

De hombres a Hombres

Manual para promover la reflexión sobre masculinidades no violentas



JESÚS IVÁN RAMÍREZ RUBIO
OSCAR ARTURO BAUTISTA RUIZ



De hombres a Hombres

Manual para promover la reflexión sobre masculinidades no violentas



De hombres a Hombres

Manual para promover la reflexión sobre masculinidades no violentas

Jesús Iván Ramírez-Rubio y Oscar Arturo Bautista Ruiz.

Primera edición: 2022.

Segunda edición: 2024 .

Revisión:

Irene Ragazzini, Alejandra Valdés

(Proyecto de Prevención de la Violencia Basada en Género).

Coordinación General:

Antoine Lissorgues.

Ilustraciones:

Gabriela Soriano.

Diseño editorial:

Alberto Chanona.



Médicos del Mundo Suiza
Misión México

C. Real de Mexicanos 5B
Barrio de Mexicanos
29240

San Cristóbal de las Casas, Chiapas

ÍNDICE

Agradecimientos	7
Presentación	9
Introducción	13

CAPÍTULO 1

¿Qué conocimientos mínimos debo tener? 17

- 1.1. Elementos conceptuales mínimos 19
- 1.2. Enfoque metodológico 26

CAPÍTULO 2

¿Qué herramientas necesito para generar ambientes de aprendizaje? 29

- 2.1. Elementos para generar ambientes de aprendizaje 31
- 2.2. La carta descriptiva 31
- 2.3. El encuadre 36
- 2.4. Secuencia didáctica desde el enfoque de las prácticas narrativas 37

CAPÍTULO 3

¿Qué actividades puedo realizar? 41

- 3.1. Mapa curricular 43
- 3.2. Las cartas descriptivas 47

OBSERVAR 49

Sesión 1

- Mensaje a un amigo* 51
- Déjenme si estoy llorando* 53
- Mensajes para construir hombres* 55

Sesión 2

- Toda palabra es bienvenida (y todo silencio, también)* 57
- Como pez en el agua* 59
- Ser hombre en mi cultura* 61

Sesión 3

- La función mujer* 63
- Los tres hombres* 65

PROBLEMATIZAR 67

Sesión 4

- Los porqués de mis actos* 69
- Mapear el cuerpo "¿Cómo me realicé siendo hombre?"* 71
- Mi representación* 73

Sesión 5

- Pirámide del privilegio* 75
- Renunciar a los planes del patriarcado* 77

Sesión 6

- Yo te pego, tú me pegas* 79
- El hombre es el lobo del hombre* 81

Sesión 7

- Nombrar las violencias* 83

ROMPER 87

Sesión 8

Mosaicos Kintsugi 89

Sesión 9

Pertenecer a la manada 93

¡Marabunta! 95

Sesión 10

Coraje, agresión y violencia 97

Taller de teatro guiñol: personajes de la masculinidad 99

Sesión 11

Intercambio de roles 101

Yo soy un poema 103

ACTIVAR 105

Sesión 12

Cuidados y trascendencia 107

Esculturas sociales 109

Sesión 13

Sólo es un piropo 111

Coquetear sin acosar 113

Sesión 14

Manifiesto para hombres en barrios 115

Taller de esténcil 117

Sesión de cierre

Que todo el mundo se entere (diplomas colectivos) 119

MASCULINIDADES EN EL DEPORTE 121

Sesión A

Manos que empujan 125

El once ideal / Equipo de Vida 131

Sesión B

Juego de cuerda 133

Dejar el alma en la cancha 135

Sesión C

Malabares colectivos 137

Banderines y escudos 139

Sesión D

Un homenaje al fútbol 141

CAPÍTULO 4

Recomendaciones operativas y logísticas 143

CAPÍTULO 5

Evaluación 149

5.1. Del proceso formativo 151

Listas de registro 151

Pruebas pre y post 152

Sistematización 154

Conclusiones 154

Referencias bibliográficas 156

Anexos 159

AGRADECIMIENTOS

Formular un manual comunitario de psicoeducación para trabajar con hombres puede parecer tarea sencilla, pero hacerlo desde la sistematización de un proyecto piloto ha presentado sus retos. Este material fue construido a partir del impulso de muchos hombres para asistir a espacios de reflexión y participación colectiva. Ellos apropiaron cada una de las actividades que estás a punto de conocer, les dieron un significado y utilidad para su papel como trabajadores, padres de familia, parejas y amigos. El primer y especial agradecimiento es para los compañeros de la **Sociedad Cooperativa Ruta 1** “mercado-Art. 115” de San Cristóbal de las Casas, en particular a sus profesionales del volante que, formando una comunidad urbana, reivindican su actividad productiva y ésta les da identidad. Además, agradecemos a su representante **Antonio Córdova** por su activismo y cooperación formando los grupos de aprendizaje que nos han enseñado tanto en el camino de la masculinidad local.

Hasta el momento, han participado en los talleres de masculinidad no violenta aquí sistematizados más de 150 hombres habitantes de San Cristóbal de las Casas y es necesario agradecer a todos por su participación que siempre se llevó de buena fe. Los primeros mapeos para adentrarse al trabajo con ellos se sirvieron del apoyo de personas como **Adela Bonilla, Jezabel Pérez y Alfredo Rasgado**. Sin su aporte este material carecería de su componente territorial. Gracias.

La característica principal de este manual es privilegiar la importancia de la historia personal como unidad de aprendizaje en cada hombre. Esto es, que cada vida es experta dentro de sí y así lo versan las Prácticas Narrativas, nuestro referente metodológico: agradecemos a quienes ponen en práctica y comparten esta metodología en México por brindarnos herramientas de trabajo.

Agradecemos a **las compañeras del Hogar Comunitario Yach'il Antzetic** por su apertura, complicidad y compromiso en el trabajo de prevención de la violencia hacia las mujeres.

A **Gustavo, Miguel y Lucía** de Opus Lab por su complicidad audiovisual. Que sigamos generando discursos liberadores de manera creativa.

A **Sabas, Bulmaro y Moisés** de FUNDEHCO AC., por su compromiso para vincularse y aportar la sede de la gran cantidad de actividades para este manual. Además, a Tony, Toño, Daniel y Pablo por encarnar el grupo de hombres para la Zona Norte.

A la **Fundación Whitaker y Plan Bioma** por sus facilidades para las reuniones de capitanes.

A **Martín López, Don Pedro, Don Tachito, Osiris, Evelio** y todos los hombres de la Colonia Maya que, dentro de su lucha ambiental, siguen manteniendo la reflexión masculina alcanzando la identidad de cuidadores y defensores de la vida: Algo se tiene que romper ya. #Somoslamaya.

Al **equipo de jóvenes Sociedad en Acción**, Jorge, Irán, Francisco y Tomás por habernos invitado a su iniciativa por una juventud sancristobalense no violenta.

Y por último agradecemos a todas las personas que son parte de nuestras vidas afectivas y familiares, por acompañarnos y motivarnos en nuestros propios caminos de desaprendizaje personal y asunción de responsabilidad, mientras trabajamos en la prevención de la violencia con otros y otras.

**Iván Ramírez Rubio,
Oscar Arturo Bautista Ruiz
e Irene Ragazzini**

PROYECTO DE PREVENCIÓN DE
LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO
MÉDICOS DEL MUNDO SUIZA EN MÉXICO

Jobel, octubre de 2022



PRESENTACIÓN

En una sociedad patriarcal como la mexicana se establecen relaciones, normas sociales y lenguaje que desvalorizan¹ y subordinan² lo femenino frente a lo masculino, así como prácticas cotidianas de discriminación y violencia hacia las mujeres, quienes además tienen menor poder y acceso a recursos y derechos. Esta forma de organización social se impone desde el nacimiento a través de la socialización de los roles de género, por lo que las personas incorporamos y naturalizamos esta estructura de desigualdad como formas de pensar, actuar y sentir de forma inconsciente.

Pese a que esta estructura social se encuentra arraigada en nuestra sociedad, se puede transformar a través de políticas públicas, la organización social colectiva, así como desde la reflexión y acción individual. En este sentido, Médicos del Mundo Suiza – Misión México ha desarrollado una serie de iniciativas para identificar, prevenir y responder a las diversas manifestaciones de la Violencia basada en Género (VbG), desarrollando programas educativos y artísticos en escuelas, barrios e instituciones.

-
1. Algunos ejemplos que se encuentran en la vida cotidiana son frases como: “pegas como niña”, “ni que fueras vieja”, entre otras.
 2. Ejemplos de esta subordinación son: mujeres que reciben menos ingresos que los hombres, menor participación política, creencias de que las mujeres deben estar en casa y/o ser las únicas responsables de las labores del hogar y de los cuidados.

El documento que a continuación se presenta, es resultado del programa piloto de hombres para hombres³, desarrollado entre julio de 2021 y enero de 2022, con estudiantes universitarios, operadores de transporte público (choferes), maestros de oficios, maestros técnicos, empleados en el ramo de servicios; habitantes en su mayoría de la Zona Sur (María Auxiliadora y colonia Maya) y la Zona Norte en San Cristóbal de las Casas, Chiapas.

¿A quiénes está dirigida este manual?

Está dirigida a promotores educativos, profesionales encargados de la orientación educativa en espacios escolares, talleristas, así como para todas aquellas personas que tienen interés en promover espacios de reflexión y acción con grupos de hombres de diferentes contextos.

Los objetivos de este manual son:

- Compartir actividades y estrategias educativas para promover la reflexión de hombres sobre masculinidades no violentas;
- Describir el enfoque educativo y metodológico sobre el que se desarrollaron las actividades implementadas en el programa piloto;
- Compartir el material didáctico para la facilitación de las actividades en procesos formativos.

Este manual educativo para el trabajo sobre masculinidades no violentas está organizada en 5 capítulos:

- En el primer capítulo encontrarás información clave (conceptos y sustento metodológico), que te serán necesarios para replicar esta experiencia en tu barrio, colonia, grupo de trabajo o escuela;

3. Este trabajo, con hombres de 14 a 63 años, integró diversas acciones: grupos de psicoeducación, encuestas, grupos de reflexión abiertos, talleres temáticos de una sola sesión (esténcil, serigrafía), talleres de diagnóstico en espacios laborales y reuniones de capitanes (torneo de fútbol).

- En el capítulo dos, identificarás algunas herramientas que te ayudarán a generar un mejor ambiente de aprendizaje con las personas con las que trabajas;
- En el tercero, encontrarás la descripción de actividades educativas y artísticas para promover la reflexión sobre masculinidades no violentas a través de cartas descriptivas;
- En el capítulo cuatro podrás revisar algunas recomendaciones que pueden serte útiles a lo largo de todo el proceso de aprendizaje con los grupos con los que trabajas;
- En el último apartado se incluye un ejemplo de cómo evaluar los aprendizajes que se derivan de un proceso de formación sobre este tema.

Esperamos que este material te sea útil para promover la reflexión con los diferentes grupos de hombres con los que colaboras o trabajas y continuar en la construcción de espacios libres de violencia.





INTRODUCCIÓN

El trabajo de base con hombres en el estado de Chiapas data de casi treinta años; de él, surgieron iniciativas como el colectivo *La Puerta Negra*⁴, que generaron pensamiento y activismo que constituyen antecedentes a nivel local para el trabajo que realizamos con hombres. Así, reconocimos que ya existían algunas trayectorias políticas, personales, y profesionales en torno a las masculinidades: ocupando puestos públicos, académicos o de defensa del territorio, así como propuestas de sensibilización como el programa de radio *¡Fuera máscaras!*, cuya intención era compartir mensajes que rompieran con mandatos y privilegios masculinos⁵. Buscamos dialogar con estas y otras iniciativas locales a través del enfoque de la psicoeducación, en el que profundizaremos más adelante; para ello se diseñó un programa piloto durante los meses julio 2021 - enero 2022 cuya sistematización resulta en este manual.

Para la implementación del programa piloto, se identificaron tres condiciones generales que es importante visibilizar: la primera es la ausencia de espacios seguros donde los hombres puedan hablar acerca de sus procesos emocio-

4. El Colectivo La Puerta Negra puede conocerse a través de este sitio web. <https://www.facebook.com/colectivolapuertanegra>

5. ¡Fuera Máscaras! Es un programa de radio que se emite en una radio local de Tuxtla Gutiérrez y por internet a través del siguiente podcast: <https://open.spotify.com/show/6WkLRAzifGWzzKzROmBvWv?si=9120Of01ec1c40c4>

nales o en donde puedan reflexionar y cuestionar sus prácticas de abuso o privilegio por el hecho de ser hombres. Los únicos espacios que existen para que los hombres puedan compartir sus sentires son los que están inspirados en la filosofía de Alcohólicos Anónimos (AA) o Neuróticos Anónimos (NA). Estos grupos, si bien poseen una legitimidad por su base social, no logran ser inclusivos para hombres con ideologías divergentes o hasta antagónicas a la suya, ya que mantienen un estilo jerárquico que reproduce prácticas de superioridad y patriarcado, además de no cuestionar los mandatos de género como tales, o analizar la opresión estructural como posible factor sufrimiento psicosocial que contribuya al desencadenamiento de prácticas violentas⁶.

La segunda condición general que ha caracterizado este programa piloto es que fue una experiencia que centró su intervención a un segmento dentro de la amplia categoría “hombre”. Se dirigió el trabajo a la **identidad cis⁷ y heterosexual**, considerando que esta categoría hegemónica de ser hombre, adopta prácticas machistas, inequitativas y de dominación, con más consecuencias negativas que otras formas de habitar un cuerpo con pene. Vastas son las referencias que señalan la estrecha relación entre los ideales del amor romántico, la heteronorma y la violencia masculina (García-Junco, 2021)⁸. Por lo general, los hombres cis, no se hacen cuestionamientos respecto a su identidad de género ni a los privilegios que esta supone, se sigue una lógica de “*si no está roto, no lo repares*”. En

6. Tampoco garantizarían cuidados cuando un hombre diverso o de la comunidad LGBTI+ solicite sus servicios. Para más información se puede consultar el artículo “Alternativas a Alcohólicos Anónimos que no involucran Dios o la abstinencia total” <https://www.mic.com/life/alternatives-to-alcoholics-anonymous-that-dont-involve-god-going-cold-turkey-18684932>

7. Cisénero es una identidad de género, y se entiende como lo opuesto a transgénero. Eres una persona cisénero si te identificas con el género que se te es asignado al nacer. El prefijo trans- sugiere la idea de cruzar una barrera, “al otro lado de”, su antónimo cis- sugiere semejanza, “a este lado de”. <https://aleph.org.mx/que-significa-hombre-cis>

8. Al respecto se puede revisar el artículo “Caso Nahir o el amor en tiempos del patriarcado” en: <https://mst.org.ar/2018/01/22/caso-nahir-amor-en-tiempos-patriarcado>

este sentido, se cree que hablar acerca de otras masculinidades o masculinidades positivas puede desvirtuar su integridad como varones, relacionando estos procesos con feminización y apología a la homosexualidad (Grayson, 2018). Nada más alejado de la realidad.

La tercera situación que ha sido determinante en el trabajo a la base de este manual es que en el contexto de pandemia y ante las respectivas medidas de confinamiento y sana distancia, la pérdida de empleos y la consecuente disminución de ingresos, profundizó la precarización de vida de las familias y **se agudizaron las situaciones de violencia**

sexual, psicológica o económica en el hogar contra las mujeres y niñas⁹. El incremento de la violencia se vincula, entre otras cosas, con el aumento en la tensión y estrés que viven los hombres al tratar de cumplir con el mandato de género de ser proveedor, protector y fuerte, así como con el abuso en el consumo de alcohol como ruta para la catarsis emocional.

A partir de la revisión de experiencias previas, el análisis de las tres condiciones descritas anteriormente, así como la apuesta institucional de trabajar desde la prevención, se determinó trabajar desde un enfoque¹⁰ de masculinidades no violentas. El

9. Se pueden consultar referencias en:

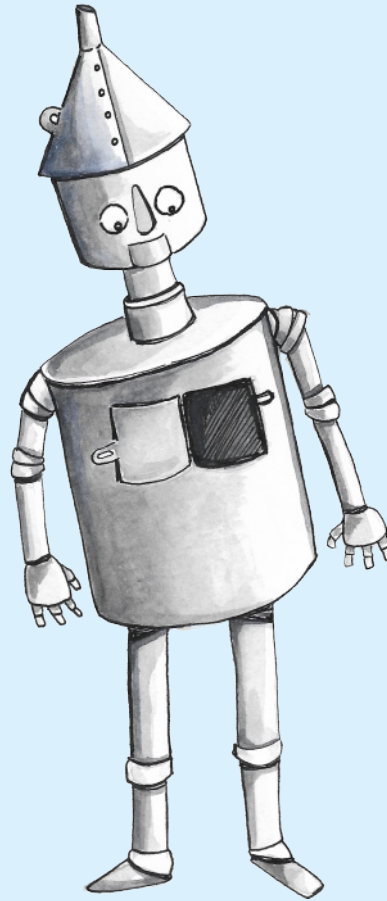
- *Coordenadas: violencia doméstica contra las mujeres en la pandemia*, programa televisivo disponible en: <https://paralelo19.mx/2020/multimedia/item/18199-coordenadas-violencia-domestica-contra-las-mujeres-en-la-pandemia>;
- Anaya, Samantha (2021). *La otra pandemia que no cesa: la violencia de género en México aumentó en 2021*, disponible en: <https://www.zonadocs.mx/2021/11/22/la-otra-pandemia-que-no-cesa-la-violencia-de-genero-en-mexico-aumento-en-2021/>

10. Históricamente se ha trabajado en dos vertientes, el trabajo de masculinidades y la reeducación de comportamientos violentos. La reeducación implica un trabajo conductual dirigido exclusivamente a hombres reconocidos como agresores y/o que representan un peligro potencial para sus parejas, familias o compañeras.

trabajo sobre las masculinidades se puede hacer mediante grupos de apoyo, psicoterapia o mediante cuestionamiento individual. Implica la indagación de actitudes, comportamientos y mandatos que personal, comunitaria y sistemáticamente los hombres reproducen de manera nociva en prácticas violentas, de sometimiento, abuso de poder o desvalorización hacia las mujeres y todo aquello que representa la feminidad.

El material educativo que se presenta a continuación parte de la experiencia del pilotaje en grupos de trabajo. Algunas sesiones se realizaron mediante un proceso estructurado con contenidos específicos y en varias sesiones (psicoeducación), y otras mediante la facilitación de procesos con una estructura horizontal, en donde cualquier participante podía proponer al grupo algún tema de su interés para reflexionarlo de forma conjunta (grupos de reflexión abierta). También se trabajó en grupos temáticos que podían ser de una sola sesión, a través del arte o del deporte en el marco de una fecha clave, o con reuniones periódicas para reflexionar sobre la expresión de la masculinidad en algún ámbito específico como el deporte. Esto da cuenta de que existen múltiples posibilidades y modalidades para comenzar la reflexión sobre los mandatos de género, la violencia ejercida, la vio-

lencia vivida y su impacto en nuestra personalidad, sobre nuestras relaciones y en general nuestra forma de vivir siendo hombres en una sociedad desigual e inequitativa. Lo que encontrarás a continuación es un piso metodológico flexible que puede ser modificado, enriquecido y adaptado a diferentes contextos, necesidades y grupos.



CAPÍTULO 1

¿Qué conocimientos
mínimos debo tener?



En este primer capítulo, se describen de forma breve algunos elementos conceptuales que son relevantes para implementar las actividades de reflexión con hombres en diferentes contextos.

1.1. Elementos conceptuales mínimos

¿Te has preguntado por qué en todas las sociedades existe diversas formas de violencia y desigualdades entre hombres y mujeres? ¿Será acaso una cuestión natural o normal? ¿Y qué actitudes podríamos tener los hombres, qué acciones realizar para transformar esta situación?

En los siguientes párrafos trataremos de responder a estas interrogantes.

¿Cómo son nuestras sociedades?

El concepto de **sociedad** hace referencia al conjunto de personas que se relacionan entre sí, y que comparten cultura, costumbres, instituciones y reglas jurídicas, en un espacio y tiempo determinado; de tal forma que siempre están en constantes cambios y ajustes, vinculados a procesos económicos, ambientales, políticos, educativos, jurídicos, tecnológicos, entre otros.

Si bien todas las sociedades están compuestas por un tejido diverso y multicultural, en las sociedades de todo el mundo, a lo largo de los últimos cinco mil años, se han establecido y vuelto dominantes principios ordenadores de la **sociedad de tipo patriarcal**. Ésta es una configuración social, cultural e incluso jurídica, que otorga al hombre predominio, autoridad y ventajas por

sobre la mujer, quien queda en una relación de subordinación y dependencia.

[El **patriarcado** es] una forma tradicional de organización social que le confiere más importancia a los hombres o a lo que se considera masculino, que a las mujeres o a lo que se considera femenino (ONU Mujeres, 2016).

¿Qué es el género?

En muchas ocasiones, las palabras sexo y género son usadas como sinónimos, y se piensa que hacen referencia de manera general a hombres y mujeres. Sin embargo, desde la teoría feminista se ha buscado diferenciar estos conceptos para mostrar los efectos que lo social tiene sobre lo que se refiere a mujeres y hombres.

Estas metodologías tienen la cualidad de ser participativas, vivenciales, críticas y permiten la autorregulación de los grupos.

Sexo: Los seres humanos nacemos con diferentes características corporales, como resultado de procesos biológicos. Entre ellas, nacemos con diferentes genitales. Esta diferencia biológica nos clasifica y divide entre machos (quienes nacen con pene) y hembras (quienes nacen con vagina). “Los conjuntos de características biológicas no son mutuamente excluyentes, ya que existen individuos que poseen ambos, pero estas características tienden a diferenciar a los humanos como hombres y mujeres” (ONU Mujeres, 2016).

Género: Se refiere a la carga social asignada a las personas en función de su sexo; es decir, “a los roles, comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada en una época determinada considera apropiados para hombres y mujeres. Además de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños, el género también se refiere a las relaciones entre mujeres y las relaciones entre hombres. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente, y aprendidos a través del proceso de socialización. Son

específicas al contexto/época y son cambiantes. El género determina qué se espera, qué se permite y qué se valora en una mujer o en un hombre, en un contexto determinado” (ONU Mujeres, 2016).

Desde la psicología se reconoce que el género como un proceso psicosocial, que se estructura en tres elementos básicos:

1. Asignación del género: En el momento del nacimiento, las personas determinan, de acuerdo con la apariencia externa de los genitales, un sexo biológico: macho o hembra. Y de forma simultánea se depositan las reglas, pautas, normas o atributos de masculinidad y feminidad que cada sociedad valora como “formas culturalmente apropiadas” (Izquierdo, 2007). Y que van desde la ropa que usará, los colores que están permitidos y los juguetes que pueden jugar. A este proceso se le conoce como socialización del género, y se refuerza en todos los ámbitos sociales y a lo largo de toda la vida.

2. Identidad de género: Los principios de Yogyakarta señalan que la identidad de género “es la experiencia íntima, interna e individual del género en cada persona, la cual

La identidad de género “es la experiencia íntima, interna e individual del género en cada persona, la cual puede o no corresponder al sexo asignado al nacimiento”.

puede o no corresponder al sexo asignado al nacimiento”. Se manifiesta a través de la vestimenta, gestos, modo de hablar, expresión corporal y patrones de comportamiento con los demás; constituyendo el concepto de expresión de género. Aquellas personas que se identifican con el género que les fue asignado al nacer se consideran personas cisgénero (el prefijo “cis” significa “del mismo lado”). En cambio, las personas transgénero (el prefijo “trans” significa del otro lado) son quienes se identifican y perciben en un género distinto al que les asignaron al nacer; por ejemplo, un hombre trans es aquella persona que, asignada mujer al nacer, se siente, construye y percibe a sí misma como hombre.

3. Los roles de género: Se “refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como apropiadas para las perso-

nas de un sexo específico” (ONU Mujeres, 2016); por ejemplo, se cree en todos los casos que una mujer es cariñosa y cuidadosa y que un hombre es fuerte y valiente. Estos mandatos se encuentran tan arraigados en nuestras sociedades que empiezan a asumirse como naturales.

¿Cómo impacta el género en el acceso a derechos y en el desarrollo de las personas?

La Declaración Universal de Derechos Humanos (1948) señala en su artículo primero “que las personas nacemos libres e iguales en dignidad y derechos. Partiendo de este principio, cuando se habla de **igualdad de género**, se hace referencia a la búsqueda de igualdad en el acceso a recursos, derechos y oportunidades para todas las personas, sin importar su sexo.

Aunque en las últimas décadas se han logrado avances significativos en los derechos políticos, económicos, sociales y culturales de las mujeres, la sociedad patriarcal continúa definiendo las reglas sociales y, por tanto, se sigue otorgando a los hombres más poder, acceso y control de los recursos, como tomadores de decisiones asigna-

dos a la vida pública. En contraste, las mujeres carecen de oportunidades y están en condiciones de subordinación, lo que genera desventajas y desigualdades.

Al respecto, el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) señala:

Las desventajas que experimentan las niñas y las mujeres son una causa importante de desigualdad. Con demasiada frecuencia, sufren discriminación en la salud, la educación, la representación política y el mercado de trabajo, entre otros ámbitos, lo que tiene repercusiones negativas para el desarrollo de sus capacidades y su libertad de elección.

El trato desigual entre mujeres y hombres puede identificarse en múltiples espacios: en el ejercicio del trabajo remunerado, en la ocupación de espacios en puestos de toma de decisiones, en el acceso a educación. Por ejemplo, son las mujeres quienes se encargan de las labores de cuidado y mantenimiento del hogar, en tanto los hombres ejercen trabajos remunerados en los espacios públicos. Incluso, aun cuando las mujeres tengan roles de trabajo remunerado fuera de casa, siguen asumiendo las labores del hogar. Y no solo se trata de las tareas asignadas, sino que la valoración que

se hace de ellas es distinta y coloca a las mujeres en desigualdad.

¿Qué significa exactamente “masculinidad”?

El concepto de masculinidad a veces puede ser difícil de comprender, por lo que podemos empezar por aclarar qué no es masculinidad:

- No es una determinación biológica, es decir, no se nace con ella.
- No depende de los genitales que tiene un mamífero macho (pene, testículos, etc.).
- No forma parte de la energía propia de un mamífero macho.

La masculinidad es el “guion” en la educación y socialización de los hombres, así como la feminidad es el “guion” en la educación y socialización de las mujeres. La masculinidad es un mandato, un conjunto de normas, de prácticas y de discursos que se asignan socialmente a los varones. La masculinidad no es en sí un concepto con connotaciones negativas o positivas, pero puesta en el contexto de las sociedades patriarcales en las que vivimos permite visibilizar un tipo particular de **masculinidad, hegemónica** o dominante, asociada

a una serie de prácticas basadas en el poder, el privilegio o la violencia. Eso es lo que se necesita transformar.

¿Por qué hablamos de masculinidad hegemónica?

Cuando hablamos de **masculinidad hegemónica**, nos referimos a un mandato, un conjunto de prácticas, normas y discursos que los hombres deben cumplir en una sociedad patriarcal, para mantener su posición de privilegio y poder. La mayoría de los hombres son condicionados a construir su identidad en férrea oposición a la idea de feminidad. De esta forma, construirse como hombre implica tolerar la violencia y ejercerla, demostrar fuerza o virilidad. No obstante es al contrario: limita la expresión de sus emociones, principalmente de aquellas que denotan vulnerabilidad, humildad y capacidad de cuidado. En su lugar desarrollan orgullo, agresividad y evasión, con impactos negativos en sus relaciones familiares y afectivas, así como en su salud.

La masculinidad hegemónica acostumbra a los hombres a asumir un papel de poder dentro de la familia (y muchos en espacios públicos también):

La masculinidad hegemónica no sólo ejerce presión sobre cada hombre en particular, o sólo en su vida personal, sino que es un principio fundante, muchas veces invisibilizado, sobre el que se construyen la mayoría de las instituciones públicas, privadas, religiosas y familiares. Para expresarse, la masculinidad hegemónica tiene que ejercer violencia de diferentes formas, sutiles, explícitas o extremas, hacia lo que tiene a su alrededor.

tradicionalmente son quienes llevan las conversaciones importantes, quienes administran el dinero y las propiedades, a quienes se les atiende y proporciona cuidados (se les cocina, se les lava, se les satisface sexualmente), quienes tienen la última palabra, incluso sobre temas que van más allá de ellos, como los cuerpos de las mujeres (hablando de aborto, descanso, planes de vida, etc.). Una forma en que los hombres suelen ostentar su virilidad es demostrando que pueden tener muchas conquistas sexuales o muchos hijos, preferible-

mente varones. La necesidad de demostrar su virilidad no se manifiesta sólo hacia las mujeres, sino sobre todo hacia otros hombres, hacia los cuales tienen que demostrar que son suficientemente hombres y/o demostrar lealtad, en caso de que aquellos tengan más poder formal o implícito.

La masculinidad hegemónica no sólo ejerce presión sobre cada hombre en particular, o sólo en su vida personal, sino que es un principio fundante, muchas veces invisibilizado, sobre el que se construyen la mayoría de las instituciones públicas, privadas, religiosas y familiares. Para expresarse, la masculinidad hegemónica tiene que ejercer violencia de diferentes formas, sutiles, explícitas o extremas, hacia lo que tiene a su alrededor.

¿Qué es la violencia y qué tiene que ver con el género?

De acuerdo con la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la violencia es el “uso intencional de la fuerza física o el poder, amenazante o real, contra uno mismo, otra persona o contra un grupo o comunidad, que ocasione o tenga alta probabilidad de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, alteración o privación”.

A partir de esta definición de violencia, en general, podemos profundizar en qué se entiende por **violencia basada en género**. Según las Naciones Unidas, ésta incluye “cualquier acto lesivo basado en relaciones de poder desiguales dirigido contra personas o grupos de personas en función de su género, identidad o expresión de género u orientación sexual”.

La violencia de género tiene su origen en la construcción desigual de las relaciones de poder y autoridad entre hombres, mujeres y personas no binarias. El poder es la habilidad o capacidad de decidir y actuar. Hay muchos tipos de poder: físico, social, económico, político, relacionado con la edad, relacionado con el género.

Es importante recordar la asimetría en el acceso a los recursos, poder y derechos es, generalmente, a favor de los hombres y en detrimento de las mujeres y poblaciones que no cumplen con el estándar masculino. Esto explica por qué la violencia de género se ejerce sobre todo contra las mujeres, las niñas, las personas LGBTI+ y otras personas no binarias. Además, la violencia de género puede abarcar la violencia que los hombres ejercen sobre sí mismos y sobre otros hombres. Finalmente, puede abarcar también violencia que

cualquier persona que no sea hombre ejerza por razones de género.

¿Entonces ser violento es parte de la naturaleza de los hombres?

No. Es una construcción social que se puede desaprender. No es fácil o rápido, porque se ha transmitido durante miles de años, de generación en generación, a nivel social, por lo cual hay aspectos de la violencia que tenemos del todo naturalizados, en especial quienes no sufren cotidianamente sus consecuencias (hombres) y que la ejercen sin darse cuenta. Sin embargo, a la par de las masculinidades violentas, existen también formas de ser hombre no violentas.

¿Por qué hablamos de masculinidad positiva?

Las masculinidades no violentas son la diversidad de prácticas positivas que existen, han existido o existirán dentro de la identidad de los hombres. Existe, en la historia de cada hombre, el potencial para renunciar a “los planes que el patriarcado ha tenido para él”. Estas negativas individuales a los mandatos de la masculinidad dominante pueden

entretejerse en una identidad **masculina** colectiva no violenta y **positiva**.

La masculinidad positiva es el conjunto de identidades masculinas que promueven la equidad, relaciones más igualitarias y no sexistas, el consentimiento y la corresponsabilidad, desde la ternura y el contacto con las emociones. La masculinidad positiva explora expresiones de género más libres y diversas, deseos y prácticas sexoafectivas que desafían el amor romántico; emplea un lenguaje inclusivo o algunas prácticas o procesos que buscan confrontar las normas tradicionales de masculinidad.

Si bien en nuestras sociedades ya están ocurriendo cambios históricos y culturales respecto de la forma de vivir y configurarse como hombres, la reflexión sobre las masculinidades positivas no busca ofrecer un nuevo “modelo único” de masculinidad, un nuevo deber ser, sino promover conversaciones sobre experiencias reales y liberadoras que apunten a erradicar las violencias machistas y permitan que florezcan las experiencias de mujeres y hombres más libres.

1.2. Enfoque metodológico

Si bien, existen múltiples metodologías o formas para desarrollar actividades formativas y de reflexión en grupos, se optó por la siguientes, ya que éstas tienen la cualidad de ser participativas, vivenciales, críticas y permiten la autorregulación de los grupos, es decir, el grupo marca el horizonte al que se puede llegar. Nuestro enfoque metodológico se basa en:

Prácticas narrativas¹¹. Las prácticas narrativas plantean una perspectiva para el trabajo psicosocial, terapéutico y/o comunitario que considera a las personas como expertas en sus propias vidas. Las prácticas narrativas asumen que las personas siempre respondemos a los problemas o dificultades haciendo uso de una serie de recursos (habilidades, capacidades, creencias) que nos ayudan a reducir la influencia de las dificultades a las que, inevitablemente, nos enfrentamos a lo largo de nuestras vidas.

La palabra “narrativa” se refiere a que ponemos el énfasis en nuestras historias de vida y a la impor-

11. Ver “What is narrative therapy” en <https://dulwichcentre.com.au/what-is-narrative-therapy/>

tancia que tiene la forma en que nos contamos esas historias, les damos significado, las reconstituimos y reescribimos. Las prácticas narrativas abarcan diferentes maneras de entender nuestras historias de vida y devolvernos la autoría de ellas (ir en el asiento de conductor de nuestra vida), haciendo énfasis en la capacidad de reescribir nuestra propia historia en colaboración con nuestras comunidades, de las que somos inseparables. El enfoque narrativo tiene en cuenta los acontecimientos vividos, el contexto, las creencias de cada persona. En este caso, nos empeñamos en dilucidar los conceptos abstractos de los procesos mentales para relacionarlos en comportamientos específicos y plenamente identificables con el comportamiento de cada persona.

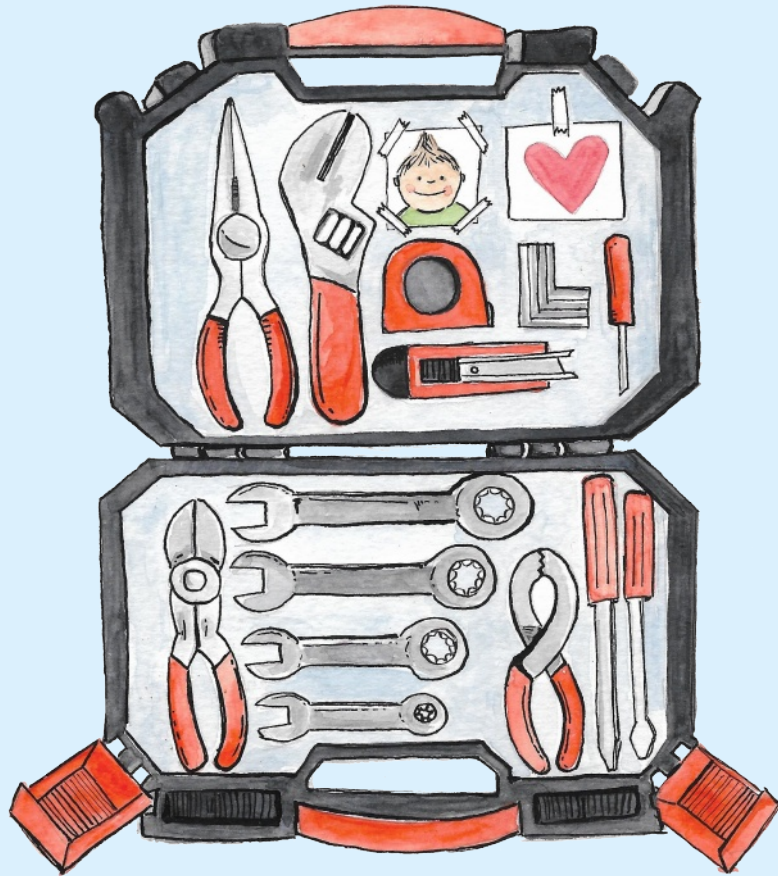
Educación popular. Es un modelo educativo de práctica emancipadora e intencionalidad política descolonizadora, despatriarcalizadora y democratizadora, que busca la participación horizontal. Entre las técnicas de Educación popular, nos servimos en particular del Teatro del oprimido (Boal 2004), que optimizó nuestra metodología para trabajar con los cuerpos de hombres e identificar la opresión sufrida que parte desde el nivel somático.

Comunidad de indagación. Se retomaron las inspiraciones de Matthew Lipman (1980), creador de la Filosofía para Niños, quien define la comunidad de indagación como una forma de discusión rigurosa, democrática y reflexiva construida a lo largo del tiempo con un grupo de estudiantes. Lipman también plantea la reflexión de las personas en torno a un tema como un compromiso hacia la exploración autocorrectiva, hacia una actividad de búsqueda y examen racional de argumentos, hechos, criterios y principios.

Las prácticas narrativas plantean una perspectiva para el trabajo psicosocial, terapéutico y/o comunitario que considera a las personas como expertas en sus propias vidas... Abarcan diferentes maneras de entender nuestras historias de vida y devolvernos la autoría de ellas, haciendo énfasis en la capacidad de reescribir nuestra propia historia en colaboración con nuestras comunidades, de las que somos inseparables.

Psicoeducación. En las prácticas de cuidado de la salud mental la psicoeducación consiste en la información que se les ofrece a las persona que sufren de un trastorno para que éstas desarrollen y fortalezcan capacidades para afrontar diversas situaciones de un modo más adaptativo. En relación al trabajo de masculinidades no violentas, la psicoeducación consiste en ofrecer información sobre los patrones masculinos violentos, apoyando a los hombres a su identificación, reconocimiento y acompañándolos en el proceso de transformación de dichos patrones.

Gracias a la combinación de estas herramientas metodológicas se pueden generar ambientes de aprendizaje favorables, tomando en cuenta algunos elementos concretos que se describen en el capítulo 2.



CAPÍTULO 2

¿Qué herramientas necesito
para generar ambientes
de aprendizaje?



2.1. Elementos para generar ambientes de aprendizaje

Contar con una adecuada planeación de un curso, taller o espacio de reflexión, permite generar un ambiente adecuado para el aprendizaje. Cuando hablamos de un ambiente de aprendizaje, nos referimos a las condiciones adecuadas para aprender, que se componen de tres dimensiones:

- **La dimensión socioafectiva:** acuerdos, límites, mecanismos de cuidados, trato y comunicación horizontal;
- **La dimensión cognitiva:** elementos didácticos, materiales adecuados, información clara, recursos tecnológicos;
- **La dimensión física:** Condiciones ambientales y físicas de comodidad y seguridad.

2.2. La carta descriptiva

La carta descriptiva es una herramienta que permite organizar de forma coherente y lógica las actividades y tener una gestión adecuada del tiempo y los recursos (Cuadro 1).

La selección de actividades para un taller o curso dependerá de los objetivos, el número de personas y el tiempo del que se disponga.

El conjunto de actividades en una carta descriptiva representa una secuencia didáctica, es decir, una serie de pasos y actividades vinculadas que permiten



Comunidad. La integración comunitaria también es una forma de trabajar masculinidades no violentas.

conseguir un determinado propósito. Si bien existen muchos modelos de cartas descriptivas, desde la experiencia de donde parte esta propuesta, se sugiere considerar los siguientes elementos:

2.2.1. Elementos constitutivos de la carta descriptiva

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Nombre del taller: Colocar un nombre corto que indique si es un curso (teórico), si es un taller (proceso más vivencial), mixto, modalidad presencial o en línea y el tema principal.

Objetivo del taller: Describe lo que se pretende que las y los participantes logren en términos de aprendizajes. Un objetivo de aprendizaje debe contener los siguientes elementos:

- Inicia con un verbo en infinitivo para describir lo que las y los participantes lograrán: aprender, fortalecer, analizar, mejorar, hacer, etc.
- La siguiente parte responde al elemento específico a alcanzar. Por ejemplo: *Aumentar la sensibilidad...*

- La siguiente parte es describir quiénes lograrán eso que queremos alcanzar. Por ejemplo: *Aumentar la sensibilidad de los alumnos de preparatoria...*
- Sobre qué aspecto temático concreto. Por ejemplo: *Aumentar la sensibilidad de los alumnos de medicina sobre la violencia basada en género en la escuela.*

Conceptos/reflexión de apoyo: En este apartado se incluyen algunos elementos conceptuales o mensajes clave que debe tener presente el facilitador al momento de desarrollar las actividades.

Preguntas: Introducir preguntas como elemento importante de esta metodología representa una postura que fomenta la indagación y la curiosidad hacia los asistentes y su universo de significados. Las preguntas no se insertan sólo en el bloque de conclusiones y cierre, sino que se fomenta que su participación sea transversal a las actividades. Consideramos tres intenciones generales para las preguntas:

- Descubrir los elementos que informan la humanidad de los hombres ¿Cuáles son los saberes, experiencias y valoraciones que cada

hombre otorga a priori de cada actividad que proponemos?

- El conocimiento discutido está en relación con algo importante para los hombres. ¿Qué está siendo relevante para los hombres durante el desarrollo de la actividad? ¿Cuáles son los “diálogos” internos que los hombres están sosteniendo con algunos eventos de su vida, personas significativas durante su participación en los talleres?
- Todo aprendizaje asimilado se vincula con los pasos siguientes en la vida de los hombres. ¿Qué posibilidades de comportamiento se abren para los asistentes con los aprendizajes compartidos?

Ejes vinculados: Se incluye de forma adicional información sobre los contenidos temáticos con los que se vincula cada carta descriptiva, así como el eje o ejes metodológicos con los que se construyó cada sesión. A continuación (página siguiente), se hace una breve descripción de los ejes temáticos abarcados por este manual.



Grupos de discusión. La participación en grupos de discusión se debe a que se plantean temas relevantes y en términos familiares para los asistentes.

Ejes temáticos

Autoconocimiento: La experiencia emocional es pocas veces la prioridad en la reflexión o introspección, asimismo se naturaliza convivir con el estrés, la ansiedad o la depresión, producto de la reproducción de mandatos de género de “tener que ser/hacer...” para definir las identidades masculinas.

Relaciones con el poder: Ser hombre dentro de un sistema patriarcal implica en sí mismo, una carga de privilegios de los cuales no siempre nos damos cuenta. Visibilizar cómo se da nuestra relación con el poder permite que tomemos posición para reducir inequidades estructurales que padecen otras identidades y minorías.

Precarización y calidad de vida: El estado de bienestar y acceso a una vida digna a veces es producto de aspiraciones, pero también de frustraciones en el modelo de masculinidad hegemónica (“un hombre debería tener siempre dinero en la cartera” / “un hombre siempre tiene que llevar el pan a la casa”).

Paternidad y afectos: La forma en la que construimos las primeras experiencias emocionales es desde los vínculos parentales. En México, es muy común el papel de un padre ausente en los cuidados: se podría aseverar que en los hechos los hombres también abortamos hijos, con la renuncia a la responsabilidad paterna.

Agencia personal: La capacidad que tienen los hombres de hacerse cargo de su propia existencia, de sus actos, pensamientos y sueños junto con las consecuencias que estos tienen. Forjar una sensación llamada “tomando el volante” en sus vidas. Llamada re-autoría dentro de las prácticas narrativas.

ELEMENTOS DE LA CARTA DESCRIPTIVA



Actividad: En esta columna se escribe el nombre de la técnica o actividad a desarrollar y se describe a detalle las instrucciones que se dará al grupo, la forma en la que el grupo estará organizado y las preguntas para recuperar la experiencia.



Materiales: En esta columna se hace un listado de los insumos o materiales que se requerirán. Ten en cuenta que puede ser necesario adaptar algunos de los materiales al contexto o sustituirlos con alternativas locales de mayor disponibilidad o que sean más apropiadas para la actividad.



Tiempo: En esta columna se anota el tiempo aproximado que durará el desarrollo de la actividad descrita en esa fila. Incluso puede anotarse la hora en la que se espera que inicia y termina la actividad (ej. 10:30 a 11:00)

2.2.2 Formato de carta descriptiva

Número de sesión y nombre del taller

Conceptos / reflexión de apoyo

COLORES:
LÍNEA DE FORMACIÓN

- Observar
- Problematizar
- Romper
- Activar
- Maculindades en el deporte

<p>SESIÓN 2 </p> <p>Como pez en el agua</p> <p>Objetivo: Descubrir los sistemas culturales y de creencias que sostienen la identidad masculina.</p> <p>Eje temático: Relaciones con el poder.</p> <p>Eje metodológico: Psicoducción.</p> <p>Tiempo: 30 min.</p> <p>Materiales: Papel kraft, cinta adhesiva y marcadores.</p>	<p>Conceptos/reflexión de apoyo: "Cuando nuestra identidad funciona a la perfección, no somos conscientes de ella. Que nos veamos obligados a tomar una incómoda conciencia de nuestro sexo, raza o clase suele indicar que hay prejuicios o deficiencias en el sistema. El hombre "clásico" casi nunca enfrenta una amenaza existencial, su identidad, por lo tanto, tiende a no ser examinada. Millones de poder masculino han conseguido construir una sociedad donde todos crezcamos aceptando algo como natural y sometido a un sistema totalmente dirigido a favor de los hombres, cuando en realidad, es todo lo contrario. El problema es que muchos hombres creen estar siendo totalmente razonables cuando en realidad solo actúan de acuerdo con ideas inconscientes y en duelo, sangrando. Han creado una sociedad a su imagen y semejanza. El rasgo preponderante de la identidad clásica es que se disfrazó de "normal", "natural" y estas son palabras peligrosas que a menudo se hallan en la raíz de los prejuicios." -Lois Cole del hombre, Grayson Perry, 2018.</p> <p style="text-align: center;"> ACTIVIDAD</p> <p>La situación</p> <p>1. Se le pide al grupo que en parejas respondan a la pregunta: ¿Cómo le explicarías a un pez lo que es el agua? Se dan unos minutos para reflexionar y posteriormente se comparte en plenario. Las ideas se van registrando en un papelógrafo que sea visible para los asistentes.</p> <p>CAPÍTULO 3. ¿QUÉ ACTIVIDADES PUEDO NECESITAR?</p> <p style="text-align: right;">55</p>
--	--

Objetivo,
eje temático,
eje metodológico,
tiempo y
materiales

Actividad

2.3. El encuadre

Antes de iniciar cualquier proceso educativo o reflexivo es necesario generar un ambiente de confianza, respeto, colaboración y compromiso con los participantes, es decir, atender las condiciones socio-afectivas y cognitivas para construir un ambiente adecuado para el aprendizaje.

En este momento las personas participantes deben sentirse cómodas, conocer al grupo, identificar los alcances del curso o taller, y quien facilita debe identificar lo que las personas esperan del proceso de aprendizaje para hacer ajustes o explicar de forma más amplia los alcances; además se deben establecer normas de convivencia. El encuadre está conformado por los siguientes elementos:

Presentación y bienvenida: En este momento la persona que facilita saluda al grupo, dice su nombre, lugar de procedencia, da unas palabras de bienvenida y de agradecimiento por la asistencia.

Explicación de objetivos: Es necesario presentar de forma clara y concreta los alcances del taller o curso, es decir, lo que se espera alcanzar en términos de aprendizajes, cambios, acciones o re-

sultados. Se puede dar detalles de las actividades a desarrollar, los tiempos y objetivos.

Actividades de rompehielos y sintonía: Se recomienda poder integrar una actividad divertida, en donde las y los participantes puedan interactuar, conocerse, jugar, relajarse y establecer un clima de confianza y comodidad.

Identificar expectativas: Establecer un espacio para conocer lo que las personas participantes esperan del proceso y delimitar los alcances del mismo, es decir, lo que sí se trabajará o aquello que se podrá ajustar o incluir. Y para informar lo que no forma parte de ese proceso y por lo tanto no se abordará.

Acuerdos de convivencia: Para que el trabajo en grupo sea organizado y para que todas y todos los participantes se sientan en un espacio seguro, es necesario contar con acuerdos de convivencia, es decir, enunciados sencillos y claros que expresan lo que se requiere para que las personas se sientan en confianza, cómodas y seguras durante el proceso. Idealmente los acuerdos de convivencia deberían de construirse de forma colectiva, sin embargo, si se dispone de poco tiempo para esta acción se pueden considerar los siguientes:

1. *Aspectos de comunicación tales como:* cómo solicitar la palabra o característica de las participaciones, elementos que faciliten la escucha, llamarse por su nombre.



2. *Aspectos de autocuidado y prevención de la violencia:* especificar elementos como el respeto como base del trabajo, cuidados del cuerpo de las demás personas, valoración de las diferencias.



3. *Aspectos para disminuir distracciones:* mantener los teléfonos en silencio, evitar conversaciones paralelas, establecer momentos para el descanso y la revisión de mensajes personales.



4. *Aspectos de confidencialidad y privacidad:* establecer un código de confianza basado en la confidencialidad de los aspectos



personales compartidos durante la sesión de trabajo.

5. *Aspectos logísticos:* Se pueden establecer los tiempos para los descansos, establecer los horarios y explicitar la importancia de la puntualidad.




2.4. Secuencia didáctica desde el enfoque de las prácticas narrativas.

Para este proceso de formación particular en masculinidades no violentas, la secuencia didáctica incluye atestiguar, preguntar, documentar y vincular.



Atestiguar: La base para comenzar el proceso de construcción colectiva de conocimientos parte del reconocer lo que las personas ya saben sobre el tema, sus experiencias, creencias o emociones. También este momento permite identificar los mitos o ideas erróneas que las personas pueden tener con respecto del tema. Este proceso estimula la participación, motiva la indagación y propicia la reflexión crítica. Aprender a partir de

aquello que ya se conoce es la variable que más influye en el aprendizaje “porque las personas aprenden a partir de sus vivencias y modelos cognitivos previos, reorganizándolos y modificándolos ante nuevas informaciones o experiencias”. Regularmente este proceso se realiza a partir de: discusiones guiadas, reflexionar sobre una noticia o hecho reciente y/o preguntas generadoras.

 **Preguntar:** Una vez que se han recuperado los conocimientos, ideas o emociones que el grupo tiene con respecto del tema, se sugiere utilizar técnicas participativas, las cuales permiten tener un acercamiento con el tema desde otra perspectiva: ej., vivenciar el contenido desde el cuerpo, experimentar situaciones hipotéticas, generar escenarios alternativos, reflexionar sobre ideas o comportamiento inconscientes, entre otros. Invitamos pues, a que construyan un repertorio de

preguntas inductivas que en sí mismas generen curiosidad ante quien las plantea incluso. Algo así como imaginar, ¿cómo contestaría, si me hicieran una pregunta como esta?



Documentar: El momento más relevante de un taller no es la actividad detonadora sino el momento en el que las personas reflexionan sobre las ideas, emociones y/o pensamientos que les generó la actividad (teorizan), y cuando las contrastan con sus saberes previos. Este proceso permite generar respuestas nuevas o modificar las previas, adaptándolas a su contexto. Generalmente, este proceso se genera a través de discusiones en grupos, conclusiones individuales y/o preguntas generadoras.

Cada vez que hay una reflexión de peso en el corazón de un hombre, creemos que una pregunta

Invitamos pues, a que construyan un repertorio de preguntas inductivas que en sí mismas generen curiosidad ante quien las plantea incluso. Algo así como imaginar, ¿cómo contestaría, si me hicieran una pregunta como esta?



ATESTIGUAR

Actitudes grupales
en la actividad detonadora.



PREGUNTAR

Los saberes previos se comparten.



DOCUMENTAR

Recuperación de la experiencia.



VINCULAR

Complementación y cierre

puede ayudar a “tejer” experiencias y aprendizajes, mismos que sintonizan con aquello con lo que éstos valoran y esperan de la vida. Una pregunta formulada en el momento adecuado permite que el aprendizaje adquirido por actividades como las expuestas en este material, sean parte del comportamiento de futuros hombres comprometidos con la no violencia hacia las mujeres. En esto se diferencian otros abordajes de masculinidades o reeducación de hombres que se basan solo en la confesión testimonial de sus participantes. Suele suceder que en el momento en que una actividad es relevante, los asistentes ya han sido atraídos por la temática en cuestión y sólo falta animarse a ser influyentes con ciertas preguntas para pasar de la reflexión a la concientización y después a la movilización de posturas masculinas de mayor equidad, de complicidad frente a otras formas de vivir como hombres justos. Porque, ante todo, la pretensión de trabajo con grupos de hombres tendría que construir un sentido comunitario de identidad masculina antes que privilegiar el desarrollo personal mediante la asimilación de su vivencia personal, cosa que suele estar revestida de privilegio, jerarquía y competencia, en suma, dinámicas patriarcales encubiertas de trabajo por la deconstrucción masculina.



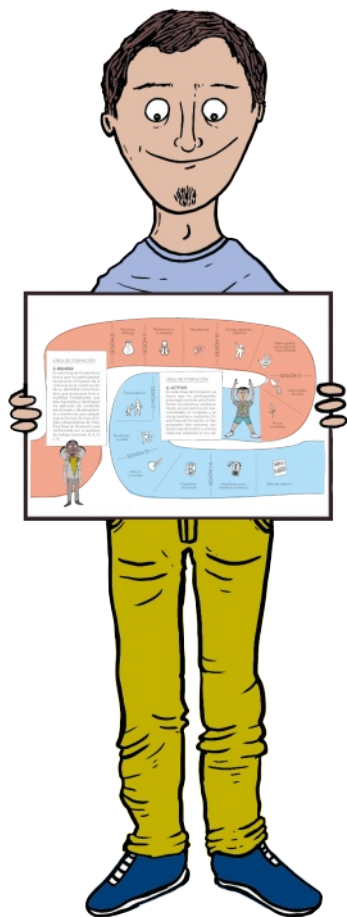
Vincular: En esta etapa se pueden realizar conclusiones colectivas, que integren las visiones y experiencias de los participantes en las actividades. También permite resolver inquietudes e indagar sobre lo que fue significativo. En caso necesario, se puede brindar información complementaria, o mensajes clave que permitan fortalecer la información o dar otra perspectiva de la situación abordada.

Esta secuencia didáctica atraviesa todas las actividades que se proponen en este manual. En el siguiente capítulo se proponen una serie de actividades ordenadas en un mapa curricular, para que puedas escoger la mejor combinación de actividades, dependiendo de tu contexto.



CAPÍTULO 3

¿Qué actividades puedo realizar?



3.1. Mapa curricular

En la siguiente matriz, te presentamos una estructura lógica de cómo se pueden usar las cartas descriptivas dependiendo del tiempo (días - horas), que dispongas para trabajar con un grupo de hombres y los objetivos que esperas alcanzar. Este mapa curricular es solo una guía, pero tú puedes ir utilizando las cartas descriptivas de acuerdo a las necesidades que identifiques con tu grupo.

El mapa curricular incluye:

- En la primera columna **3.1. Mapa curricular**, la **línea de formación** que se refiere al tipo de aprendizaje o propósito que se espera alcanzar.
- En la segunda columna se muestran las cartas descriptivas sugeridas para cubrir los propósitos en cada línea de formación.
- Se incluye una sesión de cierre que puede ser utilizada para cerrar el proceso de trabajo con un grupo con el cual no habrá continuidad de formación.

El mapa curricular de este manual está organizado en 5 líneas de formación y cada una tiene un propósito específico.



LÍNEA DE FORMACIÓN

1. OBSERVAR

Se propone esta línea de formación para grupos con los que se tendrá un primer encuentro y con quienes se desea comenzar a identificar y reflexionar sobre la forma en la que han construido su identidad como hombres, y cómo establecen vínculos con otras personas. Esta línea de formación está compuesta por tres sesiones de trabajo (sesiones 1, 2 y 3), con un promedio de duración de dos horas para cada sesión.

LÍNEA DE FORMACIÓN

2. PROBLEMATIZAR

Si bien en todas las sesiones se busca problematizar, en esta línea de acción se centra el esfuerzo en reflexionar y cuestionar sobre los mandatos de género que construyen el deber ser "hombre", los privilegios que conlleva en la estructura social, así como las formas de violencia que ejercen. Esta línea de formación está integrada por 4 sesiones (sesiones 4, 5, 6 y 7).



SESIÓN 1

Mensaje a un amigo



Déjenme si estoy llorando



Mensajes para construir hombres



SESIÓN 2

Toda palabra es bienvenida (y todo silencio también)



Como pez en el agua



SESIÓN 3

Los tres hombres



La función mujer



Ser hombre en mi cultura



SESIÓN 4

Los porqués de mis actos



Mapear el cuerpo



Mi representación



SESIÓN 5

Pirámide del privilegio



Renunciar a los planes del patriarcado



SESIÓN 6

Yo te pego, tú me pegas



El hombre es el lobo del hombre



SESIÓN 7

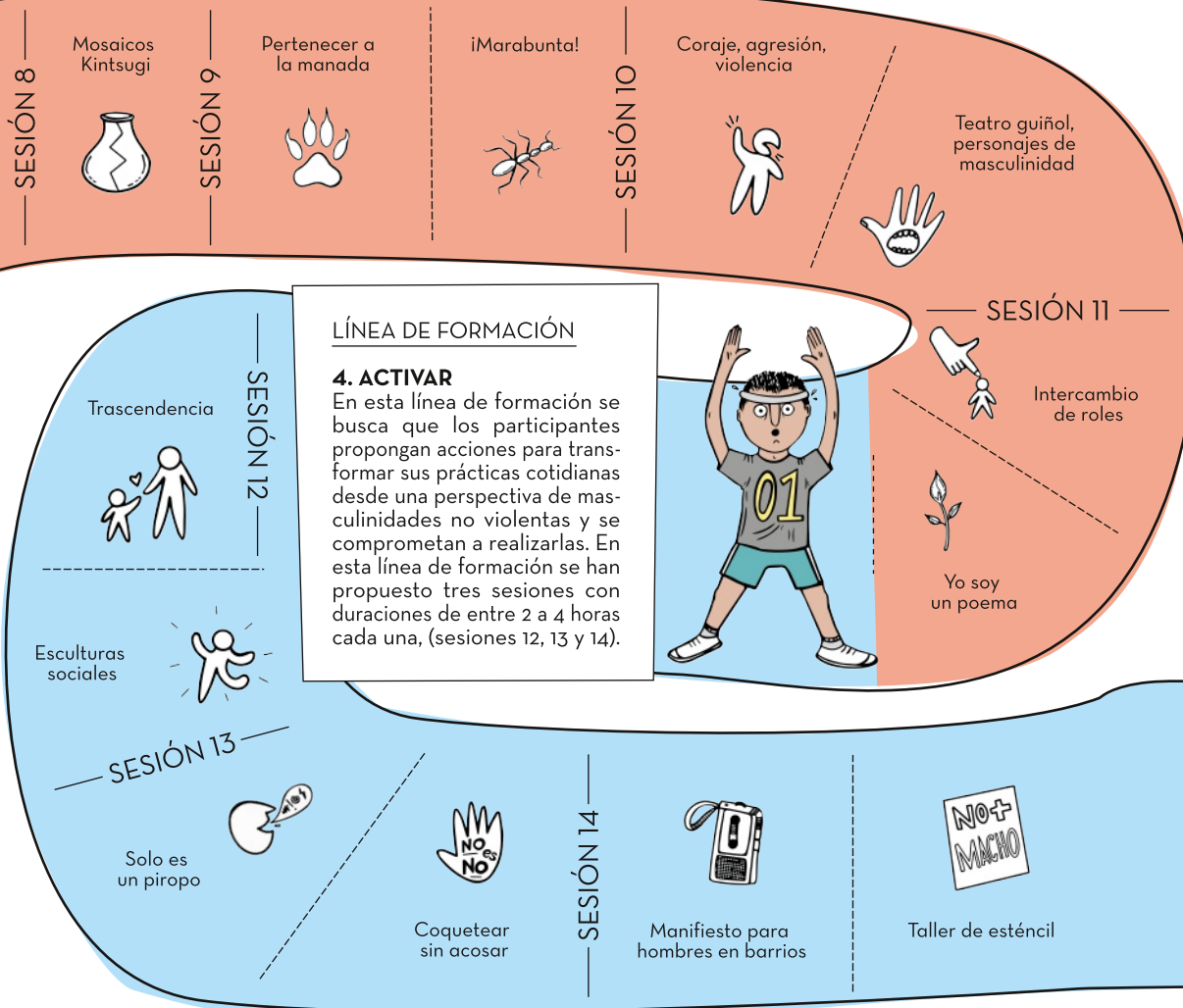
Nombrar las violencias



LÍNEA DE FORMACIÓN

3. ROMPER

En esta línea de formación se busca que los participantes reconozcan el impacto de la violencia en la construcción de su identidad como hombres, que reconozcan la incomodidad fundamental que ésta representa e identifiquen los patrones de conducta, emocionales y de pensamiento a transformar para adoptar nuevas formas de masculinidad y desprenderse de otras. Esta línea de formación está conformada por 4 sesiones de trabajo (sesiones 8, 9, 10 y 11).



LÍNEA DE FORMACIÓN

4. ACTIVAR

En esta línea de formación se busca que los participantes propongan acciones para transformar sus prácticas cotidianas desde una perspectiva de masculinidades no violentas y se comprometan a realizarlas. En esta línea de formación se han propuesto tres sesiones con duraciones de entre 2 a 4 horas cada una, (sesiones 12, 13 y 14).



Más allá de competir



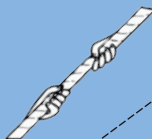
— SESIÓN A —

El once ideal



— SESIÓN B —

Juego de la cuerda



Dejar el alma en la cancha



— SESIÓN C —



Malabares colectivos



Banderines y escudos

— SESIÓN D —



Un homenaje al fútbol

¡QUE TODO EL MUNDO
SE ENTERE!



SESIÓN DE CIERRE

LÍNEA DE FORMACIÓN

5. MASCULINIDADES EN EL DEPORTE

En esta línea de formación se propone un conjunto de actividades para trabajar con hombres que están vinculados con el fútbol (que es la experiencia de trabajo que se tuvo). Se puede adaptar a otros contextos y deportes regularmente masculinizados. En esta línea de formación se incluyen además algunas actividades de inicio basadas en una metodología lúdica y cooperativa. Se han propuesto 4 sesiones para completar esta línea de formación (Sesión A, B, C y D).



3.2. Las cartas descriptivas

A continuación, encontrarás las cartas descriptivas que forman parte de las secuencias didácticas sugeridas en el mapa curricular. La propuesta de cartas descriptivas surge de la experiencia del programa piloto, sin embargo, cada carta descriptiva puede ser en sí misma una sesión. De igual forma, las cartas descriptivas pueden vincularse con otras cartas de tal forma que puedes armar diversas “rutas” para abordar tus sesiones. Se propone la actividad “Qué todo el mundo se entere” como sesión de cierre.

"Y que todo el mundo sepa que...". Dar la oportunidad para que los hombres de “empalabren” el mundo que en el que quieren vivir lejos de violencia.



LÍNEA DE FORMACIÓN

1. OBSERVAR

Se propone esta línea de formación para grupos con los que se tendrá un primer encuentro y con quienes se desea comenzar a identificar y reflexionar sobre la forma en la que han construido su identidad como hombres, y cómo establecen vínculos con otras personas. Esta línea de formación está compuesta por tres sesiones de trabajo (sesiones 1, 2 y 3), con un promedio de duración de dos horas para cada sesión.



OBSERVAR

SESIÓN 1



Mensaje a un amigo

■ **Objetivo:** Identificar las expectativas del grupo sobre el taller y comenzar a conocernos.

└ **Eje temático:** Encuadre.

└ **Ejes metodológicos:** Prácticas narrativas y educación popular.

⌚ **Tiempo:** 50 min.

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores, lapiceros, cinta adhesiva, hojas de reúso, copias del formato de mensaje a un amigo (Anexo 1).



ACTIVIDAD

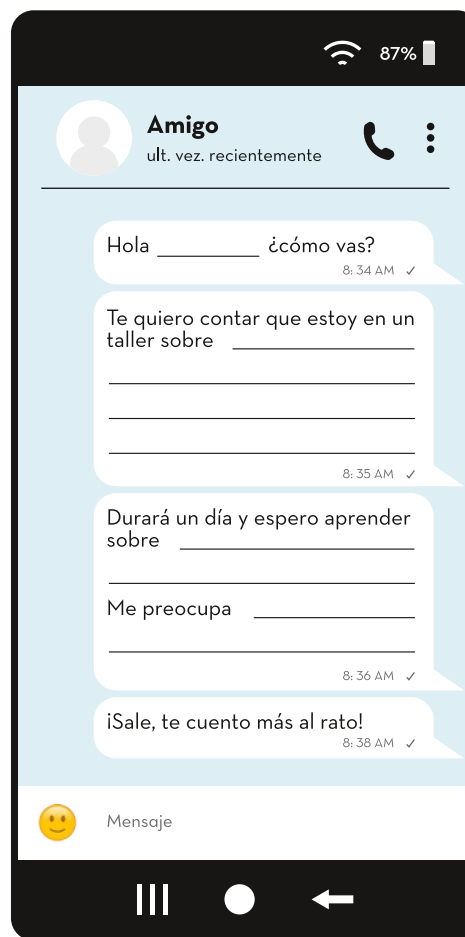
1. **Presentación y bienvenida:** Quien facilita da unas palabras de bienvenida al grupo, les agradece su presencia y les explica en términos generales los objetivos de las sesiones, los tiempos y otros elementos necesarios (seguridad, alimentos, descanso, etc.)
2. **Rompehielos:** Se colocan diversos objetos en el salón (pj. flor, vela, maíz, foto familiar, comida, libro). Se pide al grupo que seleccionen alguno de los objetos y se queden en ese espacio. En cada objeto no deben haber más de 3 personas. Posteriormente, en cada grupo se presentan diciendo su nombre, de dónde vienen, qué esperan de este taller y además comparten ¿Por qué les llamó la atención ese objeto? Después de 3 minutos un representante de cada equipo presenta a sus compañeros y las expectativas que tienen como equipo.
3. **Acuerdos:** A continuación, se le pide a cada participante que escriba en una hoja de reúso ¿Qué necesitamos para que en este taller haya participación y confianza? Se comparten las ideas en plenaria y se le pide al grupo que identifiquen cuáles de estas ideas pueden ser los acuerdos de convivencia. Se anota en un lugar visible.
4. **Mensaje a un amigo:** A cada participante se le entrega la hoja de apoyo “Mensaje a un amigo”. Se les pide que piensen en un hombre emocionalmente cercano (amigo, pareja, familiar, etc.), al cual le enviarían este mensaje.

Sesión 1: Mensaje a un amigo

La guía para llevar esta actividad es la de la ilustración aquí junto (que encontrarás también en el Anexo 1, al final de este documento).

5. Si el grupo es menor a 12 participantes, cada una se presenta en plenaria diciendo su mensaje. Si es un grupo grande se sugiere que esta presentación se realice en grupos pequeños y que al finalizar un vocero de cada equipo presente al resto de su equipo con un breve resumen sobre las cosas que esperan aprender y sus preocupaciones.

El mensaje (Anexo 1). Al final de este documento, en la sección de anexos, podrás encontrar esta misma imagen con un tamaño más cómodo de reproducir.



SESIÓN 1



Déjenme si estoy llorando

■ **Objetivo:** Identificar emociones, pensamientos y sensaciones sobre su vivencia con la masculinidad en la infancia.

└─ **Eje temático:** Afectos.

└─ **Eje metodológico:** Inteligencia emocional.

⌚ **Tiempo:** 15 min.

✎ **Materiales:** Bocina, incienso, lista de canciones: pj.,

- a. El rey, José Alfredo Jiménez
- b. Oro, Bronco
- c. Damaso, Gerardo Ortiz
- d. El gran varón, Willie Colón
- e. Mi corazón lloró, King clave
- f. Día 730, Intocable.

Conceptos/reflexión de apoyo: El sistema patriarcal a través de sus diferentes agentes de socialización (familia, escuela, iglesia, medios de comunicación, etc.), establece aquellos comportamientos, actitudes y prácticas que son considerados “correctos o adecuados”. Desde esta perspectiva ser hombre significa ser: proveedor, exitoso, seguro, fuerte, líder, confiado, etc.; y no debe poseer características que se vinculan con la feminidad o el ser mujer, como la debilidad, el error o la emotividad. Como señala Jo-setxu Riviére (2009), “la socialización masculina hace hincapié en que los hombres no muestren o escondan las emociones, particularmente las que se consideran indicativas de debilidad (amor, miedo, ternura)”, aunque en muchos casos solo se expresan mediados por el alcohol o asociados a situaciones específicas, por ejemplo, la muerte de un ser querido.



ACTIVIDAD

Introspección

- Quien facilita informa al grupo que se realizará un ejercicio de introspección, es decir, un proceso para contactar con algunos recuerdos, emociones o sensaciones del pasado.
- Se le pide al grupo que coloque sus sillas alrededor del salón. A continuación, se les indica que se sentarán en la orilla de la silla, con los pies apoyados en el piso, las manos sobre los muslos y la espalda lo más recta posible sin lastimarse.

- Se les pide que cierren sus ojos y respiren tres veces con profundidad centrando su atención en el proceso de inhalar y exhalar.

Guión: "Te pido que escuches con atención las siguientes melodías, pon atención a cada palabra. Te pido que recuerdes algún momento de tu infancia o juventud en que hayas escuchado esta canción. Trata de recordar qué estabas haciendo, con quiénes estabas. Respira y trata de contactar con las emociones y sensaciones llegan a ti con este recuerdo.

Te pido que nuevamente pongas atención a la siguiente letra, trata de quedarte con el primer recuerdo que llegue a ti, ¿En dónde y con quién estás?, ¿Qué emociones tenías en ese momento?

Te pido que respires con profundidad y vuelvas a poner atención a la última canción. ¿Qué recuerdo llega a tu mente? ¿Con qué emociones te has conectado? Trata de conectar intensamente con estas emociones y sensaciones

Te pido que hagas una respiración lenta y profunda...escucha con atención el sonido más lejano que logres percibir, ahora busca un sonido cada vez más cercano... un sonido dentro de

este salón... un sonido muy cerca de ti incluso tu propia respiración o tus latidos del corazón.

Te pido que poco a poco vayas recobrando la conciencia de este espacio y cuando estés listo comiences a abrir lentamente los ojos, estableciendo contacto con los colores, luces y las personas de este grupo".

NOTA

- De cada canción elegida, se reproducirán de 30 a 45 segundos.
- Esta actividad no consiste en una meditación o relajación, sino en emplear estas técnicas para que los recuerdos sean recibidos desde una postura cómoda, una actitud tranquila y en un espacio de confianza.

SESIÓN 1

Mensajes para construir hombres



■ **Objetivo:** Analizar los tipos de masculinidad que se promueven en la cultura latinoamericana.

└─ **Eje temático:** Autoconocimiento.

└─ **Eje metodológico:** Comunidad de indagación.

⌚ **Tiempo:** 25 min (actividad), 5-10 min (complementación y cierre).

✎ **Materiales:** Ejemplos impresos de canciones de diferentes épocas, hojas blancas, papelógrafos, cinta adhesiva, marcadores.

Conceptos/reflexión de apoyo: Los recuerdos de momentos de su vida con los que los participantes contacten serán la herramienta para el análisis. ¿Qué personas integran esos recuerdos? ¿Dónde escuchaste esas canciones? Podemos ver las coincidencias de los testimonios: son canciones que escuchaban nuestros padres o tíos, en fiestas o después del trabajo, ¿Por qué?



ACTIVIDAD

Posterior al proceso de introspección desarrollada en la sesión anterior (déjenme si estoy llorando), se realiza el siguiente proceso de reflexión sobre el tema:

Se pide al grupo que se divida en parejas o tercias.

1. Se dispone de un breve momento para que puedan compartir las sensaciones más inmediatas del ejercicio de visualización. Los recuerdos vividos durante la introspección son importantes y tratamos de ver similitudes en cada historia de vida.
2. Cada equipo elige una canción para “desmenuzar” y contestar las siguientes preguntas en una hoja blanca:
 - a. ¿Tienen alguna anécdota sobre la canción o en su defecto, en qué contexto se podría escuchar y a qué comportamientos masculinos podría asociarse?

- b. ¿Cuál es el mensaje principal de la canción?
 - c. ¿Qué emociones y pensamientos sugieren para identificarnos con ellas?
 - d. ¿Qué mensaje ofrece la canción acerca de una identidad masculina?
3. Después, los equipos se integran en plenaria para compartir las respuestas. Se comparte esta pregunta para continuar la reflexión ¿Existen en estas letras insinuaciones para que los niños aprendan a ser hombres?
4. En lo posible, se pide que produzcan un decálogo con sus reflexiones en un papelógrafo para exponerlo en plenaria.

Complementación y cierre

Se les pide a los participantes que describan en una frase corta su principal aprendizaje. Antes de la despedida, es importante agradecer a los hombres por haber participado involucrando sus sentimientos y recuerdos. Es muy posible que haya hombres que lleguen a llorar, si llegara a suceder, se puede terminar haciendo un círculo en pie, cerrando los ojos y dar tres inhalaciones profundas para terminar liberando tensiones con aplausos de cierre.

SESIÓN 2



Toda palabra es bienvenida
(y todo silencio, también)

■ Objetivos:

- Conocer al grupo a partir de identificar las emociones con las que los participantes llegan a la sesión.
- Generar un ambiente de confianza entre hombres para poder conversar sobre temas vulnerables o comprometedores para ellos.

└. Eje temático: Afectos.

└. Ejes metodológicos: Inteligencia emocional / Terapia del arte.

🕒 Tiempo: 30 min.

✍️ Materiales: Juego de 64 postales gráficas (ver enlace de descarga en la NOTA al final de esta actividad).¹²

Conceptos/reflexión de apoyo: “A los niños, adolescentes y hombres se les ha socializado tradicionalmente para la producción y para progresar en el ámbito público y, en consecuencia, se ha esperado de ellos que sean exitosos en dicho ámbito, se les ha preparado para ello y se les ha educado para que su fuente de gratificación y autoestima provenga del mundo exterior. En relación con ello: se les ha reprimido la esfera afectiva; se han potenciado sus libertades, talentos y ambiciones, facilitando su autopromoción; han recibido bastante estímulo y poca protección; se les ha orientado hacia la acción, hacia lo exterior, lo macrosocial y la independencia; y el valor del trabajo se les ha inculcado como obligación prioritaria y definitoria de su condición” (Ferrer y Bosch, 2013)



ACTIVIDAD

Presentación con imágenes

Actividad propicia para romper el hielo con un grupo recién conformado.

Se le pide al grupo que se coloque alrededor del espacio y en el centro se colocan las postales.

1. Cada asistente tomará una postal que logre describir lo más cercano a su estado emocional actual.

12. Las imágenes elegidas sugieren actividades, actitudes y pensamientos libres de interpretaciones para que cada hombre pueda relacionarlos con un elemento específico de su persona.

Sesión 2: Toda palabra es bienvenida (y todo silencio, también)

2. A continuación, se forman parejas para que compartan por qué eligieron esa imagen y cómo es que esa imagen podría reflejar el estado de ánimo con el que está llegando al encuentro de hoy.
3. Si hay tiempo y el grupo es pequeño cada pareja puede presentar a sus miembros en plenaria.
4. Al finalizar, se puede preguntar al grupo, que tan fácil o difícil fue describir sus emociones. Quien facilita puede compartir el concepto/reflexión de apoyo.

Variante de esta actividad: Se puede usar el cuerpo para representar un rasgo de masculinidad tradicional (ya sea una conducta, sentimiento o actitud) y el colectivo deberá tratar de descifrar a qué se está refiriendo cada quien, además se podría reflexionar qué circunstancias históricas o contextuales sostiene aquel rasgo que eligieron.

NOTA

Las imágenes elegidas sugieren actividades, actitudes y pensamientos libres de interpretaciones para que cada hombre pueda relacionarlos con un elemento específico de su persona.

Descarga el material de apoyo:

<https://drive.google.com/file/d/1cVmOziFzncCYuAXRTToFoc2T727wnn95q/view?usp=sharing>

Imprime y recorta.

SESIÓN 2

Como pez en el agua

■ **Objetivo:** Descubrir los sistemas culturales y de creencias que sostienen la identidad masculina.

└. **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└. **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 20 min.

✎ **Materiales:** Papel kraft, cinta adhesiva y marcadores.

Conceptos/reflexión de apoyo: “Cuando nuestra identidad funciona a la perfección, no somos conscientes de ella. Que nos veamos obligados a tomar una incómoda conciencia de nuestro sexo, raza o clase suele indicar que hay prejuicios o deficiencias en el sistema. El hombre “clásico” casi nunca afronta una amenaza existencial; su identidad, por lo tanto, tiende a no ser examinada. Milenios de poder masculino han conseguido construir una sociedad donde todos crecemos aceptando algo como natural y sensato: un sistema totalmente sesgado a favor de los hombres, cuando en realidad, es todo lo contrario. El problema es que muchos hombres creen estar siendo totalmente razonables cuando en realidad solo actúan de acuerdo con ideas inconscientes y sin duda, sesgadas. Han creado una sociedad a su imagen y semejanza. El rasgo preponderante de la identidad clásica es que se disfraza de ‘normal’, ‘natural’ y estas son palabras peligrosas que a menudo se hallan en la raíz de los prejuicios”. (Grayson Perry, 2018).



ACTIVIDAD

La silueta

1. Se le pide al grupo que en parejas respondan a la pregunta: ¿Cómo le explicarías a un pez lo que es el agua? Se dan unos minutos para reflexionar y posteriormente se comparte en plenaria. Las ideas se van registrando en un papelógrafo que sea visible para los asistentes.

2. A continuación, se le entrega a cada participante una hoja tamaño carta o papel kraft para que dibujen una silueta a la cual le pondrán su nombre.
3. En todo el margen de la silueta, irán escribiendo todas aquellas ideas que forman una identidad de hombre, así como el agua lo es para el pez, todas aquellas consideraciones sin las que los hombres no podríamos vivir. Pueden ser frases que han escuchado, anécdotas, prácticas cotidianas, empleos, necesidades, etc.

Recuperación de la experiencia

- A continuación, se le pide al grupo que se reúna en equipos y que cada quien comparta sus siluetas en tres minutos. A continuación, se les pide que identifiquen ideas o creencias recurrentes ¿por qué pasa esto? ¿Por qué creerían que son compartidas algunas visiones cuando de ser hombres se trata?
- Se socializan las reflexiones de cada equipo
- Para concluir en plenaria, se puede leer el párrafo de *La caída del hombre*, de Grayson Perry.
- Se puede dejar una breve reflexión que puede ser contestada a través de una lluvia de ideas a partir de la si-

guiente pregunta: Si todo lo que les rodea, es el oxígeno para su identidad como hombres, ¿Qué escribirían dentro de cada silueta?

SESIÓN 2

Ser hombre en mi cultura

■ **Objetivo:** Reflexionar sobre el concepto Hombre a partir de la perspectiva de las historias de vida del grupo participante.

└ **Ejes temáticos:** Autoconocimiento, relaciones con el poder.

└ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

🕒 **Tiempo:** 30 min.

✎ **Materiales:** Marcadores, papelógrafos, cinta adhesiva.

Conceptos/reflexión de apoyo: Si bien cada hombre posee identidad única y por lo tanto existe una diversidad de formas de habitar la identidad masculina, es de conocimiento general que la sociedad en la cual vivimos propone un estereotipo cultural para quienes nacen con pene. Pero diremos que el plural de hombre se llena de una diversidad de afectos, historias, relaciones y corporalidades, por lo tanto, que el “ser hombre” que cada quien vive, representará una forma de desobedecer al patriarcado.



ACTIVIDAD

Círculo de palabra

1. Se le pide al grupo que se coloquen en círculo. A continuación, se les pide que en parejas compartan 3 minutos ¿De qué forma crecieron como hombres y qué discursos (ideas, frases) los formaron como tales?
2. Después de que pasó este tiempo se da espacio para algunas participaciones.
3. Quien facilita explica las preguntas que se deben responder:
 - a. ¿Cómo es posible que la violencia, el poder o el machismo nos recluten si poseemos tan distintas identidades e historias?
 - b. ¿Sobre qué referentes y ejemplos culturales nos vamos nutriendo desde que somos niños?

- c Y, ¿De cuáles ejemplos culturales se nos aleja por el hecho de ser hombres?

NOTA

Se recomienda no iniciar la reflexión directamente con estas preguntas, sino que los participantes previamente hayan participado en actividades como “Pez en el agua” o “Déjenme si estoy llorando”. Esto porque los hombres pueden percibir que será más accesible auto-referenciarse con algún dibujo o insumo que ya posean.

SESIÓN 3



La función mujer

Estereotipos de género I

▣ **Objetivo:** Visibilizar el imaginario colectivo al que recurrimos los hombres para relacionarnos con las mujeres.

└. **Eje temático:** Autoconocimiento.

└. **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 15 min (plenaria), 45 min (reflexión colectiva), 10 min (dinámica de cierre).

✎ **Materiales:** Marcadores, papelógrafos, cinta adhesiva.

Conceptos/reflexión de apoyo: Los estudios sobre masculinidades a nivel mundial, retomando a análisis hechos por décadas por los movimientos de mujeres, cuestionan la definición de las mujeres a partir de sus condiciones biológicas (reproductividad, aspecto físico) y en particular cuestionan que lo que define a las mujeres es estar en función de los hombres, tanto socialmente como sexualmente. Esta idea, difundida en la sociedad y en particular entre muchos hombres a niveles más o menos conscientes, cultiva la falsa percepción de que las mujeres tienen el deber de satisfacer nuestras necesidades como hombres y por lo tanto nos deben sumisión y deseo. En suma, la manera en la que están contruidos los roles de género, tanto de hombres como de mujeres, refuerzan la falsa idea de que la sexualidad de las mujeres nos concierne a los hombres.



ACTIVIDAD

Plenaria

Iniciamos la sesión invitando a hacer una ronda de palabra para que los participantes comenten acerca de alguna relación que tengan con una mujer cercana. Invitamos a que al menos todos los hombres mencionen algo breve, puede servir una pregunta como estas:

- ¿Cómo explicarían en breves palabras su relación con mujeres cercanas a ustedes? ¿Qué dirían que es lo que más les agrada de relacionarse con las mujeres?
- ¿Qué sería lo que menos les agrada de relacionarse con mujeres?

- Mencionar tres espacios donde podrían suceder esas relaciones como el hogar/la pareja, el trabajo/las compañeras o clientas y la calle/mujeres desconocidas.

Reflexión colectiva

Mensaje clave del facilitador: *“En términos históricos, el patriarcado ha sostenido tres grandes 'papeles' para las mujeres: la madre, la virgen y la puta. No es una regla pero hasta en la Biblia están representados estos papeles de manera unilateral. Sin responder, levanten la mano si ustedes podrían al menos incluir a alguna mujer que conozcan en cada una de estos papeles”.*

1. Podemos servirnos de tres papelógrafos grandes para ubicar los tres arquetipos que históricamente retratan a las mujeres en la mente masculina, estimulamos que los participantes puedan comentar al menos en cada una de estas categorías:

Niña ingenua
(Virgen)

Madre admirable
(Madre)

Mujer fatal
(Putas)

2. A continuación, se le pregunta al grupo: ¿De qué manera nos comportamos con las mujeres influenciados por lo que significan estos tres papeles culturales? En cada papelógrafo registramos anécdotas, palabras u opiniones que compartan los hombres. Dirigimos la reflexión sobre qué les parece la manera en que nos relacionamos con nuestras compañeras.

3. En grupos pequeños se les pide que comenten: ¿Imaginan una forma diferente de relacionarnos con las mujeres en la calle, el trabajo o la casa? ¿Cuál sería la base de esa relación si no fuera basado en su condición sexual?

4. Se comparten las reflexiones en plenaria.

Dinámica de cierre

Se les pide a los participantes colocarse en una ronda final nombrando rápidamente en voz alta el nombre de un hombre que admiren al que le podría servir esta reflexión. Si se puede gritar en voz alta su nombre, es importante propiciar la liberación de tensiones al hablar de estos temas. No siempre es necesario pedir palabras en una reflexión personal.

NOTA

Si el grupo lo permite, podríamos ser más específicos y solicitar que nos comenten sobre sus relaciones sexo-afectivas con mujeres, pues con la experiencia en la prueba piloto se observó que están muy profundos los ideales de amor romántico.

SESIÓN 3



Los tres hombres

Estereotipos de género II

■ **Objetivo:** Construir aprendizajes sobre los roles que los hombres aprenden y reproducen en sí mismos y en otros.

└. **Eje temático:** Autoconocimiento.

└. **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 15 min (plenaria), 35 min (reflexión colectiva), 10 min (complementación y cierre).

✎ **Materiales:** Marcadores, papelógrafos, cinta adhesiva.

Conceptos/reflexión de apoyo: Durante la realización de este manual, escuchamos a un participante decir: “A mí me enseñaron que hay tres formas de ser hombre, coloquialmente si no eres pendejo, eres joto o macho” y creemos que representan una poderosa reflexión sobre las jaulas que nos tiene preparado el patriarcado.



ACTIVIDAD

Plenaria

1. Invitamos a una ronda colectiva para que cada hombre pueda compartir una anécdota en la que se haya visto enjaulado en alguno de estos tres estereotipos - pendejo, joto o macho -
2. Tenemos preparados tres papelógrafos (uno para cada identidad) donde vaciamos las palabras que son compartidas en la plenaria.

Reflexión colectiva

3. En pequeños equipos se lleva a cabo la reflexión con las siguientes preguntas:
 - ¿Quién o qué ha promovido en la sociedad estas tres formas de ser hombre?
 - ¿Te parece justo que todos los hombres tengamos que dirigirnos a través de estos valores? ¿Por qué?
4. Se comparte en plenaria

Sesión 3: Los tres hombres

A continuación, se le pregunta al grupo, si pudieras ponerle un nombre a tu forma de ser, ¿qué expresión/palabras transmiten de manera más digna cómo vives tu masculinidad?

Complementación y cierre

Se les pide a los participantes que describan en una frase corta su principal aprendizaje. Se agradece su participación y se cierra la sesión.

NOTA

Esta actividad en especial aludirá a muchos chistes y nerviosismo de parte de los hombres participantes, es recomendable permitir cada experiencia emocional siempre al margen de ofender o discriminar a otro presente.

LÍNEA DE FORMACIÓN

2. PROBLEMATIZAR

Si bien en todas las sesiones se busca problematizar, en esta línea de acción se centra el esfuerzo en reflexionar y cuestionar sobre los mandatos de género que construyen el deber ser “hombre”, los privilegios que conlleva en la estructura social, así como las formas de violencia que ejercen. Esta línea de formación está integrada por 4 sesiones (sesiones 4, 5, 6 y 7).



PROBLEMATIZAR

SESIÓN 4



Los porqués de mis actos

■ Objetivos:

- Reflexionar sobre las ideas de lo que DEBE SER un hombre desde el mandato de género.
- Facilitar un espacio para el cuestionamiento de prácticas normalizadas dentro de la masculinidad..

└─ **Eje temático:** Autoconocimiento.

└─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 5 min (cadena de pensamientos), 15 min (reflexión sobre el tema).

✎ **Materiales:** Post it u hojas de reúso, lapiceros, papelógrafos, cinta adhesiva y marcadores.

Conceptos/reflexión de apoyo: Se piensa que los hombres siempre saben lo que hacen, o al menos es lo que representa esta idea en el mandato de género masculino. Para esto, se invita a cada participante a “encadenar” un pensamiento tras otro, a partir de uno inicial mediante la pregunta ¿Por qué? Te darás cuenta que no resulta tan sencillo como parece relacionar razones con actos. Uno de los objetivos del pensamiento complejo consiste en cuestionar aquellas “verdades” universales y reconocer la influencia de la construcción social para perpetuarlas como tal.



ACTIVIDAD

Cadena de pensamientos

Pide que cada participante tome 5 *post it* o recortes de papel reciclado. En el primero responden brevemente a lo siguiente:

- Menciona una cualidad que te hace ser hombre. Una respuesta relacionada podría ser: *“tener siempre dinero en la cartera”*.
- A continuación pregunta ¿Por qué? y su respuesta será registrada en el segundo *post it*, y entre cada respuesta siempre preguntar ¿Por qué?, y así sucesivamente hasta completar los cinco *post it*. Cada respuesta que se escriba en un *post it* será increpada con un porqué buscando su origen o su fundamento. Si llegara a suceder que varias de las respuestas son “porque sí” podemos estimular con un enfoque más amplio: ¿cuáles serían tus fundamentos que has sostenido para pensar esto?

Sesión 4: Los porqués de mis actos

- Todos los post it se pueden pegar en la pared y consecutivamente cada respuesta se pega debajo de la anterior.

Reflexión sobre el tema

A continuación, invitamos a compartir en pequeños grupos.

1. Comparten algunas de sus respuestas para compararlas
2. Identifican qué mandatos de género hay en estas ideas
3. ¿Qué tan a fondo pudieron llegar y si creen que pudieran indagar un nivel de complejidad más?

Comparten en plenaria. Quien facilita puede ir tomando notas para profundizar la reflexión.

A continuación, se les pregunta: ¿De qué forma estos pensamientos ejercen su influencia en nuestra identidad como hombres?

SESIÓN 4



Mapear el cuerpo "¿Cómo me realicé siendo hombre?"

- **Objetivo:** Explorar colectivamente los aspectos recurrentes con los que los hombres definen su identidad de género a través de una "anatomía de significados".

Bibliografía de apoyo: *El departamento de la masculinidad*, Grayson Perry, 2018.

└. **Eje temático:** Agencia personal.

└. **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 10 min (la silueta), 20 min (anatomía masculina), 15 min (complementación y cierre).

✏ **Materiales:** Papel kraft, marcadores y cinta adhesiva.



ACTIVIDAD

La silueta

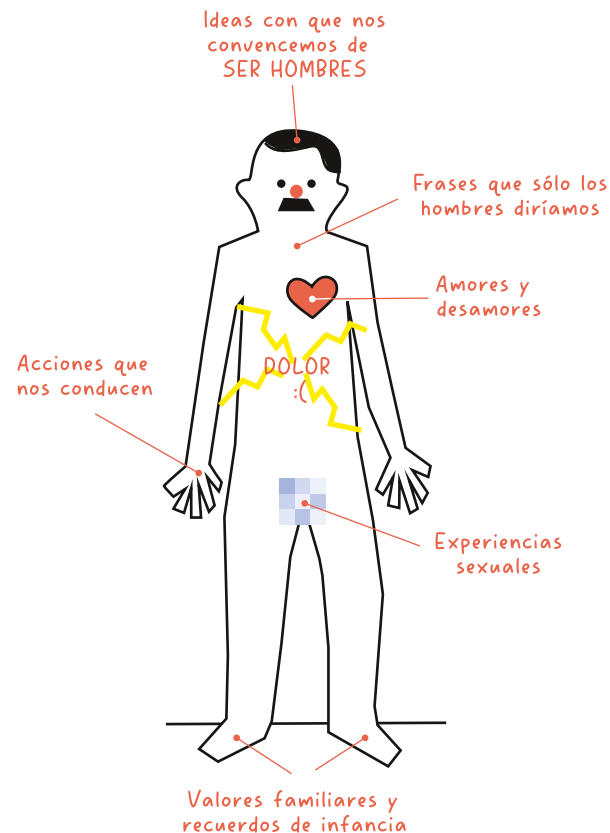
1. En primer lugar, se dibuja una silueta sobre un papel kraft, para ello un participante del grupo se acuesta sobre el papel y otro voluntario le apoya trazando su silueta con un marcador.

Anatomía masculina

2. Quien facilita comienza diciendo la siguiente frase: *"Los hombres construimos nuestra identidad no sólo por nuestra genitalidad, sino también por diversas formas y experiencias de vida. Lo que sí compartimos todos es que somos más que cuerpos con pene y nuestra identidad es una constante negociación con las imposiciones de la sociedad y sus instituciones, está formada por nuestros ancestros, cultura y espiritualidad... te pedimos que, pensando en tu cuerpo, conformes en esta anatomía colectiva lo siguiente":*
3. Le pedimos al grupo que se coloque alrededor de la silueta y se van a escribir palabras, frases o dibujos bajo la siguiente clave:
 - En la cabeza, todas aquellas ideas con las que nos convencemos de ser hombres.
 - En la garganta, frases que sólo los hombres diríamos.
 - En el corazón, amores y desamores.
 - En las manos, acciones que nos conducen.
 - En el estómago, algunos dolores.
 - En los genitales, experiencias sexuales.
 - En los pies, valores familiares / recuerdos de infancia.

Complementación y cierre

4. Una vez que se ha concluido de rellenar la *anatomía de significados*, se leen en plenaria y se discute cada punto.
5. Para cerrar la actividad se extienden preguntas de la siguiente índole: Esta anatomía colectiva,
 - ¿Define cómo vives tu masculinidad?
 - ¿Qué agregarías u omitirías para que pudiera acercarse más a lo que entiendes como tu identidad masculina?
 - ¿De qué manera realizar esta actividad abriría tu comprensión sobre tu propia forma de ser hombre?



SESIÓN 4



Mi representación

■ **Objetivo:** Cuestionar los rasgos que se consideran innatos dentro de la “naturaleza masculina”.

└┐ **Eje temático:** Autoconocimiento.

⋮ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

🕒 **Tiempo:** 20 min (los animales), 20 min (una mirada global), 10 min (complementación y cierre).

✎ **Materiales:** Hojas blancas, lápices de colores, rotafolios, pegamento y cinta adhesiva.

Conceptos/reflexión de apoyo: Esta sesión resulta especialmente relevante, porque es común relacionar el comportamiento de animales con las actitudes de masculinizadas que casi siempre tienen que ver con comportamientos dominantes relacionados a la identidad de género, es común decir cuando un hombre está enojado “estaba como un gorila” o cuando está valeroso “andaba como tigre”, etc.



ACTIVIDAD

Los animales

1. Cada asistente toma una hoja de papel y lápices de colores.
2. La instrucción es dibujar un animal con el que se sientan representados —desde su identidad como hombre— e identifiquen las características masculinas más significativas que le atribuyen.
3. Incluir al menos tres de estas características en el reverso de la hoja. Estas tres características se escriben de manera descriptiva como:

“Yo parezco un _____, porque cuando me enojo hago _____.”

“Tengo el carácter como un _____ por _____.”

4. Compartir en plenaria y permitir el ambiente de confianza y afabilidad que exista a este nivel de la reunión. Si hubiera algún compañero que siente difícil relacionarse con un animal, podemos servirnos del artículo de El País: “Más puta que las gallinas, reflexionar sobre el lenguaje machista”.¹³

Una mirada global

5. Se puede crear un collage integrando todos los animales y palabras para recordar el aprendizaje en sesiones posteriores.

Quien facilita puede ir complementando y profundizando la reflexión a partir de identificar porqué hay mayor inclinación a elegir características como: superioridad, habilidad o destreza. Además, también discernir sobre el trato que tienen con características como sensibilidad, meditación, paciencia o ternura.

Complementación y cierre

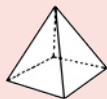
Se les pide a los participantes que describan en una frase corta su principal aprendizaje. Se agradece su participación y se cierra la sesión.

NOTA

Sugerir no dibujar animales mitológicos o ficticios y que sea un animal reconocible en el grupo.

13. Disponible en: <https://elpais.com/mamas-papas/actualidad/2021-11-25/mas-puta-que-las-gallinas-el-irreverente-album-ilustrado-para-reflexionar-con-adolescentes-sobre-el-lenguaje-machista.html>

SESIÓN 5



Pirámide del privilegio

La masculinidad hegemónica I.

■ **Objetivo:** Reflexionar sobre las expectativas de “ser hombre” impuestas desde estructuras sociales que producen desigualdades o privilegios (raza, clase, género).

└─ **Eje temático:** Precarización y calidad de vida.

└─ **Ejes metodológicos:** Psicoeducación y educación popular.

⌚ **Tiempo:** 20 min (pirámide del poder), 25 min (grupos de reflexión), 15 min (complementación y cierre).

✎ **Materiales:** Fotografías de hombres con diferentes fenotipos, gis o estambre, hojas, lapiceros, cinta adhesiva y papeógrafo o papel kraft.

Conceptos/reflexión de apoyo: El acceso a los recursos, derechos, el poder, está determinado por estructuras socialmente impuestas a partir de lo que se valora más en una sociedad, esto es, la mayor valoración social que se tiene de ser hombre, adinerado y blanco contra la desvalorización y subordinación que se tiene sobre ser mujer u otra población feminizada, empobrecida, indígena o afrodescendiente. “Las personas tratamos de cumplir con los mandatos de género y acercarnos lo más posible a los cánones de la feminidad o la masculinidad normativas, según el caso, ante el miedo a ser rechazadas o no reconocidas por nuestro entorno” (Gil y Lloret, 2007).



ACTIVIDAD

Pirámide del poder

1. Organizar en equipos que se consigan recortes de diversos cuerpos masculinos en revistas o periódicos viejos.
2. Trazar con un gis o estambre un triángulo en alguna pared libre (en su defecto, la construimos en el piso).
3. Pedimos que el grupo se coloque en ronda para que las imágenes permanezcan distribuidas en el centro con el fin de tomarse un tiempo para que todos puedan observarlas detenidamente durante algunos minutos.
4. Quien facilita da la siguiente instrucción: “*Ahora vamos a organizar todos estos cuerpos desde arriba hacia abajo en la pirámide que hemos construido, considerando la siguientes preguntas: ¿Cuál de estos hom-*”

Sesión 5: Pirámide del privilegio

bres creerían ustedes que tiene más poder o privilegios en la sociedad? Pondrán en la punta de la pirámide aquel cuerpo que crean ustedes que posee. ¿Cuáles hombres serían considerados 'inferiores', según la sociedad en que vivimos? Los colocaremos hasta abajo de la pirámide".

5. Promover una reflexión dinámica de la jerarquía de las imágenes en cada momento *"Si el acomodo no les termina de convencer, pueden modificarlo cuantas veces sea necesario para generar el consenso definitivo".*

Elemento adicional: Los participantes pueden hacer un recorte de ellos mismos, pueden escribir su nombre y solicitamos que ellos mismos se coloquen dentro de la pirámide del privilegio en función de todas las circunstancias que atraviesan sus cuerpos e historias (empleo, color de piel, fisionomía, capacidad económica, etc.).

Grupos de reflexión

Cuando hayan finalizado el acomodo, se pide al grupo que se organice en equipo para identificar:

- ¿Cuáles fueron los elementos que se valoraron para hacer este acomodo?
- ¿Conozco hombres que estén en las diferentes posiciones que me he colocado? ¿Cómo me comporto con ellos?
- ¿Me siento cómodo con la posición en la que se me ha

asignado actuar/vivir según esta pirámide? ¿Por qué?

- ¿Cuáles son las aspiraciones que como hombres tenemos instaladas culturalmente como para acceder a más poder y privilegio sistemáticamente?

6. En plenaria, una persona de cada equipo comparte sus reflexiones.

Complementación y cierre

Se pide que cada equipo se ponga de acuerdo para representar con sus cuerpos, una fotografía fija que muestre el concepto de masculinidad hegemónica. Después de unos minutos se pide que cada equipo que por turnos presente sus "estatuas" y el resto del grupo observa y describe las emociones o características que observa. Este proceso se repite hasta que todos los equipos hayan pasado.

Quien facilita puede ir complementando la reflexión y aportes con los conceptos clave.

Se agradece al grupo su aporte y se cierra la sesión.

Descarga el material de apoyo:

https://drive.google.com/file/d/1_JdeMhrjh32GAhZLdXRfrvIW0oWYrm74/view?usp=sharing

SESIÓN 5



Renunciar a los planes del patriarcado

La masculinidad hegemónica II.

■ **Objetivo:** Discutir las formas de responsabilidad que los hombres tienen para prevenir la VBG.

└─ **Eje temático:** Autoconocimiento.

└─ **Ejes metodológicos:** Psicoeducación y prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 45 min.

Conceptos/reflexión de apoyo: Algunos autores han llamado “colonialidad” a esa fuerza de “blanqueamiento” que actúa sobre las vidas que históricamente han permanecido al margen de la imagen dominante del Hombre blanco, heterosexual, occidental y burgués; esta fuerza orilla a aspirar cada vez más a los privilegios que la sociedad jerárquica promueve: creer que existen otras personas inferiores que están a su servicio, reproducir un modelo de vida basado en el consumo de mercancías, cuerpos y recursos, sin sentirse participante de estas formas explotadoras o abusivas de vivir.

El cuerpo ideal para que el patriarcado reproduzca los privilegios es el cuerpo con pene, por ello, hablaremos de privilegios masculinos que otorgan poder a quienes se ajustan a ellos, beneficios inequitativos que pueden ser económicos, legales o mundanos. En otras palabras, el privilegio masculino está caracterizado por el dominio político de los hombres constituido como patriarcado.

En esta actividad, partimos de la convicción de que al menos por una ocasión los hombres sí han podido reconocer la relación desigual de la cual se benefician sólo por el hecho de identificarse como hombres. Para ello, las preguntas propuestas tienen como intención tejer historias alternativas al patriarcado y sus designios torcidos.



ACTIVIDAD

1. Se le pide al grupo que en plenaria definan qué entienden cuando escuchan la palabra privilegio.

Sesión 5: Renunciar a los planes del patriarcado

2. Se forman grupos de 4 personas, en cada equipo se les pide que compartan alguna palabra, comentario o anécdota acerca de:
 - ¿Alguna vez que me haya negado escalar en la pirámide del privilegio? Se les da 8 minutos para que cada persona comparta.
3. Al finalizar este tiempo se pide a los equipos que compartan sus principales reflexiones.
4. Para finalizar la reflexión se hacen las siguientes preguntas adicionales:
 - Entonces ¿has estado subiendo o bajando esta pirámide? ¿Por qué?
 - ¿Hay algún amigo o familiar que pueda aprender de esta actividad que realizaste hoy?
 - En una frase, comparte lo que aprendiste con esta actividad.
5. Una manera creativa de rescatar estas respuestas puede ser grabándolas como nota de audio que se pueda compartir

entre todos los asistentes y, si todos así lo desean, acordar que la puedan compartir con otros hombres fuera del círculo.

Se agradece al grupo su aporte y se cierra la sesión.

NOTA

Recomendamos que este círculo de palabra sea acompañado de la actividad “Pirámide del privilegio” para apoyarse de las imágenes de cuerpos masculinos que colocaron en ella.

SESIÓN 6



Yo te pego, tú me pegas

■ **Objetivo:** Problematicar la violencia que los hombres viven desde la infancia, el impacto que ha tenido en su personalidad y sus respuestas emocionales mediante espacios de confianza.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Ejes metodológicos:** Psicoeducación, prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 10 min (lectura colectiva), 30 min (comunidad de indagación).

✎ **Materiales:** Libro o copias de libros.

Conceptos/reflexión de apoyo: Al ser la violencia un proceso aprendido desde la infancia, se interioriza y naturaliza como forma de relacionarnos, de reaccionar y de vivir. Afortunadamente estas estructuras sociales no son inamovibles, se pueden transformar mediante la reflexión colectiva y el compromiso individual para cambiar. Es un proceso de sanación de nuestras historias de violencia, para resignificarlas y construir otros esquemas para relacionarnos.



ACTIVIDAD

Lectura colectiva

1. Se le pide al grupo que se coloque en círculo con sus sillas.
2. Se le presenta al grupo el libro “Yo te pego, tú me pegas” de Ramos Re-villas, y el capítulo “La masculinidad es una jaula” del libro *Todos deberíamos ser feministas*, de Chimamanda Ngozi Adichie.
3. A continuación, se les invita a leer algunos apartados de este libro ilustrado. En caso de no contar con este material, puedes servirte de estos videos:

• <https://www.youtube.com/watch?v=AMulFfA6xvE>

• <https://youtu.be/7bGAw468vrQ?t=750>

Comunidad de indagación

4. Reflexión viva a partir de la lectura colectiva y de las siguientes preguntas:

- ¿Qué aspectos de esta historia captaron tu atención?
- ¿Te identificaste en algún momento del relato? ¿Por qué y de qué manera?
- ¿Cómo crees que es la vida para un niño que crece en estas circunstancias?
- ¿Podrías mencionar alguna situación en que hayas sido sometido por otro hombre que ostentaba superioridad?

NOTA

La práctica de sentarse a escuchar una historia puede ser una actividad disruptiva en hombres que están socializados mediante comportamientos de efectividad, o de “no perder el tiempo”.

SESIÓN 6



El hombre es el lobo del hombre

■ **Objetivo:** Reflexionar sobre los valores que sostienen la masculinidad hegemónica y que se interiorizan desde la infancia.

└─ **Eje temático:** Autoconocimiento.

┆─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 45 min (actividad), 10 min (cierre).

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: La antropóloga feminista Rita Segato (2017) declara: "Hay hombres que para gozar del prestigio masculino frente a sus pares son obligados a hacer lo que no tienen ganas y a veces a no hacer lo que tienen ganas: la primera víctima del mandato de masculinidad es el hombre" (Segato, 2017)



ACTIVIDAD

1. Se le pide al grupo que en grupos de tres personas comenten alguna experiencia en donde se hayan sentido inferiores a otro hombre. Se dan 6 minutos para que las tres personas tengan tiempo de compartir al menos una anécdota.
2. En plenaria, se le pide a cada terna que comparta alguna palabra, comentario o anécdota sobre lo que platicaron.
3. Se le pide al grupo que comenten las implicaciones emocionales o el impacto que tienen en sus vidas estas situaciones.
4. Posterior a las reflexiones conjuntas, quien facilita puede complementar la reflexión inspirándose en el siguiente guion:

"Podríamos decir que la masculinidad hegemónica oprime en primera instancia al hombre pequeño, ese hombre que ya sea por edad, poder, condición física o económica no se ajusta a los mandatos de superioridad que demanda el patriarcado personificado en el padre de familia, el patrón u otros modelos".

Para que quede más claro, se puede leer la cita en la reflexión de apoyo.

5. Para finalizar, se regresa a las ternas; se les pide que nombren a un vocero quien compartirá las reflexiones sobre las siguientes preguntas:

- ¿Crees que en algún momento nos “vacunamos” contra esa sensación de inseguridad?
- ¿Cómo terminamos creciendo aún cargando la marca de la inferioridad desde la infancia?
- ¿Crees importante poder hablar con confianza de estos temas? ¿Por qué?

Cierre

Cerramos la actividad con un breve ritual de liberación emocional ayudándonos de un breve ejercicio de visualización:

- a. Todos los asistentes toman su asiento, procurando que su espalda permanezca recta, las plantas de los pies tocando el suelo y sus manos descansando suavemente en sus muslos.
- b. La respiración se realiza suave y sin un ritmo obligatorio, simplemente pedimos que se hagan conscientes de ella.

- c. *“Después de tres respiraciones profundas cierran los ojos para visualizar una pequeña flama encendida en medio de su pecho. Al verla en su imaginación, estamos convocando a su vitalidad, esa fuerza oculta que les ha estado acompañando en todos los momentos difíciles de su vida. Por un instante fue expuesta el día de hoy, por lo que procederemos a dar otras tres respiraciones profundas y en cada intervalo, veremos cómo esta candela interior se va cada vez regresando a lo más interior de nuestro corazón donde quedará completamente segura.”*

En una última respiración más profunda que las anteriores, se pide que abran los ojos y se froten un momento sus ojos suavemente. En ese nivel de calma se procede a terminar la sesión y se les agradece su participación.

SESIÓN 7

Nombrar las violencias



▣ **Objetivo:** Facilitar un espacio anónimo lejos de la culpa que sirva para resignificar prácticas o comportamientos nocivos en su relación con las mujeres.

└┐ **Eje temático:** Relaciones de poder.

⋮ **Eje metodológico:** Comunidad de indagación.

🕒 **Tiempo:** 10 min (el iceberg de las violencias), 35 min (la urna), 10 min (cierre).

✎ **Materiales:** Urna, lapiceros, hojas de reuso, marcadores, veladora y encendedor.

Conceptos/reflexión de apoyo: La violencia hacia las mujeres es generalizada, y es un proceso social que se aprende desde la crianza y se refuerza en las diversas instituciones de socialización. El ejercicio violento ocurre en muchos casos de forma inconsciente o como un mecanismo “automático” de respuesta ante la falta de herramientas emocionales para lidiar con la frustración, la inseguridad y como un mecanismo de control y un sentimiento de superioridad. Reconocer cómo se ejerce la violencia, así como las implicaciones e impacto que genera en las personas que la viven es un primer paso para transformar estas prácticas.



ACTIVIDAD

El iceberg de las violencias

Mostramos la imagen del Anexo 2 (al final de este documento) para crear un lenguaje común sobre a qué nos referimos cuando se busca reconocer la violencia que alguna vez hayamos perpetrado. Se puede propiciar meditar en torno a la imagen en silencio. En caso de que esta imagen llegue a generar controversia, podemos acompañar la reflexión con instrucciones como:

“Esta actividad se refiere más a observar aquello que no siempre es visible dentro de una relación. Antes de centrarse en la “parte visible” de la violencia, les pido que hagan un esfuerzo por recordar al menos una vez en la que les haya ocurrido algo de los niveles inferiores de este iceberg”.



La urna

Guión: “Entendemos que hablar sobre aquellas violencias que ejercemos o alguna vez hayamos ejercido resulta un esfuerzo difícil para muchos de nosotros pero sí podríamos asegurar que resulta una oportunidad de desahogo y liberación. Para poder lograr esto, podemos servirnos del cuerpo colectivo para asumir la incomodidad. Una oportunidad para romper el pacto entre hombres consiste en aprender también a escuchar y asumir responsabilidad sobre ciertos daños que hemos perpetrado o permitido cerca de nosotros.”

Para ello, haremos la siguiente actividad:

1. Tener preparada una urna o caja en donde se pueda asegurar que las confesiones serán anónimas.
2. Exponer algunos testimonios o historias de mujeres que han vivido violencias. Podemos servirnos de la actividad “Solo es un piropo”).
3. Distribuimos un pedazo de papel pequeño y exponemos esta pregunta:
 - ¿Si tuvieras algo que confesar sobre alguna vez que hayas ejercido violencia contra una mujer en tu vida, ¿cómo lo compartirías con el grupo?

Sesión 7: Nombrar las violencias

4. Cuando se hayan escrito las confesiones se colocan en la urna.
5. Para la lectura de cada papel, se pide a los hombres que se sienten en un círculo en medio del salón. A continuación, quien facilita las va leyendo cuidando que en el grupo esté la motivación para dar soporte como colectivo y si se puede, fomentar que estas confesiones les pertenecen a todos los presentes por el hecho de estar compartiendo el taller.
6. En plenaria se pregunta al grupo: ¿Qué piensan y cómo se sienten con lo escuchado?
 - a. Se puede complementar dando en mensaje clave o de reflexión de la sesión.
 - b. ¿Cómo sería relacionarte contigo mismo y con otros hombres a partir de la reflexión de estas confesiones?
 - c. ¿Sería importante que cada vez más hombres pudieran escucharse entre sí sobre nuestras violencias para hacer un mundo mejor? ¿Por qué?

Cierre

7. Antes de la despedida, se invita a que los hombres continúen sentados en círculo y en medio se enciende la vela. Cada hombre cerrará los ojos y dará tres respiraciones profundas,

NOTA

Es importante que quien facilite también escriba algo sobre su vivencia personal.

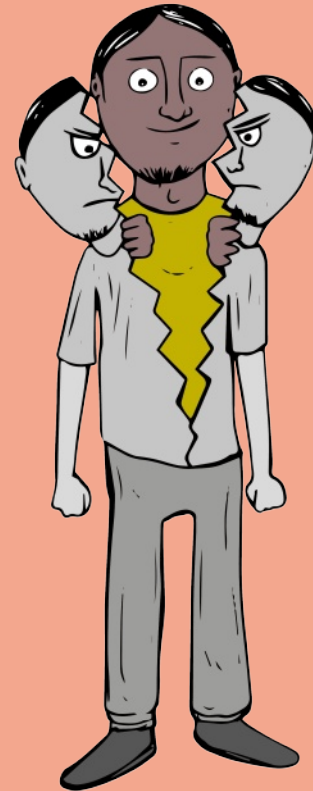
después, abrirá los ojos y se les pedirá que en silencio se observe fijamente la llama, mientras que el facilitador poco a poco arrojará los papeles a la veladora para así relajar de un manera silenciosa todos los temas delicados tratados durante las confesiones.

8. Se agradece al grupo por compartir su vivencia y por acuerparse durante la sesión.

LÍNEA DE FORMACIÓN

3. ROMPER

En esta línea de formación se busca que los participantes reconozcan el impacto de la violencia en la construcción de su identidad como hombres, que reconozcan la incomodidad fundamental que ésta representa e identifiquen los patrones de conducta, emocionales y de pensamiento a transformar para adoptar nuevas formas de masculinidad y desprenderse de otras. Esta línea de formación está conformada por 4 sesiones de trabajo (sesiones 8, 9, 10 y 11).



ROMPER

SESIÓN 8



Mosaicos Kintsugi

■ **Objetivo:** Sensibilizar por medio de la terapia del arte respecto del daño generado por conductas o comportamientos violentos de parte de los hombres.

└┐ **Ejes temáticos:** Agencia personal, Paternidad y afectos.

└┐ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

🕒 **Tiempo:** 120 min.

✎ **Materiales:** Piezas de barro (plato o jarrito), pinceles, pintura acrílica, plastilina, 5 pedazos de madera de 30x30.

Conceptos/reflexión de apoyo: El 'kintsugi' es una técnica centenaria de Japón que consiste en reparar las piezas de cerámica rotas y que ha acabado convirtiéndose en una filosofía de vida. Cuando hablamos de VbG, esta puede ser una metáfora poderosa para promover psicoeducación que pueda generar conciencia a los hombres de sus errores y las huellas que dejan en las vidas de otrxs.



ACTIVIDAD

Este taller consiste en pintar piezas de barro de manera libre basándose en conocimientos previos, técnicas de patrones o emociones en cada hombre.

Se le pide al grupo que se coloquen en la silla con la espalda lo más erguida posible y los pies bien plantados en el piso. A continuación, se les pide que cierren los ojos para escuchar una anécdota sobre el nombre de este taller:

"El nombre de este taller deriva del arte oriental de reconstruir piezas de porcelana a su forma original después de que se han roto. Resaltando sus grietas con oro, estas piezas incrementan su valor por el hecho de contar con imperfecciones; encontramos una analogía fiel a todas aquellas veces en que el comportamiento masculino 'rompe' con relaciones y vínculos afectivos que buscan ser restaurados: un reflejo de lo que se vive socialmente con los hombres que buscan comportamientos cada vez más equitativos".

Sesión 8: Mosaicos Kintsugi

Mientras se va haciendo el relato se va colocando frente a ellos, una pieza de barro.

"Te pido que lentamente vayan abriendo los ojos para observar el objeto que tienes frente a ti, tómallo entre tus manos, obsérvalo con detenimiento. Ahora nos prepararemos para las siguientes instrucciones".

La actividad consta de tres tiempos, pintura, ruptura y reconstrucción:

Pintura

1. Cada participante se hace cargo de una pieza de barro que será rellenada en su totalidad con pintura con el diseño que se elija.
2. Durante el proceso de pintura, se comparte contenido como el de la actividad "Sólo es un piropo" (sesión 13). Los niveles de concentración y reflexión se potencializan durante una actividad manual.

Ruptura

3. Cuando se hayan secado las piezas, todos los hombres las van a arrojar contra el suelo. Seguramente habrá muchas muestras de consternación, pero pediremos que el ejercicio se realice íntegro y todos rompan aquello que pintaron.



Descubrimiento. La terapia del arte emplea un lenguaje implícito para movilizar la conciencia masculina de los hombres en el descubrimiento de acciones de "reparación de daño" y "rendición de cuentas" de sus violencias.

4. Intermedio de psicoeducación (puedes servirte de la recomendación que dejamos en la página siguiente).
5. Creación colectiva de mosaicos de colores. Después de que cada pieza se haya secado lo suficiente, el grupo se coloca en una ronda y todos los asistentes rompen uno a uno su pieza como una forma de desprendimiento y catarsis. Se recomienda que el facilitador también haya pintado una pieza para él mismo poner el ejemplo y empezar la ruptura.

Reconstrucción

6. A continuación, se divide el grupo en equipos de tres o cuatro personas y a cada equipo se le acerca una barra de plastilina y un pedazo de madera. Cada equipo recupera algunos pedazos del suelo con la instrucción de construir de manera libre algo bello ensamblando las piezas que necesiten. Mientras se reúnen a pensar en la reconstrucción se puede reflexionar acerca de cuándo, siendo hombres, “rompen” algo

Mosaicos Kintsugi. En las Prácticas Narrativas se considera primordial el uso de la palabra. Saber qué significa para los hombres la responsabilidad ante sus conductas violentas, propicia el aprendizaje colectivo de buenas prácticas dentro de grupos de confianza.



preciado. Así mismo, ¿Qué significa, tener una oportunidad para restaurar con nuestras propias manos algo que quebramos antes?

7. Cada equipo expone su trabajo de reconstrucción y promovemos que compartan un breve comentario que relacione el ejercicio con alguna experiencia en sus vidas.

RECOMENDACIÓN

Durante los tres momentos del taller, es importante contar con medios para registrar cada participación pues es una actividad con alto contenido emocional y la interacción con los materiales conlleva en sí misma la psicoeducación.

La actividad “Coraje, agresión y violencia” (sesión 10) es la más idónea para el intermedio de psicoeducación mencionado.

SESIÓN 9



Pertenecer a la manada

■ **Objetivo:** Reflexionar sobre las implicaciones emocionales y psicológicas que conlleva el ajustarse al rol de hombre definido por las estructuras machistas y patriarcales.

└-- **Eje temático:** Relaciones con el poder.

┆┆ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

🕒 **Tiempo:** 45 min.

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: ¿Cómo es la ideología del macho? Aquello que hace pensar al hombre que, si él no puede demostrar su virilidad, no es persona. Está tan comprometida la humanidad del sujeto masculino por su virilidad, que no se ve pudiendo ser persona digna de respeto, si no tiene el atributo de algún tipo de potencia.” Rita Segato (2019).



ACTIVIDAD

1. Se invita a cada hombre a que comparta una experiencia personal donde haya sentido miedo por algún grupo de hombres.
2. Cuando todos los asistentes hayan podido compartir su experiencia, los invitamos a reflexionar en torno a la siguiente psicoeducación:

La violencia masculina se caracteriza por tres componentes:

HACIA UNO MISMO
HACIA LAS MUJERES
HACIA OTROS HOMBRES

3. Para finalizar se hacen las siguientes preguntas:
 - ¿Qué sensaciones te provoca haber escuchado a todos los compañeros? ¿Piensas en algún hombre cercano a ti al que le pudiera servir una reflexión como la que acabas de hacer? ¿Cómo le podrías hacer para involucrarte con él de manera cálida y respetuosa?

Sesión 9: Pertenecer a la manada

Conviene tener preparada la forma que más te acomode para documentar las participaciones de cada participante, recordando que también el silencio forma parte de la reflexión en los hombres.

NOTA

El nivel de confianza debe estar garantizado para que el grupo de asistentes sea capaz de sostener esta actividad dado el nivel de vulnerabilidad que puede implicar.

SESIÓN 9

iMarabunta!



■ **Objetivo:** Cuestionar la llamada naturaleza biológica del género y la violencia.

└- **Eje temático:** Autoconocimiento.

└- **Ejes metodológicos:** Psicoeducación, prácticas narrativas.

🕒 **Tiempo:** 10 min.

✎ **Materiales (opcionales):** Hojas blancas, lápices, crayolas.



ACTIVIDAD

Preparación del ejercicio

1. El grupo se divide en grupos de pares. Para preparar la interacción que habrá entre ellos, cada pareja hará un reconocimiento corporal a manera de calistenia conjunta, por ejemplo:
 - a. espalda con espalda darán tres respiraciones profundas para crear conciencia del otro. Y pueden bajar hacia el piso y regresar a pararse sin más apoyo que el contrapeso del otro.
 - b. Pueden experimentar su equilibrio tomándose con las manos entrecruzadas, juntando las puntas de los pies con las del compañero y juntos extienden los brazos hacia atrás y hacia adelante en un ritmo sincronizado, intentando mantener una postura estable.
2. Después, cada pareja toma un descanso de los ejercicios anteriores y se pide que elijan un animal que tenga al menos tres características protectoras, fuertes y/o territoriales (por ej., toro, jaguar, perro, etc.).

Opcional: Si el grupo se presta, se puede hacer un dibujo del animal que eligieron y enlistar las características que reconocen en él. Durante el resto de la jornada se puede mantener un collage en la pared con todos los dibujos.

Actividad de cierre

3. Se colocan las parejas en el centro del salón haciendo una fila (frente a frente).

Se da la instrucción de que cada persona debe llegar al otro lado del salón tomando la identidad del animal elegido, es decir, haciendo los sonidos y movimientos de este animal. Pero, cada uno impedirá que el otro transite libremente y lo intentarán actuando como el animal que eligieron (ejerciendo, actitudes, ruidos, comportamientos). Se puede activar a todas las personas simultáneamente si está garantizado que haya orden, en caso contrario se puede disponer a que cada pareja tome un turno mientras que las demás serán espectadoras desde su posición en el salón

4. Después de tres intentos, detener el ejercicio. Se les pide que respiren profundamente y se sacudan el “personaje”. A continuación, se les invita a reflexionar sobre ¿Qué comportamientos similares tienen o han tenido y en qué situaciones podrían o actúan así?
5. Regresar al ejercicio, pero ahora hacerlo con actitudes de colaboración, apoyo y cuidados (yendo de un lado a otro tomados de la mano, sosteniéndose del hombro, etc.). La transición resultará más poderosa si pensamos, por ejemplo, en animales con características diferentes como hormigas, gatos, abejas o los que se le ocurran.

RECOMENDACIÓN

Siempre cuidar la integridad física de las personas, si en el grupo aún no hay garantizadas prácticas de cuidados entre sí, es mejor omitir el enfrentamiento, aunque sea pedagógico.

NOTA

Esta actividad es ideal para concluir el cierre de Rally, por ende, el nivel de confianza en el grupo deberá estar garantizado ya que será una actividad muy corporal, que podría ser susceptible para un grupo que aún no se conozca del todo.

SESIÓN 10



Coraje, agresión y violencia

■ **Objetivo:** Discernir entre los mecanismos biológicos que constituyen la agresividad y los mecanismos violentos aprendidos.

└ **Ejes temáticos:** Autoconocimiento, relaciones con el poder.

└ **Ejes metodológicos:** Comunidad de indagación, psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 5 min (comunidad de indagación), 15 (psicoeducación), 10 min (integración de conclusiones).

Conceptos/reflexión de apoyo: Estos tres conceptos pueden ampliar la perspectiva. La violencia como acto definitivo de sometimiento humano no surge de la nada. Comúnmente se identifican procesos emocionales dentro de quien la ejerce (victimarios) y quien la resiste (víctimas) que nos hacen intuir que no es meramente una conducta “desviada” o patológica. Además, quien ejerce la violencia pocas veces se da cuenta de todos los componentes psico-socioemocionales que escalan hasta dicho comportamiento no deseado, por ello, es importante reconocer algunos conceptos clave de inteligencia emocional para capacitar a los hombres en el reconocimiento de sus reacciones más humanas.



ACTIVIDAD

Comunidad de indagación

1. Quien facilita pregunta al grupo que pueda describir, ¿Qué es lo primero que le viene a la mente cuando escuchan las palabras: coraje, agresión y violencia? Se promueve representar con mímica dichos entendimientos.

Psicoeducación

2. Al finalizar, quien facilita puede ir complementando las ideas del grupo con los siguientes elementos:
 - Coraje: Capacidad humana para salir adelante en la vida: al levantarse, desayunar, preparar la ropa, solicitar trabajo o cuando se termina esa actividad que tanto me gusta y termino con un senti-

miento de satisfacción. Todo ello es coraje, y es, sobre todo, una energía vital que expresa la vida en movimientos y al alcanzar las metas y logros. Todo esto se relaciona con el bienestar emocional, pues está fundamentado en actividades que gustan, agradan y hacen sentir viva a la gente. A menudo, se comete el error de relacionar el coraje con la ira, que es una emoción desestructurante también conocida como rabia, cólera o furia, que se manifiesta en situaciones consideradas injusta o que atentan contra el bienestar de una persona.

- Agresión: Es aquella respuesta que da una persona que tiene menos poder – y se encuentra en una situación de vulnerabilidad. Quien hace un acto de agresión lo hace porque siente que se le está violentando. Es una forma de decir “deja de molestar”, “déjame de molestar”, “déjame en paz”. Es una forma inadecuada, porque genera daño, pero a veces las personas que viven violencia tienen que recurrir a ella para romper el ciclo de maltrato. Quien ejerce la agresión tiene una situación emocional debilitada. Reconocen rápidamente el daño que generan y sienten culpa. Es una forma de victimización secundaria pues comúnmente son llamadas personas violentas cuando son ellas las que lo reciben, pero sólo están respondiendo a ella desde una posición de inferioridad.

- Violencia: La OMS señala que la violencia es el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

Integración de conclusiones

3. De cada concepto compartido, se solicita que cada hombre ponga un ejemplo concreto y, con sus propias palabras, que relacione su vivencia personal con él.
4. Terminar la sesión circulando la siguiente pregunta a la plenaria:
 - ¿De qué manera las historias que acabas de escuchar podrían transformar algunos pensamientos que tienes sobre ti y otros hombres?

SESIÓN 10



Taller de teatro guiñol: Personajes de la masculinidad

■ **Objetivo:** Uso de la externalización como forma para caracterizar el machismo como un fenómeno social antes que un rasgo de identidad individualizado.

└─ **Eje temático:** Autoconocimiento.

└─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 45 min.

✎ **Materiales:** 3 Metros de tela, pintura vinílica, rafia o lazo.

Conceptos/reflexión de apoyo: “Cuando las palabras no alcanzan para expresar todo lo que queremos, somos y soñamos, podemos hacer uso de otros vehículos como el cuerpo o el arte. Será su mano, dedos y anonimato quienes participen el día de hoy en sustitución de sus rostros”. La externalización es una práctica narrativa que plantea que los problemas se mantienen fuera de la identidad del individuo y precisamente es la asunción de dichos problemas como parte de la vida interna de las personas lo que genera la percepción de que siempre han existido o su dominio es absoluto.



ACTIVIDAD

1. Acercamos botes de pintura de diversos colores al centro del grupo. Al mismo tiempo que preguntamos, ¿qué color elegirías para definir una forma del coraje, de la agresión o la violencia?
2. Cada hombre se pintará la palma de su mano tratando de pintar un personaje basado en alguno de estos tres conceptos.

“Si hubiera una expresión que caracteriza a los hombres (agresividad, sensibilidad) y que exista dentro de ti, trázala como si fuera un personaje en tu palma (si el grupo está preparado, podemos pedir que creen a un personaje de cómo son los hombres cuando ejercen violencia o dominación). ¿Cómo le llamarías? ¿En qué punto de tu historia habrá nacido? ¿Qué sucesos hacen que

emerja? ¿Cuáles son los costos de que salga a manifestarse en tu vida?"

3. En parejas, organizaremos breves representaciones sobre estas expresiones a manera de teatro guiñol. Montamos una tela de manera que cubra a los hombres a nivel del busto y el rostro para bajar los niveles de nerviosismo. Alzando las manos por encima de este telón es que con sus manos compartirán esa anécdota en forma de sketch.
4. Fomentamos que el público intervenga a modificar la escena a partir de cómo podría vivir de manera más digna y justa.
5. ¿Qué les pareció haber sido testigos de estas actitudes, ¿Cómo creen que viven las mujeres que son nuestras compañeras de trabajo, familiares o parejas?

Variante: En sustitución de las manos, se podrían diseñar y pintar máscaras para dar vida a dichos personajes

SESIÓN 11



Intercambio de roles

■ **Objetivo:** Sensibilizar sobre los implícitos jerárquicos que forman la identidad masculina.

└. **Eje temático:** Paternidad y afectos.

└. **Ejes metodológicos:** Psicoeducación, prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 15 min (juego de roles), 15 min (comunidad de indagación).

✎ **Materiales:** Sillas o bancas.

ACTIVIDAD

Juego de roles

1. Dividimos al grupo en dos. Uno se colocará de pie arriba de las sillas o bancas. En caso de no contar con ellas, este grupo se mantiene de pie mientras que cada miembro del otro grupo se colocará sentado frente a cada su compañero.
2. Quienes se mantienen en la posición alta reciben la instrucción de disciplinar con palabras y gritos a quienes están en frente de ellos. El regaño puede durar de dos a tres minutos. Es importante señalar que quienes regañan deben asumir su rol, es decir, deben evitar reírse o quedarse callados.
3. Invertimos los grupos para que ahora se experimenten en la posición opuesta y repetimos el ejercicio.

Comunidad de indagación

4. Se le pide al grupo que se coloque en parejas y que éstas compartan cómo se sintieron en cada rol y de qué manera este rol se vincula con el patriarcado?
5. Después de unos minutos se comparte en plenaria algunas reflexiones
6. En plenaria se le pregunta al grupo: ¿Desde cuál de las dos posiciones crees que se define tu forma de ser en casa/trabajo/pareja? ¿Y cuál de las dos posiciones definirían a los hombres que conoces?

7. Para finalizar se pide al grupo que se organice para establecer una forma más justa de conversar las diferencias o desacuerdos. Se les pide que vivencien esta nueva forma en sus parejas.

NOTA

En el juego de roles se puede fomentar que se inspiren en alguna vez que hayan disciplinado a algún “hombre pequeño” o alguna ocasión en que hayan sido ellos “hombres pequeños”.

SESIÓN 11



Yo soy un poema¹⁴

■ **Objetivo:** Alentar a los hombres a describir su identidad desde conceptos poco explorados desde la masculinidad tradicional.

└─ **Eje temático:** Agencia personal.

└─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

🕒 **Tiempo:** 50 min.

✍ **Materiales:** Fotocopias del formato de poema y lapiceros.

Conceptos/reflexión de apoyo: Ejercicio literario-poético para promover una identidad diversa para cada participante y no sólo desde los entendimientos unidimensionales de genitalidad, productividad o fuerza.



ACTIVIDAD

Escribiendo el poema que soy

1. Se le pide al grupo que se coloque en el espacio de forma cómoda haciendo tres respiraciones lentas y profundas. A continuación, se les entrega a cada participante el formato *Soy un poema* (Anexo 3).
2. Se les indica que tendrán 20 minutos para escribir su poema. Les sugerimos iniciar leyendo primero todos los elementos que se incluyen y posteriormente comenzar a llenar el formato.
3. Voluntariamente, se les pide que compartan su poema.
4. Al finalizar se le pregunta al grupo: ¿Con qué se quedan del ejercicio que hicieron y de lo compartido por el grupo?, y ¿Qué nos dice de lo que es importante para ti y para tu compañero? ¿En qué amigo o familiar piensas que un ejercicio como este le podría enseñar una forma diferente de describirse?

14. Ejercicio original del grupo *The Shor* de India. Traducción libre y adaptada por el Colectivo de Prácticas Narrativas <https://www.colectivo.org.mx>.

SOY UN POEMA

Anexo 3*

Yo soy _____ y _____
(2 adjetivos acerca de ti)

Yo me asombro _____
(qué te asombra)

Yo escucho _____
(qué escuchas)

Yo veo _____
(qué ves)

Yo soy _____ y _____
(repetir la primera línea)

Yo busco _____
(qué buscas)

Yo siento _____
(qué sientes)

Yo palpo _____
(qué palpas)

Me preocupa _____
(qué te preocupa)

Yo lloro _____
(qué te hace llorar)

Yo soy _____ y _____
(2 adjetivos acerca de ti)

Yo entiendo _____
(qué entiendes)

Yo creo _____
(en qué crees)

Yo sueño _____
(qué sueñas)

Yo trato _____
(qué tratas de ser/ hacer)

Yo deseo _____
(algo que tú desees)

Yo soy _____
(tu nombre)

***Anexo 3.** Al final de este documento, en la sección de anexos, encontrarás este mismo formato de poema.

LÍNEA DE FORMACIÓN

4. ACTIVAR

En esta línea de formación se busca que los participantes propongan acciones para transformar sus prácticas cotidianas desde una perspectiva de masculinidades no violentas y se comprometan a realizarlas. En esta línea de formación se han propuesto tres sesiones con duraciones de entre 2 a 4 horas cada una, (sesiones 12, 13 y 14).



ACTIVAR

SESIÓN 12



Cuidados y trascendencia

■ **Objetivo:** Relacionar el tema de la paternidad, así como las ideas de responsabilidad y cuidado, con la idea de trascender en la vida.

└. **Ejes temáticos:** Agencia personal, paternidad y afectos.

┆. **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 10 min (presentación de temas), 30 min (café del mundo), 15 min (integración y cierre).

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores, post-it y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo:¹⁵ En términos comunitarios, un hombre “trasciende por lo que cuida”: este principio tiene relevancia dentro de las identidades masculinas a nivel local. Pero, ¿de qué maneras opera este principio dentro de la identidad masculina? Una parte de la instrucción social para aprender a ser hombres tiene relación con la entrega y la productividad, de esa manera es que el hombre aprende a buscar el rendimiento más óptimo en los proyectos donde “se pone el cuerpo y el alma” “donde se suda, sangra y llora”. En este sentido a la hora del cuidado, es común que se produzca un fenómeno de “rasgarnos las vestiduras” ya que la sola idea entregarnos de manera desaforada a cierta forma de cuidar, otorga la falsa idea de privilegios, victimizaciones o justificaciones morales que suelen utilizarse para sacar provecho o ventajas de situaciones.

Por otro lado, cuando el hombre renuncia a la responsabilidad de los cuidados, también está haciendo uso de privilegios respecto a aquellas personas que sí los ejercen sin opción (generalmente, las mujeres). Hablando sobre paternidad, se puede palpar de manera casi masiva en la idea incómoda de que los hombres también son capaces de abandonar a sus hijos pero, a diferencia de las mujeres que abortan ejerciendo un derecho a decidir sobre su cuerpo y sobre su vida, de parte de muchos hombres la renuncia a la paternidad se refleja en no asumir las consecuencias de sus acciones y deshacerse de una responsabilidad haciéndola recaer en alguien más.

15. Bibliografía recomendada: Ruvalcaba, Hiram (2021) *Padres sin hijos*, Editorial Universitaria UANL, México..



ACTIVIDAD

En esta sesión proponemos tres temas para conversar el tema de los cuidados y la trascendencia, porque si bien hay quienes tienen biológicamente hijos/as, estas palabras podrían no ser un tema demasiado incluyente cuando se trabaja con adolescentes u hombres que deciden no procrear ni ejercer cuidados de crianza:

- a. Autorrealización productiva: La actividad laboral o académica que se encargan de cuidar.
- b. Responsabilidad afectiva y crianza: El “aborto” que hacemos los hombres y la sociedad a las infancias.
- c. Servicio a mi comunidad: Atención para beneficiar a quienes no se pueden cuidar por sí mismos (naturaleza, bebés, abuelos, personas con capacidades diferentes, etc.)

Café del mundo

1. Dividir al colectivo en tres grupos grandes, de preferencia que cada grupo pueda sentarse alrededor de una mesa.
2. En cada mesa se discutirá uno de los tres temas.
3. Cada grupo tendrá 10 minutos para hablar en torno al tema asignado en ese círculo para después cambiar hacia los dos

restantes. Para iniciar la conversación se puede recurrir a estas preguntas:

- ¿Qué emoción es la que domina cuando los hombres hablamos sobre este tema?
- ¿Para todos los hombres significa lo mismo este tema? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
- Si los hombres participamos más en atender este tema ¿cómo se viviría en la familia, el vecindario y la chamba?

En cada mesa se deja un papelógrafo para que cada equipo pueda registrar sus conclusiones cuando sea su turno. Para ello, se asigna a un voluntario en cada rotación que pueda asumir la transcripción.

Integración y cierre

Al terminar la rotación por los grupos, se procede a analizar brevemente los tres papelógrafos con las opiniones escritas. Como mínimo, pueden compartir su opinión tres de los asistentes tocando cada tema:

¿Cómo les “tocan” estos temas? ¿Hay fibras sensibles o partes de ustedes que no habían explorado antes?

SESIÓN 12



Esculturas sociales

■ **Objetivo:** Sensibilizar a través del uso del cuerpo conceptos interiorizados relacionados a la violencia de género.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 45 min .

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: El teatro del oprimido se basa en el estudio interactivo de escenas que simulan la realidad y el juego de roles, analizando las relaciones de poder y los mecanismos de opresión presentes en la sociedad en sus distintos niveles. La opresión, en muchas ocasiones, se encuentra principalmente en la cabeza de cada individuo. Sus técnicas introspectivas y de extraversión permiten, a los grupos que las practican, enfrentar sus propios miedos y prejuicios internos causantes en muchos casos de las opresiones más esquivas a un primer análisis, como pueden ser la soledad, el miedo al vacío o la incapacidad para comunicarse (Boal, 2004).



ACTIVIDAD

Para esta actividad recomendamos que el grupo ya posea un grado de sensibilidad, para poder trabajar de manera íntegra con el cuerpo y en confianza con el grupo.

1. Calentamiento: Se pueden hacer malabares colectivos o alguna otra actividad de distensión muscular previa a la práctica principal.
2. Se divide el grupo en equipos de tres personas, una de ellas tendrá el papel de escultor mientras que las otras dos serán “esculpidas”.
3. Instrucciones para los escultores:

“Con los cuerpos que disponemos vamos a construir distintas situaciones estáticas a manera de estatuas vivas, algo así como

congelar una imagen que más se apegue a las palabras que diré. Por ejemplo: ¿cómo haríamos una escultura que represente 'una victoria', 'la paz', 'la guerra', 'un domingo familiar', 'un cumpleaños'?"

Con esta instrucción estimulamos que el escultor mueva en silencio y lentamente a sus compañeros, siguiendo las recomendaciones para cuidados. Cuando haya quedado clara la forma de hacer esculturas, procederemos a complejizar un poco más las situaciones, con el fin de promover masculinidades no violentas.

4. Después de una respiración profunda, los escultores ahora construirán formas como "paternidad", "discriminación", "violencia en el noviazgo", "denunciar un abuso".
5. ¿Cómo perciben estas esculturas? ¿Es fácil o difícil replicarlas? ¿Qué cambiarían de ellas? Invitamos a que los escultores intervengan la escena para transformarlas a prácticas positivas.
6. De ser posible, el escultor puede contar con una cámara fotográfica para registrar la diferencia entre una escultura y otra para promover la reflexión desde la capacidad real que sí podamos tener para transformar la realidad en hogar/calle/espacio de trabajo.

- 7 Invertimos el rol los participantes para que puedan experimentar ambas posiciones de escultores y esculpidos. Podemos explorar situaciones como "acoso en la calle", "machismo", "violencia psicológica", etc.

Guion para los cuidados: *"En esta actividad no tenemos permitido ningún tipo de humillación o agresión a los cuerpos que vamos a manipular. Antes de cada movimiento, anuncio a mi compañero que moveré su cuerpo y pido su confianza y cooperación. Cuando seamos esculturas, confiamos en que seremos tratados de buena fe, y como escultores lo haremos con consciencia de que somos cuidadosos y estamos haciendo un aprendizaje en comunidad".*

NOTA

Esta actividad se puede trabajar con grupos mixtos (hombres y mujeres), además es ideal para facilitar un aprendizaje colectivo.

SESIÓN 13



Sólo es un piropo¹⁶

■ **Objetivo:** Reflexionar sobre el acoso hacia las mujeres como una forma de violencia de género.

└. **Eje temático:** Relaciones de poder.

⋮ **Eje metodológico:** Comunidad de indagación.

🕒 **Tiempo:** 10 min (sintonizar), 25 min (lectura y reflexión conjunta), 10 min (complementación y cierre).

✎ **Materiales:** Depende de la actividad que se elija: copias del libro *Solo es un piropo*, (Maria Stoian, Océano, 2019), o proyector y bocina.

Conceptos/reflexión de apoyo: El piropo, en el contexto mexicano, suele ser visto como una cuestión de galantería y como una expresión “inofensiva”. Sin embargo, es una forma de violencia hacia las mujeres (antesala de la violencia sexual), tal como lo señala Benalcázar, Cabrera y Ureña (2014): “Es una forma de abuso del poder que tienen los hombres y constituye un acto de violencia por ser una acción no consentida en donde el hombre ejerce abuso de poder de sumisión y cosificación de la mujer al hablar sobre su aspecto físico o con connotaciones sexuales. Es una invasión sorpresiva y vulnera el derecho de las mujeres de transitar con seguridad, tranquilidad y libertad por las calles”. La normalización de este tipo de violencia genera que se culpe a las mujeres que lo viven, señalándolas de ser las responsables por sus formas de vestir o actuar, o de ser exageradas cuando deciden levantar la voz o denunciar.



ACTIVIDAD

Sintonizar

1. Generar un ambiente propicio para practicar la escucha durante al menos 10 minutos. Esto lo puedes generar mediante ejercicios de respiración o alguna actividad manual.

Lectura y reflexión conjunta

2. Se pide al grupo que se coloque en un círculo, a continuación, quien facilita lee entre dos o tres historias del libro *Solo es un piropo*, de Maria
16. Se sugiere realizar esta sesión cuando se haya establecido un espacio de confianza entre los participantes.

Stoian, que despierten la curiosidad de los oyentes. En caso de que no cuentes con este material, puedes proyectar el siguiente video:

- <https://youtu.be/yuU3ePaTRfI?t=64>

3. Al finalizar se hacen las siguientes preguntas para promover la reflexión.

- ¿Cuántas actitudes frente al acoso encuentras en los hombres de cada historia?
- ¿Por qué crees que les suceden estas cosas a las mujeres?
- ¿Qué te imaginas que genera este comportamiento en los hombres?

4. A partir de estas preguntas, vamos llevando la reflexión a un terreno más personal con preguntas como:

- ¿Has estado cerca de alguna situación como esta?,
- ¿Cómo actuarías o actuaste? ¿Cómo viste que actuaron los hombres que estaban cerca?
- Si pudieras cambiar algo de esas actitudes en nosotros frente al acoso, ¿qué sería?

- ¿Alguna vez has ejercido o participado en actos como estos hacia alguna mujer?

Complementación y cierre

La actividad en este punto se puede conectar con una reflexión más profunda empleando las siguientes variantes.

Variante 1: Si tu grupo se encuentra muy motivado por este trabajo, puedes invitar a que cada asistente elija una historia y pueda representarla oralmente al grupo.

Variante 2: Puedes servirte de la actividad “Nombrar las violencias” (sesión 7) para llegar a un aprendizaje significativo de la indagación anterior.

SESIÓN 13



Coquetear sin acosar

■ **Objetivo:** Construir aprendizaje colectivo respecto al consentimiento en las relaciones sexoafectivas, noviazgo o cortejo.

└ **Ejes temáticos:** Autoconocimiento, relaciones con el poder.

└ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 30 min.

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: Una de las inquietudes más urgentes de hombres solteros consiste en poder “conseguir pareja”. En este intento, es muy común el prejuicio que como hombres atribuimos a las mujeres cuando decimos que se han vuelto “más difíciles” o que “ya no aguantan un piropo”, “que ya no se les pudo decir nada”, “que ya no les gustan los detalles”, etc. El consentimiento sexual se define como el acuerdo verbal o no verbal para participar en un acto sexual, entendiéndose este último como besos, caricias, contacto íntimo, penetración, entre otros. El consentimiento es una manera de establecer si todas las partes involucradas en la relación sexual lo hacen a gusto, de forma sana y consciente. El consentimiento también aplica para el coqueteo: coquetear sin consentimiento puede resultar muy incómodo para la persona que recibe el coqueteo sin desearlo. Ahí es cuando el coqueteo puede convertirse en acoso.



ACTIVIDAD

1. Se pide al grupo que se coloquen en círculo. A continuación, se van haciendo las siguientes preguntas y se van registrando sus respuestas en papelógrafos.
 - a. ¿Cómo vivimos el NO de una mujer cuando intentamos acercarnos a ella en una fiesta/trabajo/calle?
 - b. ¿Sabemos distinguir cuando estamos incomodando a una mujer?
 - c. ¿Alguna vez aprendimos sobre límites cuando una mujer nos atrae, pero no somos correspondidos?

d. ¿Cuál es la reacción más común en la que nos vemos envueltos cuando una mujer nos atrae?

2. Complementación y cierre: Quien facilita complementa con la siguiente información:

"Cuándo 'No es no' y 'Sí es sí'.

Pensamos que nuestra sexualidad masculina es plena cuando tenemos la aprobación de nuestras parejas, pero pasa que, hay mandatos de poder y fuerza que nos hacen creer que esa aprobación nos la deben, ¿por qué? ¿por el simple hecho de ser hombres? ¿no toleramos el rechazo, aunque sea este diplomático?

El principal objetivo del 'ligue' debería ser que las dos personas lo disfruten por igual: debemos aprender a pedir permiso y saber comunicar cómo queremos que nuestros cuerpos interactúen, y si tenemos que insistir, no es consentimiento. Si es silencio su postura, no es consentimiento. Si tengo que someter a alguien o forzar a llevarles a mi casa o que me inviten a la suya, no es consentimiento. Si recibe con desagrado palabras nuestras, no es consentimiento. Si tenemos que argumentar, negociar o debatir para poder ir a la cama con alguien, no es consentimiento y, si la persona

que me atrae está alcoholizada o drogada, tampoco es consentimiento.

En cambio, sí es sí cuando hay comunicación y cuando deliberadamente escuchamos un acuerdo sobre qué tipo de experiencias queremos compartir, ya sea un mensaje, una caricia o una relación sexual. Sí es sí, cuando aprendimos a respetar el espacio personal de cada quién. Sí es sí, cuando nuestra iniciativa para el coqueteo se corresponde a la iniciativa de la otra persona para interesarse en nuestras vidas".

SESIÓN 14



Manifiesto para hombres en barrios

■ **Objetivo:** Condensar el aprendizaje obtenido de los participantes en palabras colectivas de fácil lectura.

└. **Eje temático:** Autoconocimiento.

└. **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** Trabajo fuera del espacio de psicoeducación.

✎ **Materiales:** Papelógrafos, marcadores, post-it y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: Las formas de documentación no sólo se reducen a la palabra escrita, se puede documentar también con dibujos, grabaciones de la palabra oral, figuras con plastilina, fotografías, estencil, etc.



ACTIVIDAD

Esta actividad consiste en “rescatar lo dicho del acto de decirlo”, poniendo atención a cada participación durante las sesiones realizadas recomendamos:

- Encontrar una forma de registrar la palabra de cada hombre en cada sesión, puede ser con una grabadora de voz y todos los papelógrafos como evidencia de cada conclusión
- Búsqueda de coincidencias dentro de los registros para así dar forma a una “declaración de masculinidad no violenta”,
- Escuchar o leer de nueva cuenta lo que se pudo rescatar de cada palabra individual
- Construir un documento narrativo redactado como si fuera creado por una sola voz en primera persona. Puedes servirte de frases relevantes o con alto contenido motivacional para buscar categorías en dicho manifiesto.
- Antes de una lectura pública o subirlas a redes sociales barriales,

recomendamos que el grupo participante pueda conocer este documento antes y preste atención en sus detalles.

- f. Preguntar si en este documento se refleja de la manera más fiel posible aquello que diría cada uno. Este ejercicio es una forma muy dignificante para hacer constancia de lo aprendido por los hombres.

NOTA

Se puede trabajar este documento *a posteriori* y promover que nuevos grupos de hombres se inspiren de las ideas contenidas en éste para crear plantillas de estencil o serigrafía.

SESIÓN 14

Taller de estencil



▣ **Objetivo:** Crear mensajes y diseños populares sobre lo que significa ser hombre, su opinión respecto al acoso en la calle, su relación con formas no violentas de ser hombre y su relación con las mujeres.

└- **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└- **Eje metodológico:** Psicoeducación.

🕒 **Tiempo:** 180 min.

✍ **Materiales:** Marcadores, cúter, papel transparente (acetato, albanene), gioser, pintura en aerosol, colección de diseños monocromáticos, pedazos de cartón reciclado o papel craft.

Conceptos/reflexión de apoyo: Como una forma de convocar a hombres nuevos al grupo o, como cierre de un ciclo de psicoeducación podemos trabajar de manera comunitaria un taller de creación de materiales populares como estencil, serigrafía o cualquier otro arte que sea conocido para la comunidad o el barrio. No es necesario un perfil de experto, aunque puede ayudar que uno o varios de los participantes manejen conocimientos de dibujo o diseño para que puedan guiar a los demás.



ACTIVIDAD

El producto del taller consta de plantillas que son compuestas por dos elementos: mensaje e ilustración.

Mensaje:

1. Cada participante pensará en un mensaje concreto acerca de lo que han aprendido en las reuniones de masculinidades.
2. Nos serviremos del Gioser o letras molde para trazar en el papel transparente una frase concreta pensando que pueda ir dirigida a otros hombres (por ej. “Vetar lo macho”, etc.)
3. Con la navaja o cúter, delineamos los trazos en los que posteriormente pasará la pintura.

Ilustración:

1. Sirviéndose de una colección de imágenes de la cultura popular (de preferencia monocromáticas, corazones, vectores o personajes) cada participante elige algún referente para su mensaje. Si se llegara a dar la ocasión, estimular que sean diseños originales.
2. Colocamos la imagen debajo del papel transparente para calcar con un marcador indeleble.
3. Cuidadosamente, con el cúter o navaja vamos a cortar márgenes y surcos marcados del diseño que será por donde la pintura pueda pasar.

Proyección

Ya que los diseños vayan estando listos, invitamos que los hombres que terminen pronto puedan ayudar a que sus compañeros terminen para que al mismo tiempo todos puedan pasar a pintar sobre pedazos de cartón o, si hay disposición del barrio o comunidad, en alguna pared que sea donada para la ocasión.

SESIÓN DE CIERRE

Que todo el mundo se entere (diplomas colectivos)

■ **Objetivo:** Diseñar un documento para la reivindicación de las masculinidades no violentas a partir de lo aprendido en la psicoeducación.

└─ **Eje temático:** Agencia personal.

└─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 25 min (actividad), 35 min (ceremonia de definición).

✎ **Materiales:** Marcadores, formatos de diplomas.

Conceptos/reflexión de apoyo: De acuerdo con lo que han aprendido gracias a la psicoeducación, se recomienda esta actividad para reafirmar el camino de aprendizajes que hayan hecho los hombres asistentes. Generalmente, los ciclos de talleres se dejan concluir sin antes reafirmar lo que se ha aprendido. Entendemos que uno de los aspectos más sensibles en los hombres es el reconocimiento, entonces, para ello diseñamos esta actividad a manera de “rito de paso”¹⁷ positivo que constate el camino recorrido de cada hombre hacia una identidad lejos de prácticas violentas.



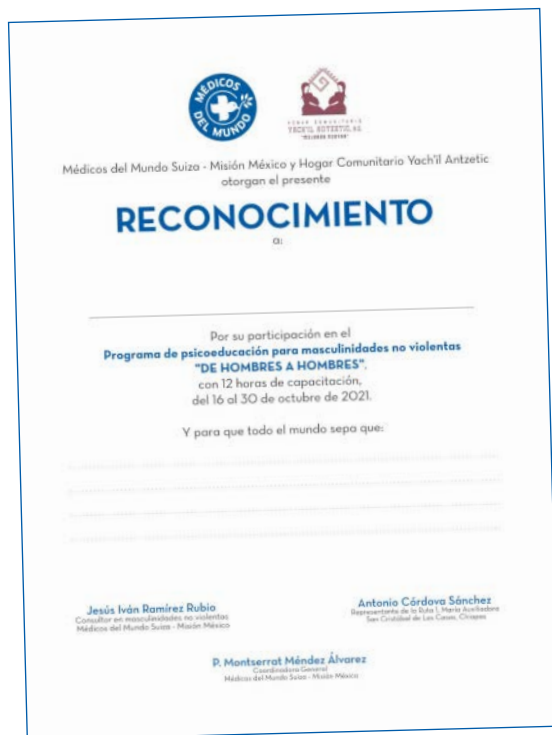
ACTIVIDAD

1. Cada participante buscará una plantilla de diplomas, reconocimientos o certificados que les agraden para así responder a la pregunta:
 - ¿Qué sería lo más importante que has aprendido de estas capacitaciones?
 - Si tuvieras que darle un mensaje a otro hombre que conozcas, ¿cómo lo sumarías en pro de la no violencia?
2. Cada hombre puede personalizar su diploma firmándolo y escribiendo su nombre con su propia letra. Si existen personas con habilidades artísticas, fomentamos que se creen diseños originales.

17. El término rito de paso o rito de iniciación alude a un concepto que designa un conjunto específico de actividades que simbolizan y marcan la transición de un estado a otro en la vida de una persona.

Sesión 14: Que todo el mundo se entere (diplomas colectivos)

Puedes inspirarte de la propuesta de MdM en la imagen de apoyo, en el Anexo 4, al final de este documento.



NOTA

Esta actividad es ideal para una clausura de los ciclos de talleres que organices en tu grupo o comunidad.

Ceremonia de definición

3. Propiciar una plenaria con personas cercanas a los participantes. Cada uno de los hombres toma la palabra para leer en voz alta su propio mensaje. En este punto, es importante que se genere un ambiente de respeto y escucha para la lectura de cada testimonio, además que recomendamos que al término de cada testimonio, sea la familia quien se acerque a ofrecer un saludo o un abrazo mientras que todo el auditorio ofrece aplausos.

LÍNEA DE FORMACIÓN

5. MASCULINIDADES EN EL DEPORTE

En esta línea de formación se propone un conjunto de actividades para trabajar con hombres que están vinculados con el fútbol (que es la experiencia de trabajo que se tuvo). Se puede adaptar a otros contextos y deportes regularmente masculinizados. En esta línea de formación se incluyen además algunas actividades de inicio basadas en una metodología lúdica y cooperativa. Se han propuesto 4 sesiones para completar esta línea de formación (Sesión A, B, C y D).

MASCULINIDADES EN EL DEPORTE



Uno de los grandes socializadores de las masculinidades es el deporte, el que se consume por TV y el que se practica en diferentes espacios. El deporte constituye un escenario para la catarsis colectiva pero también para transmitir valores masivamente a las nuevas generaciones. Sin embargo, el tipo de valores que se transmiten no son siempre coherentes entre sí: la solidaridad, el trabajo en equipo y la superación de la adversidad se mezclan con la competencia, la jerarquía, el machismo y el pensamiento dicotómico (perdedores-ganadores). Estos valores delinear la masculinidad a nivel global y, a veces, es esta imagen que forma referentes nocivos de cómo ser hombre.

Para este bloque explicaremos una forma de trabajo con equipos de fútbol. No dudamos que se puedan hacer exploraciones para otros deportes pues las bases de estas actividades consisten en:

- 1) Generar identidades colectivas que defenderán espacios más inclusivos, menos sexistas y no violentos.
- 2) Resaltar que las canchas también son espacios masculinizados debido a su relación con lo bélico y que estos significados ya no son vigentes.

- 3) Practicar el cuidado y apropiarse de técnicas de manejo del estrés, útiles no sólo para el ámbito deportivo sino en el trabajo de las masculinidades no violentas en general.

De forma complementaria se incluyen actividades lúdicas que tienen como base la colaboración y se sugieren que éstas sean al inicio de cada sesión.

Objetivos:

- Visibilizar qué factores socio - culturales constituyen la formación de masculinidad.
- Integrar valores de equidad y colaboración que hagan contrapeso a los referentes bélicos y de competencia que existen en el deporte.
- Generar la noción de identidades masculinas colectivas que se autorregulan positivamente y que poseen la capacidad de aprender entre sí.
- Identificar otros espacios que se mantienen dominados por valores de la masculinidad hegemónica.

Conceptos / reflexión de apoyo

Hemos diseñado una serie de actividades que tienen la intención de desmontar varios supuestos relacionados con lo varonil como máquina de competencia y sometimiento a partir de la fuerza. En gran medida, los ambientes que sostienen a la masculinidad dominante suelen ser maniqueos, binarios, donde se elogia y privilegia al individuo, imposibilitando entender diferencias o promover la tolerancia. Educarse como si no estuvieras interrelacionado a otras existencias (personas con diferentes culturas, orientación sexual, capacidades físicas y mentales; otras especies o elementos de la naturaleza) está basado en la propiedad privada y el patriarcado y, a su vez, promueve la falsa idea de que existe UN ser que puede tener mayor poder sobre lo demás: el Hombre (entendido de manera genérica). Aunque haya lectores que se sientan muy lejos de identificarse con lo anterior, lo que queremos decir es que la disposición social en donde varias instituciones promueven sus valores (deporte, educación, trabajo, religión) son predominantemente binarias y jerárquicas, por lo que vale hacer una pequeña reflexión que pase a través del cuerpo para cuestionar esos mandatos para siempre ganar, triunfar, dominar, controlar y eventualmente, violentar.

Recomendaciones generales

Uno de los fines de las siguientes actividades consiste en experimentar el carácter lúdico que tiene la colectividad. Pero no cualquier colectividad, sino una donde se haga explícita la postura de tratar de mantenerse al margen de dinámicas de poder, superioridad o jerarquía. Por lo anterior, dejamos a reserva de la naturaleza de cada grupo la implementación de este rally, pues creemos que un requisito mínimo para obtener la reflexión de una actividad centrada en el juego, es una atmósfera de conciencia y fraternidad en el grupo de hombres. De otra manera, podría que se reduzca a la anécdota de sólo haber pasado un buen rato entre colegas.

SESIÓN A



Manos que empujan

■ Objetivos:

- Poner en práctica una actividad física no jerárquica que aporte mayor conocimiento de la identidad de competencia en la cual son instruidos los hombres desde temprana edad.
- Identificar la estrecha relación entre tensiones psicocorporales y actitudes violentas.

└─ Eje temático: Autoconocimiento.

└─ Ejes metodológicos: Educación popular, psicoeducación, autocuidado.

⌚ Tiempo: 5 min (mapeo corporal), 25 min (trabajo en parejas), 15 min (integración y cierre).



ACTIVIDAD

Actividad detonadora: Mapeo corporal

1. Con el grupo dispuesto en círculo, cada hombre alzará sus manos al aire para “calificar” su grado de estrés actual. “Señalen calificando con sus dedos qué tan tensos se sienten corporalmente, donde diez (todos los dedos extendidos) es lo máximo que han estado estresados o incómodos con su cuerpo; y un solo dedo levantado será que están realmente relajados el día de hoy.

Ya que se identificaron con una calificación, se pregunta: ¿qué actitudes has tenido el día de hoy consecuencia de este estado en el que te encuentras?

Este breve mapeo corporal servirá para detectar cuán tenso está el colectivo. Cuando terminen de calificarse se puede mencionar que se recomiendan actividades deportivas o de acondicionamiento físico para manejar los efectos negativos del estrés o la ansiedad.

Trabajo en parejas

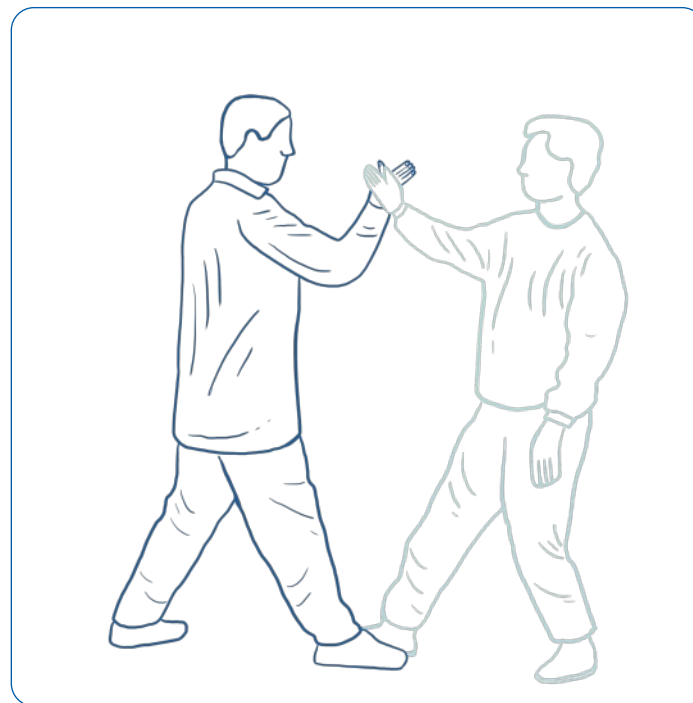
Este ejercicio consta de tres tiempos:

A. RECONOCIMIENTO DE LA ENERGÍA,

2. El grupo se divide en parejas que se colocan de frente la una a la otra. Con los pies alineados a la altura de los hombros, todos harán tres respiraciones profundas (cada uno frente a su compañero):

“El siguiente es un ejercicio milenario del arte marcial Tai-chi. No importa que tus conocimientos sean nulos o que nunca hayas practicado algo parecido, de hecho, este ejercicio es ideal como introducción al reconocimiento de la energía vital llamada Chi.”

Con las manos cayendo livianamente a los costados, darán tres respiraciones profundas con los ojos abiertos se balancean en su eje de izquierda a derecha, lentamente van sincronizando inhalación hacia un lado y exhalación hacia el otro lado del balanceo. Cada uno avanza el pie derecho de manera que ambos estén a la misma altura y distancia. Extienden su brazo derecho para intentar hacer contacto con el compañero con la zona posterior de ambas muñecas. Este será el contacto básico del ejercicio entero pues es importante que se garantice que sólo con ese contacto, puedo “sentir” al otro y sólo sintiéndolo es que puedo comenzar a conocer el estado en el que me encuentro personalmente.



Ambos extienden el brazo derecho, de modo que sus muñecas se toquen por el dorso.



3. Sincronizando su respiración, el primero empuja la mano suavemente hacia el pecho del segundo, el cual, sin oponerse y sin perder la conexión, dibuja un movimiento circular con su mano, esquivando el golpe e inmediatamente dirigiendo su mano al pecho del primero quien repetirá el ciclo con el movimiento circular de su mano.



Cuando el oponente se dirige hacia el pecho del otro, quien recibe “la energía” concede que se abalancen de frente hacia él pero balanceando el torso desde los hombros hasta las rodillas que “resortean” con el ritmo circular del ejercicio. Repetimos esta secuencia y pedimos en todo momento que se encuentren con las muñecas unidas, pues es la base para relajar los cuerpos a partir del trabajo de

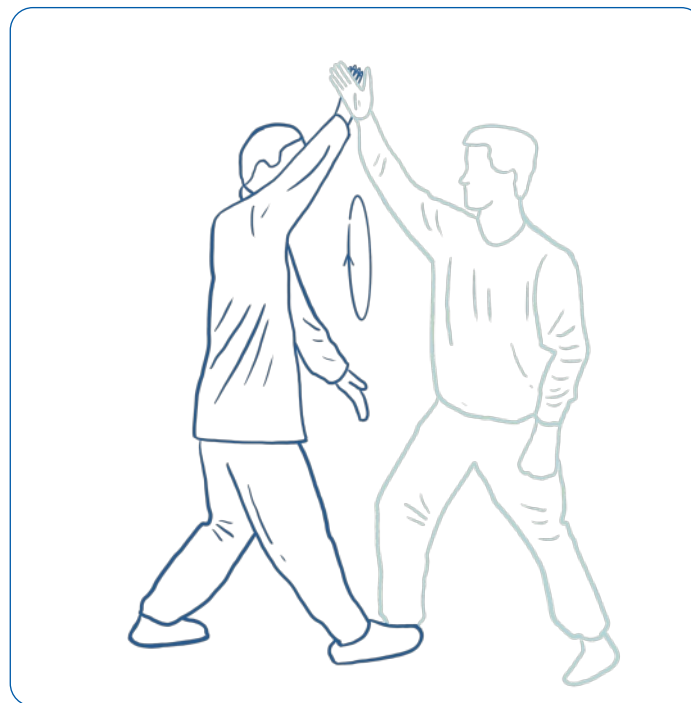
energía que propone este arte marcial. Recordamos en todo momento que no es un ejercicio para demostrar velocidad o efectividad, sino que el objetivo consiste en “sentir” al otro.

Puedes poner énfasis en que durante el movimiento circular, se vayan haciendo conscientes de su propio ciclo de inhalación y exhalación para tratar de hacer sincronidad.

B. EXPLORAR LA CONEXIÓN

4. Profundizar más la conexión involucrando nuevos movimientos (mover las muñecas conectadas en un círculo de arriba para abajo) o agregando la otra mano izquierda que quedó libre en el punto anterior. Esta mano se coloca en el codo del oponente para ahora tener dos puntos de empuje.

De igual manera, repetir estos nuevos movimientos hasta que cada pareja los domine o se habitúe a ellos.



C. GANAR SIN COMPETIR

5. Después de que ya dominen la actividad, se procede a un “combate”, en el cual es importante señalar cuidadosamente que van a experimentar un encuentro de fuerzas que privilegian mantener la conexión en todo momento: necesito al otro para lograr un mayor conocimiento personal; no se trata de una confrontación basada en dominación, sino de la interacción y el crecimiento conjunto.

Cuando ya hayan dominado las dos alternativas descritas en los momentos anteriores, cada pareja explorará cuatro fuerzas fundamentales que aplicarán en medio de la conexión:

EMPUJE.- Literalmente, en cuanto sientan que su oponente se distrae, tienen que emplear la conexión para empujar hacia el frente con el fin de desestabilizar. Con cuidado de moderar la fuerza en este movimiento ESQUIVE, BLOQUEO, PRESIÓN



No se trata de demostrar velocidad o efectividad. El objetivo es "sentir" al otro.

Sesión A: Manos que empujan

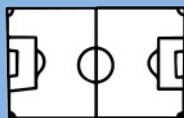
Integración y cierre mediante la creación de un decálogo de la ternura. Se pide que en hojas de reúso puedan escribir una o dos frases sobre la ternura. A continuación se comparten las frases hasta elegir 10 que representen el decálogo del grupo sobre la ternura.

REFERENCIA

<https://www.youtube.com/watch?v=lzOqwkijJzo>

SESIÓN A

El once ideal / Equipo de Vida



■ **Objetivo:** Mapear los fenómenos sociales que influyen dentro de la comunidad de deportistas convocados y su construcción de masculinidad.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Eje metodológico:** Prácticas narrativas.

⌚ **Tiempo:** 60 min.

✎ **Materiales:** Papel kraft, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: El Equipo de Vida es una metodología narrativa para trabajar en colectivo que utiliza metáforas deportivas para permitir que la gente hable de forma diferente sobre sus vidas: las personas que conforman sus 'Equipos de Vida', los 'goles' que han marcado estos equipos y las 'tácticas' que sus equipos ahora intentan desarrollar para hacer frente a los problemas de manera colectiva (Denborough: 2010).



ACTIVIDAD

Existen dos formas de cómo desarrollar esta actividad, de manera personal para luego compartir en colectivo, o directamente en colectivo.

Se pide a los hombres que dibujen un campo de fútbol soccer en una hoja tamaño carta (en caso de trabajar a nivel personal) o en un papel *kraft* grande, si se decide que un solo esquema sea el que se trabaje de manera colectiva:

1. En dicho diagrama, dibujarán una representación de múltiples referentes de símbolos que envuelven al deporte (el marcador, la tribuna, la banca, el marcador). Podemos estimular con preguntas como las siguientes:
 - ¿Quiénes integran tu equipo de vida? Pueden tener presencia en tu vida o ser personas que has conocido en el pasado.
 - ¿Quiénes son las personas que más han influido en tu vida (de forma positiva)?

- ¿Quién es tu portero? Si tuvieras que nombrar una sola persona que te cuida la espalda y con quien puedes contar, ¿quién sería?
- ¿Quién es tu entrenador? ¿Quién es la persona que más te ha enseñado en la vida? ¿Qué tipos de cosas te han enseñado?, ¿Cuál es el lugar en el que consideras que puedes jugar 'de local'?

2. Se puede continuar dibujando al 'equipo adversario':

- ¿Qué nombre le pondrías si tu equipo de vida son tus personas cercanas? ¿Alguna adversidad? ¿Cuáles son sus jugadas que hacen más daño? ¿Quién es su jugador estrella?

3. Pedimos que no se hagan personificaciones y puedan echar a volar su imaginación para pensar en problemáticas o dificultades generales, por ejemplo, delincuencia, drogadicción, falta de empleo, carencias afectivas, etc.

- ¿Cuál sería para ti el marcador final de este encuentro? ¿Tu equipo remonta el marcador en contra? ¿Fue gol de último minuto? ¿Cuál sería tu estrategia de tu equipo para neutralizar al equipo adversario?

Compartimos en plenaria cuáles son las sensaciones que deja hacer este ejercicio.

Te recordamos que es un ejercicio que tiene un mejor resultado si se estimula la imaginación acercando marcadores de colores, dibujos o recortes de revistas.

SESIÓN B



Juego de cuerda

■ **Objetivo:** Crear conciencia que el cuerpo es el primer territorio donde se adquieren herramientas y habilidades de prevención de prácticas no deseadas.

└. **Eje temático:** Precarización y calidad de vida.

└. **Ejes metodológicos:** Educación popular, psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 15 min (actividad detonadora), 20 min (discusión).

✎ **Materiales:** 20 metros de cuerda gruesa. Cinta masking tape o cinta de aislar..



ACTIVIDAD

Actividad detonadora

1. El primer reto que tendrá el colectivo será encontrar un código de comunicación presentando la cuerda como primer estímulo para que ellos mismos piensen cómo poder construir un juego justo entre dos equipos. Por inercia, seguramente se acomodarán dos equipos para intentar derribar al equipo contrario jalándose de un extremo a otro de la cuerda.
2. Después de una ronda del juego anterior, propiciar una reflexión preguntando al equipo ganador sobre qué los habrá hecho ganar, mientras al equipo perdedor lo opuesto.

Discusión

3. Hasta este momento de la actividad, se permiten comportamientos “naturales” sobre organizar un tipo de competencia, sin embargo, progresivamente se asume influencia promoviendo una variante más equitativa. ¿de qué forma se puede lograr esto?
4. Regresamos a la plenaria para recordar el objetivo que tiene promover masculinidades no violentas, por lo que se solicitará pensar en un juego con la cuerda que propicie que no haya vencedores o vencidos y donde se utilice algo más que la fuerza física.

Si el grupo carece de ideas se puede proponer las dos siguientes:

- a. **Saltar la cuerda.** Como el juego tradicional, dos personas sostienen la cuerda por sus extremos y empiezan a rotar la cuerda para que los demás puedan entrar en medio de ella para saltarla según sus habilidades. Si el grupo es extenso se puede hacer que por parejas pasen a saltar y si fallan, intercambiarán el lugar con los dos primeros que sostienen la cuerda.
- b. **Cuerda floja (*slackline*).** Todo el grupo forma dos filas no tan separadas entre sí y cada participante sostendrá la cuerda desde un extremo con ambas manos en forma zig-zag. El participante que se encuentre al inicio de la cuerda, cruzará por arriba de la cuerda sostenida por los demás, cuando termine de cruzar, volverá a tomar la cuerda manteniendo el zig-zag. Sucesivamente cada participante cruzará del otro lado mientras todos hacen un esfuerzo de fuerza y habilidad para sostener el tránsito de cada compañero.

En ambas variantes se pide a los asistentes que animen la participación de cada uno de los demás de formas positivas.

NOTA

Cuidar la integridad física al usar la cuerda, en especial la fricción que puede resultar sostener tanto tiempo la cuerda. Se puede proteger recubriendo de cinta masking en algunos tramos de la cuerda.

SESIÓN B



Dejar el alma en la cancha

■ **Objetivo:** Resignificar el hábito del deporte como catalizador social de formas de ser no violentas para los hombres.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 45 min.

✎ **Materiales:** Hojas de papel, marcadores y cinta.

Conceptos/reflexión de apoyo: Uno de los grandes socializadores de las masculinidades, es el deporte. Los hombres acudimos a una “balacera lingüística” cuando nos referimos a ambientes deportivos donde nos desempeñamos, y solemos usar calificativos asociados a la guerra como “Apabullar” / “Aniquilar”, “Matar o morir”, “Voy a combatir hasta morir”, “Voy a dejar la piel en el terreno”, “Afinar la artillería”.

Generalmente estas palabras tienen la lógica de vencedor y vencido, pero podemos ver nuestra relación con el fútbol y el deporte en general desde una perspectiva de cuidados. Entonces, dentro de la idea de que el fútbol es una guerra, podemos centrarnos en aquellos que somos salvados, que recibimos refugio, que ejercemos nuestra agencia.



ACTIVIDAD

1. Solicitar que cada participante tome dos hojas en blanco para que cada una corresponda la respuesta a las siguientes preguntas:
 - 1.1 ¿Podrías compartir alguna vez en la que tú hayas salvado al fútbol?
 - 1.2 ¿Recuerdas alguna experiencia personal en la que el fútbol te haya salvado a ti?
2. Disponer el tiempo necesario para que cada hombre o equipo comparta sus dos experiencias. Nos vamos a encontrar con que el

Sesión B: Dejar el alma en la cancha

deporte está muy enlazado con la historia de vida de los hombres, así que nuestro trabajo consistirá en llevar la reflexión masculina a los destinos que tendrían si el deporte no estuviera en sus vidas.



NOTA

Tener preparada la forma que más te acomode para documentar las participaciones de cada participante, recordando que también el silencio forma parte de la reflexión en los hombres.

"Dejar el alma en la cancha". Una expresión que proviene del imaginario bélico y de competencia, relacionado con rasgos masculinizantes en el ambiente de los deportes.

SESIÓN C



Malabares colectivos

■ **Objetivo:** Recalcar la importancia del control de impulsos y la búsqueda de alternativas como prevención para ejercer prácticas violentas.

└- **Ejes temáticos:** Precarización y calidad de vida.

⋮ **Ejes metodológicos:** Educación popular, psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 15 min (actividad detonadora), 10 min (práctica de comunicación), 10 min (deconstrucción de la experiencia), 7 min (conclusión).

✎ **Materiales:** 5 pelotas de mano hechas de materiales reciclados (globos, retazos de tela) o en su defecto, pelotas antiestrés.



ACTIVIDAD

Actividad detonadora

1. Se le pide al grupo que se coloque de pie formando un círculo.
2. Se les entrega una pelota, la cual se va a lanzar de mano en mano para que se habitúen a la textura y peso de la pelota. Se permite el juego libre durante un tiempo siempre y cuando respeten la integración física de los participantes.
3. Una vez que la pelota ha pasado por todas las personas del grupo, se les da la siguiente indicación: *“En esta parte del juego ustedes juntos competirán contra mí, vamos a ver hasta qué punto pueden hacer equipo, comunicarse, armonizarse, reconocer al otro. Cada vez que una pelota consiga ser circulada al menos cinco veces sin caerse introduciré una pelota más, cada vez que una pelota caiga será retirada. El objetivo consistirá en ver si ustedes pueden dejarme sin pelotas o yo los dejo sin jugar”.*

Práctica de comunicación

4. Pausa del primer momento de juego después de tres intentos fallidos donde se retiran e insertan pelotas. Se pregunta a la plenaria:
 - ¿Qué creen que está sucediendo dentro del grupo con este juego?

- ¿Reconocen si alguien está dominando el juego? ¿Por qué?
 - ¿Identifican si alguien de ustedes se ha mantenido al margen del juego? ¿Por qué?
5. Después de contestar esta retroalimentación incentivamos a la modificación de la acción:
- ¿Seríamos capaces de construir una forma de juego que no excluya a nadie y donde nadie figure más que otros?

Deconstrucción de la experiencia

6. En este segundo momento para jugar, se ponen en práctica los acuerdos generados a partir de visibilizar quién o quiénes fungieron como dominantes y quién o quiénes fueron invisibilizados. Se permite un tiempo prolongado de juego que facilita habituarse a la nueva organización.

Generalmente en este punto se acuerda mejor comunicación, nombrar al compañero que recibirá la pelota o sincronizar los lanzamientos; en todo caso, se promueve la creatividad poniendo como eje central que las diferencias en cuanto a capacidades motrices se hagan notorias.

Conclusión

7. Invitamos a una última ronda de reflexión en círculo sentados en el piso:
- ¿Pudieron notar capacidades nuevas en ustedes con este juego?
 - ¿Cuáles fueron los “vicios” que identificaron al principio y que al final fueron practicados de una manera más justa?
 - ¿Qué les dice esta experiencia acerca de la dominación que parecería instintiva en los hombres?

SESIÓN C



Banderines y escudos

■ **Objetivo:** Generar identidades basadas en masculinidades no violentas para equipos deportivos.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 60 min.

✎ **Materiales:** Hojas de papel, lápices, impresiones a color, marcadores.

Conceptos/reflexión de apoyo: La condición polarizada del deporte en la actualidad sugiere que busquemos identificarnos con referentes de victoria y superioridad por lo que ampliar estos conceptos y relacionar la práctica deportiva con valores comunitarios (como por ejemplo, el antirracismo, la colaboración grupal o la felicidad), es benéfico para los hombres que los apropian, permitiendo relacionar la práctica deportiva con otros aspectos importantes más allá del deporte (sueños, valores y esperanzas).



ACTIVIDAD

El producto de esta sesión son plantillas que no requieren técnicas avanzadas sino elementos familiares y fácilmente reconocibles para los hombres participantes.

1. Presentación de todos los asistentes centrándonos en escuchar acerca de qué les motiva a llegar, qué sucede en su barrio de procedencia, preguntando qué significa el deporte para ellos. La conversación puede iniciar invitando un refrigerio o un vaso de jugo a cada jugador.
2. Lectura de resumen de las participaciones de la sesión “Dejar el alma en la cancha” para inspirar a más reflexión.
3. Elementos para un banderín

Con preguntas como ¿Qué animales se pueden incluir en el escudo de un equipo de fútbol? ¿Cuáles NUNCA formarían parte de la identidad de un club? Descubrimos que en realidad hay elementos que se relacionan con rudeza, superioridad y fuerza entre los elegidos ¿por qué? ¿cuáles serían otros elementos que tengan que ver con valores familiares, comunitarios y colectivos que no hayan sido nombrados en otros torneos o en otros equipos que hayas pertenecido?

4. Dibujo y diseño

Concluimos invitando que cada equipo haga un boceto combinando los elementos tradicionales junto con los elementos de No violencia. Estos bocetos pueden ser digitalizados por algún familiar o compañero de torneo / barrio que tenga estos conocimientos, seguro encontrarás quién se ofrezca a colaborar. Se recomienda que los escudos estén presentes durante cada partido para recordar aquello que es importante para cada equipo, para recordar aquellos valores que se defienden con la práctica del fútbol sin violencia.

SESIÓN D



Un homenaje al fútbol

■ **Objetivo:** Deconstruir la práctica del deporte a través de una analogía a la vida personal.

└─ **Eje temático:** Relaciones con el poder.

└─ **Eje metodológico:** Psicoeducación.

⌚ **Tiempo:** 60 min.

✏ **Materiales:** Papel kraft, marcadores de colores y cinta adhesiva.

Conceptos/reflexión de apoyo: En México, la práctica de fútbol es un fenómeno cultural que no siempre posee su debida dignificación. Actualmente, se relaciona con lógicas económicas o incluso de violencia masiva en los estadios. Por ello, con esta actividad pretendemos deconstruir la participación de los hombres que se comprometen al deporte para entender las relaciones de poder con las que se lidia desde la masculinidad.



ACTIVIDAD

Inmortalizar el futbol implica dejar tu huella, para ello preparamos siluetas a tamaño real de alguna jugada o movimiento característico en el futbol. Con pliegos de papel *craft*, cada equipo delineará el cuerpo de un compañero. La palabra es el balón, un vehículo para transmitir todo nuestro esfuerzo en la vida. Dibujaremos también un balón dentro a un lado de la silueta ya trazada.

1. Formaremos equipos para cada silueta que se haya hecho (tiene que ser mixto y al menos con una mujer entre sus filas). Esto es, que de todos los y las participantes, se integrarán a grupos sólo para esta actividad.
2. Asignaremos un color diferente a las siguientes categorías y se escribirá cada respuesta en la zona de la silueta en la que mejor considere cada equipo:

2.1 Piensa en tu club y en sus derrotas,

2.2 Pero también en sus victorias.

2.3 ¿Qué inmortaliza al futbol?

2.4 ¿Qué debe morir en el futbol para que sea un mundo mejor?

2.5 ¿Qué tiene que perdurar del futbol para dejar huella?

Por último, en el espacio del balón, las mujeres de cada equipo escribirán con un color diferente a todos los demás

2.6 aquello que escuchan de los hombres en el ambiente del futbol/deporte.

Y por su parte los hombres de cada equipo aportarán

2.7 todo aquello que le decimos a las mujeres en un ambiente de futbol/deporte.

3. Disponemos de un círculo de palabra para revisar lo que cada equipo compartió, centrándonos en los últimos dos puntos para fomentar conciencia en los hombres y que puedan posicionarse a un cambio de comportamiento dentro y fuera de la cancha.

NOTA

Recomendamos que esta sesión se pueda hacer con grupos mixtos y numerosos. Para ello, algunos jugadores que tengan parejas pueden invitarlas a este taller. Si esta actividad se realiza en un torneo mixto, la invitación de mujeres será más sencilla.



CAPÍTULO 4

Recomendaciones
operativas y logísticas



Como vimos en el apartado 2.1., para generar un ambiente adecuado para el aprendizaje, se debe considerar la dimensión socio-afectiva, la dimensión cognitiva y la dimensión física. A continuación, se describen algunas consideraciones relevantes a tomar en cuenta.

Características del espacio:

- El espacio debe estar bien iluminado (de preferencia con luz natural) y ventilado.
- Las sillas deben ser cómodas y estar en óptimas condiciones.
- El espacio debe ser amplio de tal forma que puedan colocarse las sillas para cada participante, en forma de media luna y con un espacio amplio en centro para las actividades vivenciales – participativas.
- Se requieren no más de 4 mesas, una para colocar el proyector, una para los materiales y 2 más por si en alguna actividad se requiere un soporte para escribir, dibujar, modelar, etc.
- Debe haber sanitarios limpios, con agua para el inodoro y el lavabo, papel higiénico, jabón para la manos y toallas de papel.

Los materiales:

Si bien los materiales que se quieren dependen de las condiciones económicas disponibles, a continuación, se enlistan aquellos que han sido básicos en la experiencia del equipo que facilita el curso-taller.

- Pizarrón blanco
- Rotafolio
- Marcadores de agua y para pizarrón blanco
- Hojas de reúso u hojas blancas
- Post-it
- Lápices o bolígrafos
- Papelógrafos
- Proyector y computadora
- Bocina
- Extensión eléctrica
- Cinta adhesiva
- Porta gafetes reusables o etiquetas auto adheribles para colocar el nombre de las personas.

Los alimentos:

De igual forma, este elemento depende de las condiciones económicas, sin embargo, es importante considerarlas al momento de planificar un proceso de formación, pues brinda confort a las y los participantes.

- Mantenga un dispensador de agua potable de forma accesible o botellas.
- Si es posible tenga a disposición café y/o té.

- Prefiera dar frutas en lugar de galletas o panes.

Los tiempos:

- Se sugiere que un taller tenga una duración de 6 horas máximo o 2 horas mínimo.
- En el caso de sesiones de 6 horas es fundamental considerar un momento para un refrigerio.
- En cualquier caso, se sugiere hacer secuencias didácticas de 2 horas máximo y tener pequeños recesos o actividades de distensión.
- Considerar un tiempo máximo de 30 minutos para el refrigerio o una hora para la comida.
- Es importante que el equipo que facilite, esté en el espacio una hora antes del inicio de la sesión para acomodar el espacio, y preparar los materiales.

La convocatoria:

- Trabajar con hombres en los barrios o es-

pacios de trabajo no es algo sencillo, convocarlos es, quizás, algo todavía más complejo. Según esta experiencia, buscar a líderes que puedan promover la reunión de un grupo de hombres puede ser un primer paso importante.

- Cuidar el lenguaje con el que van dirigidas las invitaciones a reunirse o conformar un grupo de masculinidades en los barrios, es también un aspecto que no se puede omitir. Descubrimos que temas sobre ‘nuevas masculinidades’ han sistemáticamente llegado a ser conceptos muy populares pero que se consideran inaccesibles, para “hombres intelectuales” o incluso que aludirían a hacer apología de la homosexualidad. Si la convocatoria pudiera ser construida conjuntamente con los promotores locales sería lo ideal, pues ellos sabrán quiénes y cómo son los potenciales asistentes a las reuniones que se estarán convocando.
- Hacer una convocatoria creativa para acercarse a los hombres de su comunidad ya que el hallazgo de esta experiencia de trabajo fue que sí hay interés de abordar / cuestionar la masculinidad y privilegios de

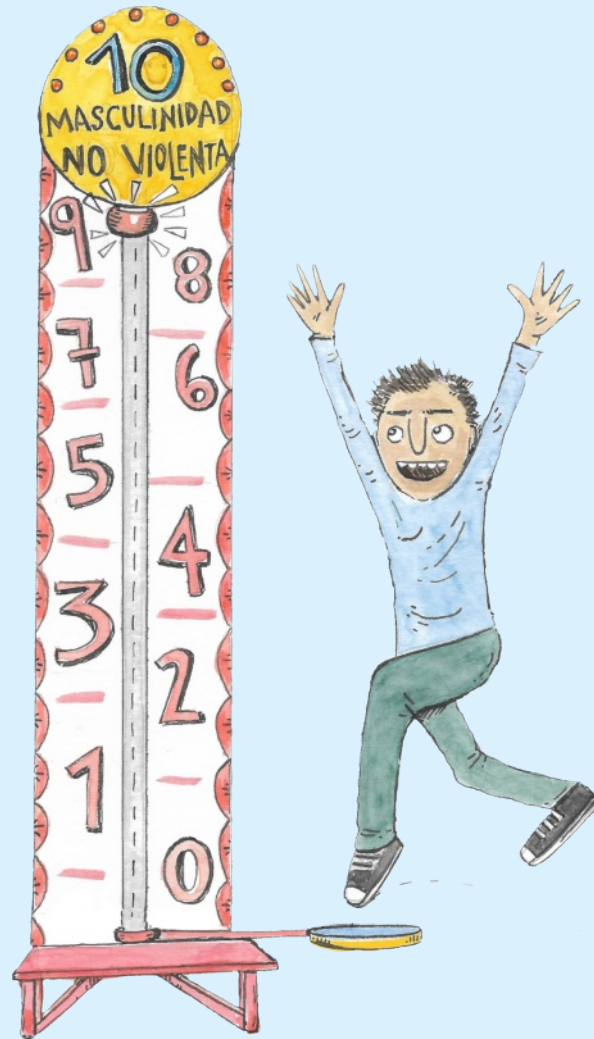
una forma profunda, siempre y cuando haya “una llave para cada cerrojo”. En la invitación debe darse el máximo de detalles posibles: el horario, el nombre del taller y el propósito del mismo.

Con respecto a las y los participantes:

- En un proceso constructivo y participativo como el que se propone, y con la intención de generar mayores discusiones, profundizar en las reflexiones y aprovechar al máximo las técnicas participativas, lo ideal es contar con un grupo no menor de 15 participantes y no mayor a 30.
- Los hombres se sintieron más seguros del espacio cuando se les concede libertad. Descubrimos que ofrecer un espacio de seguridad para que los hombres se puedan abrir incluye una actitud sin juicio en donde se aceptan con sus contradicciones, y en donde puedan hacer chistes, hablar en voz alta, guardar anonimato o no participar en algunas actividades que no nos identifiquen.

Seguridad:

- Es importante revisar con el personal del lugar en donde se realizarán los talleres, las medidas de seguridad y protocolos en caso de emergencias, para ubicar las salidas y los puntos seguros en caso de siniestro.
- Contar con un botiquín, con algunos medicamentos para: dolor de cabeza, alergias, diarrea, temperatura, e insumos básicos de primeros auxilios.



CAPÍTULO 5

Evaluación



Las iniciativas de este tipo deberían estar acompañadas de estrategias de evaluación que permitan recopilar la información relevante para los ciclos de mejora y también como una forma de rendir cuentas a las entidades financiadoras y los propios participantes, así como para producir conocimiento.

En este capítulo se presentan los procesos que permiten recolectar y analizar la información relevante, en particular del proceso formativo

5.1. Del proceso formativo

Dentro del proceso formativo se identifican los conocimientos sobre los temas abordados durante las sesiones, antes y después de participar en el taller. Estos datos permiten identificar la aceptación y apropiación de los temas, y así, hacer las adecuaciones pertinentes durante la implementación. Además, se pueden recolectar testimonios durante el proceso formativo sobre las percepciones y experiencias vividas sobre el contenido temático.

Para ello se utilizan los siguientes instrumentos:

LISTAS DE REGISTRO

Las listas tienen el objetivo de identificar a las personas que asisten. Esta información permite:

- Llevar una cuenta rápida sobre el número de personas que asisten al taller

- Información para la elaboración de las constancias

Recomendaciones

- Se realiza al principio del taller. Por lo que la mesa de registro debe estar montada previo a la llegada de las personas participantes.
- También se aprovecha este momento para colocar gafetes o etiquetas que permitan identificar a las y los participantes de la manera que les gusta ser nombrados.

PRUEBAS PRE Y POST

Las personas participantes realizan dos pruebas de conocimientos. Estas pruebas recaban información sobre los temas que se abordan en el taller. Los objetivos de las pruebas son:

- La primera prueba tiene como objetivo identificar los saberes previos, las actitudes y

las prácticas de los participantes sobre los temas que fueron abordados en el taller

- La segunda prueba tiene como propósito identificar los conocimientos que se apropiaron los participantes, así como el cambio de actitud y el posible cambio en las prácticas.
- Las dos pruebas son iguales, esto permite medir el impacto de las sesiones.

Las pruebas recopilan información sobre los siguientes temas

- Datos de identificación de las y los participantes, como puede ser: género, situación laboral, pertenencia étnica, si habla una lengua indígena
- Preguntas sobre los contenidos específicos. Ejemplo:

Contestar verdadero o falso:

1. *Los hombres son mejores que las mujeres en trabajos que requieren fuerza: [V] o [F]*

2. *El hombre tiene la última palabra en el hogar:* [V] o [F]
3. *Cambiar pañales es responsabilidad de la madre:* [V] o [F]

Elegir una opción:

4. *Entre hombres hablamos mayoritariamente de las mujeres en términos de:*
 - a. Su físico
 - b. Su intelecto
 - c. Su sacrificio y sumisión
5. *Si tengo un problema personal:*
 - a. Busco a un amigo
 - b. Tomo alcohol
 - c. Me lo callo

Recomendaciones y adaptaciones:

- En el diseño de las pruebas, las respuestas de opción múltiple tienen como ventaja que agilizan la respuesta y facilitan la sistematización. Las desventajas son que la información puede ser superficial y que lo contesten aleatoriamente.

- En el diseño de las pruebas, las respuestas abiertas nos permiten identificar con mayor amplitud percepciones y experiencias de los usuarios. La principal desventaja que tiene es que implica un mayor trabajo la clasificación de las respuestas.
- En la aplicación, las pruebas en papel pueden agilizar la respuesta para personas de mayor edad o con menor acceso a recursos tecnológicos. También se asegura que los participantes contesten las pruebas. La desventaja es que la sistematización es un trabajo laborioso y puede implicar retos por la caligrafía de los asistentes.
- En la aplicación, las pruebas con recursos en línea, como Google Forms, permite que la actividad se realice después del taller, lo que implica un mejor manejo de tiempo. También agiliza el proceso de sistematización de la información. Su desventaja es que hay que considerar el acceso a dispositivos electrónicos y a internet para su llenado. Además, se dificulta el seguimiento del llenado, lo que conlleva a pérdida de información.

SISTEMATIZACIÓN

La sistematización tiene sustento en el contenido temático y en la carta descriptiva. La información se captura en máscaras que contienen las preguntas detonadoras para facilitar y focalizar la recolección de información. Las fotografías del proceso formativo también forman parte de la sistematización. El objetivo de la sistematización es:

- Contar con información detallada de los procesos.

Recomendaciones:

- Al inicio del proceso formativo, da aviso sobre la recolección de información, tanto de los testimonios como de las fotos. Menciona que la información se utilizará para informes. También puedes solicitar permiso para que las fotos sean compartidas en redes sociales u otros medios de comunicación del proyecto o publicaciones oficiales.
- Crea las máscaras de captura a partir de la carta descriptiva, esto facilita la recolección de la información y el análisis de ella.

- También puedes ir marcando en la máscara de captura los relatos más relevantes, esto para tener los relatos identificados para los informes finales.
- Para la sistematización, encuentra un lugar en el salón o espacio de taller desde el cual se pueda apreciar y escuchar a todo el grupo.

Conclusiones

Posicionarse y proponer trabajar con hombres su masculinidad desde cualquiera de los ámbitos que aquí fueron revisadas (arte, deporte, educación) supone un gran reto. Y desmontar prácticas violentas es mucho más complejo que sólo ocupar espacios en un taller o ciclo de capacitación. Los espacios de reflexión para hombres son necesarios, pero sabemos que no bastan. Hemos visto casos de hombres abrirse genuinamente en los talleres y compartir sobre las opresiones en su infancia, e inmediatamente después chiflarle a una mujer joven en la calle o seguir sin identificar sus prácticas de violencia.

¿Cómo asumir el privilegio masculino que sostiene esta sociedad y posicionarnos al respecto?

Entendemos que un material como este no es un vehículo para una utópica deconstrucción masculina, sino, es una ventana de discusión para que los hombres nos entendamos como algo más que culpables, pasivos, cómplices o indiferentes ante la violencia de género. No seremos nada de esto, pero sí, responsables de hacer algo.

En suma, este manual para la psicoeducación es una contribución más que como Médicos del Mundo Suiza en México queremos hacer a una lucha de la humanidad en defensa de la vida.



Referencias bibliográficas

- Anaya, Samantha (2021). "La otra pandemia que no cesa: la violencia de género en México aumentó en 2021", disponible en: <https://www.zonadocs.mx/2021/11/22/la-otra-pandemia-que-no-cesa-la-violencia-de-genero-en-mexico-aumento-en-2021/>
- Amavisca, Luis; Pulido, Sonia (2021). "Más puta que las gallinas (y otras animaladas machistas)". NubeOcho, España.
- Campos Guadamuz, Álvaro (2007). "Manual Hombres trabajando con Hombres", Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos (OSA), Costa Rica. Disponible en línea en: <http://www.planovicr.org/caja-herramientas/manual-hombres-trabajando-con-hombres>
- Barragán Maldonado, Leopoldo (2016). "Entre dolores y remedios. Tributo a José Alfredo Jiménez", Secretaría de Cultura del Gobierno del Estado de Colima, México.
- Boal, Augusto (2004). "Arcoiris del deseo. Del teatro experimental a la terapia", Alba editorial, España.
- Denborough, David, coord (2010). "Alzando nuestras cabezas por encima de las nubes. El uso de prácticas narrativas para impulsar acción social y desarrollo económico", Fundación Internacional del Centro Dulwich, Australia.
- Duncan, Tracey Anne (2019). "Alternatives to AA for people who aren't into god or going cold turkey", disponible en: <https://www.mic.com/life/alternatives-to-alcoholics-anonymous-that-dont-involve-god-going-cold-turkey-18684932>
- Ferrer, Victoria, y Bosch, Esperanza (2013). "Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa". Profesorado. Revista de Currículum y formación del profesorado, n. 17, pp. 105-122, España.
- García-Junco, Aura (2021). "El día que aprendí que no sé amar", Seix Barral, México.

- Gil, E. y Lloret, I. (2007). *La violencia de género*. Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya (UOC), Cataluña.
- Instituto Madrileño de Salud. *Guía de Promoción de la Salud para agentes de salud comunitaria*. Madrid: Instituto Madrileño de Salud Área 1 de Atención Primaria; 2010 [consultado 24 Sep 2013]. Disponible en: <http://egavilan.files.wordpress.com/2010/05/guia-de-promocion-de-salud.pdf>
- Izquierdo, M. (2013). “La construcción social del género”, en Díaz, C, y Dema, S., *Sociología y género*. Madrid: Editorial Tecnos.
- Principios de Yogyakarta (2007). *Principios sobre la aplicación de la legislación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género*, Obtenido de: http://yogyakartaprinciples.org/wp-content/uploads/2016/08/principles_sp.pdf
- Jablonka, Ivan (2020). *Hombres justos. Del patriarcado a las nuevas masculinidades*. Anagrama, España.
- Lanzette, Andrea (2018). *Caso Nahir o el amor en tiempos del patriarcado*. Disponible en: <https://mst.org.ar/2018/01/22/caso-nahir-amor-en-tiempos-patriarcado>
- Lipman, Matthew (1980). *La filosofía en el aula*. Temple University Press, EEUU.
- Ngozi Adichie, Chimamanda (2015). *Todos deberíamos ser feministas*. Random House, España.
- Nuñez Pereira, Cristina Valcarcel, R. Rafael (2018). *Emocionario*. V&R Editoras, Argentina.
- ONU Mujeres (2016), Profundicemos en términos: *Guía de terminología y uso de lenguaje no sexista para periodistas, comunicadoras y comunicadores*. México: ONU Mujeres. Obtenido de: <https://atlasdegenero-semujeres.edomex.gob.mx/sites/atlasdegenero-semujeres.edomex.gob.mx/files/files/Guia%20lenguaje%20no%20sexista%20ONUMujeres.pdf>
- Perry, Grayson (2018). *La caída del hombre*. Malpaso, España.

Ramos Revillas, Arturo (2022). *Yo te pego, tú me pegas*. Editorial 3 Abejas, México.

Ruvalcaba, Hiram (2021). *Padres sin hijos*. Editorial Universitaria UANL, México.

Segato, Rita (2017). "La primera víctima del mandato de masculinidad es el hombre." Disponible en línea en: <https://www.lacapital.com.ar/ovacion/la-primera-victima-del-mandato-masculinidad-es-el-hombre-n1456007.html>

Segato, Rita Laura (2019). *Pedagogías de la crueldad*. Revista de la UNAM, México. Disponible en línea en: <https://www.revistadelauniversidad.mx/articles/9517d5d3-4f92-4790-ad46-81064bf00a62/pedagogias-de-la-crueldad>

Segato, Rita (2019b). "Por qué la masculinidad se transforma en violencia." Entrevista a Rita Segato por Josefina Edelstein. Disponible en: <https://diariofemenino.com.ar/df/rita-segato-por-que-la-masculinidad-se-transforma-en-violencia/>

Stoian, Maria (2018). *Sólo es un piropo: Un libro sobre el acoso*. Océano Historias gráficas, México.

UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas) (2013). *Cuaderno de masculinidades. Equidad, Diversidad, Afecto, Democracia, Empatía, Respeto*. Bolivia. Disponible en línea en: https://serviciosesencialesviolencia.org/wp-content/uploads/2021/09/Cuaderno_Masculinidades.pdf

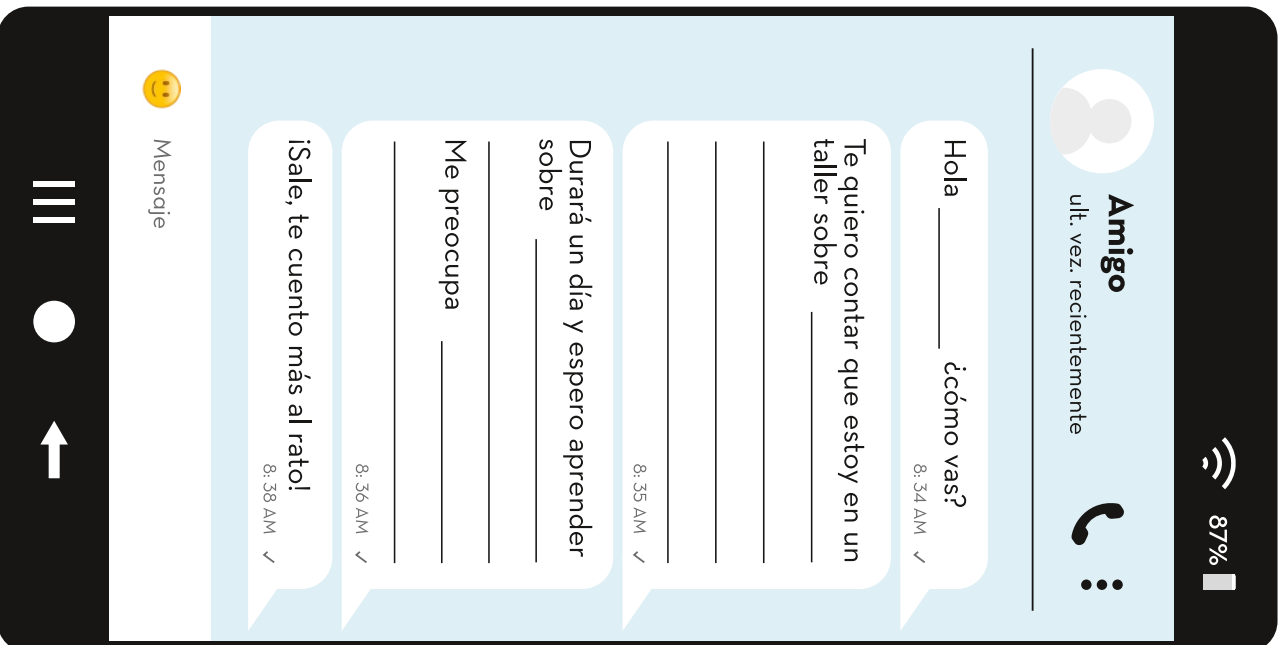
UNFPA (2019). *Varones y masculinidad(es): Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes*, Argentina: Iniciativa Spotlight. Obtenido de: <https://drive.google.com/file/d/1zZkIRNyLhwZLc2ZTWu4hSYtEJDc9ftN3/view>

UNFPA (2022). *Actividades para la facilitación de las intervenciones comunitarias: Trabajo con hombres*, México: UNFPA. Obtenido de: https://mexico.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/actividades_para_la_facilitacion_de_las_intervenciones_comunitarias_trabajo_con_hombres.pdf

ANEXOS

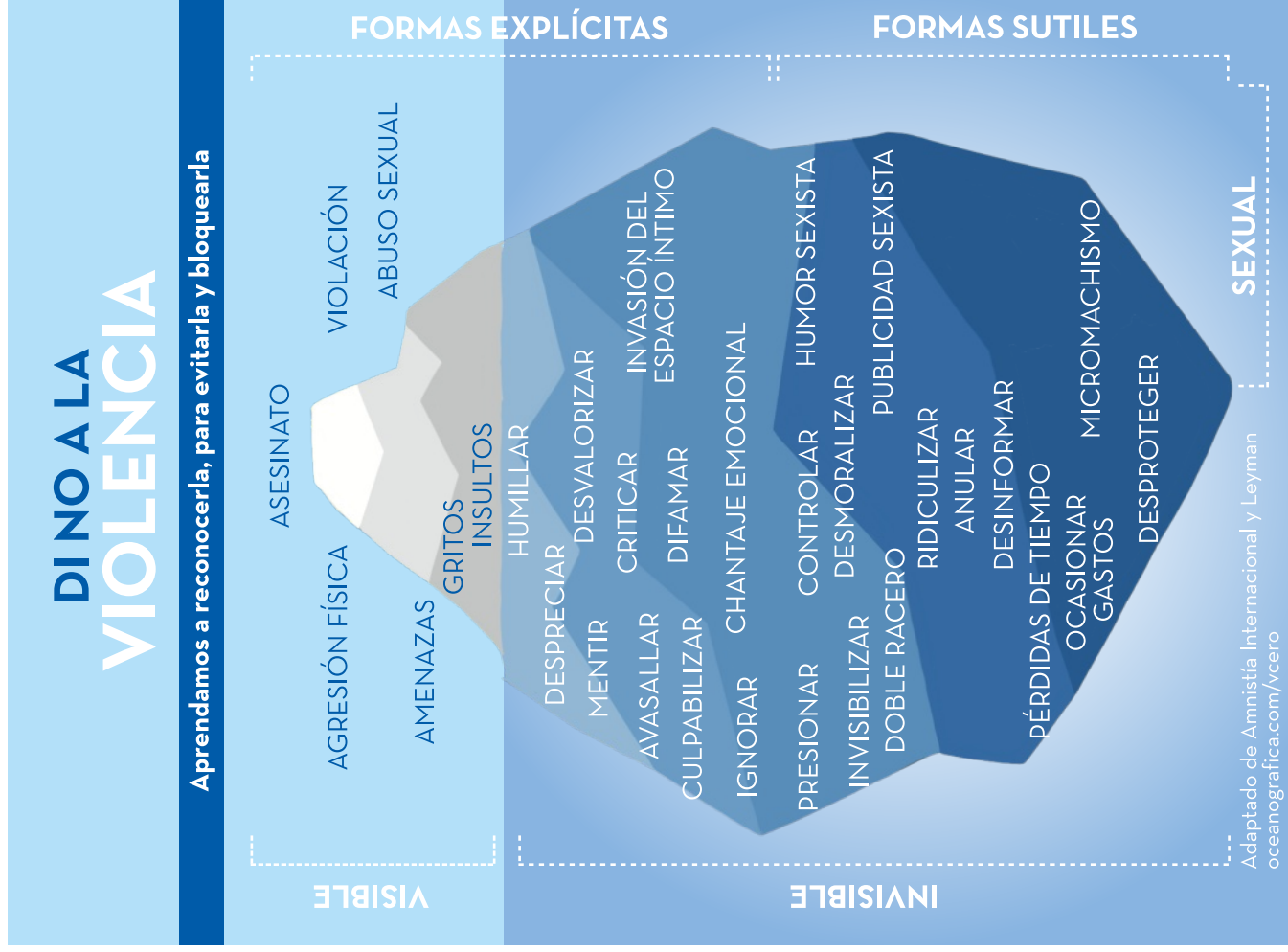
Anexo 1

Mensaje a un amigo (sesión 1)



Anexo 2

El iceberg de la violencia de género (sesión 7)



Anexo 3

Soy un poema (sesión 11)

Yo veo _____
(qué ves)

Yo soy _____ y _____
(repetir la primera línea)

Yo busco _____
(qué buscas)

Yo siento _____
(qué sientes)

Yo palpo _____
(qué palpas)

Me preocupa _____
(qué te preocupa)

Yo lloro _____
(qué te hace llorar)

Yo soy _____ y _____
(2 adjetivos acerca de ti)

Yo entiendo _____
(qué entiendes)

Yo creo _____
(en qué crees)

Yo sueño _____
(qué sueñas)

Yo trato _____
(qué tratas de ser/ hacer)

Yo deseo _____
(algo que tú desees)

Yo soy _____
(tu nombre)



Médicos del Mundo Suiza - Misión México y Hogar Comunitario Yach'il Antzetec
otorgan el presente

RECONOCIMIENTO

a:

Por su participación en el

Programa de psicoeducación para masculinidades no violentas

"DE HOMBRES A HOMBRES",

con 12 horas de capacitación,

del 16 al 30 de octubre de 2021.

Y para que todo el mundo sepa que:

.....

.....

.....

.....

Jesús Iván Ramírez Rubio
Consultor en masculinidades no violentas
Médicos del Mundo Suiza - Misión México

Antonio Córdoba Sánchez
Representante de la Ruta 1, María Auxiliadora
San Cristóbal de Las Casas, Chiapas

P. Montserrat Méndez Álvarez
Coordinadora General
Médicos del Mundo Suiza - Misión México



La segunda edición de *De hombres a Hombres. Manual para promover la reflexión sobre masculinidades no violentas* fue maquetada en enero de 2024. Para su composición se emplearon tipos de la familia Neutra Text y el software de maquetación Scribus (1.4.8), sobre un sistema Debian 10 (Buster).



From men to Men
Manual to promote reflection on
non-violent masculinities