



RECOMENDACIONES PARA ABORDAR LA ANIMACIÓN A LA PARTICIPACIÓN LABORAL DE MUJERES ALEJADAS DEL MUNDO LABORAL POR MOTIVO DEL CUIDADO

"RESPECTO AL EMPLEO, ME SENTÍA PERDIDA Y LA INSEGURIDAD Y EL MIEDO EMPEZARON A SALIR A BORBOTONES. DESDE CIDADANAS HE PODIDO HACER FORMACIÓN PARA PONERME AL DÍA Y BUSCAR TRABAJO DE UNA FORMA ADECUADA Y EFICAZ. ME HE SENTIDO ARROPADA Y HE RECIBIDO UN GRAN APOYO MORAL RESPECTO A MI SITUACIÓN."

Ana Isabel Foronda Perdiguero
Madrid

RECOMENDACIONES PARA ABORDAR LA ANIMACIÓN A LA PARTICIPACIÓN LABORAL DE MUJERES ALEJADAS DEL MUNDO LABORAL POR MOTIVO DEL CUIDADO

HOJA DE RECOMENDACIONES | NOVIEMBRE 2021
EMPLEO



Los cuidados no profesionales pueden producir un impacto negativo en la empleabilidad de las mujeres; el motivo del cuidado se antepone frente al empleo, lo que se traduce en problemáticas como falta de disponibilidad, falta de centralidad en el empleo y baja motivación en iniciar un proceso de búsqueda, además de la afectación a su bienestar físico y emocional. Desde Fundación Mujeres, te damos algunas recomendaciones para que facilites la activación laboral de mujeres que deciden realizar un itinerario de empleo:



USA UN ENFOQUE INTEGRAL

No te centres únicamente en el aspecto laboral, es necesario que tengas en cuenta aquellos aspectos personales relacionados con el cuidado, aspectos sociales y de género que condicionan el proceso de incorporación al mercado de trabajo.

Es interesante que indagues en:

- Si existen responsabilidades compartidas o no.
- Se relaciona fuera del ámbito familiar y tiene redes de apoyo (familiares o sociales)
- Carece o no de recursos económicos
- Cual es su nivel de disponibilidad
- Que nivel tiene de motivación
- Que valor le da al empleo y cuál es su grado de centralidad en el mismo



RESPETA SU AUTONOMÍA Y PON EL FOCO EN SUS POTENCIALIDADES

Trata de dotar de protagonismo a la participante, desde el respeto de sus tiempos, decisiones y prioridades, evitando la sobreprotección; en definitiva, intenta facilitar la toma de decisiones a partir del fomento de la autonomía personal. Por otro lado, es importante fomentar las potencialidades de cada participante, visibilizar y poner en valor sus aptitudes y actitudes, con el fin de incrementar su autoconocimiento, motivación y autoestima.



Fundación Mujeres trabaja el empoderamiento de mujeres cuidadoras no profesionales. La finalidad es mejorar su calidad de vida en el ámbito familiar. Se incluyen actuaciones encaminadas al empoderamiento para la activación a nivel personal, social y laboral, acciones de sensibilización con profesionales y el desarrollo de estudios y herramientas para la mejora de empoderamiento de las mujeres cuidadoras, todo ello desde una perspectiva de género.

RECOMENDACIONES PARA ABORDAR LA ANIMACIÓN A LA PARTICIPACIÓN LABORAL DE MUJERES ALEJADAS DEL MUNDO LABORAL POR MOTIVO DEL CUIDADO

HOJA DE RECOMENDACIONES | NOVIEMBRE 2021
EMPLEO



FOMENTA LA CENTRALIDAD EN EL EMPLEO

Las responsabilidades no compartidas suelen ser uno de los principales problemas para abordar la centralidad en la búsqueda de empleo, por lo que es importante animar a la mujer que se pregunte las siguientes cuestiones:

- Saber las condiciones del mercado de trabajo y si éstas se ajustan a sus expectativas.
- Valorar cual es la importancia que le da al empleo en su proyecto de vida, es decir, qué significa para ella tener un empleo.
- Cual es su motivación para buscar empleo.
- Cómo puede organizar su tiempo con el fin de incorporar el empleo en su proyecto de vida, teniendo que tomar decisiones y negociar con su familia con el fin de conseguir un reparto equilibrado de las diferentes tareas.



CREA REDES A TRAVÉS DEL TRABAJO GRUPAL

Usa una metodología grupal y participativa dentro del itinerario, que fomente la creación de redes de mujeres que se encuentran en una situación similar; de esta manera promueves la cooperación, sororidad y apoyo mutuo, determinantes para las personas con escasas redes sociales y poco espacio de participación social. Puedes crear, por ejemplo, talleres grupales de mindfulness, autoestima, encuentros de cuidados, etc.



Fundación Mujeres trabaja el empoderamiento de mujeres cuidadoras no profesionales. La finalidad es mejorar su calidad de vida en el ámbito familiar. Se incluyen actuaciones encaminadas al empoderamiento para la activación a nivel personal, social y laboral, acciones de sensibilización con profesionales y el desarrollo de estudios y herramientas para la mejora de empoderamiento de las mujeres cuidadoras, todo ello desde una perspectiva de género.