

De la Violencia a la Intimidad; Modelo CECEVIM, Una alternativa para erradicar la violencia masculina

Lic. Ricardo E. Ayllón González ¹

Mtro. Mauro Antonio Vargas Urías²

Resumen:

El modelo CECEVIM, es una herramienta que tiene como finalidad erradicar la violencia en los hogares y sustituirla con la intimidad, actitud que es precisamente lo opuesto a la violencia. Este modelo de Intervención, fue creado por el Dr. Antonio Ramírez y aplicado en México desde 1993. Actualmente el modelo ha sido revisado, evaluado y actualizado en sus fundamentos metodológicos, se ha implementado en Gendes ac, donde, desde 2003 se brinda atención a hombres que asisten a trabajar la violencia que ejercen en sus hogares.

La razón por la que el modelo se enfoca en la violencia en el hogar, es porque no es posible crear sociedades justas, satisfactorias y democráticas sin cuestionar la cotidianidad que genera la violencia más severa hacia una gran cantidad de mujeres, niñas y niños. Para cambiar tal cotidianidad es necesario un análisis profundo y constante de los factores que influyen en las y los individuos cuando toman la decisión de cometer violencia.

El modelo tiene tres fundamentos teóricos: la perspectiva de género, el enfoque ecológico y una aproximación espiritual. Y se compone de dos niveles de trabajo. El objetivo del nivel uno es, analizar el proceso violento y entender cómo se usa el control y dominio en lo cotidiano para resolver la tensión y fricción en las situaciones. Entender cómo la cultura patriarcal apoya y sanciona la violencia en las relaciones. En el nivel dos, se busca, aprender a reconocer y reforzar el espacio emocional, que es la base del Yo real, para oponerle a los mandatos culturales que refuerzan la autoridad. Usar el Yo real,

¹ Ricardo E. Ayllón González ricardo@gendes.org.mx

Licenciado en Psicología (UNAM), psicoterapeuta Gestalt (Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt), Especialidad en Autoconocimiento, Cuerpo y Sexualidad (Instituto de Terapia de Reencuentro); Coordinador de Metodología y Fundador de GENDES A.C. (Género y Desarrollo Asociación Civil)

² Mauro Antonio Vargas Urías mauro@gendes.org.mx

Sociólogo (UNAM) y psicoterapeuta Gestalt (Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt); Director General y fundador de GENDES A.C. (Género y Desarrollo Asociación Civil).

con su correspondiente ética, para establecer sociedades y culturas nuevas que sean íntimas, dignas, cooperativas y democráticas. Es por esto, que consideramos importante compartir esta metodología, así como sus alcances y retos en el trabajo con hombres.

Palabras clave: Género, Masculinidad, Hombres, Violencia e Intimidad.

De la violencia a la Intimidad

El trabajo con hombres desde la perspectiva de género es todo un reto; por un lado, los debates en torno a la construcción social de los hombres, ergo, sus masculinidades, y los estudios del género de los hombres -desde los propios hombres-, son tan sólo algunos de los factores que polemizan la labor de generar acciones encaminadas a la identificación, disminución y erradicación de la violencia de género desde el trabajo con hombres. Antes tales vicisitudes, el presente artículo pone de manifiesto el marco teórico y conceptual desde el cual generamos las propuestas de intervención, en materia del trabajo con hombres y sus masculinidades.

GENDES es una Organización de la Sociedad Civil (OSC) mexicana sin fines de lucro ni compromisos con partidos políticos o credos religiosos, creada en 2003 y constituida legalmente en el año 2008. Fue fundada por un grupo multidisciplinario de profesionales en ciencias sociales, mujeres y hombres comprometidos con el análisis del género en nuestra sociedad y la erradicación de la violencia de género en nuestro país. Es una propuesta institucional que ofrece distintas estrategias de atención, intervención social e investigación, para desarrollar otras formas de ser hombres y mujeres alternativas al modelo hegemónico de la masculinidad, desde enfoques que promueven la *noviolencia*

³, el afecto así como la equidad e igualdad de género⁴ vividas bajo pleno conocimiento y convencimiento pero, sobre todo, buscando la concordancia entre lo público y lo privado; nuestra vida personal y nuestra praxis laboral, etc. Vale la pena hacer un paréntesis para definir algunos conceptos.

Conceptos y posturas teóricas: Trabajo con Hombres

El modelo hegemónico de la masculinidad, refiere a ciertos parámetros considerados tradicionalmente masculinos, se trata de características pensadas de acuerdo a la cultura que se pertenezca: al estatuto social, económico, étnico, racial o fenotípico y la sociedad donde se viva. Autores como Olavarría (2003) y Connell (1995) indican que el modelo hegemónico, tanto en América latina así como en países anglosajones y europeos en general, refiere a las siguientes características: fortaleza de carácter y física, ser los proveedores, quien toma decisiones, seguridad de su virilidad demostrando la misma mediante actos violentos, rudos y agresivos, tener una vida sexual activa con mujeres (muchas, de preferencia), entre otras. El encuentro de estos autores de diferentes procedencias y localidades de estudio, se explicita al conceptualizar al modelo hegemónico como aquello que normaliza las acciones y conductas de los hombres, aquello que legitima su “poder”, es decir, sus arquetipos y dispositivos simbólicos que hacen al hombre ser un ente ambiguo regido por conductas impuestas y supuestas propias de su género. Connell por su parte afirma:

³ Basándonos en las premisas de *Francisco Cascón Soriano* (Cátedra Unesco sobre Paz y Derechos Humanos, Universidad Autónoma de Barcelona; Seminario Permanente de Educación por la Paz de la Asociación Pro-Derechos Humanos, Centro de Investigación para la Paz de Madrid) la **noviolencia** es una forma de canalizar la agresividad, se trata de fuerza, pero constructiva. Empleada para transformar y mejorar las condiciones de vida. Aunque está cercano al concepto de Paz positivo, va todavía más lejos, haciendo de la coherencia entre fines y medios y entre compromiso personal y social, puntos fundamentales.

⁴ La equidad establece que es posible alcanzar la igualdad a partir del reconocimiento de las diferencias y mediante acciones concretas. Es de este principio de donde se han derivado herramientas que permiten definir criterios e indicadores para reconocer los hechos y las prácticas discriminatorias, a fin de eliminar la discriminación y valorar positivamente las diferentes condiciones que antes eran motivo de discriminación. A diferencia de Igualdad que refiere al Principio jurídico y político que norma las relaciones sociales y establece que todas las personas son igualmente libres y dignas y tienen frente al Estado, iguales derechos; refiere al reconocimiento social ante la Ley (INMUJERES, 2009).

Se define como la configuración de una práctica genérica que encarna la respuesta corrientemente aceptada al problema de la legitimidad del patriarcado, la que garantiza (o se toma para garantizar) la posición dominante de los hombres y la subordinación de las mujeres. [...] La hegemonía se refiere a la dominación cultural en la sociedad como un todo (Connell, 1997: 36).

Siguiendo con esto, Kimmel (1998) argumenta que los hombres viven una suerte de “invisibilización” ya sea como lujo, ya como impedimento, no obstante, homogeneizados y percibidos socialmente como análogos uno del otro. Con el socorro del modelo patriarcal en el que se construye nuestra sociedad bajo su alterable y cuestionable heteronormatividad, la invisibilización se presenta entre los varones por el hecho de ser eso que “esta de más estudiar” y más aún, con quienes intervenir y/o en quienes es pertinente generar un gasto de la agenda pública. Del mismo modo, siguiendo la premisa *kimmeliana* de la invisibilización masculina a causa de su normatividad y dominio sobre las mujeres y otros hombres, no es casual que el trabajo con hombres sea continuamente criticado, vedado y deslegitimado. Al respecto apuntamos que, en efecto, ‘masculinidad’ no es sinónimo de hombres sino de proceso social, estructura, cultura y subjetividad. Coincidimos plenamente con Amuchástegui (2007) quien identifica la noción de masculinidad/es como una categoría presta de ser operacionalizada y aún en construcción. La autora propone pensar al estudio y al trabajo con hombres mediante la categoría de “construcción de la masculinidad” pensando al género, en tanto que herramienta conceptual, antes que nada, como una categoría relacional, toda vez que:

Construir “masculinidades” múltiples (indígena, negra, blanca, transnacional, judía, etc.) como si fueran una lista organizada de atributos, características o conductas me parece un camino que corre el riesgo de homogeneizar, no sólo entre los grupos, sino también dentro de los mismos “grupos”, lo que la evidencia ofrece como una riqueza infinita de significados y prácticas que no se agrupan “natural” ni necesariamente bajo una identidad unitaria de género (Amuchástegui, 2006: 175).

Más aún, estamos convencidos/as al igual que Núñez (2007) y Ramírez (2006) que el trabajo con hombres sólo es posible gracias a las brechas que los estudios feministas lograron visualizar, visibilizar y nombrar⁵. En otras palabras, el trabajo con hombres surge merced del feminismo –cualquiera que se su vertiente-, en tanto que epistemología emancipatoria, y en nuestro caso, retomamos de ésta algunas premisas insoslayables en nuestra labor. Una buena parte del trabajo con hombres surgió también como respuesta a las demandas de grupos de mujeres (simpatizantes con el feminismo de la diferencia), las cuales planteaban que para avanzar en la búsqueda de equidad –principalmente en la erradicación de la violencia doméstica y el ejercicio de los derechos reproductivos de las mujeres-, era fundamental la transformación de la participación de los hombres en las relaciones de género (Cazés, 1998). Siguiendo con esto, veamos.

GENDES es el acrónimo que surge de combinar las palabras *Género* y *Desarrollo*, conceptos complementarios que creemos, no deben dissociarse. Por ello, basamos nuestra praxis en lo siguiente:

- *El desarrollo social requiere de la noviolencia.* Retomamos el “Modelo Ecológico” que presenta Torres (2005) en el que se habla de violencia desde cuatro instancias interrelacionadas: 1. *Microsistema* mismo que alude al patriarcado (se refiere a la sociedad en su conjunto, en la que

⁵ Núñez hace hincapié en que el feminismo, en su origen más puro y epistemológico, es el alma mater de lo que hoy éste autor nombra ‘los estudios de género de los hombres’, a saber: *El feminismo ha sido una intervención revolucionaria en un sistema que limita las posibilidades de entender y conocer lo real, incluyendo la realidad de la situación de presión, segregación o segregación que viven las mujeres (...). Las feministas y los estudios de varones desde una perspectiva de género dicen comprobar tal ‘complicidad’ [entre las reglas epistemológicas y el poder patriarcal que impiden que las realidades de las mujeres puedan ser conocidas] al evidenciar la coincidencia entre los valores y las definiciones de objetividad, objetivación y racionalidad de la ciencia y las definiciones dominantes de lo “masculino” y el ser “hombre”* (Núñez, 2007: 39-40). Por su parte, Ramírez genera una prudente distinción respecto del “feminismo” ya que éste *representa una diversidad de posturas tanto en el plano teórico como en la acción política. Es importante considerarlo porque se puede pensar, equivocadamente, que hablar del feminismo es aludir a una perspectiva teórica y política única y homogénea. Al respecto [podemos identificar] tres grandes vertientes: las teorías de la diferencia, las teorías de la desigualdad y las teorías de la opresión* (Ramírez, 2006: 33). De todas ellas, hoy en día los estudios de masculinidad en tanto que construcción social del género masculino, retomaron andamios, visiones, posturas y, por supuesto, demandas sociales.

se producen una serie de creencias y valores culturales sobre el poder y la obediencia en función de los roles asignados por género, edad, etc. en el que la noción de masculinidad se vincula al ejercicio de diversas formas de dominación); 2. *Exosistema* el cual refiere a lo institucional (diversas instituciones que en la arena de lo social reproducen un modelo de funcionamiento vertical y autoritario, es decir, normatividad para la interpretación de los símbolos, como de las instituciones y organizaciones sociales); 3. *Microsistema* mismo que alude a lo familiar y estructural (se destaca en éste ámbito el dominio masculino en términos de autoridad, control económico, toma de decisiones y uso de privilegios, así como el aprendizaje de resolución violenta de conflictos. Cabe mencionar que muchas mujeres y niños/as (las/os más afectados generalmente) no son conscientes del maltrato que sufren porque las construcciones sociales jerarquizadas son compartidas por hombres y mujeres)

- *Es necesaria la construcción de una ciudadanía equitativa e igualitaria en cuanto a derechos y obligaciones.* Si la ciudadanía se considera como el “derecho a tener derechos” estamos hablando de que los ideales de una ciudadanía global coexisten en tensión con dos fenómenos complementarios: la privatización de los derechos y la feminización de la pobreza y la supervivencia (Ciriza 2006)⁶, este planteamiento nos hace tener cuidado de no celebrar las diferencias transformándolas en meras desemejanzas. Por lo que respecta a los hombres en la construcción de ciudadanía resulta interesante preguntarse si las respuestas de resistencia cívica y participación ciudadana pasan por una política personal sobre la “identidad”

⁶ Ciriza al respecto comenta: *La mayor parte de las mujeres de los países periféricos se han transformado en trabajadoras migrantes, no en ciudadanas globales. Para muchos países las remesas enviadas por las (y también los) trabajadores migrantes constituyen un aporte fundamental para los gobiernos y para la supervivencia de las familias que permanecen en el lugar de origen* (Ciriza, 2006: 52)

masculina (Núñez 2006)⁷ de la que parten las demandas sociales y la búsqueda de “ciudadanía global”. De ahí que debamos repensar no solo a la ciudadanía en tanto que objetivo universal sino también reflexionar desde dónde estamos pensando lo “global”.

- Es así que nuestra misión es Favorecer el desarrollo de masculinidades equitativas, igualitarias y *noviolentas*, impulsando, junto con otros actores sociales, procesos de reflexión, intervención, investigación e incidencia, desde la perspectiva de género.

GENDES trabaja el tema de violencia desde un enfoque integral que va desde la violencia hacia una y uno mismo hasta la estructural (violencia de género). En cuanto a la atención grupal con hombres que ejercen violencia de género, la labor de GENDES está basada en el **Modelo CECEVIM** (Centro de Capacitación para Erradicar la Violencia Intrafamiliar Masculina) creado por el Dr. Antonio Ramírez en San Francisco, California y aplicado en México desde el año 2003.

El Modelo CECEVIM es una herramienta que tiene como finalidad erradicar en hombres la violencia de género y la violencia en los hogares substituyéndolas con *la intimidad*, actitud que es precisamente lo opuesto a la violencia. Este Modelo tiene tres elementos teóricos, en primer lugar, **la perspectiva de género**, herramienta conceptual que busca erradicar las diferencias sociales basadas en los cuerpos sexuados. Esta perspectiva teórica explica por qué los hombres son violentos y cómo pueden dejar de serlo, en otras palabras, les permite identificar, reconocer y detener sus actitudes violentas. De manera complementaria, otra mirada contemplada en el Modelo es la **base ecológica**, que incluye el medio (el análisis de los contextos o espacios) en donde se desarrolla cada persona. Dentro de esta base ecológica tenemos un marco

⁷ Núñez indica: *Para el caso de México en donde los proceso económicos y sociales desatados por las políticas neoliberales de los últimos sexenios han sido aprehendidos por las distintas comunidades o grupos sociales en términos de género; algunos sujetos pueden sentir un efecto desordenador sobre las posibilidades de reproducción de sus identidades masculinas en condiciones de honorabilidad; que esta experiencia íntima de poder, íntima en la medida que atraviesa sus concepciones del yo masculino, esté presente entre las razones de la resistencia, la movilización y organización* (Núñez, 2006: 383).

psicológico que explica cómo y por qué los individuos pueden cambiar. El tercer componente es aquel que denominamos la **aproximación espiritual**⁸ que promueve el máximo desarrollo de las personas dependiendo de sus creencias acerca de la espiritualidad, si las quieren usar.

El programa se divide en tres cursos y cada curso tiene un tiempo aproximado de duración de 5 o 6 meses, dependiendo de la constancia y adherencia del usuario al programa.

La meta del curso uno es analizar el proceso violento y entender cómo se usa el control y dominio en la cotidianidad para resolver la tensión y fricción de las situaciones. Entender cómo la cultura patriarcal apoya y sanciona la violencia en las relaciones. Los objetivos que se plantean son:

1. Aprender a identificar la tensión y fricción de las situaciones que pueden llevar a responder con violencia.
2. Aprender a definir los espacios Físico e Intelectual y como influyen los espacios Social y Cultural en el Proceso Violento.
3. Lograr identificar las fases del Proceso Violento.
4. Definir los diferentes tipos de Violencia.
5. Poner en práctica el Retiro para dejar de ser violento.
6. Preparar al usuario para pasar el examen e ingresar al segundo curso.

La meta del curso dos es, aprender a reconocer y reforzar el Espacio Emocional, que es la base del Yo Real, para oponerlo a los mandatos culturales que refuerzan la Autoridad. Usar el Yo Real, con su correspondiente ética, para establecer sociedades y culturas nuevas que sean íntimas, dignas, cooperativas y democráticas. Y los objetivos que se establecen son:

1. Aprender a identificar el Yo Real y oponerlo a la Autoridad para no ser violento.
2. Aprender a definir el Espacio Emocional y las ocho emociones.
3. Aprender la relación entre el Yo Real y el Espacio Emocional.
4. Aprender a definir y poner en práctica el Plan Intimo para resolver la emoción que siente el usuario.

⁸ Espiritualidad para el Modelo no es sinónimo de creencia religiosa.

5. Aprender a definir y crear un Espacio Social íntimo y equitativo por medio de reconocer las Fronteras del usuario y de la pareja.
6. Aprender a definir y crear un nuevo Espacio Cultural de apoyo por medio de establecer Acuerdos con la pareja.
7. Preparar al usuario para pasar el examen final del programa.

Por último, existe la posibilidad del curso tres, este es para los hombres que quieran ahora facilitar procesos grupales, para ellos, la meta es influir en la comunidad enseñando a otros hombres a dejar de ser violentos y a crear comunidades cooperativas e íntimas para reforzar su propio crecimiento. Crear una comunidad que practique la intimidad por medio de expandir el programa. Y los objetivos a alcanzar son:

1. Aprender a facilitar todos los cursos del programa.
2. Ofrecer presentaciones públicas acerca de la violencia masculina para promover la prevención de la violencia.
3. Promover temas de interés para los hombres por medio de grupos de apoyo, hablar en espacios laborales, escuelas, universidades, iglesias, dar talleres, conferencias, arte, etc.

A continuación se describen los conceptos que se utilizan en los cursos uno y dos del modelo CECEVIM, para comprender como es el trabajo con los grupos de hombres. Los conceptos se tomaron de los manuales de trabajo y del libro del autor.

Curso Uno.

Situación

La Situación es la tensión o fricción que surge al cambiar las fronteras, lo que estoy viviendo en cada momento. Las fronteras son espacios de seguridad, es decir, son los espacios vitales que cada persona necesita para vivir adecuadamente. Las fronteras son vitales para cada persona porque le crean seguridad; en tal sentido, cada vez que nos relacionamos con otra persona abrimos nuestras fronteras y nos sentimos vulnerables, lo cual causa tensión y

fricción. La tensión surge cuando dos personas quieren separarse o alejarse y la fricción cuando quieren acercarse. Siempre estamos en una situación, cualquiera que ésta sea, puede ser nutritiva o conflictiva.

Espacio Físico

El Espacio Físico incluye dos aspectos: tu cuerpo y el espacio donde desarrollas tus actividades. El Espacio Físico Interno (o corporal), son tus cinco sentidos: el tacto, el gusto, el olfato, el oído y la vista. También son tus características individuales, tales como tu color de piel, tus movimientos, tu estatura, tu tiempo, tus gustos, etc. El segundo, es el Espacio Físico Externo o donde desarrollas tus necesidades personales físicas, incluye lugares como la vivienda, el espacio para dormir, para desarrollar trabajos; tus lugares de descanso, de entretenimiento; tus espacios personales como el escritorio o tu cama, etc. Son los lugares donde ejecutas tareas importantes para ti.

Espacio Intelectual

Por Espacio Intelectual entendemos todas las ideas, pensamientos y creencias de una persona. El Espacio Intelectual es la forma de interpretación individual que cada sujeto tiene del mundo. Es la manera en que analizas y entiendes tus experiencias usando tus estructuras simbólicas. Es la forma en que procesas los hechos por medio de tu conocimiento y experiencia.

El Proceso Violento

Espacio Cultural

*El Espacio Cultural es el conjunto de **códigos aprendidos** que guían y dictan nuestras formas de conducta y de pensamiento. Es la forma de procesar la realidad de acuerdo con parámetros establecidos por el aprendizaje que el individuo ha recibido en su grupo social, familiar, grupo económico, étnico, religioso, educativo y geográfico. Son las tradiciones y costumbres de tu grupo social*

Autoridad

*Cuando quieres ser “La Autoridad”, te atribuyes una posición de superioridad sobre otras personas. Son las **creencias machistas** con las que creciste.*

Cada acto de violencia empieza con la creencia de que eres superior a tu pareja y que debes de imponerte sobre ella. No puedes ser superior y desde ahí controlar si no impones esa superioridad.

Control y Dominio

Forzar a otras personas a hacer lo que mi Autoridad demanda. Cuando quieres controlar y dominar tienes expectativas de tu pareja e impones esas expectativas: le das una lista de tareas a tu pareja y defines su identidad. Controlar quiere decir asignar una identidad a una persona, mantenerla dentro de las características de esa identidad y asignarle determinadas tareas esperando que las ejecute.

Riesgo Fatal

Tú has aprendido a creer que eres la Autoridad en tu hogar, así que tu identidad está basada en que tus servicios sean llevados a cabo. Cuando esto no sucede asumes que no vas a poder sobrevivir sin ser la Autoridad. Si tu Autoridad está mandando algo y tu pareja no lo hace, de nada te sirve esa Autoridad, de modo que esa Autoridad esta siendo destruida por la negativa de tu pareja. Has aprendido, como todos los hombres, que tu identidad está basada en mantener esa superioridad, así que cuando tu Autoridad se siente eliminada, asumes que vas a morir porque no puedes sobrevivir sin ser el superior que manda. Te sientes atacado y crees que debes responder en una forma violenta, toda vez que tu pareja se ha convertido en una amenaza mortal para tu imaginaria Autoridad o superioridad. Tu superioridad no existe realmente, sino que es una imagen de lo que supuestamente tiene que ser un hombre. Este es el momento en que decides ser violento. Normalmente este momento está precedido de señales muy claras en tu cuerpo que te dicen que te encuentras en tu riesgo fatal, tales como calor en alguna parte de tu cuerpo, temblor, se te acelera el corazón (taquicardia), u otras.

Quedarte en este Riesgo Fatal es una forma muy eficiente de parar tu violencia. Por eso para pasar al Segundo Curso necesitas no haber sido físicamente o sexualmente violento por lo menos 16 semanas. Si no te quedas en tu Riesgo Fatal vas a ser violento.

Violencia

Decimos que este es un programa para trabajar la violencia familiar porque es la violencia que cometemos en nuestros hogares y/o hacia las personas con quien vivimos. Todo mundo tiene diferentes definiciones de lo que es violencia, así que empezaremos por darte una definición. Violencia es "cualquier invasión del espacio de la otra persona sin su permiso o acuerdo con la intención de dañarla, para controlarla y dominarla". La violencia tiene cinco formas de expresarse: violencia emocional, violencia económica, violencia verbal, violencia física y violencia sexual.

Formas de Violencia

Violencia Emocional

Violencia Económica

Violencia Verbal

Violencia Física

Violencia Sexual

Actitudes Irresponsables

Las Actitudes Irresponsables son una forma de mantener tu Autoridad porque justificas tus actos violentos manteniendo una supuesta visión de ti mismo como una persona que es incapaz de ser injusta. Esto es natural porque todos queremos ser consistentes con nosotros mismos y no queremos contradecirnos. Es más fácil culpar a otras personas por nuestros actos que aceptar que tenemos problemas. Si seguimos justificando nuestra violencia y esperamos que otras personas cambien para que nosotros dejemos de ser violentos, nunca lo vamos a poder hacer.

Decisiones

Tu estas tomando decisiones en todo este proceso, de modo que lo puedes parar en cualquier momento. Lo ideal seria que dejaras todo el proceso violento por un lado y resolvieras todo en colaboración con tu pareja y con los demás y de una manera íntima, pero esto no es tan fácil debido a que has

aprendido a imponerte con tu autoridad. El momento más visible va a ser tu Riesgo Fatal, porque es allí donde sientes respuestas físicas que te indican el peligro. Después, cuando avances en el programa te darás cuenta de que estas empezando a controlar y dejaras de hacerlo. La decisión depende sólo de ti y esta decisión te va a traer consecuencias que te hieren o te dan alegría.

Impactos

Tienes que aceptar la responsabilidad de tu violencia si la quieres parar. Al aceptar que tú decides ejecutar tu violencia, te pones en posición de poder pararla al decidir no ejecutarla. No puedes resolver un problema que no existe, así que si tú crees que no eres violento o no aceptas tu violencia, no podrás hacer algo para evitarla.

Segundo curso

El Proceso de Reflexión

Ya que has reconocido que estás usando el Proceso Violento y éste te causa impactos, necesitas salirte físicamente de tu Autoridad. Para hacer esto necesitas relajar tu cuerpo, o sea tu Espacio Físico, para así poder permitirte entrar en contacto con tu Yo Real. Tu Yo Real aparece solamente cuando creas las condiciones para darle oportunidad. Para hacer esto, el programa te sugiere que pongas tu mano derecha en tu pecho y la izquierda en tu estomago y respires tranquilamente diciendo al exhalar “Este Soy Yo” y luego lo hagas con los ojos cerrados pensando “Yo” mientras inhalas y “Soy” mientras exhalas. Este ejercicio te permitirá darte tiempo para después reflexionar a fondo sobre la situación, pero ahora desde tu Yo Real.

El Yo Real

Es el poder creativo que tienes dentro de ti que te ayuda a sobrevivir. Tu Yo Real son las cualidades con las que naciste y está basado en tus espacios internos o sea en tus espacios físico, intelectual y emocional. El espacio más importante para tu Yo Real es el emocional porque es la forma más interna e individual de procesar la realidad en que vives. El Yo Real es la capacidad que tienes de reconocer cuando estás en peligro porque algo te causa dolor o

cuando algo te satisface y sientes alegría. Tu Yo Real esta presente desde que naciste pero aprendiste a ignorarlo para mantener la imagen de Autoridad o de machista que tu cultura te demanda. Cuando te sientes herido o triste por causar un daño a otra persona, es tu Yo Real quien esta hablando.

Espacio Emocional

El espacio emocional son tus sentimientos o emociones muy particulares. Es tu forma de reacción interna hacia el medio ambiente y hacia ti mismo. Es la forma de saber si algo te ayuda a sobrevivir o no. Lo que sientes acerca de cualquier situación. Son las experiencias individuales de como procesas internamente tu relación con el mundo externo.

Al reconocer tu respuesta emocional a una experiencia, puedes hacer algo para mejorar la situación y entonces sentirte mejor. Sin embargo, lo primero es saber tus emociones y por qué estás respondiendo así. Para hacer este trabajo necesitas saber exactamente cuales son las 8 emociones y saber sus definiciones para poder usarlas. Profundiza lo más posible en tu emoción para saber que es lo que estas viviendo.

Espacio Emocional

<p>Alegre Siento energía porque estoy obteniendo algo muy importante para mí.</p>	<p>Dolor o Herido Siento que estoy perdiendo algo muy importante para mí.</p>
<p>Contento Siento que he obtenido algo muy importante para mí.</p>	<p>Triste Siento que he perdido algo muy importante para mí.</p>
<p>Esperanzado Siento que puedo obtener algo muy importante para mí.</p>	<p>Miedo Siento que puedo perder algo muy importante para mí.</p>
<p>Sereno</p>	<p>Enojado</p>

<i>Me siento seguro porque estoy siendo creativo.</i>	<i>Quiero alejarme porque se me trata injustamente.</i>
--	--

Tabla 1. Emociones.

Cuando encuentras realmente la causa de tu emoción y que esta es causada por lo que estas haciendo puedes eliminar esta causa. El problema es como hacerlo y para esto tenemos el proceso íntimo. Para aclarar esta emoción puedes tomar los siguientes pasos:

- Escoge una emoción de las ocho que te estamos sugiriendo. Escoge la que mas describe lo que estas sintiendo en este momento.*
- Ya que escogiste define ahora esta emoción aprendiendo las definiciones que te proponemos.*
- El tercer paso es entender lo importante que estas perdiendo u obteniendo. Te puedes preguntar ¿Por qué esta persona es importante para mí? Si no tiene importancia te estas dando una respuesta muy valiosa porque realmente no estas interesado en mantener una relación con esa persona. En caso de que sí sea importante para ti te darás cuenta de que tienes que hacer algo para mantener esta relación.*
- Reconoce la causa de la emoción que sientes o sea reconoce que estas haciendo algo para dañarte al dañar a tu pareja. Si la emoción es de alegría también estas haciendo algo para causarte esta emoción y necesitas entender qué estas haciendo para causarte esta alegría. La clave aquí es encontrar lo que tú estas haciendo, no lo que tu pareja esta haciendo. Una frase que es útil es decir “me siento herido porque yo estoy...” y completa la frase. Es diferente si dices “me siento herido porque mi pareja esta...” Esta última te lleva controlar y dominar nuevamente a tu pareja.*

Obviamente la parte más importante es entender la causa por la que estás perdiendo lo que es importante para ti. Si tu pareja quiere separarse de ti porque siente que la relación llegó a un punto en que ya no puede crecer y

ambos han trabajado para mantenerla, no hay algo que puedas hacer, ella ya decidió y aunque esto te cause dolor no puedes evitar ese dolor. Lo único que puedes hacer es aclarar que efectivamente estás perdiendo algo importante y valorar la razón por la que ella es, y fue importante para ti, y mantener esa importancia aunque ella ya no este contigo. Esto es como tener un accidente, te puede doler que te hayas caído pero lo único que puedes hacer es aceptar que te caíste y que te duele la herida y hacer algo como ir al hospital para curarla.

El Plan Íntimo

Tu Plan Íntimo es el medio por el cual vas a resolver o reforzar la causa de la emoción que estás sintiendo. Es el mecanismo que te permite convertir cualquier situación en un proceso íntimo, o sea creativo y de aprendizaje con otras personas. La base de este plan, es haber reconocido tu emoción. Si te sientes herido, necesitas quitarte ese dolor y si te sientes alegre necesitas seguir sintiendo esa alegría.

Tu plan íntimo, es único y puede tener los pasos que sean necesarios siempre y cuando te lleven a nutrir a tu pareja y a ti mismo. Si un plan íntimo tiene esta característica, estarás creando un espacio social nutritivo y de apoyo.

Intimidad

Intimidad es compartir espacios por medio de acuerdos. Nota que la intimidad es lo opuesto a violencia. La intimidad es un proceso que es necesario para sobrevivir porque todas las personas necesitamos ser reconocidas. Cuando no se nos reconoce sufrimos porque nos sentimos aislados y separados de otras personas que nos nutren emocionalmente. La intimidad es necesaria psicológicamente y su ausencia causa impactos severos que pueden incluir la depresión y el suicidio. Una de las experiencias más tristes e impactantes es cuando nos sentimos débiles y sin apoyo porque sentimos que no tenemos los recursos para sobrevivir. Generalmente los hombres vivimos en soledad porque no ponemos atención a nuestros procesos internos y no permitimos que otras personas nos apoyen. Como nos creemos perfectos no mostramos nuestras verdaderas necesidades y emociones.

Autosuficiencia

La Autosuficiencia es usar tus propios recursos para tu beneficio y el de otras personas. Es lo opuesto a Servicios porque antes esperabas que tu pareja te diera todos sus recursos, ahora tú usas tus propios recursos para tu beneficio y tu pareja usa los suyos para ella misma, y cuando quieren compartirlos lo pueden hacer nutriéndose mutuamente y fortaleciendo la relación.

Poder

Cuando reconoces tus emociones y aceptas tu Autosuficiencia, estas listo para desarrollar tu propio Poder. Poder en este sentido quiere decir tener habilidad o capacidad de hacer algo. Tú tienes la habilidad de crear tu vida en la forma en que desees. Tienes los elementos necesarios para construir tu identidad verdadera y al hacer esto puedes decidir como relacionarte con otras personas; esto es poder.

Nuevo Espacio Social

Fronteras

Para crear un espacio social íntimo es necesario poner atención a las fronteras de las personas. Fronteras son espacios de seguridad que ayudan a la persona a mantener su vida en una forma adecuada para ella. Todas las personas tenemos diferentes fronteras, por ejemplo hay personas que les gusta tocar a las personas con quienes están hablando y hay otras que no lo hacen. De hecho, toda relación esta basada en mover y cambiar fronteras. Tu cambias fronteras en todo momento, por ejemplo, si te mueve en la cama cuando estas durmiendo, esto afecta a tu pareja, esto es un cambio de fronteras. Toda decisión que tomas, afecta a tu pareja, así que tienes que aprender a mover esas fronteras con cuidado y en cooperación con tu pareja.

Pido Permiso

Comparto mi Emoción

Comparto mi Plan Íntimo

Escucho su Respuesta y su Plan Íntimo

Nuevo Espacio Cultural

El Nuevo Espacio Cultural son las nuevas formas de procesar la realidad, de acuerdo con códigos que tú y tu pareja escogen.

Acuerdos

Me Comprometo

No Me Comprometo

Espacio Espiritual

Si pones en práctica el Proceso Íntimo y lo usas todo el tiempo, te darás cuenta de que tu vida cambia, que te sientes más sereno contigo mismo y que tu pareja, hijos e hijas se sienten mejor y desean compartir contigo. Cuando nos quitamos el machismo y la Autoridad con que crecimos, no sabemos que va a suceder con nosotros, pues estamos quitándonos una identidad de muchos años. Al volver a tu Yo Real vuelves al contacto espiritual que tenías desde que naciste. El Espacio Espiritual es la fuerza creativa que nos une con el poder vital de la naturaleza y que nos ayuda a trascender.

No estamos hablando de una religión, ni tenemos formas específicas de espiritualidad, tu puedes decidir qué es lo mejor para ti y lo que deseas hacer.

Los grupos en GENDES AC

Actualmente se llevan 4 grupos de curso uno, 1 grupo de curso dos y 1 de curso para facilitadores. Se están realizando procesos de evaluación al modelo, así como el desarrollo de una base de datos que nos proporcione información sobre los usuarios y grupos.

Se colabora de manera directa con regiones que indican un número elevado de violencia de género; asimismo, se generan sinergias entre otras asociaciones civiles que trabajan temas de violencia de género, muchas de ellas de corte feminista y de trabajo por y con mujeres. De hecho, esta incidencia nos permitió para trabajar de manera coyuntural con las dependencias gubernamentales. Las compañeras hoy en día canalizan un número considerable de hombres agresores que desean atención para frenar sus violencias.

A manera de consideraciones finales.

Para trabajar con hombres y analizar, re-formular y/o proponer alternativas de construcción de masculinidades, consideramos que es preciso tomar en cuenta lo siguiente: 1. Tener presente el origen epistemológico de los estudios de las masculinidades cuidando de no desdeñar las posturas y metodologías, por el contrario, retomar de ellas lo que competa al trabajo con hombres sin intentar trasladar conceptos como si estos fueran operacionales para todos y todas; 2. Rememorar que el hecho de trabajar con hombres no significa que las demandas políticas de las mujeres han sido resueltas hoy en día. Trabajar con hombres no es sinónimo de la culminación del desarrollo social de las mujeres; trabajar con hombres, por el contrario, es atacar de manera coyuntural el problema de las desigualdades e inequidades sociales mismas que hoy día siguen afectando a las mujeres de forma indiscriminada. Es verdad que aún tenemos un largo camino por recorrer, no obstante, ya vamos sobre la marcha.

Bibliografía

Amuchástegui, Ana (2007) “El pensamiento sobre masculinidades y la diversidad de experiencias de ser hombre en México” en Amuchástegui, A. y Szasz, I., *Sucede que me canso de ser hombre...Relatos y reflexiones sobre hombres y masculinidades en México*, México, COLMEX.

----- (2006) “¿Masculinidad (es)?: Los riesgos de una categoría en construcción en Careaga, G.; Cruz, S., *Debates sobre masculinidades. Poder, desarrollo, políticas públicas y ciudadanía*, México, UNAM.

Cazés, Daniel (1998) “Metodología de género en los estudios de los hombres” en *La ventana. Revista de estudios de Género*, no. 8, México, Universidad de Guadalajara.

Ciriza, Alejandra (2006) “Ciudadanía en el siglo XXI: sobre los ideales de la ciudadanía global y la privatización de derechos” en *Utopía y Praxis Latinoamericana*, año 11 No. 33 Abril-junio, Argentina, CONICET, CRICYT, Universidad Nacional de Cuyo.

Connell, R.W. (1997) “La organización social de la masculinidad” en: Valdés T. y Olavarría J. (Eds.) *Masculinidad/es: poder y crisis*, ISIS Internacional/FLACSO, Chile.

----- (1995) *Masculinities: knowledge, Power and Social Change*, Berkeley, University of California

INMUJERES (2009) *Glosario de Género*, México.

Kimmel, Michael (1998) “El desarrollo (de género) del subdesarrollo (de género): la producción simultánea de masculinidades hegemónicas dependientes en Europa y Estados Unidos” en: Valdés, Teresa y Olavarría, José, *Masculinidades y equidad de género en América Latina*, Santiago, FLACSO.

Núñez Noriega, Guillermo (2007) “La producción de conocimientos sobre los hombres como sujetos genéricos: reflexiones epistemológicas” en Amuchástegui, A. y Szasz, I., *Sucede que me canso de ser hombre...Relatos y reflexiones sobre hombres y masculinidades en México*, México, COLMEX.

----- (2006) “Los estudios de masculinidades y la cultura política en México” en Careaga, G.; Cruz, S., *Debates sobre masculinidades. Poder, desarrollo, políticas públicas y ciudadanía*, México, UNAM.

Olavarría, José (2003) “Los estudios en masculinidades en América Latina. Un punto de vista” en: *Anuario social y político en América Latina y el Caribe*, Num. 6, Caracas, FLACSO, UNESCO.

Ramírez, Felipe Antonio (2009) *Fundamentos para entender y erradicar la violencia familiar masculina*, San Francisco CA., CECEVIM Centro de Capacitación para Erradicar la Violencia Familiar Masculina.

Ramírez Rodríguez, Juan Carlos (2006) “¿Y eso de la masculinidad?: apuntes para una discusión” en Careaga, G.; Cruz, S., *Debates sobre masculinidades. Poder, desarrollo, políticas públicas y ciudadanía*, México, UNAM.

Rojas Camacho, Raúl (2005) “Castigar o medir la violencia doméstica: el dilema de las víctimas” en *Reunión Internacional de Atención y Prevención de la Violencia hacia las Mujeres: Un enfoque multidisciplinario*, México, INMUJERES.

Torres Falcón, Marta (2005) “Aspectos socioculturales de la violencia familiar” en *Reunión Internacional de Atención y Prevención de la Violencia hacia las Mujeres: Un enfoque multidisciplinario*, México, INMUJERES.

Valenzuela, (2009) *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*, “ENDIREH” (INEGI, 2006).