía participar en ningún grupo de la comunidad.
- Sólo podía ir al médico si él creía que realmente lo necesitaba.

### EVENTO DESENCADENANTE

Cansada de tanta agresión, fue a comunicarle a sus suegros su decisión de separarse de su esposo. Por consejo de una cuñada hermana de su pareja, en ese momento postergó la separación y comenzó a buscar ayuda espiritual para ella y él. No había llegado aún la cita solicitada, cuando su hija mayor le comunicó que su papá había abusado de ella. Inmediatamente, fue nuevamente a casa de los suegros y les dijo lo que había sucedido y que “hasta aquí”. Ellos no le creyeron la historia de la niña y más bien las acusaron y las culpabilizaron de todo. Su suegra decía que ella (Rosa) debía mantener a la familia unida.

Su esposo puso en duda que ella se atreviera a denunciarlo y más bien, con mofa, le dijo que podía acompañarlas a denunciarlo. Ella se quedó callada pero al día siguiente, lunes, apenas él salió a trabajar, ella acudió a la CCSS y a la Alcaldía y procedió con la denuncia. Cuando llegó a la casa, ya estaba allí la Policía, lista para sacarlo si se negaba a salir. Su suegro intervino para que él voluntariamente saliera y se fuera para Guanacaste.

### AHORA

- Se siente feliz libre de violencia.
- Toma decisiones y sus hijos la respetan.
- Se ha incorporado a organizaciones de la comunidad.
- Vive tranquila y sobre todo duerme muy tranquila.
- Decide cuándo y a dónde ir y a qué hora regresar.
- Disfruta sus derechos.
- Cuida mejor su salud.
- Habla con quien quiera.

## ANEXO 5: SINTESIS DE LOS DERECHOS DE LA CEDAW

### • Sociales

- Derecho a que se modifiquen los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres que conlleven discriminación basados en la idea de superioridad o inferioridad de cualquiera de los sexos.
- Derecho a que la educación familiar incluya una comprensión de la maternidad como función social y el desarrollo de los hijos como responsabilidad de ambos padres.
- Derecho a que se supriman todas las formas de trata de mujeres y explotación de la prostitución de la mujer.
- Derecho a prestaciones familiares.
- Derecho a obtener préstamos bancarios, hipotecas y otras formas de crédito financiero.
- Derecho a actividades de esparcimiento, deportivas y culturales.

### Políticos

- Derecho a votar en todas las elecciones y referendums públicos y ser elegibles.
- Derecho a participar en la formulación de las políticas gubernamentales y en la ejecución de éstas y a ocupar cargos públicos.
- Derecho a participar en organizaciones y asociaciones no gubernamentales que se ocupen de la vida pública y política del país.
- Derecho a la oportunidad de representar su Gobierno en el plano internacional y de participar en la labor de las organizaciones internacionales.

### Salud. Artículo 12

- Derecho al acceso, en igualdad de condiciones, a los servicios de atención médica, inclusive los que se refieren a la planificación familiar.
- Derecho a servicios apropiados en relación con el embarazo, el parto, el período posterior al parto.
- El derecho a decidir el número e intervalo de hijos.
- El derecho a la intimidad, que incluye el derecho de toda mujer de decidir libremente y sin interferencias arbitrarias, sobre sus funciones reproductivas

### Educación y Cultura

- Derecho a las mismas orientaciones en materia de carreras y capacitación profesional, acceso a los estudios y obtención de diplomas en las instituciones de enseñanza de todas categorías.
- Derecho al acceso a los mismos programas de estudio, a los mismos exámenes y a todas las demás condiciones de estudio.

- Derecho a la eliminación de todo concepto estereotipado de los papeles masculino y femenino en todos los niveles y formas de la enseñanza.
- Derecho a las mismas oportunidades para la obtención de becas y otras subvenciones para cursar estudios.
- Derecho a la reducción de las tasas de abandono femenino de los estudios y la organización de programas para aquellas jóvenes y mujeres que hayan dejado los estudios prematuramente.
- Derecho a las mismas oportunidades para participar activamente en el deporte y la educación física.
- Derecho al acceso a material informativo específico que contribuya a asegurar la salud y el bienestar de la familia.

### **Económicos. Artículo 11**

- Derecho al trabajo como derecho inalienable de todo ser humano.
- Derecho a las mismas oportunidades de empleo.
- Derecho a elegir libremente profesión y empleo, el derecho al ascenso, a la estabilidad en el empleo y a todas las prestaciones y otras condiciones propias del trabajo.
- Derecho a igual remuneración e igualdad de trato con respecto a trabajo de igual valor y con respecto a la evaluación de la calidad del trabajo.
- Derecho a la seguridad social en particular en caso de jubilación, desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otra incapacidad para trabajar.
- Derecho a la protección de la salud y a la seguridad en las condiciones de trabajo, incluso la salvaguardia de la función de reproducción.
- Derecho a conservar su trabajo y no sufrir despido por motivo de embarazo, licencia por maternidad y sobre la base del estado civil.
- Derecho al suministro de servicios sociales de apoyo para permitir que los padres combinen las obligaciones para con la familia con las responsabilidades del trabajo y la participación en la vida pública.

### **Colectivos de Mujeres. Artículo 14**

- Derecho de todas las mujeres rurales a la aplicación de todas las disposiciones de la Convención.
- Derecho a participar en todas las actividades comunitarias.
- Derecho a obtener crédito y préstamos agrícolas, a los servicios de comercialización y a las tecnologías apropiadas y recibir un trato igual en los planes de reforma agraria y de reasentamientos.
- Derecho a gozar de condiciones de vida adecuada, particularmente en las esferas de la vivienda, los servicios sanitarios, la electricidad y el abastecimiento de agua, el transporte y las comunicaciones.

**Civiles. Artículos 15 y 16**

- Derecho a la igualdad ante la ley.
- Derecho al reconocimiento, en materias civiles, a una capacidad jurídica idéntica a la del hombre y las mismas oportunidades para el ejercicio de esa capacidad; en particular, para firmar contratos, administrar bienes y en todas las etapas del procedimiento en las cortes de justicia y los tribunales
- Derecho a que se anule todo contrato o cualquier otro instrumento privado con efecto jurídico que tienda a limitar la capacidad jurídica de la mujer
- Derecho en igualdad de condiciones, a circular libremente y a la libertad para elegir su residencia y domicilio.
- Derecho a matrimonio, a elegir libremente cónyuge y contraer matrimonio sólo por su libre albedrío y su pleno convencimiento.
- Derecho a los mismos derechos y responsabilidades durante el matrimonio y con ocasión de su disolución.
- Derechos como progenitoras, cualquiera sea su estado civil.
- Derechos iguales a la tutela, curatela, custodia y adopción de los hijos. En todos los casos los intereses de los hijos serán de primordial consideración.
- Derechos iguales, como marido y mujer; entre ellos a elegir apellido, profesión y ocupación.,
- Los mismos derechos que su cónyuge en materia de propiedad, compra, gestión, administración, goce y disposición de los bienes, tanto a título gratuito como oneroso