

WOMEN'S EMPOWERMENT

Narjes Sadat Borghei

Ph.D in Reproductive Health

What does empowerment mean?

- Empowerment is in a process of change power relations that is both multidimensional and interlinked.
- To successfully empower women, both gender and empowerment concerns should be integrated into every service provision area.

Types of empowerment

- **Empowering Women through Education**
- **Economic empowerment**
- **Political Empowerment**

Empowering Women through Education

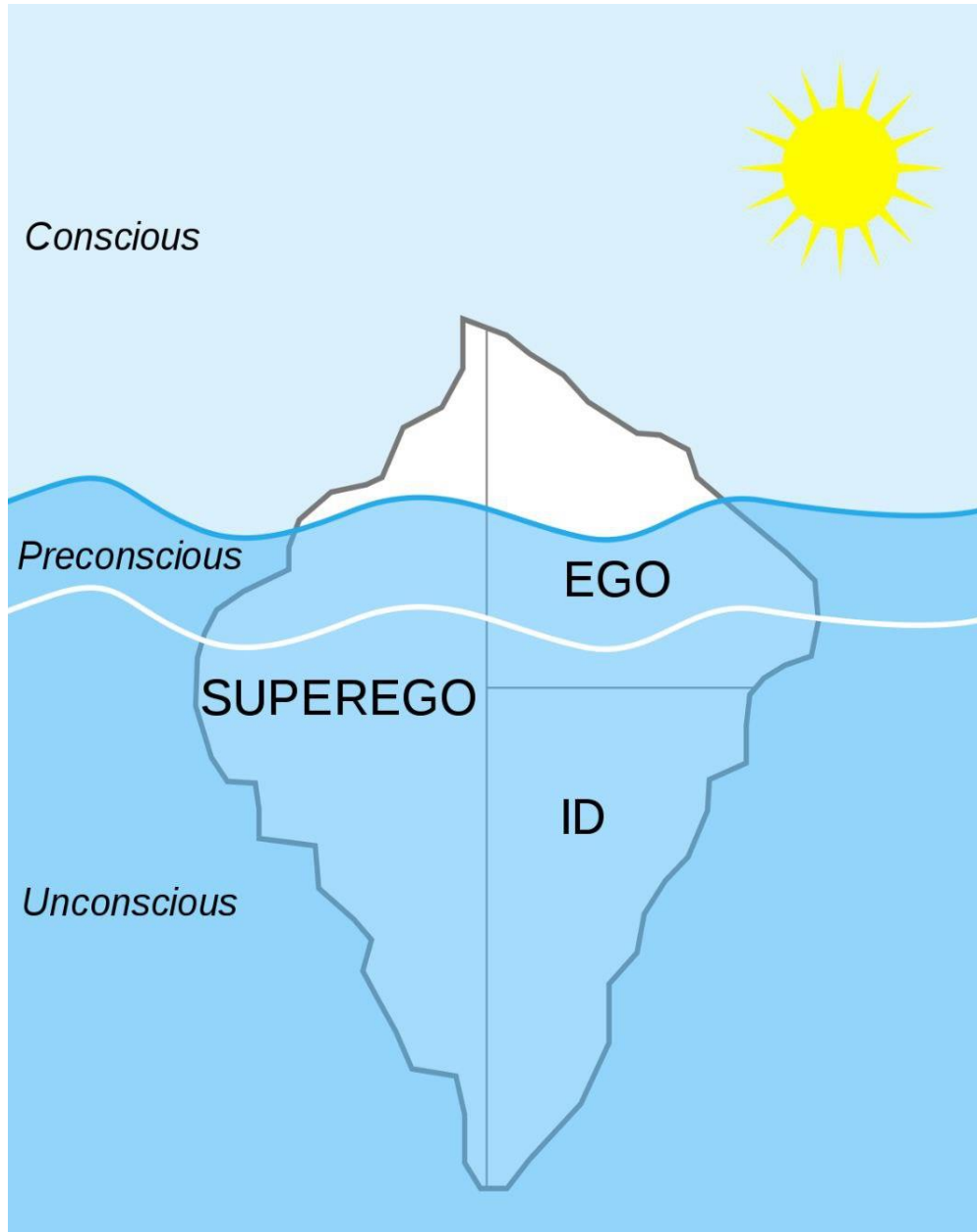
- "Education is one of the most important means of empowering women with the **knowledge**, **skills** and **self-confidence** necessary to participate fully in the development process." (*ICPD Programme of Action, paragraph 4.2*)

Women's empowerment in pregnancy and childbirth

- Empowerment is expected to have a beneficial effect on a woman's **well-being** during the perinatal period and her **readiness** to face the **challenges** of **motherhood**.
- Both types of attributes need to be considered within the broader **socio-cultural-economic-political** landscape of the individual woman, in conjunction with a **woman's belief in herself** and her meaningful **interconnectedness** with **careers**.

خود آگاه و ناخود آگاه در ساختار شخصیت

از نظر فروید



ناخود آگاه:

بخشی از روان که دسترسی آگاهانه به آن نیست و در کنترل رفتار نقش دارد.

شامل انگیزه ها، تصمیم ها، احساس و نگرانی ماست.

ناخود آگاه چگونه برنامه ریزی میشود؟
نوزادی (حس بینایی نوزاد ۱۲ برابر انسان بالغ)
کودکی (شش سال اول تولد)
ضربه های روحی (خصوصا در دوران کودکی)
تلقین

.....



انواع خود: (ایگو): خانم هورنای

خود واقعی
خود ایده آل
خود تصویری



Igotize

Introspection

- درونی سازی (نهادینه شدن) چیزهاییکه از زمان تولد تا کنون به عنوان دنیای بیرون تجربه میشود. (منشاء بیرونی).....Self.....نیروگذاری.....جهت گیری
- نیروی روانی.....ابژه
- مادر قویترین ابژه (کودک در سنین ۵-۱ سالگی بیشترین تاثیر را از ابژه میگیرد)
- Self..... Self – Control (اعتیاد، چاق شدن)
- Self..... Self – Image (مقتدر، افسرده)
- Self..... Self – Confidence
- Self..... Self – Esteem (خودشو به کمترین قیمت میفروشه)
- Self..... Self– Concept (خودپنداره)
- Self..... Self -Talking (خودگویی منفی)
- Self..... Self -Ascertainment (ابراز وجود)
- Self..... Self–Actualization (خودشکوفایی)

Ego Boundary



• عوامل موثر بر رشد EB:

- خواب کافی، استراحت کافی، مطالعه و الگوبرداری از افراد موفق

• عوامل مخرب EB :

- استرس، الکل، خواب ناکافی و عدم مطالعه
- هرچه EB بالاتر..... تسلط به خود بیشتر



راهکارهای تقویت ایگو

- Resource picture
- Deficit picture

• متقاعد سازی

- افکار خودت رو مراقبت کن و گرنه افکار منفی کنترل شمارو به دست میگیره
- شما به معنای واقعی اصلی ترین محور زندگی خودتون هستید
- هر چیزی که دور برتون هست مهم نیست..... اصل خود شماست
- اگر شما وجود نداشتید..... این مشکلات هم وجود نداشت

بهترین خودت باش

- خودت رو دوست داشته باش (خودخواه)
- در هر شرایطی از خودت راضی باش (از خود راضی)
- هرکاری میکنی به خودت بگو دمت گرم (خودشیفته)
- از خودت مراقبت کن و گرنه آسیب می بینی (یادت رفته چقدر ارزشمندی؟)
- خودتو سرزنش نکن
- عاشق خودت باش (سرتون رو برای خودتان بگذارید)
- به خودتان احترام بگذارید
- تا خودت رو دوست نداشته باشی نمیتوانی دیگران رو دوست داشته باشی

نگاهی گذرا به مفهوم
خودکارآمدی
Self-efficacy





مفهوم خودکارآمدی

❑ **باور به توانایی خود در تسلط یافتن بر یک وضعیت و ایجاد یک پیامد مثبت**

❑ **باور به توانایی خود در سازماندهی و بکار بستن یک سلسله اعمال که لازمه دستیابی به هدف است**

❑ **باور به انجام موفق یک رفتار یا یک تکلیف خاص است**

اثرات و نتایج «ممکن» خودکارآمدی

❑ تاثیر بر فرآیندهای انگیزشی و خودنظم دهی می تواند در انتخاب های فرد و روشهایی که برای انجام کار اتخاذ می کند موثر باشد.

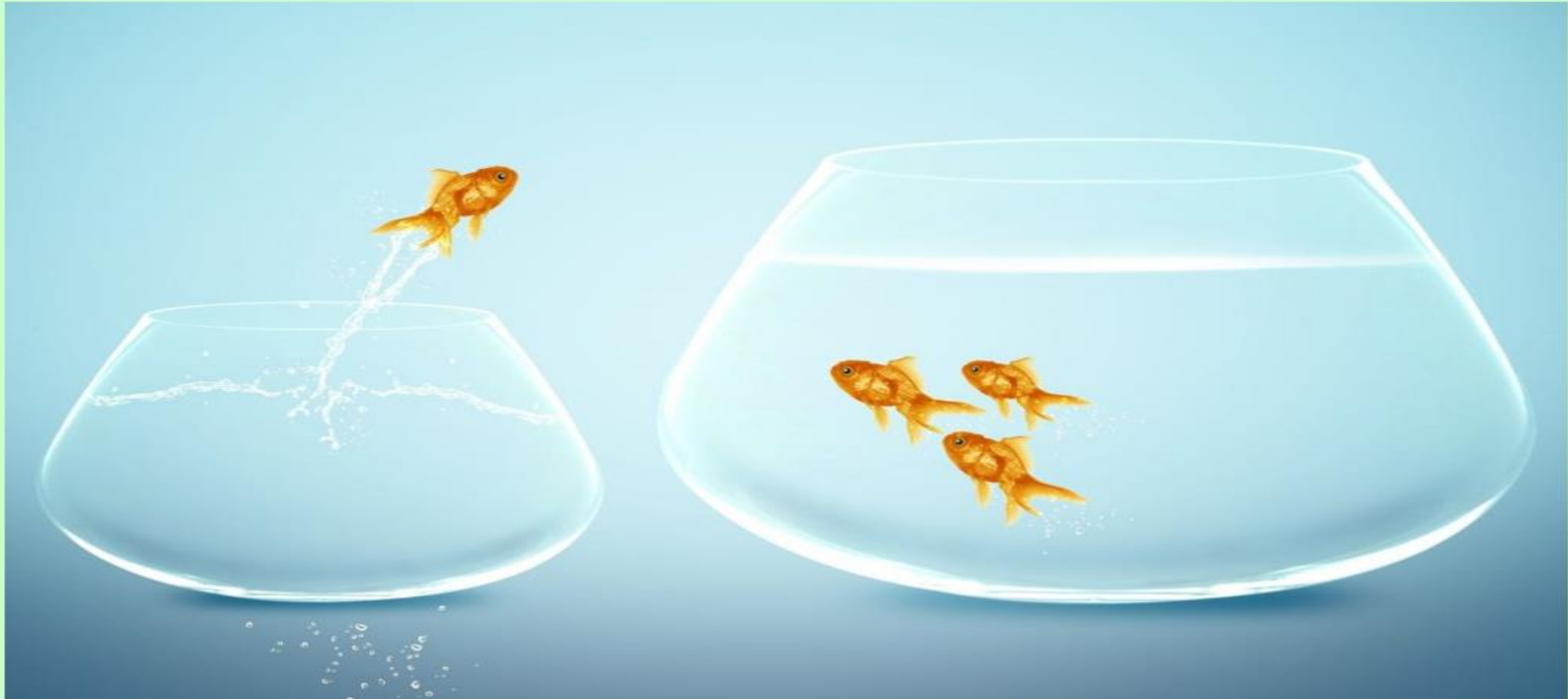
❑ ایجاد علاقه به انجام یک رفتار جدید به رغم دشواریها و خطرات آن پشتکار و پایداری در انجام رفتار شود .

فینجکام و کین ۱۹۸۶ - پاریس واکا ۱۹۸۶

❑ عملکرد بهتر در انجام تکالیف (بندورا ۱۹۹۷).

❑ کمک شکل گیری تفکر علی شود (کالینز ۱۹۸۲)

تمایز و ارتباط خودکارآمدی با برخی مفاهیم



اعتماد به نفس

❑ خودکارآمدی هم شامل باور به توانایی خود است و هم مربوط به قدرت این باور است و معنای اعتماد به نفس در آن مستتر است.

❑ اعتماد به نفس باوری عمومی و با مرجعی نامعین است، در صورتی که خودکارآمدی مربوط به یک عملکرد عمومی و خاص است .

عزت نفس

- ❑ عزت نفس ، ارزیابی فرد از خودش است که شامل احساس خودارزشمندی است لذا نوعاً به ویژگی های فرهنگی و ساختار اجتماعی وابسته است. این ارزشها هستند که اساس خودارزشمندی فرد را شکل می دهد.
- ❑ خودکارآمدی مربوط به عملکرد است و مستقل از ارزشهای فرهنگی است. فردی ممکن است کارآمدی بالایی در یک رفتار داشته باشد ، اما نسبت به آن احساس مثبتی از خودارزشمندی نداشته باشد؛ به این دلیل که انجام آن رفتار برای او هیچ افتخاری ندارد.
- ❑ فرد ممکن است خودکارآمدی بسیار ضعیف خود را در انجام یک رفتار بپذیرد، اما از دست دادن عزت نفس را به هیچ وجه نمی پذیرد.
- ❑ گاهی هم خودکارآمدی بالا ممکن است منبع آسیب برای عزت نفس باشد.

خودپنداری

- ❑ مجموعه باورها ، حدسیات و فرضیاتی که افراد در باره خودشان دارند
- ❑ ارزشیابی شناختی از انتظارات ، توصیف ها و قواعد مربوط به خویشتن
- ❑ برخی خودکارآمدی و خودپنداری را مترادف می دانند
- ❑ برخی خودپنداری را از مقولات عزت نفس و مربوط به قضاوت های ارزشمندی میدانند، لذا از این حیث نسبت به ارزش های فرهنگی و اجتماعی حساس است .
- ❑ برای سنجش خودکارآمدی از سوالاتی نظیر : آیا میتوانم ...
- ❑ برای خودپنداری از سوالاتی که مربوط به چیستی و احساس است نظیر : من کی هستم ، آیا خودم را دوست دارم ، در مورد خودم به عنوان معلم چه احساسی دارم ، استفاده می شود .

(بخشهای مختلف ایگو)

والد.....حمایتگر، سرزنشگر
کودک.....
بالغ.....

تمرین: (تقویت ایگو) Ego Explanation

خود تان روی در یک جمله جلوی آینه توصیف کن

Ego state



مروری بر مباحث قبلی:

ترس از زایمان طبیعی و راهبردهای کنترل آن

ترس و خودکارآمدی مادر باردار

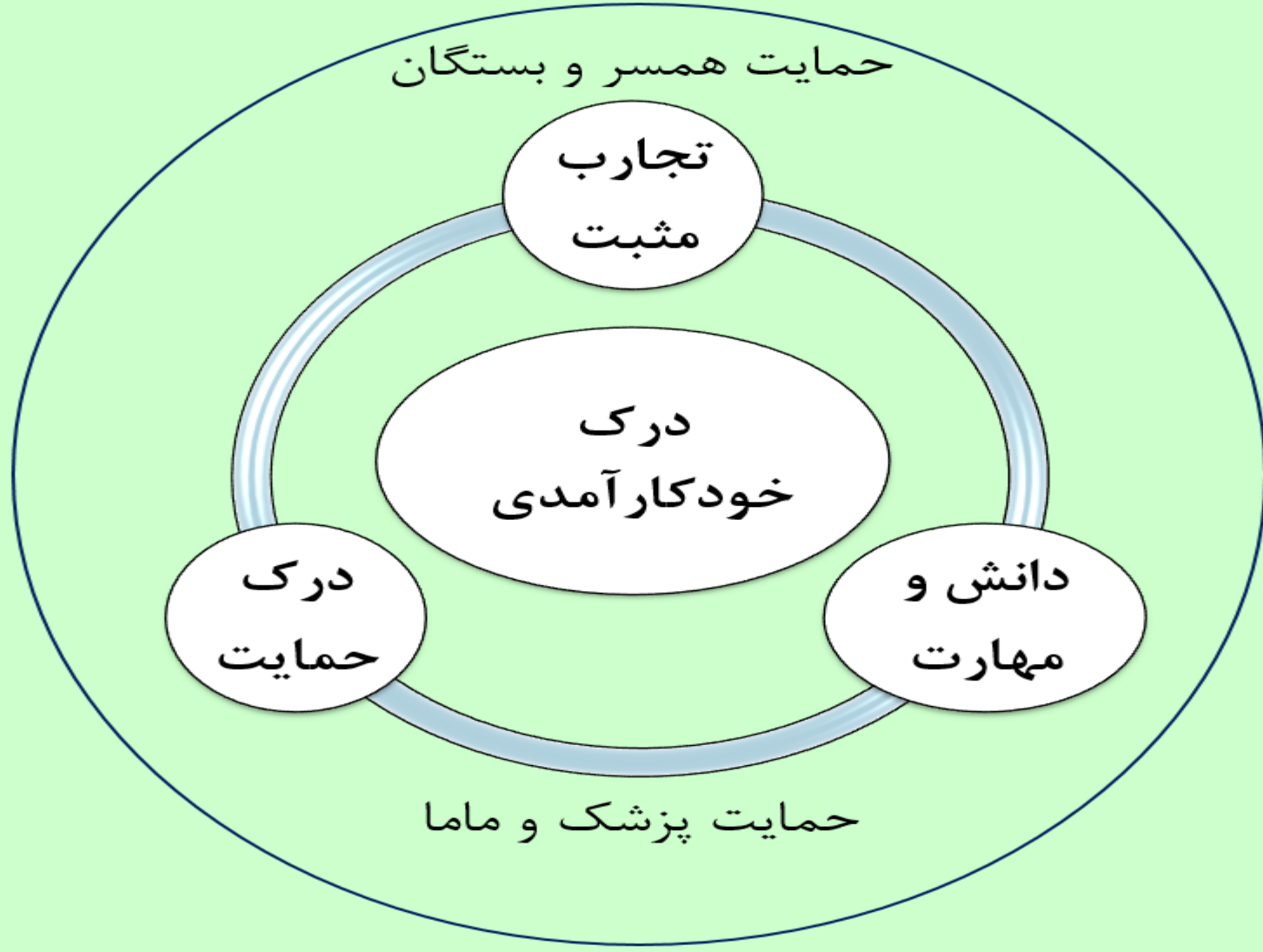


خودکار
آمدی



ترس از
زایمان

سیستم ارائه خدمات حمایتگر



فرهنگ سازی و آموزش عمومی

ارتقای خودکارآمدی زنان باردار باید
محور اصلی برنامه های آموزشی
آمادگی برای زایمان باشد

مراقبت مامایی کرامت محور

- اجتناب از آسیب و بدرفتاری،
- حفظ حریم خصوصی و رازداری،
- حفظ کرامت زنان،
- ارائه اطلاعات آینده نگر و کسب رضایت آگاهانه،
- تضمین دسترسی مستمر به حمایت خانواده و جامعه،
- افزایش کیفیت محیط فیزیکی و منابع،
- ارائه مراقبت های عادلانه زایمانی،
- تعامل توأم با ارتباطات موثر،
- احترام به انتخاب های زنان که توانایی آن ها را در زایمان تقویت میکند،
- در دسترس بودن منابع انسانی شایسته و با انگیزه،
- ارائه مراقبت کارآمد و مؤثر و تداوم مراقبت

Many thanks for your kind attention!



Women's empowerment related to pregnancy and childbirth:

- Empowerment is widely acknowledged as a process by which those who have been disempowered are able to increase their **self-efficacy**, make life-enhancing **decisions**, and obtain **control** over resources.
- In addition, empowerment is multi-dimensional – a woman may be empowered in one dimension or sphere (such as **financial**) but not in another (such as in sexual and reproductive **decision-making**).
- Most countries now recognize the importance for girls and women to become more empowered, both as a **goal** in itself, as well as to achieve a more **gender equitable** society.
- researchers have been assessing the contexts and mechanisms by which empowerment directly or indirectly affects various aspects of **women's health**.
- A better understanding of the situations where greater empowerment is associated with **improved health outcomes** can assist policymakers in planning and prioritizing their investments.

Women's empowerment related to pregnancy and childbirth:

- the relationship between women's empowerment and pregnancy or childbirth, including abortion, has not received sufficient attention.
-
- Empowerment measures still need to be critically evaluated and to encompass a range of potential empowerment domains – **psychological, social, political, economic and legal**.
- In many countries, during childbirth, women experience some form of mistreatment such as **abuse, neglect, rudeness, or discrimination**.
- held more **Gender Equitable Men (GEM) Scale** were less likely to be **mistreated**. women who had more GEM about the role of women were less likely to report experiencing **mistreatment during childbirth**. Those with higher GEM scores may be more assertive in obtaining proper treatment during childbirth.
- empowerment could be a **protective mechanism**.

CENTERING PREGNANCY: An Interdisciplinary Model of Empowerment

- This is a time of **change** within the health care system.
- This has created a challenge for health care providers to develop creative new patterns that will provide quality service within a system that is mandating **more economy and efficiency**.
- The **Centering Pregnancy program** abolishes routine prenatal care by bringing women out of examination rooms and into groups for their care.
- The design incorporates the **three components of prenatal care: risk assessment, education, and support**—into one entity.
- Women are placed **into groups of 8 to 12** based on estimated dates of delivery and meet for ten **90-minute** prenatal or postpartum visits at regular intervals.
- At these visits, standard prenatal risk assessment is completed within the group setting, an educational format is followed that uses a didactic discussion format, and time is provided for women to talk and share with one another.

CENTERING PREGNANCY: An Interdisciplinary Model of Empowerment

- By incorporating these three components into one whole, emphasis is placed on their collective importance.
- Women are encouraged to **take responsibility for themselves**; this leads to a shift in the **client-provider power** base.
- Evaluative data demonstrated that **96% of the women preferred** receiving their prenatal care in **groups**.
- This model is interdisciplinary in design and demonstrates provider **satisfaction**, as well as efficiency in delivery of care.
- It is an excellent model for the **care of teens** and for midwives and nurse practitioners to lead.
- The combination of **satisfaction**, **good outcomes**, and **effective** delivery of care makes this an attractive model for agencies to implement.

Women's empowerment related to pregnancy and childbirth:

- The Centering Pregnancy model encompasses **interactive learning** and community-building, along with short **individual** consultations **four times** during a pregnancy.
- Pregnancy-Related Empowerment, which evaluates the **connectedness** women feel with their **caregivers**, their participation in **decision-making**, and whether they engage in **pregnancy-related healthy behaviors**.
- The Centering Pregnancy seems to be empowering in suggesting that the model is **context-dependent** and may be empowering in situations where women have less access to other forms of communication, including cell phones.
- associations between empowerment and depressive symptoms. The interventions were predominantly based on introducing the Centering Pregnancy model and most were successful in **reducing preterm birth** or **low birth weight**, but only interventions that provided women with **coping skills** for future stressors reduced **women's perinatal depressive symptoms**.

Women's empowerment related to pregnancy and childbirth:

- linked empowerment to factors known to be associated with prematurity and outcomes for premature babies:
- (1) preventing **early marriage** and promoting family planning, which will delay first pregnancy and increase inter-pregnancy intervals;
- (2) improving women's **nutritional** status;
- (3) reducing **domestic violence** and other factors associated with stress;
- (4) promoting use of recommended **health services** during pregnancy and delivery to help **prevent prematurity** and **improve survival of their babies**.
- Thus, improving women's empowerment could potentially prevent prematurity, but definitive proof is still lacking.

Women's empowerment related to pregnancy and childbirth: introduction to special issue

- **Laws** and **social norms** can interact to disempower women, or they can be used to empower them.
- laws often have a norm-setting function.
- human rights litigation can support other efforts to achieve better care for women.
- **human rights litigation** often complements **political** and **social** movements and provides momentum to bring change.

Women's empowerment related to pregnancy and childbirth:

- Fertility, pregnancy and abortion:
- Fertility decline does seem to be linked to better well-being for women.
- empowerment seems to affect health, women who start childbearing later are more likely to show more gender equitable attitudes.
-
- When mothers are empowered, their daughters are less likely to have sex at a young age, but they still have the same rates of unintended pregnancies.
- Providers who are themselves empowered can actively expand women's access to abortion, even in countries where it is legally restricted.

RESEARCH ARTICLE

Open Access



Effects of a midwife psycho-education intervention to reduce childbirth fear on women's birth outcomes and postpartum psychological wellbeing

Jennifer Fenwick^{1,2*}, Jocelyn Toohill¹, Jenny Gamble¹, Debra K. Creedy¹, Anne Buist³, Erika Turkstra¹, Anne Sneddon^{1,2}, Paul A. Scuffham¹ and Elsa L. Ryding⁴

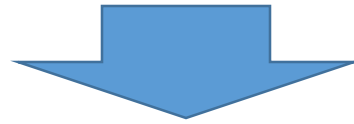
(Continued from previous page)

Conclusion: Following a brief antenatal midwife-led psycho-education intervention for childbirth fear women were less likely to experience distressing flashbacks of birth and preferred a normal birth in a future pregnancy. A reduction in overall CS rates was also found. Psycho-education for fearful women has clinical benefits for the current birth and expectations of future pregnancies.

Trial registration: Australian New Zealand Controlled Trials Registry ACTRN12612000526875, 17th May 2012

Keywords: Childbirth fear, Midwife psycho-education, Caesarean section, BELIEF study

Education



Psycho-Education

Conclusion

- It is clear that empowerment needs to be understood within the **socio-cultural-economic-political** landscape of the individual woman whose **internal belief in herself** is the key to open up for the empowering experience.

Thanks for the attention

