

**LA**

# **GUÍA DEL PODER**

**Una guía rápida  
sobre cómo obtener  
poder personal real**





# Presentación

Uno de los objetivos del Programa Nacional de la Mujer es incrementar la participación de las mujeres en los procesos de toma de decisiones. Para ello, además de la promulgación de medidas legislativas y la puesta en marcha de acciones en materia de educación, salud y desarrollo económico y social, resulta indispensable contar con el apoyo firme y decidido de la sociedad. La mujer misma debe defender sus derechos, pero es necesario que los conozca, sepa su significado y los ejerza plenamente. Sólo de esta manera es posible alcanzar la verdadera igualdad entre hombres y mujeres y el desarrollo pleno de todos los miembros de la sociedad.

Una mayor participación social y política de las mujeres constituye un paso importante hacia la igualdad efectiva de oportunidades, toda vez que contribuye a afianzar y extender la vida democrática en todos los ámbitos, a promover nuevas prácticas políticas e incorporar sus perspectivas, intereses legítimos y formas de solución a los problemas que las aquejan.

Con base en lo anterior, la Coordinación General de la Comisión Nacional de la Mujer presenta esta traducción libre de la Guía del Poder, utilizada en Suecia como una forma de llamar la atención de las mujeres hacia maneras diferentes de incrementar su poder, no sólo dentro de los difíciles y aun hostiles procesos políticos y económicos, sino también en sus propias vidas. Como la misma Guía lo dice, la idea es dejar en claro que el poder puede ser divertido, bueno y sobre todo muy útil para todas las mujeres.

## ▣ Una guía rápida sobre cómo obtener poder personal real

Hoy en día, las mujeres estamos luchando por el poder personal. Sin embargo, cuando logramos acercarnos al poder real, éste tiende a alejarse. ¡En esta guía descubriremos exactamente hacia dónde se va!

En el camino para incrementar el poder de la mujer y cómo lograr una distribución más justa hay innumerables trampas. Este manual las identifica y proporciona una guía sobre cómo podemos evitarlas o bien eliminarlas.

## ▣ ¡El poder es algo bueno!

Empecemos poniendo algo muy en claro: el poder no es malo ni vergonzoso. Siempre y cuando no se abuse de él, el poder es algo bueno, importante y útil para quienes queremos corregir errores y lograr el cambio.

El poder se debe manejar con cuidado y con una gran visión humana y sabiduría. Cuando el control de las posiciones de poder se deja exclusivamente en manos de los

hombres en cualquier ámbito, isimplemente no pueden manejarlo solos! Existen múltiples casos que corroboran este punto de vista. Lo que los hombres necesitan son buenos ejemplos de usuarias/os del poder. Esta es la única forma de detener el abuso del mismo.

Las mujeres debemos, por lo tanto, tener la responsabilidad de por lo menos la mitad del poder en todos los organismos de toma de decisiones. El poder nos permite ejercer influencia y provocar cambios; sin embargo, debemos estar preparadas para aceptar la responsabilidad de las decisiones que nosotras ayudemos a impulsar.

Si eres mujer, si estás preparada para tener más poder y responsabilidad entonces continúa leyendo, si no, puedes prestarle este manual a otra mujer.

Piensa cuidadosamente sobre lo que implica tener poder. Comienza a acostumbrarte a la idea de que puedes demostrar tu capacidad de ostentar una posición de poder. No eludas el tema del poder. ¡Enfréntalo!

- Estoy preparada para formar parte de una junta ejecutiva.
- Estoy preparada para tomar las responsabilidades de una presidencia.

## **☐ ¡La mitad de los puestos de decisión para las mujeres, en todas partes!**

Haz un análisis cuidadoso de la estructura de poder en tu municipio o en la organización a la que perteneces. ¿Dónde se toman las decisiones más importantes? ¿Hay pocas mujeres en ese organismo? La respuesta a esta pregunta es por lo general, *Sí*. Asegúrate de que se impulsen candidaturas de mujeres en ese nivel de toma de decisiones. Diseña una estrategia claramente definida de las posiciones de poder que deben sustentar las mujeres y desarrolla una estrategia sobre cómo las candidatas pueden ser lanzadas para esos puestos con más éxito. ¿Quién es la más apropiada? Haz una lista de méritos y experiencias. Recuerda: ningún hombre nació para ser miembro del comité ejecutivo del consejo local, por mencionar un ejemplo; tampoco ninguna mujer, pero ambos tienen las mismas capacidades para desempeñar el trabajo.

### **Haz lo siguiente:**

- Investiga cuáles son los niveles más importantes de toma de decisión.



- Verifica si falta una representación femenina.
- Diseña una estrategia para incrementar el número de mujeres en ese organismo.
- Escribe una lista de nombres y capacidades.

## ▣ ¡Aprende las reglas del juego!

Se puede perder mucho si no sabes cómo se toman las decisiones. Las reglas de procedimiento para oponerse a una propuesta no son fáciles de entender, a menos que te hayas tomado la molestia de indagar cómo se pueden presentar las diferentes propuestas. Una buena forma de evitar sorpresas desagradables es organizar una sesión preparatoria antes de las reuniones importantes. Asegúrate de que tienes a tu lado a una mujer con amplia experiencia en los sinuosos caminos del proceso de toma de decisiones.

Las decisiones importantes no se pueden tomar apresuradamente a menos que alguien esté vigilando muy estrechamente el procedimiento y se asegure de que el mecanismo de toma de decisiones es el adecuado. Nadie se puede dar el lujo de ignorar las reglas de procedimiento y las formalidades. Además, no son tan complicadas como parecen: es mucho más difícil, por ejemplo, seguir un patrón para coser un saco.

Es de vital importancia tener influencia sobre el proceso de toma de decisiones; de otra forma cualquier preparación, por buena que sea, puede ser en vano.

## Haz lo siguiente:

- Organiza sesiones preparatorias y trabaja sobre posibles escenarios.
- Establece buenos contactos con mujeres que tengan mucha experiencia política y que te pueden ayudar a aprender.
- Comienza un grupo de estudio de reglas de procedimiento avanzadas.

## □ ¡Que las mujeres encabecen las listas!

Las listas con mujeres (u hombres) en segundos lugares están bien pero deben de contar con una mujer en la cima tan frecuentemente como sucede con un hombre. Una lista con un hombre en el primer lugar conducirá a una fórmula con dos hombres y una mujer. Esta fórmula es por lo general el presidium o bien un comité ejecutivo. En otras palabras, el foro donde se preparan las preguntas, se establece la agenda y se toman muchas decisiones.

Otra razón importante para tener mujeres en la cima es el riesgo de que las primeras tres o cinco o inclusive sólo el primer nombre sea el que tenga oportunidad de ser elegido. Si las listas están siempre encabezadas por un hombre, no importa cuánto se alternen los nombres, nunca se logrará una distribución justa de los puestos. Por lo tanto es necesario poner a una mujer a la cabeza de por lo menos la mitad de las listas.

### **Haz lo siguiente:**

- ☑ Diseña dos listas, una encabezada por un hombre y la otra por una mujer.

- ☑ Exige que el organismo central del partido u organización se haga responsable de asegurar que haya un número igual de listas encabezadas por hombres y mujeres.
- ☑ Lanza a las principales candidatas en los medios de comunicación locales con buenas fotografías y sus nombres. Esto suele sorprender a todo el mundo, ya que es poco común.
- ☑ Asegúrate de que las mujeres dirigentes sean conocidas y de que su presencia sea patente antes de la elección mediante artículos y cartas en la prensa, declaraciones públicas, etc. ¡No es nada difícil!

## **¡Hazte miembro voluntario del comité de nominaciones!**

Uno de los puestos claves es ser miembro del comité de nominaciones. Este comité presenta al ejecutivo con una lista de posibles candidatos para varios puestos, por lo que es necesario que más mujeres pertenezcan al comité para que diseñen una estrategia común para el lanzamiento y promoción de las candidatas. Es importante preparar bien el terreno, las candidatas deben ser contactadas mucho antes de las nominaciones y se les debe dar tiempo para prepararse.

Presenta al comité de nominaciones una lista de méritos y experiencia. Asegúrate de que las mujeres del comité opinen y apoyen la lista. Las mujeres deben apoyarse unas a otras en cualquier situación.

### **Haz lo siguiente:**

- Manifiesta que estás interesada en ser parte del comité de nominaciones.
- Asegúrate de que más mujeres se unan al comité.

- ☑ Prepara un plan conjunto de acción para todas las mujeres del comité con el propósito de que se pongan de acuerdo acerca de las mujeres que van a nominar y el de lograr que más mujeres sean electas.

## ¡Tomen la presidencia!

El trabajo de la presidencia o dirección consiste en dirigir la toma de decisiones, tomar decisiones, decidir la agenda, entre otra acciones. La persona en este cargo tiene poderes importantes. Por ello, asegúrate de que la elección de quien preside esté bien hecha.

Elabora una lista con todas las mujeres adecuadas para el puesto de dirección. Invítalas a una junta donde se discuta el plan de acción, asegurándote de que toda la gente en la lista está bien informada sobre lo que significa la presidencia y la forma cómo serán lanzadas sus candidaturas. A algunas personas les preocupa este puesto porque piensan que será difícil y les quitará mucho tiempo.

Nombra como asesora a una mujer con experiencia como presidenta. Su trabajo será alentar, enseñar y apoyar a la nueva presidenta. ¡Ella estará orgullosa de ser su asesora! Consigue el apoyo de una buena periodista para lanzar a las nuevas mujeres directoras, en general las periodistas saben cómo impulsar las candidaturas de la manera más efectiva. Las mujeres deben acostumbrarse a ser vistas como líderes y a formarse un perfil más fuerte. Deben tener muy claro qué es lo que quieren lograr con esas posiciones de poder.

Serán también necesarias sesiones cortas y regulares sobre cómo hablar en público, cómo presentarse ante los medios de comunicación y sobre el arte de escribir buenos artículos. Muchas otras mujeres, además de las candidatas, se unirán a estos cursos si reciben una invitación personal.

### **Haz lo siguiente:**

- Elabora una lista de las candidatas idóneas para los puestos, especificando sus méritos.
- Organiza un programa de capacitación en elaboración de discursos, redacción y estrategia de medios de comunicación.
- Nombra a una asesora de la candidata a presidenta.
- Lanza a tus candidatas en una forma novedosa.

## ■ ¡Lanza a las candidatas!

Haz una elección cuidadosa y considerada de las candidatas que deseas promover. La elección debe ser realista; la probabilidad de éxito debe ser razonablemente acertada; el lanzamiento debe hacerse en el momento adecuado, antes de la reunión en la que los nuevos miembros o la nueva directora serán elegidos. Elabora una lista de sus méritos y experiencia, contacta a las mujeres que irán a la reunión y aboguen en favor de su candidata. Es muy importante que una mayoría de mujeres vaya a la reunión.

Lanza a tu candidata en la prensa local, asegurándote de que al candidato nombrado (hombre) se le dificulte ser elegido o siquiera reelegido. Asegúrate de que tu candidata consiga un artículo publicado en el periódico local más o menos un día antes de la elección. Apoya a tus candidatas, hazlas visibles, escribe cartas a la prensa y habla positivamente sobre ellas.

Exige que las organizaciones de partido nombren a sus candidatas a comités y puestos permanentes antes de que sean las elecciones, esto hará que los electores tengan una visión clara de todos los puestos a ocupar. Esta acción

por sí misma atraerá a más mujeres. Las mujeres tienen mucho que ganar si se dan a conocer a los electores antes de la elección.

Organiza programas de entrenamiento para posibles comités o miembros de juntas. Todas deben saber lo que una posición en un comité implica. Hemos visto varios ejemplos de personas que ingresan en juntas y comités sin ninguna apreciación sobre la seriedad o la responsabilidad que implica su posición. Las mujeres, sin los clásicos saludos de mano, podemos afrontar nuestra responsabilidad.

### **Haz lo siguiente:**

- Establece buenos contactos con mujeres periodistas.
- Elabora una lista de todas las candidatas posibles y sus méritos.
- Asegúrate de tener buenas fotos de las candidatas para los medios de comunicación.
- Organiza conferencias de prensa para presentar a las candidatas.

## ■ ¡Toma el control en los partidos!

Cada vez más partidos se dan cuenta de que sus listas de candidatos deben tener tanto hombres como mujeres en un orden alternativo, pero lo que ningún partido entiende completamente es que esto no es suficiente para establecer una imagen de credibilidad.

: 2

Un partido que alterna sus listas pero sigue siendo dirigido por hombres, utiliza el lenguaje de los hombres, excluye el ejemplo de las mujeres y no se enfoca a asuntos políticos de interés e importancia para las mujeres. Este partido nunca ganará credibilidad a los ojos de las mujeres. Una buena escenografía no es suficiente.

Los partidos políticos deben ser consistentes en lograr un equilibrio de fuerzas en todas las áreas de poder, formales e informales. Se requiere más que el establecimiento de grupos estratégicos de planeación o comités de campaña dirigidos por hombres, y que la inclusión de unas cuantas mujeres, para obtener una situación de balance en el trabajo y en las discusiones del grupo.

Un perfil de género desigual entre oficiales de

partido de tiempo completo y secretarios políticos es decididamente una desventaja, ya que todos ellos son gente que trabaja tras bambalinas y tiene un poder informal considerable.

Quienes se encargan de las relaciones públicas, propaganda y trabajo de información de los partidos son en su mayoría hombres. Son ellos quienes dan forma a las imágenes de los políticos, de los partidos políticos y deciden qué partes de los programas de partido deben comunicarse al público. Este es uno de los centros de poder que las mujeres deben tomar.

Las imágenes de nuestros partidos y de nuestros políticos serían más accesibles, amables y menos acartonadas con asistentes femeninas.

### **Haz lo siguiente:**

- Si los hombres son mayoría, no aceptes el nombramiento de ningún hombre más.
- Exige una lista de las candidatas idóneas para el trabajo. Sal y encuentra a las mujeres que aún no se han acercado.

## ❑ Los cinco métodos de dominación están en tu mano!

Existe una serie de métodos usados por los hombres, consciente e inconscientemente, para asegurar su dominación sobre la cultura femenina. El profesor noruego Berit As, ha dividido estos métodos en cinco grupos principales:

1. Hacer a las mujeres invisibles.
2. Poner a las mujeres en ridículo o bien empujadas.
3. Retener información.
4. Doble castigo para las mujeres.
5. Cargar a las mujeres de culpa y vergüenza.

Las mujeres debemos captar lo que estos métodos implican y aprender también a distinguir cuándo estos métodos de dominación son usados hacia nosotras mismas o bien hacia otras mujeres. Apréndete el número de cada método y utiliza tus dedos para indicar a tus colegas qué método se está aplicando en la reunión en que se encuentren. A continuación se describen brevemente los cinco métodos de dominación:

## 1. Hacer a las mujeres invisibles

Este método de dominación sin palabras se usa cuando los hombres no escuchan lo que una mujer dice: voltean a ver sus papeles, hablan unos con otros o bien se disculpan y van al baño. Por lo general las mujeres sacamos a relucir temas diferentes que los de los hombres porque vivimos bajo condiciones diferentes. Los hombres no logran reconocer la descripción que las mujeres hacen de una situación determinada y deciden no escuchar ni involucrarse. Existen numerosos ejemplos de mujeres que han tenido que escuchar la pregunta: "¿Están sentadas aquí solitas, chicas?"

Hacer a alguien invisible es un método de dominación devastador. Una persona a la que no se le escucha o ve se siente menos y poco importante y puede decidir abstenerse de luchar por un cambio.

### **Haz lo siguiente:**

- Deja claro que estás al tanto del método utilizado y que te niegas a aceptarlo.
- ¡Exige atención y que todos escuchen! Una buena forma de hacer esto es haciendo una pausa hasta que todo el ruido de papeles y murmullos se haya detenido.

- ☑ Si no te entienden, utiliza la misma técnica en un hombre. Sé muy clara sobre lo que estás haciendo para que quede entendido el punto.
- ☑ Entrena tu voz. Una voz clara y directa no es fácil de ignorar.

## ☐ 2. Dejar a las mujeres en ridículo/ Empequeñecerlas

Esta técnica es bien conocida por su "refinamiento" de hacerse el gracioso a expensas de una mujer. El objetivo del ejercicio es denigrar a las mujeres y sus esfuerzos. Este método contiene una amplia gama de comentarios sobre divertidas rubias y esposas viejas e histéricas. Otros ejemplos son innecesarios.

### **Haz lo siguiente:**

- ☑ Deja claro que te niegas a aceptar ese trato.
- ☑ Contesta de la misma forma. Nunca te rías de los chistes machistas, especialmente cuando el chiste sea a expensas de otra mujer. Hay que apoyarnos unas a otras.
- ☑ Lanza una mirada de estupor a los ojos del que contó el chiste denigrante. Haz todo por crear un silencio

embarazoso. Voltea hacia otra mujer y dile: "¿Qué demonios está tratando de decir éste?"

### 3. Retener Información

Con este método la gente puede ser mantenida en la ignorancia. Esto le sucede muy frecuentemente a las mujeres: en el sauna o en los vestidores, los hombres hacen tratos, consciente o inconscientemente. Lo que sucede en la próxima reunión, cuando las mujeres están presentes, es que las decisiones son rápidamente ratificadas. No se permite a las mujeres discutir sobre lo que los hombres ya han decidido en un grupo más pequeño, y después, los hombres nunca entienden por qué las mujeres siempre alegan y alargan las reuniones, por qué no pueden ser simplemente "más decididas".

#### Haz lo siguiente:

- Exige amplia información de los antecedentes para la toma de decisiones.
- Exige que los asuntos importantes que requieren de más preparación sean pospuestos hasta la próxima reunión.
- Asegúrate de que obtienes toda la información que necesitas por otros medios tales como tu propia red de contactos.

## 4. ¡Doble castigo!

No importa qué tan duro te esfuerces, ¡las cosas suelen salir mal! Este, en pocas palabras, es el método de dominación conocido como doble castigo. Las mujeres por lo general sufren de un remordimiento de conciencia acerca de todo. La mayoría de las veces "deben" estar en algún otro lado: en el trabajo, con sus hijos o con su esposo; el estrés que esto provoca es insufrible. Lo peor de todo es el sentimiento de no ser lo suficientemente buena. Las mujeres son acusadas, por lo general indirectamente, por aquellos que las rodean de no ser mamás útiles especialmente cuando se involucran en sus trabajos o en política. Al mismo tiempo reciben críticas en cuanto a que no se involucran cuando deciden anteponer sus hogares o familias. Y cuando escogen ambos tienen que enfrentar insatisfacciones de todas partes.

Las mujeres no quieren nada más que lograr combinar la vida familiar con la vida laboral y tienen todo el derecho a decir ¡NO! tanto en su casa como en su trabajo. Los hombres, por el contrario, casi nunca enfrentan este doble castigo. ¡Dan por sentado que pueden decir "Sí" y "No" en su casa! Esta situación es injusta e inaceptable. Las mujeres deben tener los mismos derechos que los hombres a una vida laboral y familiar gratificante.

## Haz lo siguiente:

- ✓ Elige a tu pareja con muchísimo cuidado.
- ✓ Elige a tu jefe con muchísimo cuidado.
- ✓ Exige que tu jefe/jefa acepte un No o un Sí sin aplicar el castigo usual de no ascenso.
- ✓ Llega a un "acuerdo" con tu marido o pareja dándote el derecho de trabajar políticamente.

## 5. Cargas de culpa y vergüenza

Este método en particular es el más confuso de todos. Las mujeres que son víctimas de un tratamiento humillante o abuso de algún tipo desarrollan un sentido de culpa por lo sucedido.

En general se dice que "ella" sólo se tiene a sí misma para culparse por lo que le suceda. ¡Ella se buscó lo que le pasa!

Este tipo de opinión lleva por lo general a la mujer a creer que las críticas están bien. "Probablemente es mi propia culpa." "Nadie más que yo tiene la culpa." Este tipo de pensamiento lleva a muchas mujeres a culparse por lo que ha sucedido sin tomar en cuenta si es justificable o no. En este caso es importante analizar la situación y formarse una opinión realista de lo que en efecto sucedió. Sobre todo hay

que considerar que no hay razón para sentirse culpable.

### **Haz lo siguiente:**

- Contacta a una amiga cercana y analicen la situación juntas.
- Consigue que tus amigas te defiendan.
- En otros casos, asegúrate de que estás defendiendo a otras mujeres que son víctimas.
- Deshazte de tus sentimientos de culpa tratando de formarte una imagen clara de lo que pasa en el fondo.
- Contéstale a la persona que te culpó. Demuéstrale lo que realmente sucedió.

*Conserva este Manual del poder en tu bolsa de mano. Asegúrate de leerlo con frecuencia. Poco a poco, descubrirás que el poder es algo bueno, divertido y muy útil.*

*También aprenderás rápida y efectivamente a enfrentar esas barreras y fuerzas que bloquean tu camino hacia un mayor poder sobre tu propia vida.*

*¡Buena Suerte!*

La Coordinación General de la Comisión Nacional de la Mujer agradece a la Federación Nacional de Mujeres Social-Demócratas de Suecia su autorización para traducir y reproducir esta Guía.

