

# participación y autoestima desde un enfoque de género<sup>1</sup>

*Teresa Pousada<sup>2</sup>*

Creo que la palabra “autoestima” debe provocar resonancias en la mayoría de las mujeres presentes, ya que la hemos escuchado reiteradamente como uno de los **obstáculos** con más frecuencia reconocidos para la participación femenina en las cooperativas.

Aparece como emergente en diferentes encuentros y talleres realizados con mujeres cooperativistas y se reitera con fuerza en el diagnóstico elaborado durante el 2006 donde trabajamos, entre otras metodologías, con la técnica de Grupos Focalizados en encuentros regionales a lo largo de once regiones del país<sup>3</sup>.

El resultado del diagnóstico referido a la **participación de las mujeres en las cooperativas desde el enfoque de género** fue presentado en octubre de 2006, en un Encuentro Nacional donde se proponía la reflexión, el intercambio y la elaboración de propuestas de acción sobre el tema de referencia y a la luz de los datos presentados.

Los datos que arrojó el diagnóstico coinciden con lo que teóricamente veníamos investigando, pero tienen el valor de su contrastación empírica con las mujeres y sus prácticas participativas y muestran las siguientes características o modalidades de la participación femenina en las cooperativas:

---

(1) Intervención realizada en el “II Foro Iberoamericano de la Mujer Cooperativista”, que tuvo lugar en Buenos Aires, Argentina, los días 15 y 16 de mayo de 2008.

(2) Psicóloga social. Docente de Idelcoop.

(3) Se refiere a la investigación “La participación de la mujer en el movimiento cooperativo”, desarrollada durante el año 2006 por el Instituto Movilizador de Fondos Cooperativos (IMFC) y la Federación de Cooperativas de Telecomunicaciones (FECOTEL), con el apoyo de la Confederación de Cooperativas de la República Argentina (COOPERAR), cuyo desarrollo y conclusiones fueron publicados en un informe incluido en el número 177/2007 de esta Revista.

- 
- *Las mujeres son minoría como asociadas y dirigentes (tema membresía).*
  - *Es escasa o nula su presencia en los puestos de Dirección (Consejos de Administración tanto en cooperativas de base, Federaciones y Confederaciones).*
  - *Ubicación en cargos vinculados a Educación Cooperativa, Secretaría de Actas y Cargos Suplentes.*
  - *Las mujeres participan en la base de las Cooperativas (Asociadas / Delegadas)*
  - *Su presencia disminuye a medida que se asciende en los niveles de decisión y espacios de poder (niveles medios, altos, Consejos de Administración)*
  - *No es visible su presencia e iniciativa. No sienten o tienen reconocimiento en espacios de decisión / poder.*

La hipótesis de trabajo, que se convalidó en la práctica, establece una relación entre género y participación.

Las características **cuantitativas y cualitativas** de la participación femenina en el Movimiento Cooperativo están **atravesadas por problemáticas de género y relaciones asimétricas de poder instaladas** en el conjunto de la sociedad que se reproducen **acríticamente** en el interior de las cooperativas y entran en contradicción con sus valores y principios.

¿Qué quiere decir esto? Que la participación femenina en las cooperativas es el aspecto manifiesto y observable que aparece como **emergente** de problemáticas que requieren el **nivel explicativo de género** para percibir las y analizarlas críticamente y promover cambios y estrategias para lograr equidad de género. Si queremos saber qué pasa con la participación, tenemos que preguntarle al género.

Pero... ¿de qué hablamos cuando hablamos de género?

Género es un **concepto ideológico** que surge a partir de los **significados atribuidos social y culturalmente** a las **diferencias sexuales de origen biológico**.

Las diferencias biológicas se transforman en desigualdad, ya que son tomadas como punto de partida para atribuir características diferenciales a hombres y mujeres y, en consecuencia, definir identidades de género con roles y ámbitos específicos. **La biología es destino. Nacer hombre o mujer implica desigualdad social.**

Por lo tanto decimos...

---

- El género es una construcción social que devino históricamente en una **asimetría de poder** en las relaciones entre hombres y mujeres, configurando un sistema de **inequidad de género y subordinación femenina**.

- La **inequidad de género se naturaliza y legitima** a través de complejos **dispositivos de poder** que la enmascaran

Estos dispositivos resultan de la **convergencia de factores de diferente orden**:

- lo económico – político
- lo simbólico
- lo legal
- lo cultural
- lo discursivo - estrategias comunicativas
- lo subjetivo

**1. Lo económico – político.** Remite al **análisis histórico de los modos de producción y reproducción social** cuyas transformaciones influyeron en:

- el desarrollo de **la familia** (pasaje del matriarcado y la filiación materna al patriarcado y la filiación paterna da origen a la familia patriarcal, con sus leyes de herencia y monogamia).
- las formas de **propiedad** (pasaje de **propiedad comunitaria a privada**).
- la división social del trabajo (hombre: espacio público, producción; mujer: espacio doméstico, reproducción).
- las **modalidades de intercambio** (mercancías / excedentes que son propiedad de los hombres).
- la división social del trabajo; espacios y roles diferentes para hombres y mujeres implican asimetría en la producción y distribución de bienes materiales y simbólicos.
- Diferente acceso al poder. Inequidad de género. Subordinación de la mujer.

**2. Lo simbólico.** Era necesario configurar un nivel de representaciones de lo femenino y lo masculino que acompañara los cambios económicos y políticos. Así se fue dando un proceso de construcción social de las identidades de género otorgando un sentido y significado a las diferencias biológicas que legitimaron estereotipos de género y la asignación de espacios y roles diferenciados a hombres y mujeres como un hecho “natural” y/o “esencial” que oculta los procesos históricos, sociales y culturales que los engendraron. Este ejercicio de **la violencia**

---

**simbólica** refuerza la inequidad de género, la asimetría de poder y la subordinación femenina.

**3. Lo legal.** Las modalidades de dominación y violencia simbólica se organizan en un marco jurídico que legitima e institucionaliza la desigualdad de derechos y oportunidades. Fue a través de luchas y conquistas históricas (en su mayoría por mujeres) que se han nivelado los derechos y oportunidades desde un marco jurídico. Pero del marco legal a las prácticas cotidianas existe un desfase que se hace evidente por ejemplo en el Trabajo / Salario, la participación política, etc. Esto se traduce en una humorada: “Las feministas reclaman porque quieren que las leyes se cumplan al pie de la letra”.

**4. Lo cultural.** En el ámbito de la vida cotidiana **se naturalizan y se reproducen acríticamente los estereotipos y mandatos** de género (más allá del marco legal). La cultura opera como factor privilegiado para la persistencia concreta de la inequidad de género.

**5. Lo discursivo y las estrategias comunicativas.** Por un lado las prácticas discursivas encubren y refuerzan los procesos simbólico-culturales que definen las identidades de género y contribuyen a la reproducción de los estereotipos de género. Es necesario el desarrollo de una actitud crítica-develadora en el nivel de los discursos.

Por otro lado, las mujeres deben aún **encontrar su propia palabra**, que las haga visibles, que las represente, que hable por ellas y desde ellas para superar la dependencia histórica de ser **habladas por otros o hablar desde los otros**. Esto implica el desafío de superar otro de los obstáculos reconocidos por las mujeres para participar: **la dificultad en el uso de la palabra** y el poco manejo de **estrategias comunicativas** como por ejemplo: asertividad y negociación.

**6. Lo subjetivo.** Los factores antes mencionados operan configurando la subjetividad femenina por la internalización de las identidades de género construidas socialmente, que determinan modos de ser “varón” o ser “mujer” que se asumen como “naturales”.

Este proceso deja “cicatrices” en la subjetividad femenina que se expresan básicamente de tres maneras:

1. **Frustración** por falta de desarrollo personal y pérdida de autonomía.
2. **Culpa** por transgresión de mandatos.
3. **Desvalorización. Baja autoestima. Desinterés.**

---

La convergencia de los factores antes mencionados operan en la mujer configurando una **subjetividad instituida** que la lleva a una **dependencia** económica, psíquica / emocional, socio-política, erótica<sup>4</sup>.

Sin embargo, siempre hay **un plus que escapa a lo instituido** que late, insiste y pugna por emerger. Esto dio, da y dará lugar a **procesos de subjetivación** que van promoviendo la emergencia de **aspectos subjetivos** reprimidos, negados, subordinados y discriminados de las mujeres en sus condiciones concretas de existencia en la medida que van develando que la inequidad de género no es natural sino histórica-cultural; **no es legítima sino legitimada**, no es esencial sino contingente / construida.

Como vemos, el concepto de género es complejo e implica el análisis de factores convergentes y dispositivos múltiples.

Durante la realización del diagnóstico de 2006 y en el trabajo con grupos focalizados, personalmente me asombró que **el mayor obstáculo percibido y reconocido** por las mujeres **para participar** se relaciona con aspectos subjetivos, sobre todo la falta de **autoestima**.

Este posicionamiento subjetivo de las mujeres entrevistadas y el reconocimiento de este obstáculo, si bien implica un grado de desarrollo en la conciencia crítica de género, el énfasis puesto en lo **subjetivo** daba cuenta de que las mujeres privilegiaban una especie de **autocrítica** por sobre el análisis de los demás factores; como si éstos aún no pudieran ser visibles o enunciables desde su percepción (factores políticos, culturales, simbólicos, discursivos, legales, que convergen en las problemáticas de género).

Esta perspectiva sesgada expresaba una especie de "*mea culpa*" y a la vez una **desmedida exigencia** de cualidades o condiciones subjetivas, personales para participar. Por un lado, veían **como obstáculo la falta** (se sienten en falta) de compromiso, interés, motivación, autonomía, *autoestima*, tiempo, continuidad, constancia, perseverancia, conocimientos, información y dificultad para tomar la palabra.

Y, por otro lado, estos mismos factores se veían como fortalezas (condiciones requeridas, necesarias) para participar.

---

(4) **La mujer no existe**. Existen **mujeres** en relación con contextos sociales / históricos, culturales y políticos que pertenecen a diferentes clases sociales, etnias, religiones y elecciones sexuales.

---

El listado no es exhaustivo, vale como ejemplo del posicionamiento subjetivo de las mujeres en relación con los obstáculos para participar.

El énfasis en los **factores subjetivos** y las condiciones de **carácter y personalidad** como actitudes individuales que a las **mujeres les falta** y que deberían desarrollar para participar se resume en una frase escuchada en los talleres: **“Esfuézate y llegarás”**.

El **peligro** de esta convicción es la similitud con el discurso neoliberal de la **meritocracia** que encubre los aspectos sociales, político-económicos, culturales, institucionales, que operan como reales obstáculos para la participación femenina (y masculina, también).

#### **Algunos interrogantes:**

- ¿Se exige tanto a los varones para participar?
- ¿Se requiere ser super-hombres (héroes) / super-mujeres (heroínas) para participar?
- ¿No sería deseable crear las condiciones democráticas e igualitarias para la participación de hombres y mujeres?

Como vemos, el **nivel de autoestima de las mujeres es bajo**, se auto-critican y cargan con la mayor responsabilidad de los obstáculos para una participación plena e igualitaria con los hombres, no integrándolos con los otros factores que convergen en la problemática.

#### **No es extraño si pensamos que:**

- La forma en que nos vemos tiene que ver con la forma en que históricamente hemos sido reconocidas.
- La **valoración de nosotras mismas** hunde sus raíces en el **valor que se ha atribuido a las mujeres históricamente** en los aspectos sociales, político-económicos, culturales, a través de distintos dispositivos simbólicos y discursivos.
- La **autoestima** femenina, la propia estima de las mujeres se configuró en situaciones concretas de vida social y cultural signadas por la inequidad de género, la asimetría de Poder y la subordinación femenina.
- Es difícil tener un elevado nivel de autoestima cuando se trata de romper estereotipos y mandatos de género para acceder (más allá del ámbito doméstico y la maternidad) a espacios públicos tradicionalmente valorados y reconocidos al varón.

---

**El nivel bajo de autoestima** tiene que ver con cómo me veo, cómo me valoro y con el sentido de mismidad positivo. Se relaciona y es **resultado del reconocimiento**: cómo me ven los otros, cómo me valoran los otros.

### **Soy y me valoro por la mirada de otro/a**

Podríamos decir que el devenir del sujeto humano es una *lucha por el reconocimiento* (entre sujetos)

**Martín Buber** dice: “En la sociedad humana en todos sus niveles, las personas se confirman unas a otras de modo práctico, en mayor o menor medida, en sus cualidades y capacidades personales, y **una sociedad puede considerarse humana en la medida que sus miembros se confirman entre sí...** La base de la vida del hombre con el hombre es doble y es una sola:

- **El deseo del hombre** de ser confirmado por los hombres como lo que es e incluso lo que puede llegar a ser... y
- La **capacidad innata** del hombre para confirmar a sus semejantes de esa manera.

El hecho de que **tal capacidad** esté **inconmensurablemente** descuidada constituye la verdadera debilidad y cuestionabilidad de la raza humana: **La humanidad sólo existe cuando esa capacidad se desarrolla.**<sup>5</sup> [Los subrayados son nuestros].

Podemos pensar tres **formas de reconocimiento** y su influencia en la configuración de la **subjetividad**:

1. *Amor*. Primera forma de *reconocimiento*. Es afectivo y particular. Genera **autoconfianza** individual.
2. *El derecho*. Implica **lucha por el reconocimiento**. Es racional y universal. Genera *autor-respeto*.
3. *Valoración social*. **Forma de reconocimiento**. Es recíproca e intersubjetiva. Genera **autoestima**. Implica una relación positiva con uno mismo, sentirse seguro de poder hacer cosas o de **tener capacidades reconocidas por los otros** como **valiosas**.

Esta **forma de reconocimiento** puede llamarse **solidaridad** entendida como **participación activa y recíproca** en la *autorrealización del otro*.

---

(5) Buber, Martín, “Distance and Relation” *Psychiatry*, 20:97-104, 1957, citado por Watzlawic, Paul y otros en *Teoría de la comunicación humana*, Ed. Tiempo Contemporáneo, p. 86.

---

**El reconocimiento positivo en las tres formas mencionadas** desarrolla el sentido de *autonomía* y genera *la autoconfianza y el autorrespeto* necesarios para construir el sentimiento de *autoestima*.

**En relación con el tema de género cabe el interrogante:**

¿Cómo han sido **históricamente** las formas de *reconocimiento* de las mujeres en *el amor*, en *el derecho* y en la *valoración social*? ¿Se sienten reconocidas las mujeres como sujetos? ¿Será el **tema de género** una de las formas de **lucha por el reconocimiento**?

**Un esquema conocido como “Pirámide de Maslow”** habla de una **jerarquía de necesidades** en el ser humano que en la medida que encuentran satisfacción van promoviendo el desarrollo de diferentes capacidades que nos confirman como **sujetos deseantes**. **Todos implican otro/a que nos reconoce y nos confirma**, es decir que se satisfacen o no a través de las diferentes formas de reconocimiento.

1. Necesidades fisiológicas (supervivencia).
2. Necesidades de seguridad y protección frente al medio (modos de organización colectivos).
3. Necesidades de **aceptación social**. Primera forma de reconocimiento (*amor*). Afecto / Amistad. Desarrollo del sentido de pertenencia.
4. Necesidad de **autoestima**. Implica Reconocimiento, Respeto (incluye *el derecho*) y Prestigio.
5. Necesidad de **autorrealización / autonomía**. Implica dar lo que uno es capaz, desarrollar nuestro potencial. Requiere formas de reconocimiento recíprocas e intersubjetivas. *Confirmación* mutua y solidaria.

**En relación con género**, ¿qué respuesta o modo de satisfacción de las necesidades han encontrado históricamente las mujeres? ¿Con qué recursos económicos y simbólicos han contado las mujeres para satisfacer sus necesidades de supervivencia y participación en los modos de organización colectivos? ¿Qué posibilidades sociales e institucionales favorecen el desarrollo del sentido de pertenencia, la autoestima, necesarios para la autorrealización y la autonomía?

En la medida que se asciende en la pirámide para la satisfacción de las necesidades **augmenta** la interdependencia y la demanda de reciprocidad. Y aquí nos encontramos con los **problemas del reconocimiento y su influencia** en el desarrollo de la autoestima.

---

El reconocimiento se da en procesos de *Interacción y Comunicación* donde:

1. Me muestro.
2. El otro me confirma, me rechaza, me niega (la negación implica “no existo para el otro”, “no me ve”, “no me registra”).
3. Esto aumenta o disminuye mi autoestima.

1. *Me muestro.*                   ¿**Cómo** me muestro?  
  ¿Cuánto me conozco?

Problemas:                   ¿Son claras mis señales y mis mensajes?  
- Doble mensaje:       Impostura / Máscara.  
                                  “¿Qué quieren las mujeres?” Dicen los hombres.  
- Fantasía:               Que el otro “**me descubra**”.  
                                  Que el otro “me complete”.  
                                  “Vos no me comprendés”. Dicen las mujeres.

2. *El otro me reconoce* a través de la confirmación, el rechazo o la negación. Pero el reconocimiento del otro **está teñido** de sus **prejuicios**. Su **visión del mundo, sus propios deseos y sus proyecciones**.

**Reconoce, ve en mí lo que subjetivamente** puede, necesita o desea y lo que conoce, entiende e interpreta de mí.

3.a) *El reconocimiento positivo aumenta mi autoestima*. A veces **no hay reconocimiento que alcance**. No podemos hacernos cargo de un reconocimiento positivo ni de nuestros logros (“*No me lo creo*”).

b) *El reconocimiento negativo disminuye mi autoestima*. Es una herida **narcisística** vivida como una confirmación de lo poco que valgo en lugar de comprender que no podemos gustarle a todos ni todos tienen que gustarnos. En todo caso, sería deseable aprender de la mirada del otro.

En cuestiones de género suele decirse que: **los hombres tienen mayor deseo de autonomía y las mujeres mayor deseo de reconocimiento**. Y a veces se plantean las cosas como un interjuego entre:

1. *Autonomía*. A mayor autonomía, menor **dependencia** del reconocimiento.
2. *Reconocimiento*. A mayor necesidad de reconocimiento, mayor **dependencia**, menor **autonomía** y mayor vulnerabilidad. “Soy lo que la mirada del otro ve y reconoce”.

---

En términos de **relación puede resolverse** en actitudes externas:

- Para conservar mi autonomía hago renuncia del otro y la elección de soledad afectiva. Porque no se visualiza un **vínculo sano de interdependencia**.
- Para ser reconocida, en aras del reconocimiento, acepto dependencia, no puedo estar sola.

¿Cómo se liga esto con la **autoestima**?

- A mayor **autonomía**; mayor autoestima.
- A mayor **dependencia**; vulnerabilidad extrema, menor autoestima.

Pero como la **autoestima** se construye y necesita del **reconocimiento** de los otros, sería deseable ir **logrando un equilibrio** entre autonomía y reconocimiento a través de la **interdependencia y la reciprocidad solidarias, participando activamente** en la **autorrealización mutua** como pares políticos en diálogo amoroso.

¿Podemos hacer algo para desarrollar la **autoestima**?

Sin pretender dar instrucciones de autoayuda como “*mirarse al espejo y decir me amo*” o repetir “*me gusta ser mujer*”, se me ocurren algunas reflexiones para compartir:

El desarrollo de la autoestima se ve favorecido por:

- El conocimiento de uno mismo y el reconocimiento de las propias necesidades y deseos.
- El respeto por el **deseo propio** (agenciamiento – apropiación).
- La posibilidad de mostrarse sin máscaras, imposturas o doble mensajes.
- Atender al **reconocimiento** del otro para **conocerse** y *no sólo* para valorarse positiva o negativamente. Evitar la dependencia. Tener en cuenta **quién** me reconoce, desde **qué** lugar. Si todos me ven de una forma determinada, reflexionar.
- Reconocer al otro/a como **sujeto autónomo**, diferente a mí. Sin el reconocimiento mutuo no hay autoestima. (Ejemplo: amo – esclavo).
- **Trabajar con las debilidades** reconocidas como obstáculos para participar, que se expresan como **falta de** (información; conocimiento; tiempo, ¿por qué?; compromiso, ¿es cierto?; interés –ver motivación, encontrar sentido-; seguridad; etc.) desarrollando una *conciencia crítica* para su análisis. Pensar que las debilidades expresan muchas veces *resistencia al cambio* por **miedo a la pérdida de lo conocido y miedo al ataque de lo desconocido** que implica riesgo y se vive como amenazante. Pensar que lo más valioso es generalmente lo más resistido.

---

### El aumento de la autoestima implica:

- Desarrollo de la **autoconfianza** (se pone a prueba en la acción).
- **Autorrespeto** por mis deseos, necesidades, derechos y opiniones.
- **Autonomía: evitar la dependencia** económica, legal, afectiva, erótica.  
**Sí la sana interdependencia.**
- Y sobre todo, aceptarse, quererse, valorarse y simultáneamente aceptar, querer, valorar al otro por lo que vamos siendo y podemos aportar mutuamente.

Finalmente, es deseable alcanzar un **nivel de información** que nos permita la **percepción de problemáticas** que pudieran ligar la **participación femenina** con la autoestima desde una **perspectiva de género**.

Es importante desarrollar una conciencia crítica para el análisis de **por qué** nos pasa lo que **nos** pasa, o mejor **cómo** se reproduce y lo reproducimos.

Rescato nos pasa, nos está pasando. **No nacimos con la autoestima baja por ser mujeres; nos está pasando, se puede cambiar.**

Es importante no remitirnos a las **supuestas faltas o carencias** individuales (que pueden ser reales o verdaderas), sino a una visión integradora de los factores que configuran la inequidad de género y, en consecuencia, pensar en estrategias colectivas que la superen.

El desafío para las mujeres cooperativistas es **ir logrando** espacios para su desarrollo en las instituciones cooperativas.

Estos espacios requieren una perspectiva de género al interior de las cooperativas para el desarrollo de políticas de promoción de la mujer.

Nadie nos promete un jardín de rosas, pero el desafío vale la pena. Pensemos...

Si no soy para mí misma,  
¿quién será para mí?

Si sólo soy para mí,  
¿quién soy yo?

Y si no es ahora,  
¿cuándo?<sup>6</sup>

---

(6) Famoso proverbio del Talmud.