

# Hombres que impulsan el cambio

Manual para la Prevención de la Violencia y la Promoción del Crecimiento Personal desde una Perspectiva de la Masculinidad



305.3

l59 h

Instituto Nacional de las Mujeres

Hombres que impulsan el cambio: manual para la prevención de la violencia y la promoción del crecimiento personal desde una perspectiva de la masculinidad / Instituto Nacional de las Mujeres. -- 1.ed. -- San José: Instituto Nacional de las Mujeres, 2009. (Colección Tenemos derecho a tener derechos; no. 18; Derecho a una vida sin violencia; no. 1)

132 p., 28 X 21 cm

ISBN 978 9968-25-167-9

1.MASCULINIDAD. 2.DESARROLLO PERSONAL. 3. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR. 4. PERSONAS AGRESORAS. 5. MEDIOS DE ENSEÑANZA I. Título

### ELABORACIÓN DEL TEXTO:

Mauricio Menjívar

Carlos Alvarado

### REVISIÓN Y EDICIÓN

Area de Violencia de Género

Instituto Nacional de las Mujeres

# ÍNDICE

PRESENTACIÓN .....	5
INTRODUCCIÓN .....	7
PRIMERA PARTE ¿QUÉ HACER PARA IMPULSAR PROCESOS DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA Y DE PROMOCIÓN DEL CRECIMIENTO PERSONAL DESDE UNA PERSPECTIVA DE LA MASCULINIDAD? .....	9
1. HOMBRES TRABAJANDO A FAVOR DE LA PROMOCIÓN DE VIDAS NO VIOLENTAS EN SUS COMUNIDADES .....	9
2. ACERCA DEL PAPEL DE LAS INSTITUCIONES, ORGANIZACIONES Y PERSONAS ENCARGADAS DE IMPULSAR EL PROCESO .....	13
3. EL AUTODIAGNÓSTICO COMUNITARIO: LOCALIZAR Y CONVOCAR A LOS HOMBRES. ....	22
SEGUNDA PARTE: MANUAL PARA EL DESARROLLO DE PROCESOS DE INTERAPRENDIZAJE .....	27
1. ANOTACIONES SOBRE EL ENFOQUE DE INTERAPRENDIZAJE .....	27
2. CÓMO UTILIZAR EL MANUAL.....	30
3. SOBRE LA POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDA ESTE MANUAL.....	31
4. SOBRE LAS SESIONES Y SU CONTINUIDAD.....	31
5. ALGUNOS CONSEJOS PARA EL TRABAJO CON HOMBRES.....	31
6. SOBRE LAS PERSONAS QUE DEBEN APLICAR O FACILITAR ESTE MANUAL.....	33
7. SOBRE LOS MATERIALES NECESARIOS PARA EL PROCESO.....	34
8. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA .....	35
SESIÓN 1. ACTIVIDADES INTRODUCTORIAS.....	37
ACTIVIDAD 1.1. DINÁMICA DE PRESENTACIÓN: SE BUSCA .....	37
ACTIVIDAD 1.2. EXPECTATIVAS Y TEMORES / PRESENTACIÓN DEL TALLER.....	39
ACTIVIDAD 1.3. REGLAS DEL TALLER.....	41
ACTIVIDAD 1.4. LOS HOMBRES QUE NOS MARCARON: ACTUANDO SU PRESENCIA EN NUESTRAS VIDAS (SOCIODRAMA) .....	43
SESIÓN 2. ¿QUÉ ES SER HOMBRE EN ESTA CULTURA? IMPACTO EN LAS VIDAS PERSONALES .....	45
ACTIVIDAD 2.1. ENTRE BROMA Y BROMA... SENSIBILIZACIÓN.....	45
ACTIVIDAD 2.2. EL SIGNIFICADO DE SER HOMBRE EN NUESTRA CULTURA: LA CONSTRUCCIÓN DE UN CUERPO MASCULINO Y DE UN CUERPO FEMENINO ...	48
ACTIVIDAD 2.3. ¿BIOLÓGICO O PRODUCTO DE LA EDUCACIÓN?.....	51
SESIÓN 3. PROCESOS PERSONALES DE CONSTRUCCIÓN DE LA MASCULINIDAD .....	54
ACTIVIDAD 3.1: LOS JUGUETES .....	54
ACTIVIDAD 3.2: LA LOTERÍA DE LA VIDA.....	56
ACTIVIDAD 3.3. VISUALIZANDO LA CONSTRUCCIÓN DE NUESTRA IDENTIDAD.....	59

SESIÓN 4. LOS HOMBRES Y LAS EMOCIONES: SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE I).....	57
ACTIVIDAD 4.1. OPCIÓN 1: LA VIDA DE JUAN.....	57
ACTIVIDAD 4.1.OPCIÓN 2: LOS EXÁMENES DE LA MASCULINIDAD.....	71
ACTIVIDAD 4.2. RECONOCIENDO NUESTRAS EMOCIONES .....	73
ACTIVIDAD 4.3. VIOLENCIA EMOCIONAL: ¿ES O NO ES? .....	77
SESIÓN 5. LOS HOMBRES Y LAS EMOCIONES: SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE II) .....	81
ACTIVIDAD 5.1. LA SEXUALIDAD MASCULINA .....	81
ACTIVIDAD 5.2. VIOLENCIA SEXUAL ¿ES O NO ES? .....	88
SESIÓN 6. RECONOCIENDO Y DESESTRUCTURANDO LA VIOLENCIA VERBAL .....	93
ACTIVIDAD 6.1. FORTALECIMIENTO DE LOS PARTICIPANTES .....	93
ACTIVIDAD 6.2. JUEGO DE ROLES: MENSAJES QUE CURAN VS. MENSAJES QUE DUELEN .....	95
ACTIVIDAD 6.3. LA COMUNICACIÓN.....	98
ACTIVIDAD 6.4. BUSCANDO FORMAS DE COMUNICACIÓN ENFOCADAS EN EL CRECIMIENTO PERSONAL.....	101
SESIÓN 7. RECONOCIENDO Y DESESTRUCTURANDO LA VIOLENCIA FÍSICA.....	103
ACTIVIDAD 7.1. LA DINÁMICA DE LA VIOLENCIA FÍSICA.....	103
ACTIVIDAD 7.2. ESTABLECIENDO PAUTAS PARA UN TRATO IGUALITARIO DE HOMBRES HACIA MUJERES .....	105
ACTIVIDAD 7.3. ATAJANDO LA VIOLENCIA FÍSICA.....	107
SESIÓN 8. PLANIFICANDO UNA ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA.....	109
BIBLIOGRAFÍA .....	115
ANEXOS .....	117
ANEXO A. MODELO PREVENCIÓN DE VIOLENCIA MASCULINA PRESENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA METODOLÓGICA A LA RED PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA.....	117
ANEXO B. PRESENTACIÓN DEL PROYECTO A LA COMUNIDAD. HOMBRES JÓVENES Y SU COMUNIDAD CONTRIBUYENDO A PREVENIR LA VIOLENCIA .....	119
ANEXO 1. “CARTÓN DE LOTERÍA” .....	121
ANEXO 2. INSTRUMENTO PARA EL TRABAJO EN GRUPOS. ACTIVIDAD: “VISUALIZANDO LA CONSTRUCCIÓN DE NUESTRA IDENTIDAD” .....	122
ANEXO 3: ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA EMOCIONAL? / “HOMBRES: CASOS DE LA VIDA REAL” .....	123
ANEXO 4: CANCIONES .....	125

# PRESENTACIÓN

**E**l Estado costarricense se ha comprometido con la defensa de los derechos humanos de sus ciudadanos y ciudadanas, desde el nivel constitucional y legal, y principalmente a través de la ratificación de Convenciones internacionales en esta materia, los cuales -por referirse a la defensa de derechos humanos- tienen jerarquía superior a la propia Constitución Política.


El derecho de toda mujer costarricense a una vida libre de cualquier forma de discriminación y de violencia, han sido asumidos como compromisos concretos desde la ratificación de las Convenciones de Naciones Unidas sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación Contra la Mujer (CEDAW), en 1985, y la Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer (Belem do Pará), en 1995. El respeto a la vida, a la integridad física, psíquica y moral de las mujeres es un compromiso del Estado y en su búsqueda se han realizado acciones continuadas.

Como parte del proceso de construcción de respuestas frente al grave problema de la violencia en contra de las mujeres, hemos reconocido la necesidad de trabajar con los hombres y la masculinidad. El cambio en sus actitudes, la construcción de masculinidades que faciliten el desarrollo, bienestar y protección de los derechos de las mujeres, los niños y las niñas, así como la generación de nuevas formas de relación basadas en el respeto y el afecto y no en el poder y el control, constituyen prioridades de trabajo impostergables en estos momentos.

La tarea desde el INAMU ha sido asumida en dos líneas diferentes de trabajo: por una parte, el diseño e implementación de un Sistema de Acreditación de Programas de Atención de Ofensores (SAPAO), con lo cual se da cumplimiento a la nueva competencia creada mediante la Ley de Penalización de la Violencia contra las Mujeres; por otra parte, se han iniciado acciones destinadas a la prevención de la violencia masculina en el nivel comunitario, con énfasis en la población joven, con el apoyo del Fondo de Población de las Naciones Unidas UNFPA.

Dentro de esta segunda línea de trabajo, se realizó una primera publicación en el 2007 titulada: *“Hacer la diferencia, vivir sin violencia”*, en la cual se desarrolla un Modelo Comunitario para la prevención integral de la violencia intrafamiliar y de género, con población masculina adolescente y adulta. Presentamos ahora este *“Manual para la prevención de la violencia y la promoción del crecimiento personal desde una perspectiva de la masculinidad”*, en el cual se construyen las herramientas metodológicas para desarrollar los procesos de interaprendizaje dirigidos a hombres jóvenes y adultos -como parte del componente de prevención del modelo señalado- y también a funcionarios públicos y de organizaciones que trabajan con esa población.

Nuestro reconocimiento a la Municipalidad de Moravia y a sus autoridades, especialmente a la comunidad de Los Sitios, porque gracias a la experiencia iniciada de aplicación del *Modelo*, logramos la confección de este material metodológico.



Agradecemos el apoyo recibido del Fondo de Población de las Naciones Unidas UNFPA y el aporte técnico de los consultores Mauricio Menjívar Ochoa y Carlos Alvarado Cantero, quienes tuvieron a cargo la tarea de confeccionar este material. Confiamos que este Manual constituya una eficiente herramienta de trabajo, que sume a las respuestas del Estado costarricense frente al compromiso destinado a ofrecer respuestas al dolor de las mujeres víctimas de la violencia de género y a los sentimientos de una sociedad indignada frente a la impunidad permitida por un sistema, que ha sido tolerante frente a la violencia contra las mujeres.

Jeannette Carrillo Madrigal  
Presidenta Ejecutiva  
Instituto Nacional de las Mujeres

# INTRODUCCIÓN


**E**l presente documento se inscribe en las estrategias impulsadas por el Sistema Nacional para prevención de la Violencia Intrafamiliar y tiene el objetivo de apoyar metodológicamente el trabajo de prevención de la violencia entre hombres jóvenes (15 a 25 años de edad), desde una perspectiva de la masculinidad. Para estos efectos, el documento tiene una doble función. En primer lugar, es un manual que orienta el trabajo de aquellos equipos institucionales que se conformen en las comunidades con el fin de emprender dicha tarea. En este sentido, los objetivos que persigue el manual son:

- a) Señalar cuál debe ser la conformación deseable de los equipos integrados por miembros de instituciones públicas, con el fin de desarrollar acciones más consistentes.
- b) Brindar una guía sobre las funciones que deben cumplir las diferentes partes de dichos equipos.
- c) Definir las orientaciones metodológicas para el trabajo de los equipos con los jóvenes y con sus comunidades.
- d) Definir las orientaciones metodológicas para el trabajo de los equipos con otros/as funcionarios/as de instituciones públicas que se sumen al desarrollo de esta experiencia.
- e) Orientar a las comunidades en el proceso de prevenir la violencia en los hombres.

Estos objetivos son desarrollados en la primera parte del documento, titulada *¿Qué hacer para impulsar procesos de prevención de la violencia y de promoción del crecimiento personal desde una perspectiva de la masculinidad?*

La segunda parte del documento (titulada: *Manual para el desarrollo de procesos de interaprendizaje*) busca cumplir una segunda función: constituir una guía metodológica para el desarrollo de talleres o actividades de interaprendizaje. Su objetivo básico es brindar herramientas para capacitar a funcionarios y funcionarias de instituciones públicas en materia de masculinidad y violencia, con el fin de que, posteriormente, repliquen esta misma capacitación con hombres jóvenes. En este sentido, se busca brindar instrumentos metodológicos para el desarrollo de capacidades en materia de prevención de la violencia masculina y promoción del crecimiento personal.

Las personas que impulsen una experiencia como la que se expone en este documento deben tener en cuenta que ésta se inscribe en un proceso de mayor alcance. Las pautas de dicho proceso se encuentran establecidas en el documento titulado: *Hacer la diferencia, vivir sin violencia. Modelo Comunitario para la Prevención Integral de la Violencia Intrafamiliar y de género, con población Masculina Adolescente y Adulta* (INAMU: 2007). Dicho documento contiene los elementos jurídicos que sustentan el modelo, así como los objetivos y los niveles institucionales que deben ser tomados en cuenta para su desarrollo. Asimismo, presenta los elementos conceptuales sobre violencia, construcción de la masculinidad; enfoques y principios éticos y metodológicos que deben orientar el trabajo comunitario con hombres, para la prevención de la violencia. En otras palabras, el documento proporciona un marco general bajo el que se deben desarrollar las estrategias de prevención, y por ello resulta imprescindible su revisión, antes del impulso de las acciones aquí señaladas.



Ante todo, se debe tener en cuenta que el proceso aquí propuesto es un camino novedoso y vital: trabajar sobre las masculinidades es trabajar nuestra propia experiencia de vida desde una perspectiva pocas veces desarrollada. Es un camino con no pocas contradicciones pero, sobre todo, de gran aprendizaje y crecimiento personal que tendrá enormes satisfacciones: aquellas derivadas de una vida libre de violencia.





# PRIMERA PARTE

## ¿QUÉ HACER PARA IMPULSAR PROCESOS DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA Y DE PROMOCIÓN DEL CRECIMIENTO PERSONAL DESDE UNA PERSPECTIVA DE LA MASCULINIDAD?

### 1. HOMBRES TRABAJANDO A FAVOR DE LA PROMOCIÓN DE VIDAS NO VIOLENTAS EN SUS COMUNIDADES

#### 1.1. EL PROBLEMA: HOMBRES QUE EJERCEN VIOLENCIA

Hoy día, el problema de la violencia despierta gran preocupación en múltiples sectores de nuestra sociedad: el gobierno central, los organismos internacionales, los gobiernos locales, entre otros. Sin duda alguna, es una preocupación de primer orden para las y los ciudadanos en general.

Desde diversas instituciones y lugares, muchos varones participan para resolver este problema; se trata de policías, jueces, abogados, funcionarios del Estado, padres de familia y otros hombres de la comunidad. Gran parte de los esfuerzos se han dedicado a resolver la violencia asociada a la delincuencia común, es decir, aquella relacionada con robos a las personas, secuestros y delitos contra la propiedad.

Sin embargo, esta participación masculina pone poca o ninguna atención a un elemento muy importante: una buena parte de la violencia social está dirigida hacia las mujeres. Algunas estadísticas muestran esta realidad: durante los años de 2001 a 2007, el sistema de emergencias 911, recibió más de 195 mil llamadas denunciando que, en ese momento, alguien estaba agrediendo a una mujer. En ese mismo período, más de 38 mil mujeres adultas recibían algún tipo de violencia ya fuera física, psicológica, sexual o/y en contra de su patrimonio. Esta es una cifra muy importante si se considera que, por estos mismos motivos, existieron poco más de mil quinientas llamadas por agresión en contra de hombres adultos (Cuadro1). Igualmente alarmante es la agresión en contra de mujeres adolescentes y el abuso sexual a las menores de 15 años.

También es imposible dejar de lado, la gran cantidad de casos por violencia doméstica que cada año se atienden en el Poder Judicial: en el año 2000 eran más de 40 mil y en el 2006, casi 55 mil. De los casos que se presentaron en el 2000, más de 32 mil eran nuevos, mientras que en el 2006 esta cifra casi llegaba a 50 mil (Cuadro 2). No debe olvidarse que cada caso es, en realidad, una persona que está viviendo bajo condiciones de horror, sufrimiento y humillación. A manera de ejemplo, entre 2000 y 2006, más de 311 mil nuevas personas fueron atendidas en el Poder Judicial costarricense, porque sufrieron de violencia en sus propios hogares.

Cuadro 1 Costa Rica: Cantidad de <b>llamadas recibidas</b> en el sistema de emergencias 9-1-1 (años: 2001 a 2007)* por:	
	Total de llamadas
o <b>Agresión en proceso contra mujeres</b>	195.399
o <b>Agresión en contra de mujeres adultas</b> (mayores de 18 años) por parte de persona de confianza (con la que mantiene o mantuvo relación afectiva)**	38.307
o <b>Agresión en contra de hombres adultos</b> (mayores de 18 años) por parte de persona de confianza (con la que mantiene o mantuvo relación afectiva)**	1.568
o <b>Agresión en contra de mujeres adolescentes</b> (menores de edad pero mayores de 15 años)**	552
o <b>Abuso sexual a mujeres menores de 15 años</b>	211
*El 2007 solo incluye las llamadas del primer trimestre. **La agresión Incluye violencia física, psicológica, sexual y/o patrimonial. Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i> . San José, C.R.: INAMU, 2007	

Cuadro 2 Costa Rica: Total de casos atendidos por violencia doméstica en el Poder Judicial, 2000-2006		
Año	Total de casos atendidos	Casos nuevos
2000	40.608	32.643
2001	53.858	43.929
2002	57.722	46.012
2003	58.711	47.086
2004	59.003	48.073
2005	55.683	47.393
2006	54.807	46.813
<b>Total</b>	<b>380.392</b>	<b>311.352</b>
Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i> . San José, C.R.: INAMU, 2007		

Las estadísticas del Poder Judicial también muestran que una parte importante de la violencia que se ejerce en Costa Rica es de tipo sexual. En el año 1995, se registraron en este poder 725 violaciones, mientras que en 2000 un total de 1.209 y 1523 en el 2005. La cifra es alarmante si se piensa que durante los 11 años que van de 1995 a 2005 en el Poder Judicial ingresaron más de 13 mil denuncias por violación, más de mil quinientas denuncias por tentativas de violación, más de 6 mil por abusos sexuales contra menores o personas con alguna incapacidad, más de 44 mil otras tantas denuncias por otros delitos sexuales (Cuadro 3).

Cuadro 3 Poder Judicial de Costa Rica: Delitos sexuales en los años 1995, 2000 y 2005 y Del período 1995-2005				
Delitos sexuales y tipo de denuncia	1995	2000	2005	1995-2005
Violación	725	1.209	1.523	13.142
Abusos sexuales contra menor o incapaz	0	90	1.980	6.454
Relaciones sexuales con menores	183	170	317	2.315
Tentativa de violación	164	132	103	1.519
Otros delitos sexuales	950	2.094	1.255	19.160
Total	2.022	3.695	5.178	42.590
Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i> . San José, C.R.: INAMU, 2007				

Es importante que organismos del Estado, como el Poder Judicial, tomen cartas en este asunto, que sucede a lo largo y ancho del país. Sin embargo, debemos preguntarnos: ¿De qué manera nos hemos manifestado los demás hombres: los ciudadanos en general, padres, hermanos, vecinos, esposos, etc., en contra de estas formas de violencia, en su gran mayoría sufridas por las mujeres adultas, jóvenes y niñas? Más importante aún: ¿qué medidas hemos tomado en nuestras comunidades para prevenir toda esta violencia? Algo es claro, los hombres, como género, todavía no hemos hecho lo suficiente, ni aquí, ni en otros lugares del planeta (Cervantes, s.a.).

Estas preguntas son importantes debido a un segundo aspecto que también pasamos por alto: la gran mayoría de quienes ejercen esta violencia son hombres.<sup>1</sup> Y esto se debe a que la cultura machista que se construye en nuestras comunidades ha hecho creer a muchos hombres que esta es la forma en que deben actuar, que esta es la forma en que deben sentirse hombres y que es la forma de ejercer el poder, de controlar a las mujeres, a los niños y no pocas veces, a otros hombres.

La violencia puede definirse, precisamente, como las conductas destinadas a obtener el control y la dominación sobre otras personas y opera ocasionando daño o perjuicio físico, psicológico, emocional o de cualquier otro tipo. Asimismo, la violencia por omisión se produce cuando se tiene poder y no se participa para evitarlo o prevenirlo (Peyrú y Corsi: 2003, 20). Por su parte, la violencia masculina “es el abuso del poder más común en la vida diaria de muchas personas; agota la capacidad humana de empatía y misericordia, transformando la potencialidad creativa de solidaridad en desánimo, miedo y apatía” (Cervantes: 1997, 86).

<sup>1</sup> Para un desarrollo conceptual sobre el tema de la Masculinidad y la violencia de género ver el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia. Modelo comunitario para la prevención integral de la violencia intrafamiliar y de género, con población masculina adolescente y adulta*. (INAMU: 2007, 17-25). En adelante *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 1997).

Sin embargo, estamos convencidos de que a una gran cantidad de hombres no nos interesa relacionarnos con las mujeres de esta manera: son nuestras hermanas, madres, esposas, hijas, amigas, compañeras de trabajo, etc., y nos interesa su bienestar.

Pero este interés no es pasivo. Es decir, partimos de la certeza de que los hombres podemos trabajar activamente para eliminar la violencia en nuestras comunidades. Pero entonces, ¿Cómo los hombres podemos trabajar para eliminar la violencia?

## 1.2. LA SOLUCIÓN: HOMBRES Y SUS COMUNIDADES, TRABAJANDO PARA ELIMINAR LA VIOLENCIA Y A FAVOR DEL CRECIMIENTO PERSONAL

Este documento brinda algunas herramientas para que los hombres nos podamos involucrar activamente en mejorar la calidad de vida de nuestro entorno, partiendo de tres ideas básicas:

- A) La violencia hacia las mujeres y muchas formas de violencia hacia otros hombres son aprendidas, por lo tanto, pueden desaprenderse. Esto se logra dándonos cuenta de las formas de ser hombre que promueven la violencia.
- B) Al mismo tiempo que se desaprende la violencia, **se pueden aprender formas pacíficas de relacionarnos** con las otras personas, formas con las cuales, estas personas y nosotros mismos, crezcamos como seres humanos.
- C) **Los mismos hombres podemos impulsar estos procesos** de crecimiento humano. Para ello es importante:

### La promoción:

- i) Es la **transformación cultural** de nuestra comunidad y de su gente.
- ii) Entiende a las personas de la comunidad –**hombres** y mujeres, jóvenes y adultos– como agentes **transformadores**.
- iii) Significa hacer alianzas con instituciones del Estado, con el gobierno local, con otros grupos organizados y con nuestros vecinos y amigos.


### La prevención:

- iv) Es el estímulo de las **potencialidades personales y colectivas** para reducir los factores que contribuyen a que exista violencia (INAMU: 2007, 32-33).

Esto se debe hacer siguiendo varios enfoques, establecidos en el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 27-28), tales como el de masculinidad –que reconoce la socialización diferenciada de los varones en esta sociedad–, el enfoque de la diversidad –que incorpora las diferencias según edad, clase social, cultura, ocupación, región de procedencia, orientación sexual, etc.–, el enfoque generacional –que considera las necesidades diferenciadas de las personas de acuerdo con el momento de su ciclo vital –y el enfoque comunitario –que implica las potencialidades de la propia comunidad en la transformación de su realidad–.

De igual manera, existen principios orientadores que deben ser respetados<sup>2</sup>:

<sup>2</sup> Ver en detalle el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 28-29).

- 
- a) Nada justifica la violencia intrafamiliar y de género.
  - b) Todas las personas tienen derecho a vivir libres de violencia.
  - c) La igualdad y la equidad de género debe ser una prioridad.
  - d) El trabajo con hombres es necesario para la erradicación de la violencia intrafamiliar y de género.
  - e) La promoción y la prevención deben priorizarse en la respuesta social a la violencia intrafamiliar y de género.
  - f) La prevención de la violencia es una responsabilidad de las personas y de las instituciones.

Para impulsar estos procesos de crecimiento humano con otros hombres, **debemos adquirir algunas herramientas.**

Y, como ya dijimos, este documento brinda algunas de esas herramientas. Este es un manual que describe, paso a paso, cómo se debe realizar un taller para desarrollar este proceso de crecimiento humano. La idea es que la persona que lo vaya a utilizar, primero lo conozca por medio de la participación en un taller basado en el manual que se presenta en la Segunda Parte. Es claro que quien dé ese taller, antes debe pasar por un proceso similar de aprendizaje.

## 2. ACERCA DEL PAPEL DE LAS INSTITUCIONES, ORGANIZACIONES Y PERSONAS ENCARGADAS DE IMPULSAR EL PROCESO

Para poner en práctica las acciones para la prevención de la violencia y la promoción de vidas basadas en el respeto y el crecimiento humano propuestas en este documento, es necesario poner a trabajar a todas las fuerzas vivas de la comunidad. En su mayoría, se trata de personas que trabajan para el desarrollo de la comunidad y que viven en la comunidad. Otras, no son precisamente de la comunidad o no trabajan en ella, pero pueden contribuir con este proyecto, si se logra crear alianzas con ellas.

La alianza entre personas, organizaciones e instituciones, con el fin de trabajar por un objetivo común significa, sin duda alguna, el éxito de un proyecto. La mayoría de estas instancias tal vez se encuentren trabajando actualmente en el cantón o en la comunidad, por lo tanto, conviene aprovechar sus facultades, su personal y las iniciativas que estén desarrollando.

Sin embargo, cada cantón y cada comunidad en él pueden tener condiciones diferentes: diferentes instituciones del gobierno trabajando, diferentes organizaciones sociales, etc. Por eso, es importante saber con qué recursos institucionales y organizativos se cuenta en la comunidad y tener muy claros los criterios para seleccionarla; los cuales son, según lo especificado en el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia. Modelo comunitario para la prevención integral de la violencia intrafamiliar y de género, con población masculina adolescente y adulta* (INAMU: 2007, 28-29): existencia de una Red Local y Comunitaria contra la Violencia Intrafamiliar, presencia de instituciones gubernamentales y un gobierno local interesado, entre otros.

Por eso, se señalan cuáles son las personas, organizaciones e instituciones que, por lo general, se encuentran en cada comunidad y se sugiere cuál es el papel que deben desempeñar para llevar a cabo las actividades propuestas en este manual. Estas tareas toman en cuenta las fases de operacionalización del documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 72-73), a saber, una primera fase de gestión política en la que se promueve el modelo a alto nivel político y una segunda fase de coordinaciones en el ámbito local. Estas dos primeras fases, pero particularmente la segunda, se desarrollan a continuación. Finalmente, definimos una tercera fase de desarrollo de las acciones de intervención en el ámbito local, entre las que se encuentran las propuestas de la segunda parte de este manual.

## 2.1 EL GOBIERNO CENTRAL.

### a) El Instituto Nacional de las Mujeres

Algunas instituciones del Estado han desarrollado una importante experiencia para la prevención de la violencia y la promoción de relaciones humanas basadas en el respeto y el crecimiento personal. Una de ellas es el Instituto Nacional de las Mujeres y, más específicamente, el Área de Violencia de Género.

Esta institución puede cumplir varias tareas para el desarrollo del modelo:

- Realizar una gestión política de alto nivel para crear condiciones favorables para el proceso.
- Brindar las copias necesarias de este manual, el cual servirá de guía para el desarrollo del proceso.
- Realizar contactos con otras instituciones del Estado, con Agencias Internacionales de Cooperación u otras instancias de alto nivel político. Esto en el caso de que sea necesario gestionar recursos que no puedan ser obtenidos dentro de los cantones o de las comunidades.
- Facilitar algunos recursos disponibles en la institución, tales como un local, materiales, equipo, transporte, etc., que puedan ayudar a desarrollar el proceso.
- Coordinar acciones con las Redes Locales y Comunitarias de Prevención y Atención de la Violencia (que en adelante nombraremos únicamente con las palabras: Red o Redes), con el fin de que estas se integren y participen del proceso. De ser apropiado, se puede desarrollar un taller para presentar el Modelo comunitario plasmado en el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 75) y en el presente manual.
- Coordinar las acciones pertinentes con el Gobierno Local (Municipalidad).
- Designar a una persona especializada en el tema que le dé seguimiento al proceso que se desarrollará en la comunidad y que cumpla con las tareas de coordinación y gestión de recursos necesarios. Esta persona será parte del Equipo Básico Local conductor del Proceso (EBLP), al cual nos referiremos más adelante.
- Alguna persona del INAMU que halla participado en las Sesiones de la Segunda Parte de este manual, deberá facilitar estos mismos talleres o deberá encontrar a una persona que los facilite. Esto es clave pues, para desencadenar el mismo proceso localmente, se deberá



capacitar a funcionarias/os de las Redes y de las municipalidades y, eventualmente, a los jóvenes y algunos adultos de la comunidad.

- Como podrá apreciarse, es recomendable que el INAMU asuma un papel de gestor e impulsor del proceso.

#### b) Las Redes Locales y Comunitarias de Prevención y Atención de la Violencia Intrafamiliar

Las instituciones del Gobierno Central por lo general están descentralizadas y cuentan con funcionarios y funcionarias que trabajan en los cantones y sus comunidades.<sup>3</sup> Algunos ejemplos son los que siguen:

Instituciones en el Nivel Central	Instituciones en los cantones y en las comunidades
Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS)	Direcciones de Áreas de Salud, EBAIS, clínicas periféricas, hospitales regionales.
Ministerio de Educación Pública (MEP)	Direcciones regionales, Directores de Escuelas y Colegios, Profesionales de Orientación, Psicología, Estudios Sociales y Cívica, Educación para la vida en Familia, Equipos PROMECUM
Instituto Nacional de Aprendizaje (INA)	Docentes e instructores
Consejo de la Persona Joven (CPI)	Comité de la Persona Joven
Ministerio de Seguridad	Guardia Civil, Policía de Proximidad
Ministerio de Justicia y Gracia (MJG)	Red de Jóvenes de la Dirección General para la Promoción de la Paz y la Convivencia Ciudadana
Ministerio de Salud	
Consejo Nacional de Rehabilitación	

En muchos cantones, funcionarios y funcionarias de estas instituciones han conformado las Redes Locales y Comunitarias de Prevención y Atención de la Violencia Intrafamiliar. Estas Redes se organizan con distintos actores sociales (entre ellos con el INAMU) para impulsar acciones para la prevención de la violencia y son un aliado básico para el desarrollo del documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 55) y, en dicho marco, para el desarrollo de las acciones descritas en este manual.

Las funciones de las Redes, cuyo objetivo es impulsar este manual, son de dos tipos:

- ❖ El desarrollo de capacidades al interior de la misma red para impulsar este manual. En este sentido, se debe:

<sup>3</sup> Un mayor detalle sobre las instituciones implicadas en el Modelo en el nivel macro, puede hallarse en el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 46-55)

- Coordinar con el INAMU para que todas y todos los miembros reciban los talleres que se presentan en la Segunda Parte de este manual.
  - En la medida de lo posible, las y los integrantes de la Red pueden integrar a otros/as funcionarios/as de otras instituciones para que reciban la capacitación mencionada.
  - Una vez seguidas todas las Sesiones de la Segunda Parte de este manual, los participantes se convertirán en facilitadores/as que, a su vez, impartirán talleres en los que se integrarán otros funcionarios y funcionarias provenientes de distintas instituciones. En este sentido, se convertirán en reproductoras y reproductores de este proceso.
- ❖ El apoyo al proceso de aplicación de este manual que se desarrolla en las comunidades del cantón en que laboran. En este sentido deben:
- Designar a una o más personas para que se integren al EBLP que trabaja en alguna de las comunidades del cantón.
  - Cumplir con las tareas que se acuerden en la EBLP.
  - Servir de enlace entre la EBLP y la Red. Esto servirá para que la Red se integre en las acciones planificadas por el EBLP y ponga a su disposición los recursos disponibles para el trabajo con las comunidades.
  - Contribuir a realizar contactos en la comunidad, los cuales serán clave para el desarrollo del proceso.
  - Contribuir facilitando algunos recursos disponibles en su institución, tales como local, materiales, equipo, transporte, etc., que puedan ayudar a desarrollar el proceso. También puede gestionarlos ante otras instituciones con las que coordina habitualmente.
  - Una vez que reciban los talleres de la Segunda Parte de este manual, las y los miembros de la Red se convertirán en capacitadores/as e impartirán talleres a grupos de jóvenes tanto escolarizados como no escolarizados.

## 2.2. EL GOBIERNO LOCAL

Las Municipalidades son el gobierno local de los cantones y tienen gran interés en mejorar su calidad de vida. Por eso, es importante que se integren el Alcalde o Alcaldesa y las y los munícipes con el fin de:

- Brindar respaldo político a las acciones de prevención de la violencia y de promoción de relaciones humanas basadas en el respeto y el crecimiento personal especificadas en este manual.
- Facilitar recursos materiales y económicos para apoyar el proceso (vehículos, un local, materiales, refrigerios, etc.).
- Designar a una funcionaria o funcionario que se integre al EBLP. En este sentido, es importante que exista una oficina dentro de la Municipalidad que designe al funcionario o funcionaria. En algunas municipalidades, puede corresponderle a la Oficina Municipal de la Mujer, si existe, mientras que en otras podrá ser elegido por el Alcalde o Alcaldesa.



La persona designada por la Municipalidad deberá:

- Cumplir con las tareas que le sean designadas en el EBLP.
- Contribuir a realizar contactos en la comunidad, los cuales serán clave para el desarrollo del proceso.
- Contribuir facilitando algunos recursos disponibles en su institución, tales como un local, materiales, equipo, transporte, etc., que puedan ayudar a desarrollar el proceso. También puede gestionarlos ante otras instituciones con las que coordina habitualmente.
- Recibir la capacitación que se indica en la Segunda Parte de este manual y, en la medida de lo posible, integrar a otros/as funcionarios de la municipalidad.
- Una vez que reciban los talleres de la Segunda Parte de este manual, las y los miembros de la Red también pueden facilitar talleres dirigidos a los jóvenes y adultos de las comunidades, así como a otros funcionarios y funcionarias de su Municipalidad.

### 2.3. EL EQUIPO BÁSICO LOCAL CONDUCTOR DEL PROCESO (EBLP)

El Equipo Básico Local conductor del Proceso (EBLP), es una pieza indispensable, es uno de los motores del proceso pues debe coordinar las acciones de todas las personas e instituciones que participan en el desarrollo de este modelo.

La conformación del EBLP puede variar, pero es importante que inicialmente esté integrada por:

- Tres personas de la Red
- Una persona de la Municipalidad

El INAMU participará dando seguimiento al trabajo de las redes.

Conforme avance el proceso, es muy recomendable que a este Equipo se integre:

- Una persona de la comunidad que tenga algún liderazgo, que pertenezcan a alguna organización comunal y que conozca las organizaciones de su comunidad.
- Una o dos personas de la comunidad que a título individual muestren interés y capacidad de trabajo.
- Otras personas fuera de la comunidad, tales como estudiantes de alguna universidad que desarrollen su práctica o trabajo comunal. Es muy deseable hacer contactos con las universidades para explorar esta posibilidad. La carrera de Planificación Social, de la Universidad Nacional, impulsa a sus estudiantes a realizar prácticas en las comunidades. Esta puede ser una excelente alianza con beneficios para ambas partes. También se pueden buscar contactos en las Escuelas de Psicología y de Trabajo Social de la Universidad de Costa Rica, con el mismo fin, y en Universidades Privadas que tengan Sedes en la comunidad en donde se desarrolla el proceso.

El EBLP tiene múltiples **funciones** que pueden variar dependiendo de cada proceso, pero algunas de sus funciones primordiales son las que siguen:

### **2.3.1. Desarrollo de una estrategia de trabajo**

Se sugiere analizar el **Anexo A**, con el fin de tener una idea global de los diferentes componentes del proceso. A grandes rasgos, este tiene cuatro componentes:

- Componente 1. Motivación y convocatoria de la comunidad y sus jóvenes
- Componente 2. Motivación y convocatoria de funcionarios y funcionarias de la Red para la Prevención de la Violencia
- Componente 3. Formación y fortalecimiento de capacidades de funcionarios/as de instituciones públicas, ONG y de los Centros Educativos para el trabajo de prevención de la violencia y de promoción de masculinidades alternativas.
- Componente 4. Formación y fortalecimiento de capacidades de jóvenes del cantón para el trabajo de prevención de la violencia y de promoción de masculinidades alternativas.

Es importante que cada uno de estos componentes sean calendarizados, es decir, se debe realizar un cronograma que indique la semana y, de ser posible, los días exactos en los que se realizará cada una de las tareas de cada componente.

### **2.3.2. El trabajo del EBLP con la comunidad**


El trabajo con la comunidad tiene dos líneas principales mediante las cuales el EBLP procurará contar con el apoyo básico comunitario para la ejecución del proceso. Estas líneas son:

- a) La creación y consolidación de alianzas con agentes clave de la comunidad.
- b) El impulso de estrategias para la convocatoria de los jóvenes que participarán en el proceso.

La creación de alianzas con agentes claves de la comunidad se considera un elemento fundamental en varios sentidos:

- a) para informar sobre el trabajo que se va a desarrollar en la comunidad,
- b) crear una percepción positiva respecto de la importancia de la prevención de la violencia,
- c) contar con puntos de apoyo básicos para llevar a cabo la experiencia,
- d) favorecer que la comunidad se apropie de la experiencia y que, por lo tanto,
- e) los mismos miembros de la comunidad contribuyan a convocar a los jóvenes.

Por lo anterior, un elemento fundamental es identificar a las distintas organizaciones sociales de la comunidad tales como comités de deportes, Asociaciones de Desarrollo Comunal, Asociaciones de Mujeres, Iglesias Católicas y Cristianas, así como a líderes en general.



Una vez completadas las acciones anteriores, se debe realizar una primera reunión con líderes comunales y padres y madres de familia, en la cual se debe exponer el plan del trabajo del proyecto, sus objetivos, sus alcances y sus límites. En el **Anexo B** se presenta un esquema con los contenidos que una persona del ELBP puede exponer a quienes asistan a esta reunión. Al final de su presentación, debe abrir un espacio para preguntas de las personas participantes y para despejar cualquier duda.

Al finalizar esta reunión es de vital importancia que el ELBP defina junto con la comunidad:

- ¿Cuáles serán las formas en que ésta participará durante el proceso?
- ¿Cuáles son las mejores estrategias para convocar a los jóvenes?

Eventualmente, se puede acordar con la comunidad otra serie de reuniones para seguir coordinando el proceso.

En cualquier caso, existen varias lecciones aprendidas respecto del proceso de convocatoria de los jóvenes con el fin de que éstos participen en los talleres. Es recomendable que éstas sean acatadas, por elementales o básicas que parezcan. La experiencia nos ha enseñado que, si bien se debe contar con el apoyo de los padres y madres de familia, es aún más importante despertar el interés de los mismos jóvenes. En la medida en que ellos tengan interés incidirán sobre sus padres, madres o personas encargadas, con el fin de que les permitan participar en el Taller. En otras palabras, si bien es importante informar a los adultos y líderes de la comunidad, lo más efectivo fue hacerle llegar la información, de manera directa, a los jóvenes.

Una estrategia para el proceso de inscripción es pedir a los jóvenes que llenen una boleta en la cual se brinda información básica sobre el taller-campamento y, en el caso de los menores de 18 años, en la que se les solicite a los padres y/o madres autorizar su participación. Esto brinda formalidad al proceso y contribuye a que los padres de los jóvenes despejen sus dudas. Esto es particularmente importante si el campamento se organiza durante varios días (un fin de semana por ejemplo) y los jóvenes deben dormir en el lugar, fuera de sus casas. También sirve para efectos de contar con el debido aval de los encargados de los jóvenes y tener una forma de contactarlos en el caso de algún imprevisto (nótese que se solicita el teléfono de los padres/madres o encargados/as). En la página 20 se muestra un ejemplo de la “Boleta de información y consentimiento” utilizada en el proceso desarrollado en la Municipalidad de Moravia, durante el año de 2008.

Una segunda enseñanza producto de nuestra experiencia es que se puede reafirmar el interés entre los jóvenes en la medida en que los talleres de aprendizaje se realizan en el marco de un campamento. Es recomendable que este campamento se lleve a cabo en un lugar agradable e interesante, en el cual además se realicen actividades recreativas. Esto debe ser promocionado entre los jóvenes, indicando que se combinarán los talleres con dichas actividades.

Una tercera experiencia aprendida es que la participación es posible siempre y cuando los jóvenes y sus familias no tengan que incurrir en ningún gasto. Esto es especialmente válido para comunidades en condiciones de pobreza.

<b>Boleta de información/consentimiento</b>
<b>Municipalidad de Moravia INAMU</b>
Sras./es
Municipalidad de Moravia
Instituto Nacional de las Mujeres
Por este medio yo _____
(nombre del padre/madre/encargado/a y cédula)
teléfono(s)
autorizo a _____
(nombre del joven)
A participar en el campamento <b>Hombres jóvenes y su comunidad contribuyendo a prevenir la violencia</b> , a realizarse del sábado 18 al domingo 19 de octubre y en el cual pasarán la noche.
<b>Nota Informativa:</b>
<b>¿De que se trata esta actividad?</b> Se trata de un campamento en el cual se desarrollará un taller de formación y fortalecimiento de capacidades de hombres jóvenes de la comunidad para trabajar en la prevención de la violencia y de promoción de mejores formas de convivencia. Se trata de talleres en los cuales los jóvenes comparten con otros jóvenes, reflexionan sobre el problema de la violencia y buscan soluciones colectivamente y con apoyo de los facilitadores de los talleres.
<b>¿Quiénes organizan estos talleres?</b> El Estado de Costa Rica junto con el Gobierno Local y el Sistema de Naciones Unidas. Más específicamente se trata de el Instituto Nacional de las Mujeres ( <i>Nota: incluir nombre de los contactos y sus teléfonos</i> ); la Municipalidad de Moravia ( <i>Nota: incluir nombre de los contactos y sus teléfonos</i> ) y el Fondo de Población de Naciones Unidas ( <i>Nota: incluir nombre de los contactos y sus teléfonos</i> ).
<b>¿Cuándo van a ser los talleres?</b> El sábado 18 se sale de dos lugares: a las 8 a.m. del Parque de Moravia -el punto de encuentro es frente a la Iglesia Católica de Moravia- y a las 8:15 del Salón Comunal de Los Sitios de Moravia. Ahí deberán estar los jóvenes a la hora indicada. Se regresa a las 6 p.m. del domingo, también al parque de Moravia y al Salón Comunal de los Sitios.
<b>¿A dónde van a ser los talleres?</b> LUGAR Y TELEFONO
La actividad no tiene ningún costo y será supervisada por cinco profesionales.

### **2.3.3. Sobre los jóvenes que recibirán la capacitación**

Un elemento básico para el desarrollo de esta experiencia, es crear capacidades entre los hombres jóvenes de la comunidad con varios fines:

- a) Comenzar a revisar la propia identidad de género mediante su participación en los talleres de este manual, que serán impartidos por algún/a funcionario/a del INAMU, de las Redes u otra persona que ya haya sido capacitada. Para muchos jóvenes, esto será una primera aproximación a la reflexión sobre su identidad masculina y un primer proceso de sensibilización en la temática. Es un elemento clave para el segundo fin:
- b) Convertirse en un reproductor de la experiencia. Una vez que se ha producido esta primera sensibilización en la temática y se ha vivido la experiencia del interaprendizaje propuesta por este manual, se espera que los jóvenes desarrollen una noción sobre cómo se facilita un taller (Segunda Parte del Manual). De esta manera, se persigue que compartan con otros jóvenes los conocimientos adquiridos, lo cual permitirá multiplicar la experiencia.
- c) Desarrollar acciones más puntuales para prevenir la violencia. Este es un aspecto central en el que todos los jóvenes pueden participar pues es posible que no todos los jóvenes que reciban los talleres se conviertan en capacitadores, según lo dicho en el punto anterior. Es importante considerar los intereses diversos de los jóvenes: muchos pueden estar interesados en distintas formas de expresión como las artes plásticas (dibujo, pintura, graffiti, etc.), la música (grupos musicales) o el teatro. Así, por ejemplo, pueden fomentarse sus habilidades e intereses en función de campañas de sensibilización a otros jóvenes por estos y otros medios. Todo es cuestión de escucharlos, validarlos y acompañarlos en el proceso.

Varias observaciones deben ser tomadas en cuenta en relación con las características de los jóvenes que recibirán las capacitaciones de la Segunda Parte de este Manual:


Si bien sería de gran utilidad contar con la participación de jóvenes líderes desde el inicio del proceso, no debe perderse de vista que la conformación de los liderazgos es un proceso dinámico. De ahí que el proyecto contribuya a que algunos jóvenes potencien sus capacidades y puedan asumir roles más protagónicos.

También sería deseable que muchos jóvenes estuvieran participando en ese momento de otras iniciativas organizativas (comités, asociaciones, iglesias, etc.); no obstante, como uno de los resultados del proyecto los jóvenes podrían motivarse a participar o a crear nuevas formas de organización que potencien la prevención de la violencia y la promoción de masculinidades alternativas.

De igual manera, aunque sería ideal que la mayoría de los jóvenes vivan en la comunidad, la participación de jóvenes de comunidades cercanas puede enriquecer la experiencia.

Idealmente, el número de jóvenes que participa en cada grupo puede estar entre 20 y 28; considerando que, eventualmente, no todos terminen el proceso y el grupo se haga más pequeño.

Por último, es fundamental tener muy en cuenta que los jóvenes que participarán en los talleres de capacitación pueden tener edades que vayan desde los 15 hasta los 25 años. Es importante no



incluir nunca en este proceso a menores de 15 años, debido a que sus necesidades de aprendizaje son muy diferentes gracias al desarrollo cognoscitivo propio de su edad.

Siempre deberá tenerse en cuenta que el elemento básico para la participación de los jóvenes es su interés.

## 2.4. LA PARTICIPACIÓN DE LAS FUERZAS VIVAS DE LA COMUNIDAD:

La participación de la comunidad es un elemento clave para el desarrollo de esta experiencia. Es fundamental que las personas de la comunidad se apropien del proceso, para ello pueden existir varias formas:

- a) Coordinando con el ELBP para informarse, como se mencionó, pero también para colaborar en la convocatoria dentro de su comunidad.
- b) Apoyando a los jóvenes de su comunidad. Una vez que los jóvenes hayan recibido los talleres, podrían requerir de algún apoyo logístico de las organizaciones de la comunidad, como por ejemplo contar con instalaciones adecuadas con el fin de compartir su experiencia con otros jóvenes, recaudar fondos para un refrigerio, etc. Es importante que las personas organizadas de la comunidad escuchen lo que los jóvenes tienen que decir, siempre de manera respetuosa y sin imposiciones.
- c) Haciendo gestiones para organizar nuevos grupos para que otros miembros de la comunidad -no sólo los varones jóvenes -reciban talleres de formación.
- d) De esta manera, otros miembros de la **comunidad estarían en capacidad de** multiplicar la experiencia dentro de la comunidad.

## 3. EL AUTODIAGNÓSTICO COMUNITARIO: LOCALIZAR Y CONVOCAR A LOS HOMBRES<sup>4</sup>

Como se ha visto, la participación de la comunidad es clave durante todo el proceso. Por esto, es fundamental aprovechar la experiencia de las personas y los recursos en ella existentes. La identificación de tales recursos y personas es esencial. También, es de gran importancia conocer las condiciones de los hombres de esa comunidad con el fin de elaborar estrategias de trabajo y convocatoria adecuadas. Estos elementos pueden ser planteados mediante el desarrollo de un autodiagnóstico comunitario. A continuación, se brindan algunas herramientas para que las personas involucradas en esta experiencia puedan realizar un diagnóstico.

---

<sup>4</sup> El desarrollo de un autodiagnóstico es parte de los lineamientos establecidos en el documento *Hacer la diferencia, vivir sin violencia...* (INAMU: 2007, 73)

## PUNTOS DE INICIO

Para el diagnóstico comunitario que se haga con cualquier población es muy importante tratar de entender la lógica de vida particular que desarrolla dicha población en su cotidianidad.

Lo que se ha llamado en este apartado *autodiagnóstico* es aquella práctica, llevada a cabo por un funcionario o funcionaria, líder comunal o cualquier persona interesada en trabajar con hombres, que consiste en identificar dentro de su comunidad las principales inquietudes, características y situaciones cotidianas que atraviesan los varones de los diferentes grupos etarios (niños, adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores), con el fin de direccionar una intervención que tenga a estos varones como meta.

En otras palabras, implica conocer las características principales de los hombres que componen la comunidad, a fin de realizar acciones enfocadas a trabajar los patrones sociales asociados a la masculinidad (ser hombre).

Se le llama además *auto diagnóstico* porque es aplicado por la persona misma (líder comunitario, funcionario/a, persona interesada en trabajar con hombres, etc.) y no por una organización determinada, aunque no excluye que se involucren algunas organizaciones.

El autodiagnóstico comunitario busca, por lo tanto, conocer las principales necesidades de los varones en relación con el género (masculinidad) a fin de planificar actividades que les resulten atractivas y de desarrollar estrategias de convocatoria que les sean llamativas.

El éxito en la convocatoria y en la participación de los hombres en las actividades planeadas depende en gran medida de un adecuado proceso de diagnóstico comunitario, o sea, de determinar con certeza los puntos sobre los que se articula y entreteje, de manera muy general, la masculinidad dentro de esa comunidad.

## PASOS A SEGUIR PARA REALIZAR UN AUTODIAGNÓSTICO COMUNITARIO

*Primer Paso: Recolectar datos generales de la población.*

Un primer paso consiste en recolectar todos aquellos datos que nos den luces acerca que cuáles son los principales comportamientos de los hombres dentro de la comunidad en la que nos encontramos. Para ello, se recomienda, como primer acercamiento, buscar datos en lo que se llaman *fuentes secundarias*; este nombre se usa para designar toda aquella información que brota de documentos o personas que no son necesariamente las personas con las que se va a trabajar.

Como ejemplo tenemos el *Análisis Situacional Integrado de Salud (ASIS)*, el cual se encuentra en todos los centros de salud de la comunidad y es de fácil acceso. En este documento se pueden encontrar datos importantes como los principales padecimientos y causas de muerte de los hombres comprendidos en ese sector, lo que nos da una idea de las conductas de riesgo asociadas al ejercicio de la masculinidad presentes en la comunidad.



Examinemos un poco más de cerca esta idea. Si al consultar el ASIS encontramos que la principal causa de muerte entre los jóvenes del lugar son los accidentes de tránsito, no es del todo descabellado pensar que el conducir temerariamente es una de las pruebas que se les piden a los varones para probar que son hombres.

Si hay un nivel importante de morbilidad (enfermedad) y morbi-mortalidad (enfermedades que causan muertes) asociadas al consumo de alcohol en personas adultas, no es del todo incierto pensar que dicho consumo hunde sus bases en la juventud y que un requisito para ser hombre es ingerir alcohol.

Lo mismo sucede con la cantidad de embarazos en adolescentes. Por lo general se registra la edad de la madre además de si el padre se encuentra presente o ausente. Si los casos de madres adolescentes sin padre reconocido son considerables, se puede inferir que las conductas de riesgo asociadas al mandato de probar la heterosexualidad en el hombre, son un componente importante en las pruebas de masculinidad de esa comunidad.

Los datos de violencia en contra de las mujeres que registran las Oficinas de la Mujer locales podrían constituir otro ejemplo. Por lo general, existe una OFIM en cada municipalidad en la cual, el personal a cargo lleva un registro de los casos de violencia perpetrados por varones contra esta población. Estos datos nos muestran cómo se encuentra la situación de los varones en cuanto al aprendizaje de la violencia como una forma de mostrar su masculinidad.

Lo mismo sucede con los registros policiales. En estos se pueden constatar algunas referencias en cuanto a la incidencia de violencia, robos y asaltos en los cuales los protagonistas por lo general son hombres.

La idea de esta primera parte es darse una idea general de la situación masculina y arrojar algunas hipótesis o preguntas orientadoras que nos permitan enfocar la intervención hacia las principales necesidades de los hombres asociadas a la idea de ser hombre que hay en la comunidad.

### *Segundo paso: elaborando un mapa de la comunidad*

Cuando se hace referencia a un mapa, no necesariamente estamos hablando de los mapas de un país o región, los cuales comúnmente vienen a la mente como referentes, aunque guarda una similitud en algunos sentidos que pasaremos a explicar.

Nos referimos sobretodo, a poder localizar<sup>5</sup>, dentro del contexto comunitario, todas aquellas organizaciones, grupos sociales, lugares de reunión, que convocan, a los hombres de la comunidad, trabajan o mantienen relación con ellos.

Para ello, se recomiendan dos instrumentos: *la observación y la entrevista a personajes claves*.

---

<sup>5</sup> Cuando se habla de localizar, se hace referencia a identificar, por medio de los principales datos como número telefónico, personas involucradas etc; los lugares, organizaciones o grupos sociales de la comunidad.



Ahora, surge la pregunta acerca de qué lugares observar y a quiénes entrevistar. Esa interrogante se resuelve utilizando el sentido común: ¿Cuáles son los lugares donde más se reúnen los hombres, por lo menos que yo me haya dado cuenta?

La respuesta a esta pregunta nos llevará a un *punto de inicio*. En este punto, podemos encontrar más información o referencias a personas que nos puedan dar más información al respecto.

Organizaciones formales, como equipos de fútbol, asociaciones deportivas, pastorales juveniles, entre otras, son fundamentales. Sin embargo, los grupos informales, como los grupos de jóvenes que practican “skate” (*patineta*, llamados también patineteros), a los que les gusta cierta música (como los reggetoneros o los que practican el break dance) y los que simplemente se reúnen sistemáticamente en el parque a jugar fútbol y se quedan hablando después de la “mejenga”; son grupos muy importantes por tomar en cuenta en el diagnóstico comunitario ya que expresan una posición “no oficial” de los hombres que raras veces es tomada en cuenta y que nos da datos muy importantes acerca de la vivencia de la masculinidad dentro de la misma.


Una vez que tanto la observación como la entrevista con personajes claves, nos hayan dado una idea de los principales lugares de reunión, las principales organizaciones que integran a los hombres dentro de su trabajo y las personas que las dirigen, pueden estructurar una *agenda comunitaria*, en la cual tengan los nombres de la organizaciones y la finalidad de cada una, los números de teléfono de las personas encargadas o de los líderes comunitarios, los cuales nos serán de mucha ayuda a la hora de la convocatoria.

Esta agenda comunitaria, como sugerencia, podría tener el siguiente formato:

NOMBRE DE LA ORGANIZACIÓN	PERSONA ENCARGADA	NÚMERO DE TELÉFONO	OBJETIVOS QUE PERSIGUE

### *Tercer paso: Convocatoria*

Una vez que tenemos una idea general de las principales necesidades relacionadas con la masculinidad en la comunidad y hemos desarrollado un mapa simbólico (no geográfico) de los principales grupos organizados que trabajan con población masculina, el tercer paso es relativamente sencillo.



Consiste en invitar, sea de manera directa (hablando con los hombres por invitar) o indirecta (delegando en los líderes de los grupos comunitarios que tienen a su cargo el contacto directo con los varones) a la población a la que van dirigidas las actividades que planeamos desarrollar.

Esta convocatoria debe respetar las características culturales y de lenguaje que tenga la comunidad. De esta forma, los medios de difusión e invitación de las personas (cartas, invitaciones, carteles, etc.) deben tener un lenguaje que sea comprensible para todas las personas que habitan en la comunidad, sin tecnicismos o palabras sofisticadas que hagan que el mensaje no sea correctamente recibido.

Se debe tener clara la población hacia la que va dirigida la convocatoria, es decir, dejar claro a quiénes se invita, a qué actividad se les invita, quiénes los invitan, además de aspectos logísticos como el lugar de reunión, la hora y la fecha.

Cuando se afirma que se deben respetar las características culturales del lugar, se hace referencia a indagar aspectos básicos, como las horas más convenientes de reunión, el lugar que les resulte más accesible y los mensajes que parezcan más atractivos a los hombres.

El hecho de que se esté invitando a hombres no quiere decir que los mensajes de convocatoria estén restringidos a esta población. Es necesario considerar los objetivos de cada reunión.

Se ha visto que muchas veces los hombres asisten a reuniones impulsados por sus parejas mujeres, ya que al asistir dan muestras de ser personas que buscan mejorar y ser “mejores parejas”. Así que el tener como aliada a la población femenina es un elemento importante en la convocatoria. Lo mismo sucede con las madres de los adolescentes, las cuales ejercen una influencia importante en sus hijos para que asistan a las primeras reuniones y se mantengan en las actividades posteriores.

Orientadores/as de colegios, trabajadores/as sociales, psicólogos/as, instructores de fútbol y médicos, son algunos de los actores comunitarios que son altamente efectivos en transmitir la información de las actividades y motivar a los hombres para que asistan.

Si se elabora material escrito (cartas, carteles, etc.), éste debe contener una cantidad mínima de texto, con los datos básicos de las actividades que se van a realizar (la información que debe contener se consignó anteriormente), utilizando, como ya se mencionó, un lenguaje sencillo y accesible.

## SEGUNDA PARTE

### MANUAL PARA EL DESARROLLO DE PROCESOS DE INTERAPRENDIZAJE

#### 1. ANOTACIONES SOBRE EL ENFOQUE DE INTERAPRENDIZAJE<sup>6</sup>

Es importante que la persona que facilite este proceso cuente con un marco metodológico que enriquezca su trabajo durante el taller, por eso se brindan algunas claves sobre el tema del interaprendizaje.

*Para entrar en el juego pedagógico*

En el proceso pedagógico es conveniente partir de la realidad de las personas que participan en los talleres y tomar en cuenta que las personas viven las experiencias de diferentes maneras. Por eso, es preciso reconstruirlas para que puedan reflexionar y aprender sobre ellas. De esta manera pueden hacer cambios para mejorar. Es importante que el trabajo durante los talleres se haga a partir de las sensaciones, los afectos y las vivencias personales.

Una vez que hemos trabajado sobre la experiencia personal, es posible avanzar hacia la reflexión, hacia los conceptos. Es favorable trabajar con pocos –pero claros– conceptos y apoyar los conocimientos nuevos en la experiencia previa y en los conocimientos adquiridos.

La producción de conocimientos puede ser placentera. Para ello, es conveniente dar pie al disfrute, a la alegría de construir experiencias y conceptos. Recurrir permanentemente a la creatividad y a la invención.

La metodología participativa plantea que en los procesos de interaprendizaje participativos y vivenciales existen tres grandes momentos: 1- partir de la práctica, 2- reflexionar sobre la práctica y crear conceptos y 3- la vuelta a la práctica. Conceptualizaremos cada uno de estos momentos:

#### ***El primer momento metodológico: partir de la práctica***

Esto implica partir de la realidad, las necesidades y los problemas de las personas; de lo conocido, lo cercano para ellas. Es un proceso que lleva a valorar la experiencia acumulada y los conocimientos adquiridos en la vida de las personas.

---

<sup>6</sup> Este trabajo se encuentra en Quirós, 2001: 12-17. Se han tomado pasajes literales del texto, con variaciones mínimas para los efectos de este módulo.

En este primer momento pedagógico es imprescindible:

- ❑ Adecuar los contenidos de este módulo a los participantes y a su realidad, de manera que estos contenidos tengan sentido para cada uno y cada una.
- ❑ Ubicar datos, cifras, diagnósticos, investigaciones y sistematizaciones sobre la temática que se trabaja y la realidad de las personas participantes.
- ❑ Cuestionar e interrogar permanentemente la realidad, promoviendo la investigación para conocer y profundizar en los problemas y necesidades de las personas.
- ❑ Sensibilizarnos sobre los problemas que se viven en la cotidianidad para dar la pertinencia al proceso educativo.
- ❑ Romper con la tradicional educación desde la persona que sabe, para construir una forma alternativa desde las necesidades, sufrimientos y vacíos de las personas.

### ***El segundo momento metodológico: la producción colectiva de conocimientos***

#### ***La teorización en la educación participativa***

La producción colectiva de conocimientos es el segundo gran momento en los procesos de interaprendizajes participativos y vivenciales.

Esta etapa se basa en la premisa de que el saber no es propiedad de los/as intelectuales y académicos/as, ni tampoco es algo acabado y estático que puede ser transmitido de una persona a la conciencia de otra.

En los procesos de interaprendizaje o educación participativa el saber se considera como algo inacabado, vivo y dinámico, que se construye colectivamente. Los conocimientos se producen en el propio proceso educativo, no en forma individual como resultado de una mente brillante, sino en forma conjunta, con el aporte de todas las personas, con la orientación de una facilitadora o facilitador y tomando en cuenta otras experiencias, la teoría existente y el conocimiento acumulado por la humanidad.

#### ***¿Qué es la producción colectiva de conocimientos?***

Se trata de un proceso en el cual se integran elementos o ideas en forma ordenada por medio de la participación colectiva, basada en las experiencias y conocimientos del grupo, para llegar a construir teoría y nuevos conocimientos que permitan mejorar la práctica.

#### ***¿Qué se necesita para construir colectivamente el conocimiento?***

Existen ciertas condiciones que ayudan a que se realice este proceso de construcción colectiva del saber:

#### ❑ *Ambiente y actitudes humanas adecuadas*

Se necesita que exista un clima de confianza entre las personas participantes, que les permita sentirse a gusto, no tener temor de ser rechazadas, aprender de las demás personas; además de motivación para compartir y apertura al diálogo.

Para lograr esto resulta muy importante que se valore la experiencia y los conocimientos que cada persona puede aportar, el respeto mutuo, un verdadero convencimiento de que colectivamente se produce mejor que en forma individual y una actitud disciplinada y ordenada que facilite el avance de la discusión.

#### ❑ *Pensamiento crítico*

Esto significa no aceptar pasivamente todas las ideas, sino desarrollar un hábito que duda de todas las concepciones culturales. Esto lleva a que cada tema se debata, a que cada hecho se problematice, se cuestione, se razone, se evalúe. No se debe aceptar ninguna idea sólo porque la dijo una persona que es una autoridad en la materia, porque se leyó en un libro o en el periódico.

#### ❑ *La participación consciente y activa*

Esto significa no hablar muchas veces ni acaparar la palabra, sino aportar ideas en el momento en que son útiles al debate. Se debe motivar a las personas participantes a no dejar de participar porque creen “que no es importante lo que van a decir” o porque “otra persona ya lo dijo mejor”. Se promueve la confianza en la propia capacidad de crear y de compartir con otras personas. La participación consciente y activa implica desarrollar el hábito de no ser sólo receptores de las ideas de otras personas.

#### ❑ *La creatividad*

Es un ingrediente indispensable en la producción colectiva de conocimientos. Si las personas participantes no son receptoras del saber, entonces tendrán que ser creadoras de saberes nuevos. No se memoriza ni se repiten definiciones, sino que se construyen conceptos que expliquen la realidad en que se actúa. No se copian métodos usados en otras realidades, sino que se adaptan a la propia manera de hacer las cosas adecuadas a las necesidades.

#### ❑ *Aprovechar los conocimientos y experiencias acumuladas*

Producir conocimientos colectivamente no significa despreciar el conocimiento producido por otras personas, ya que éste enriquece el del grupo. No se trata de partir de cero, sino de tomar en cuenta lo que se ha avanzado. No se trata de despreciar los libros, sino de tomar en cuenta el producto de otros procesos de conocimiento y de otras prácticas sociales, cuestionándolas, dándoles usos críticos y a partir de allí, producir los conocimientos propios. Lo colectivo, lo social, no significa tampoco anular el aporte individual, sino recogerlo y potenciarlo.

## ***El tercer momento metodológico: la vuelta a la práctica en la metodología participativa***

Este tercer momento metodológico procura la transformación de la realidad. Su sentido más profundo es transformar las ideas, prácticas y el ambiente en que viven y actúan las personas participantes, mejorando, cambiando o transformando problemas, necesidades y vacíos.

## **2. CÓMO UTILIZAR EL MANUAL**

El presente instrumento es un manual, es decir, es un documento que indica, paso a paso, cómo llevar a cabo cada actividad. Sin embargo, debe utilizarse con flexibilidad, de acuerdo con las características de los participantes, de sus experiencias y de la dinámica que estos le den al taller. Por esto, resulta conveniente realizar algunas aclaraciones sobre la utilización del módulo.

### **Sobre las Sesiones y actividades:**

Cada Sesión trata sobre un tema específico, # en total. Además, cuenta con una Sesión Introductoria, que debe realizarse previa al resto.

Cada Sesión está compuesta por varias actividades. Cada actividad tiene la siguiente estructura, con el fin de facilitar el uso de este manual:



**Objetivo** que persigue la actividad.



**Materiales** requeridos para el desarrollo de la actividad.



**Tiempo** total necesario para el desarrollo de la actividad.



**Procedimiento:** contiene las indicaciones que la persona que facilita el taller debe seguir para desarrollar una actividad o las instrucciones que debe brindar a los participantes para el desarrollo del taller.



**Nota para el facilitador:** contiene sugerencias para las personas que facilitan el taller, tales como definiciones sobre la violencia, apoyo conceptual sobre un tema específico, argumentos para rebatir afirmaciones machistas o que justifiquen la violencia y explicaciones para cerrar las actividades.

En segundo lugar, existe una serie de observaciones generales para la utilización de este módulo:

### 3. SOBRE LA POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDO ESTE MANUAL

- ▲ Este manual está dirigido a dos tipos de población: 1) jóvenes de 15 a 25 años y 2) funcionarios y funcionarias de instituciones públicas, Organizaciones no Gubernamentales (ONG) y población adulta de las comunidades. El supuesto es que estas personas manejan conocimientos básicos de lectura y escritura.
- ▲ Considerando que algunos elementos de la experiencia de vida de estas poblaciones son similares, pero que otros son muy diferentes y particulares, algunas Sesiones tienen actividades específicas para cada uno de los grupos. En los casos en que sea así, será indicado en el documento. Por lo tanto, el resto de las actividades serán comunes.
- ▲ Es preferible que la cantidad de participantes oscile entre 15 y 25 personas.

### 4. SOBRE LAS SESIONES Y SU CONTINUIDAD

- ▲ Cada Sesión cuenta con varias actividades. Ambas tienen una secuencia lógica, por lo que es necesario desarrollarlas en el orden en que se presentan, de principio a fin.
- ▲ Una vez iniciada una sesión, ésta debe ser concluida. Eventualmente, se puede dejar la siguiente sesión para otro día.

### 5. ALGUNOS CONSEJOS PARA EL TRABAJO CON HOMBRES

- ▲ Es importante que la persona que facilita procure, en todo momento del taller, que los participantes traten de hablar desde su experiencia y desde sus sentimientos. Esto es especialmente importante pues los hombres no siempre expresan fácilmente cómo se sienten. Por esto, es fundamental que la persona facilitadora pregunte cómo se sintieron en cada una de las diferentes actividades.
- ▲ También es útil pedirles a los participantes que siempre hablen en primera persona: “yo siento”, “yo pienso”, cuando hablen de sí mismos.
- ▲ Debe tomarse muy en cuenta que, especialmente al principio de los talleres, es más difícil que los participantes se sientan cómodos hablando de sus intimidades. Así es que, si bien es necesario impulsarlos a que asuman este reto, es también necesario que el proceso se realice poco a poco. Por esta razón, se recomienda, sobre todo al inicio –o cuando se crea necesario–, que se diga que sólo se debe contar lo que cada participante quiera compartir con el resto. Esto permitirá ir disminuyendo las angustias de los participantes y que se sientan más cómodos con la actividad.
- ▲ Si bien existen elementos comunes a las masculinidades, no se debe encasillar o estereotipar a los hombres. Más bien, debe existir un proceso de búsqueda personal y de cambio.



- ▲ Debe tenerse muy presente que todos los hombres y mujeres vivimos en contextos distintos, y que, por lo tanto, no puede hablarse de que exista un sólo tipo de masculinidad. En este sentido, debe señalarse que el taller no busca evaluar quién tiene la razón, sino tomar conciencia sobre los hechos de nuestra vida. También debe decirse que muchas veces no nos sentamos a pensar y a conversar sobre estos hechos y que haciéndolo podemos aprender de la experiencia.
- ▲ Sin embargo, durante las dinámicas de grupo y en cualquier momento del taller, nunca se debe pasar por alto los comentarios machistas, que denigran a las mujeres y a otros hombres o que justifican la violencia contra las mujeres. Por insignificantes que parezcan, estos comentarios son muy relevantes y si los dejamos pasar, restan fuerza al proceso de formación. Estos comentarios deben ser refutados en algún momento del proceso de aprendizaje y deben darse argumentos de la manera en que ellos afectan negativamente a las personas hacia quienes van dirigidos.
- ▲ Por lo anterior, la persona facilitadora debe tener siempre en cuenta lo que implican las diferentes formas de violencia hacia las mujeres, aún cuando este manual dedique varias actividades específicas a cada una de ellas. A continuación se brindan las definiciones de cada tipo de violencia:

#### *Violencia emocional es:*

Todo acto que realiza una persona para humillarla y para controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones. Esto se puede realizar mediante intimidación, amenazas, manipulación, humillaciones, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. Se produce cuando, por ejemplo, se prohíbe salir de la casa, trabajar o estudiar, no se permite tener amigos o amigas, o visitar a los familiares, se amenaza con quitar a los hijos y a las hijas. También sucede cuando no se deja hablar a alguien o se ridiculiza sus opiniones. Afecta la autoestima, seguridad y confianza de la persona que la recibe, así como su salud mental y psicológica. Crea un clima de temor y de control sobre la vida de quien sufre esta violencia (CMF: 1995, p.9; PROCAL: s.a., p.10).

#### *Violencia verbal es:*

Es una manifestación de la violencia emocional. Se produce cuando una persona insulta, ofende o le dice cosas degradantes, humillantes a otra. Afecta la autoestima, la seguridad y la confianza en si misma, su salud mental y psicológica. Algunos ejemplos de violencia verbal pueden ser insultos, críticas destructivas, burlas, comparaciones que ridiculizan, etc. (CMF: 1995, p.9; PROCAL: s.a., pp. 10-11).



*Violencia física es:*

Toda acción que implique el uso de la fuerza contra otra persona, o toda acción que dañe su integridad corporal. Es la violencia más visible pues puede dejar cicatrices, moretes u otras señales visibles. Esta forma de violencia puede consistir en golpes con puños, manos u objetos, patadas, tirones, arrojar objetos al cuerpo, mordiscos, quemaduras, heridas, choques eléctricos, amarrar alguna parte del cuerpo, encerrar. También puede ser una omisión que arriesga la integridad corporal de otra persona. Esto sucede cuando alguien está sufriendo un daño y, pudiendo solucionar el problema, no se toman las acciones para hacerlo (CMF: 1995, p.8; PROCAL: s.a., p.11).

*Violencia sexual es:*

“Acción que obliga a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de la fuerza, intimidación coerción, chantaje, soborno, manipulación amenaza, o cualquier otro mecanismo, que anule o limite la voluntad personal. Igualmente se considerará violencia sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la persona agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas”. (Artículo 2, inciso d de la Ley contra la Violencia Doméstica)

## 6. SOBRE LAS PERSONAS QUE DEBEN APLICAR O FACILITAR ESTE MANUAL

Es importante señalar que la persona que facilita este proceso, es la encargada de promover la participación, la reflexión y el diálogo de todas las personas que reciban el taller, siempre fomentando el respeto, la tolerancia hacia las diferencias, de manera tal que el ambiente sea adecuado para lograr buenos resultados (Valverde y otros: 2002, 53).

La persona que facilita es la encargada de:

- ◆ Proponer al grupo las actividades que permitirán abordar cada una de las actividades de todas las Sesiones.
- ◆ Promover una activa participación de todos los y las miembros del grupo.
- ◆ Impulsar el diálogo abierto y respetuoso de todos y todas las participantes de tal forma que todos/as se sientan confiados/as en expresarse con libertad.
- ◆ Dar la palabra de manera democrática.
- ◆ Apoyar el trabajo de los subgrupos y despejar dudas.

- ◆ Rescatar las vivencias, sentimientos, percepciones, etc. de los y las participantes con el fin de conseguir el objetivo de cada actividad.
- ◆ Aportar elementos de orden teórico-conceptual que enriquezcan el aprendizaje de los y las participantes.
- ◆ Contribuir con la administración del tiempo.
- ◆ Evitar que el grupo se disperse, ligando los diferentes elementos que surgen en cada discusión, de acuerdo con el objetivo de cada actividad (Valverde y otros, 2002: 53)
- ◆ Estar siempre pendiente de los comentarios machistas, violentos y misóginos (que denigran a las mujeres) con el fin de refutarlos.

Es importante que el facilitador o facilitadora respete las opiniones de los miembros del grupo. Sin embargo, esto no significa que deba estar de acuerdo, ni mucho menos apoyar los prejuicios y estereotipos que dañan la integridad de las personas que las ridiculizan y desvalorizan, tanto a las mujeres como a los hombres.

Por otra parte, deben tenerse en cuenta varios factores:

- ◆ Es preferible que este módulo sea aplicado por hombres, pues la experiencia muestra que se dan menores resistencias por parte de los participantes varones. Además, existen mayores posibilidades de empatía, pues comparten una experiencia común de género.
- ◆ Sin embargo, puede ser aplicado por mujeres y los grupos pueden ser sólo de varones o mixtos.
- ◆ Es recomendable que, además de la persona que facilita, exista el apoyo de una persona co-facilitadora. Ella podría ayudar a agilizar los aspectos logísticos (entregar y recoger materiales, pegar y despegar papeles y aportar ideas).
- ◆ La persona que facilita debe estudiar todo el módulo antes de desarrollar las actividades en él previstas y, preferiblemente, primero debe haber recibido el proceso de capacitación que se brinda a lo largo de este manual.

## 7. SOBRE LOS MATERIALES NECESARIOS PARA EL PROCESO

Durante el taller, varios materiales serán necesarios para el trabajo en subgrupos, tales como:

- a) pliegos grandes de papel periódico, en los cuales cada subgrupo apuntará las conclusiones de lo que fue discutido;
- b) marcadores gruesos, que servirán para escribir en ese papel periódico, de manera tal que resalte y pueda ser visto por el resto de las personas participantes;
- c) rollos de cinta adhesiva o masquin tape, para pegar estos pliegos;

- d) papel tamaño carta, para el trabajo individual;
- e) lápices o lapiceros, necesarios para escribir en el papel tamaño carta;
- f) otros materiales que faciliten el proceso.

A continuación se presenta un detalle de los materiales mínimos para el desarrollo de los talleres:

Material	Cantidad
Marcadores gruesos de distintos colores	10
Rollos de cinta adhesiva (“masquin tape”) de grosor mediano.	2
Resma de papel bond blanco tamaño carta (c/resma 500 hojas)	1
Pliegos grandes de papel	50 a 60
Lapiceros o lápices (1 para cada persona que participe)	Uno por cada participante
Tajadores (para sacar punta a los lápices)	1
Tijeras para cortar papel	6

Además, una de las actividades consistirá en ver una película corta llamada “La vida de Juan”. Por esto, es importante contar con un reproductor de DVD y un televisor para esa actividad. Esta película puede ser encontrada en el Centro de Documentación del Instituto Nacional de las Mujeres (teléfono: 22538066).

## 8. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Este manual procura apoyar conceptualmente a los facilitadores del proceso, brindando elementos teóricos específicos en cada actividad mediante las “Notas para el facilitador”. No obstante, siempre es importante ampliar el conocimiento sobre los temas de la masculinidad y la violencia. Por ello, se brinda una bibliografía mínima complementaria que puede ser de gran utilidad para profundizar en dichas temáticas.

**Sobre aspectos teóricos de la masculinidad** pueden consultarse varios trabajos que, a su vez, remitirán a otros estudios:

Gomáriz, Enrique. “Introducción a los estudios sobre Masculinidad”. Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia: San José, 1997.

Menjívar Ochoa, Mauricio. “De ritos, fugas, corazas y otros artilugios: Teorías sobre el origen del hombre o de cómo se explica la génesis de la masculinidad”. *Cuadernos Digitales de Historia*. Vol. 9, No.25. Noviembre de 2004. Universidad de Costa Rica. Escuela De Historia <http://historia.fcs.ucr.ac.cr/cuadernos/a-historia.htm>

Menjívar Ochoa, Mauricio. “¿Son posibles otras masculinidades? Supuestos teóricos e implicaciones políticas de las propuestas sobre masculinidad”. En: *Reflexiones. Revista de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Costa Rica*, No.83-01, 2004. Versión en línea: [http://reflexiones.fcs.ucr.ac.cr/documentos/83\\_1/son\\_posibles.pdf](http://reflexiones.fcs.ucr.ac.cr/documentos/83_1/son_posibles.pdf)

Valdés, Teresa y Olavarria, José. *Masculinidad/es. Poder y crisis*. Ediciones de las Mujeres No.24. Isis Internacional/FLACSO-Chile. Santiago, Chile, 1997.

Para tener otros **refuerzos metodológicos para el trabajo con hombres**, pueden consultarse los siguientes manuales para el trabajo sobre masculinidades:

Alvarado, Carlos y Garita, Carlos. *Sembrando esperanzas. Estrategias de trabajo en salud con adolescentes de comunidades pobres*. San José, Costa Rica: PAIA/CCSS, 2004.

Briceño, Gustavo y Chacón, Edgar. *El género también es asunto de hombres*. San José, C.R.: UICN, 2001.

Jiménez, Rodrigo y Quesada, Erick. *Construcción de la identidad masculina*. San José, C.R.: ILANUD, 1995.

Menjívar Ochoa, Mauricio. *Guía Metodológica para el trabajo sobre masculinidad*. Colección Metodologías No.1. San José, C.R.: AICD/OEA-INAMU, 2001.

Para tener **refuerzos teóricos y metodológicos sobre la violencia masculina**, pueden consultarse los siguientes documentos:

Batres, Gioconda. *Hombres que ejercen violencia hacia su pareja. Manual para tratamiento dirigido a terapeutas*. San José, C.R.: ILANUD, 2003.

Batres, Gioconda, 1999. *El lado oculto de la masculinidad*. Tratamiento para ofensores. San José, Costa Rica: ILANUD, 1999.

Campos, Álvaro y González, Pablo (compiladores). *Hombres con problemas de poder y control. Aspectos teóricos y propuesta psicoterapéutica*. San José, C.R.: Instituto Costarricense de Masculinidad, 2002.

PROMUNDO. De la violencia para la convivencia. Serie Trabajando con hombres. Río de Janeiro: Instituto PROMUNDO, 2001.

Salas, José Manuel, 2005. *Hombres que rompen mandatos: la prevención de la violencia*. San José, C.R.: Lara y Segura Asociados.

## SESIÓN 1: ACTIVIDADES INTRODUCTORIAS

Previo a la aplicación de las Sesiones que componen este manual, es conveniente desarrollar tres actividades introductorias:

1. Una dinámica de presentación, que tiene el propósito de comenzar a crear un ambiente de mayor confianza, además de comenzar a introducir el tema. Es la primera actividad del taller.
2. Una dinámica, primero, de exteriorización de las expectativas y los temores que los participantes tienen del taller y posteriormente, de presentación del taller.
3. Fijación colectiva de las reglas de convivencia que guiarán las jornadas de trabajo.

### ACTIVIDAD 1.1. DINÁMICA DE PRESENTACIÓN: SE BUSCA<sup>7</sup>

**Objetivo:**

Lograr que los participantes se conozcan entre sí.

**Tiempo:**

30 minutos.

**Materiales:**


Una hoja pequeña de papel por participante.

Un lápiz o lapicero por participante.

**Procedimiento:**

- ▲ Se le pide a los participantes que hagan un autorretrato, es decir, que se dibujen. Y que dibujen o escriban tres cosas muy positivas sobre su personalidad. Indique claramente que **NO DEBEN ESCRIBIR SUS NOMBRES**.
- ▲ Recoja los carteles y distribúyalos, al azar, entre las personas participantes. Es importante **QUE NINGUNO VUELVA A TENER SU PROPIO CARTEL**.
- ▲ Pida a las personas que vean el dibujo y que lean las características de su dibujante y que localicen a esa persona.

<sup>7</sup> La idea general de esta actividad ha sido tomada de: Aguilar, 1995, 106-107.

- 
- ▲ La persona que dibujó su cartel, le contará a quien lo ande buscando, su nombre, a qué se dedica y le explicará por qué puso esas tres cualidades de si misma.
  - ▲ En un trabajo en plenario, quien buscó y encontró a la persona del cartel, debe conservar el dibujo y luego deberá decir al resto del grupo lo que su compañero/a le contó.
  - ▲ A continuación, la persona del cartel (la que fue encontrada y sobre la cual habló el compañero o compañera anterior) presentará a la persona de su cartel.
  - ▲ El procedimiento continúa hasta que todos/as hayan participado. En algunos momentos, puede cerrarse la cadena de presentaciones, por lo que se pedirá a alguien más que la vuelva a iniciar.
  - ▲ Los carteles pueden pegarse en una pared del salón para que puedan ser vistos por el resto de los participantes.

## ACTIVIDAD 1.2.

### EXPECTATIVAS Y TEMORES / PRESENTACIÓN DEL TALLER

#### 2.1. EXPECTATIVAS Y TEMORES

**Objetivo:**

Aclarar a las personas participantes de que se tratará el taller y de qué no se tratará

**Tiempo:**

15 minutos

**Materiales:**

Uno o dos pliegos grandes de papel pegados en la pared o en una pizarra.

Cinta Adhesiva para pegar el papel.

Un marcador grueso (pilot) que usará la persona que facilita el taller.

Una o dos hojas de papel pequeño para cada participante.

Un lápiz o lapicero para cada participante.

**Procedimiento:**

Es de gran importancia en el trabajo sobre masculinidad despejar sus dudas y en algunos casos sus temores sobre la actividad. Para esta actividad tiene dos opciones (solo debe desarrollar una)

#### Opción 1

- ▲ Solicite a los/las participantes que en una hoja pequeña de papel anoten una palabra o una frase corta que indique: *qué fue lo primero en que pensaron cuando supieron que vendrían a este taller.*
- ▲ Cada participante entregará su hoja. En el pliego de papel clasifique los mensajes en “expectativas” (qué es lo que se piensa que el taller va a aportar) y “temores” (por lo general asociados a los miedos que despierta el tema). En algunas ocasiones pueden no encontrarse temores entre los papeles escritos.
- ▲ Una vez que se han clasificado todas las “expectativas” y “temores”, el facilitador debe aclarar cuáles son los alcances y limitaciones del taller (qué temas se abordarán y cuáles no), así como despejar aquellos temores que se presenten. Estos temores deben traducirse en “positivo”, señalando que este va ser un espacio de reflexión y de aprendizaje, de acuerdo con los objetivos del taller.



## Opción 2

- ▲ Solicite a los/las participantes que digan *qué fue lo primero en que pensaron cuando supieron que vendrían a este taller*. O, en otras palabras, ¿Qué se va a hacer en este taller?
- ▲ Escriba en los pliegos grandes de papel lo que vayan diciendo.
- ▲ Una vez que hayan terminado las participaciones, la persona facilitadora debe aclarar cuáles son los alcances y limitaciones del taller (qué temas se abordarán y cuáles no). En el caso de que surjan temores, deberá despejarlos. Estos temores deben traducirse en “positivo”, señalando que éste va ser un espacio de reflexión y de aprendizaje, de acuerdo con los objetivos del taller.



## ACTIVIDAD 1.3. REGLAS DEL TALLER



### Objetivos:

1. Generar un ambiente de respeto y confianza.
2. Procurar un desarrollo y término del taller favorables al aprendizaje.



### Tiempo:

10 minutos.



### Materiales:

Uno o dos pliegos grandes de papel pegados en la pared o en una pizarra.  
Cinta Adhesiva para pegar el papel.  
Un marcador grueso (pilot) que usará la persona que facilita el taller.  
Una o dos hojas de papel pequeño para cada participante.  
Un lápiz o lapicero para cada participante.



### Procedimiento:

Es importante ubicar las normas de convivencia que se seguirán durante los días que dure el taller, dentro de un marco de compromiso de los participantes en cuanto a confianza, confidencialidad, respeto a la opinión de los otros y a las formas de ver el mundo, así como el fomento de la participación activa. Para esta actividad tiene dos opciones (solo debe desarrollar una):

### Opción 1

- ▲ Indique a los/las participantes que escriban aquellas reglas que, en su opinión deberían regir la convivencia durante el taller. Brinde a cada participante dos hojas de papel (preferiblemente de dos colores distintos: rojo y verde, por ejemplo) Solicite que en la hoja verde anoten aquellos aspectos que son deseables (participación, confidencialidad, respeto...) y en la roja aquellos aspectos que no son deseables (descalificar a los compañeros, interrumpir cuando no esté en uso de la palabra, no escuchar a los otros, llegar tarde).
- ▲ Quien facilita irá clasificando los mensajes y pegándolos en un pliego de papel mientras los lee.
- ▲ La persona que facilita también podrá aportar aquellas reglas que crea relevantes para el buen desarrollo de la actividad.
- ▲ Es recomendable conservar visibles estas reglas durante todo el taller, para poder recordarlas a los participantes cuando sea necesario.

## Opción 2

- ▲ Solicite a los/las participantes que digan las reglas que deberían regir la convivencia durante el taller. Se trata de elementos que pueden contribuir a que todos/as se sientan bien y a que el taller se desarrolle sin problemas.
- ▲ Escríbalas en el pliego grande de papel.
- ▲ La persona que facilita también podrá aportar aquellas reglas que cree relevantes para el buen desarrollo de la actividad.
- ▲ Es recomendable conservar visibles estas reglas durante todo el taller, para recordarlas a los participantes cuando sea necesario.

### Reglas de Convivencia

Elementos deseables	Elementos no deseables
Participación activa	Descalificar u ofender a los/las demás
Escuchar respetuosamente	Interrumpir o hablar cuando alguien está hablando
Dar argumentos para que se enriquezca la opinión de los otros	Querer imponer o forzar a otros a pensar diferente
Respeto a la opinión de los/las otros	
Pedir la palabra para hablar	
Confidencialidad: lo que se dice en el taller se queda aquí, en el taller	
Puntualidad	

## ACTIVIDAD 1.4: LOS HOMBRES QUE NOS MARCARON: ACTUANDO SU PRESENCIA EN NUESTRAS VIDAS (SOCIODRAMA)



### **Objetivo:**

Reflexionar acerca de las implicaciones que tiene sobre nuestras vidas las identidades masculinas tradicionales.



### **Tiempo:**

1 hora con 30 minutos.



### **Materiales:**

Ninguno



### **Procedimiento:**

- ▲ Divida a los participantes en dos grupos.
- ▲ Solicite que ambos grupos caminen alrededor del salón, pero pida que un grupo camine en una dirección y otro en la dirección contraria, de manera que, al caminar, se encuentren.
- ▲ Lea las siguientes instrucciones mientras todos/as caminan, y haga una pequeña pausa cuando aparezcan tres puntos dentro de dos paréntesis, de esta manera: (...). Si aparecen dos veces: (...) (...), espere un poco más

*“Cada participante va identificar a un hombre (un varón) que de alguna manera fue muy importante en su vida. Es un hombre que ha tenido una influencia sobre usted (...).*

*Piense cómo saludaría este hombre (...) Ahora, salude de la manera en la que él lo haría, a quien viene pasando enfrente de usted (...) salude de esa manera a varias personas (...)*

*Ahora, piense en la cara de ese hombre cuando estaba feliz, ¿cómo era? (...) Haga esa cara a las personas que vengan pasando enfrente de usted (...)*

*Piense, ahora, en la cara de ese hombre cuando estaba preocupado, ¿cómo era? (...) Haga esa cara a las personas que vengan pasando enfrente de usted (...)*

*Ahora, piense en la cara de ese hombre cuando estaba enojado, ¿cómo era? (...) Haga esa cara a las personas que vengan pasando enfrente de usted (...)*

*Ahora piense para sus adentros qué cosas le gustan a usted de la manera en que era ese hombre (...), qué cosas le aportó este hombre a Usted que fueron positivas para su vida.*

*Piense para sus adentros qué cosas no le gustan a usted sobre la manera en que era ese hombre y que usted cambiaría.*

- ▲ Solicite a las personas participantes que se detengan y busquen a un compañero o compañera y que compartan su recuerdo. Pida a continuación, que esta pareja se junte con otra pareja y haga lo mismo. Debe indicar que cada persona comparte con sus compañeros/as únicamente lo que desee y hasta donde se sienta cómoda.
- ▲ Indique que el grupo formado debe preparar una pequeña obra de teatro, a partir de los elementos comunes o que le parecieran más importantes de lo que se compartió en el grupo.
- ▲ Señale que esta obra de teatro será muda, que nadie hablará y que sólo deben utilizar la expresión de sus cuerpos.
- ▲ Una vez que todos los grupos preparen su obra, la presentarán uno por uno al resto de los grupos. Al finalizar la presentación del primer grupo, debe preguntar al “público”:
  - ¿De qué trataba la presentación? ¿Qué nos quisieron decir?
  - Y más importante, ¿Qué sensaciones nos produjo? ¿Qué nos agradó y qué nos desagradó de la situación que representó este grupo?
- ▲ Inmediatamente, debe dar la palabra a los integrantes del primer grupo que hizo la representación:
  - ¿Realmente trataba su representación sobre las cosas que el “público” dijo?, si no es así ¿De qué se trataba?
  - Y más importante: ¿Cómo se sintió cada miembro del grupo en el papel que le tocó representar? ¿Qué sensaciones le produjo ese papel? ¿Qué le gustó y qué no le gustó de ese papel?
- ▲ Realice este mismo procedimiento con todos y cada uno de los grupos restantes.
- ▲ **Para la reflexión final**, señale que hay hombres que fueron importantes en nuestras vidas, que hacían muchas cosas buenas, por lo tanto, es importante valorarlas y tenerlas presentes en nuestras vidas.
- ▲ Pero estos hombres hacían otras cosas que no eran agradables y que no eran tan buenas para ellos ni para las personas que estaban a su alrededor. Posiblemente esto fue así porque no pudieron aprender otra cosa mejor. Posiblemente estas cosas las aprendieron de otros hombres y otras mujeres mayores que ellos que también fueron muy importantes para sus vidas.
- ▲ Pero nosotros/as tenemos la posibilidad de no aprender esas cosas que no son agradables. También tenemos la posibilidad de decidir que ya no las queremos más en nuestras vidas porque nos hacen sentir mal, porque no nos permiten desarrollarnos como personas, porque nos lastiman a nosotros y porque lastiman a otras personas que son importantes para nuestras vidas.
- ▲ Así, podemos elegir nuestra propia herencia: quedarnos con lo bueno, y eliminar lo que causa daño. Esta también será nuestra propia herencia para las personas que queremos.

## SESIÓN 2. ¿QUÉ ES SER HOMBRE EN ESTA CULTURA? SU IMPACTO EN LAS VIDAS PERSONALES

### ACTIVIDAD 2.1. “ENTRE BROMA Y BROMA... SENSIBILIZACIÓN”

**Objetivo:**

Identificar algunas características socialmente asociadas a lo masculino a través de los chistes que se cuentan popularmente.

**Tiempo:**

45 minutos.

**Materiales:**

Hojas de papel bond, tamaño carta, una para cada participante.  
Lapiceros, uno para cada participante.

**Procedimiento:**

- ▲ Se divide al grupo en subgrupos de 4 o 5 personas y se le entrega a cada participante una hoja y un lapicero.
- ▲ Posteriormente, se solicita que, de manera individual, anoten todos los chistes acerca de hombres y de mujeres que se sepan (es importante que se aclare a los jóvenes que no censuren el chiste, que lo cuenten tal cual se lo saben).
- ▲ Luego, se comentan de manera grupal y se anotan en una hoja aparte (diferente de las individuales) todos los chistes que pudieron recordar los participantes.
- ▲ En plenaria se comentan los chistes y se aclara que, si algún participante conoce el chiste de manera diferente al que está siendo contado, que por favor incorpore su versión del mismo a la discusión.
- ▲ Por último, se analiza colectivamente el contenido de los chistes, aclarando que en el acto de construir una broma, la sociedad expresa muchas de las ideas que se tienen con respecto a algo, y que por lo general, lo que causa risa son todas aquellas características de una persona que se salen de lo establecido por la sociedad como es el caso de los nicaragüenses, los afrodescendientes, los indígenas o como en este caso, las mujeres y los hombres.
- ▲ Es importante que se rescate dentro de la discusión, cuál es la visión social de las mujeres y de los hombres que se puede leer a través del chiste y cuestionar de dónde pueden provenir dichas ideas.

- ▲ Hay que recordar que esta actividad es introductoria; lo importante no es que se hagan análisis profundos, sino sensibilizar a los participantes con la idea de que existen ideas determinadas culturalmente y transmitidas socialmente hacia lo que es ser hombre o mujer.

### Nota para el facilitador:



Los chistes son una de las formas en que la cultura expresa ideas acerca de determinados temas y transmite, de manera graciosa prejuicios o ideas erradas acerca de determinados grupos o temas. En el caso de la masculinidad pueden surgir chistes de corte machista como por ejemplo “¿Cómo se le da más libertad a la mujer?, R/ Ampliándole la cocina”, o “¿Cuántas neuronas tiene una mujer?, R/ 4, una para cada disco de la cocina”. Para ambos ejemplos es importante que se señale, no solo la idea que se tiene de que la mujer debe pertenecer al ámbito doméstico (a la casa) y estar confinada a este, sino que la forma en que se dice es agresiva también y se transmite como un mandato.



Es fundamental que el facilitador evidencie los distintos tipos de violencia que están presentes en los chistes tales como la violencia emocional, sexual, física y emocional. Las definiciones de estos tipos de violencia han sido señaladas en el punto 5 de la Segunda Parte de este manual, titulado “Algunos consejos para el trabajo con hombres”.



Es importante que el facilitador se dé una idea de cuáles podrían ser los chistes que podrían surgir al pedirle a los participantes que los cuenten, a fin de que tenga una idea previa de lo que podría aparecer y señalar o reflexionar sobre aquellos prejuicios que encuentre. Para esto es recomendable que hable con amigos o amigas, personas conocidas, familiares o vecinos y vecinas y les pregunte acerca de chistes que conozcan.



Por último, debe quedar muy claro que, si bien es cierto, el chiste es una de las formas más comunes que tenemos de interactuar con otras personas, el contenido de los chistes nos transmite ideas sobre las que es importante reflexionar. No debe quedarse ningún chiste sin ser analizado, ya que esto podría dar la idea de que estamos de acuerdo con lo que dice.



Si el facilitador siente que el grupo **no sabe chistes que tengan que ver con la temática, o los chistes que se saben no corresponden** tan directamente con lo que se quiere analizar, se podría sustituir por que cuenten cuál era su personaje favorito (sea de películas, caricaturas, series de televisión, etc.) y qué características tenía dicho personaje. Por lo general, las imágenes de masculinidad que transmite la televisión o el cine tienen la misma función del chiste: transmitir ideas distorsionadas acerca de temas o personas. En este caso, es muy enriquecedor trabajar por ejemplo, superhéroes, ¿Cómo son las vidas de los superhéroes?, ¿Cómo viven el amor?, ¿Qué hacen cuando están tristes o sienten dolor?, ¿Qué pasa con sus relaciones de pareja?, etc.



Los superhéroes transmiten lo que se llaman “ideales de masculinidad”, los cuales son mandatos implícitos (son sutiles o no tan evidentes) que la sociedad le dicta al hombre. Se puede rescatar que el superhéroe no muestra dolor, no siente tristeza y si la siente, la oculta; no tiene tiempo para tener relaciones de pareja porque debe salvar al mundo y el amor de pareja es señal de debilidad y la debilidad riñe con la idea de salvar al mundo. Esta concepción de “salvar al mundo” se puede vincular con el mandato social del hombre a ser exitoso, tener mucho dinero y muchas mujeres (sin establecer intimidad con ninguna). Además, la idea de salvar al mundo está acompañada del ejercicio de la violencia. El superhéroe debe ser tanto o más agresivo y violento que los villanos contra los que combate, por lo tanto la violencia parece también ser una de las formas en que se forma la masculinidad.



## ACTIVIDAD 2.2.

### EL SIGNIFICADO DE SER HOMBRE EN NUESTRA CULTURA: LA CONSTRUCCIÓN DE UN CUERPO MASCULINO Y DE UN CUERPO FEMENINO

**Objetivo:**

Analizar los significados culturales sobre la masculinidad y la feminidad.

**Tiempo:**

1 hora 30 minutos.

**Materiales:**

2 o 3 pliegos grandes de papel por grupo.

Idealmente: 5 marcadores gruesos de diferentes colores (pilots) por grupo.

Mínimo: 1 o 2 marcadores gruesos por grupo.

**Procedimiento:**

- ▲ Indique a las personas participantes que supongan que un marciano llegó a nuestro planeta. Este marciano tiene otra cultura, muy diferente a la nuestra, y no sabe cómo son los varones en la tierra. Por eso, a cada grupo le corresponderá explicarle claramente cómo son los hombres (haga énfasis que se trata de los varones, no las mujeres), por medio de un dibujo del cuerpo masculino.
- ▲ Solicite que una de las personas integrantes del grupo se acueste sobre un par de pliegos de papel (que deben estar unidos con cinta adhesiva, si es necesario) y que otra persona dibuje su silueta en el papel.
- ▲ Una vez que la silueta sea completada, cada grupo pondrá en la silueta, una serie de palabras o frases cortas sobre lo que en esta cultura significa ser hombre. Señale que pueden poner estas palabras en las diferentes partes del cuerpo masculino, en el caso de que puedan asociarse con alguna de las partes (por ejemplo: fuerza física en los brazos, racionalidad en la cabeza, problemas para expresar afectos en el corazón, etc.). También pueden modificar el dibujo dependiendo de las cosas que en esta cultura se dice sobre los hombres.
- ▲ Una vez que han terminado la construcción del cuerpo masculino, pídales que hagan exactamente lo mismo con el cuerpo femenino.
- ▲ En plenario, solicite que, uno a uno, cada grupo explique el resultado de su trabajo al resto de las personas participantes.

## Nota para el facilitador:



Tome en cuenta que, al final, algunos de los conceptos asociados al hecho de ser hombre o mujer, podrían ser los siguientes:

Hombres	Mujeres
1. Esconder emociones/no deben llorar/No es homosexual	1. Más emotivas/lloran
2. Dominio/control del poder/superioridad/el centro	2. Más sumisas/más dependientes del hombre
3. Fuerza bruta/agresivo/violento/trabajos físicos	3. Más débiles
4. Trabajo pagado	4. Se quedan trabajando en la casa




La persona que facilita puede remarcar los aspectos que se señalan a continuación, sobre las características de la masculinidad, en el caso de que coincidan con lo expresado por las personas participantes.



Explique que existe una serie de creencias arraigadas en la cultura, que caracterizan la socialización<sup>8</sup> masculina, entre las principales se pueden mencionar las que siguen:

- ❖ El poder, la dominación, la competencia y el control constituyen pruebas de la masculinidad.
- ❖ El dominio es la relación de poder de los hombres sobre otras personas y, particularmente, sobre las mujeres. Tiene que ver con la creencia en la “superioridad” y en que el hombre es “el que manda”.
- ❖ El dominio es ejercido, no pocas veces, por medio de la amenaza y por el ejercicio de algún tipo de violencia. En este momento, puede aprovechar para señalar los diferentes tipos de violencia que suelen ejercerse contra las mujeres, tales como la violencia física, sexual, emocional y verbal.
  - ❖ Se piensa que el hombre es “el centro”, en tanto es el género más valorado. Claro ejemplo de esto es que, en nuestra sociedad, los hombres aprenden a “ser servidos”, particularmente por las mujeres.
  - ❖ La cultura valora en la masculinidad la “fuerza bruta”.

<sup>8</sup> La socialización es el “proceso mediante el cual los seres humanos interiorizan formas de vida, pautas y valores de la sociedad. Este proceso es diferente según se nazca varón o mujer...” (Jiménez y Quesada: 1996, 51), pues la pedagogía es diferenciada si se es hombre o mujer.

- 
- ❖ La intimidad con otros hombres debe ser evitada por temor al afeminamiento y a la homosexualidad.
  - ❖ En general, las distintas formas de relación de los hombres se construyen de manera tal que escondan sus emociones.
  - ❖ Existe una definición enfática en la cual se afirma que los hombres no deben ser como las mujeres y tampoco deben ser homosexuales.
  - ❖ El desempeño de los hombres está especialmente centrado en la proveeduría, es decir, en “llevar dinero al hogar”. Otros papeles no son desarrollados, tales como la participación en los oficios domésticos o el involucramiento en la crianza de los hijos (Menjívar Ochoa: 2001, 17-18).

## ACTIVIDAD 2.3. ¿BIOLÓGICO O PRODUCTO DE LA EDUCACIÓN?



### **Objetivo:**

Analizar críticamente los mandatos sociales hacia el ser hombre e identificar la función del proceso de socialización en el sostenimiento de dichos mandatos.



### **Tiempo:**

45 minutos.



### **Materiales:**

Carteles con dos columnas que tengan como encabezados de cada una: “Biológico” – “Educación”.

Fichas de papel.

Marcadores negros.

Cinta adhesiva.



### **Procedimiento:**

- ▲ Previo al inicio de la actividad se coloca un cartel en la pizarra o la pared que tenga dos columnas. En una de ellas el encabezado dirá “Biológico” y otro “Educación”.
- ▲ Se reparten tres fichas a cada participante y se les pide que piensen en tres características que necesariamente debe tener un hombre para ser considerado como tal; las que hayan escuchado en su barrio, en su familia, en la escuela, o en cualquier otro lugar. Una vez que hayan pensado en esas tres características se les solicita que las escriban en las fichas (una característica por ficha).
- ▲ Posteriormente, se les entrega cinta adhesiva a los participantes y se les solicita que peguen sus fichas en la columna que dice “biológico” si consideran que la característica que escribieron le viene naturalmente al hombre, o en la columna de “educación” si es producto del proceso educativo.
- ▲ Con cada característica que se pega, se pregunta a la persona si está totalmente seguro de que esa característica corresponde a esa columna y por qué.
  - ▲ La discusión se puede realizar de dos formas: discutir con cada característica que va siendo pegada, o al final con una discusión que amarre los puntos principales.
  - ▲ Es importante que el facilitador haga un cierre rescatando la importancia de la educación en el proceso de conformación del ser hombre y de cómo lo social se impone a lo educativo.
  - ▲ Es fundamental que cuestione las bases “naturalistas” de los mitos alrededor del ser hombre como parte innata del varón y que coloque la discusión en el carácter aprendido de dichos mitos.

## Notas para el facilitador:



Para esta actividad es importante señalar que, como se vio en la técnica de los chistes, la sociedad marca a las personas con etiquetas que implican mandatos implícitos (sutiles, ocultos) y explícitos (se dicen directamente) y que presionan a los hombres a ser y a comportarse de una determinada manera (fuertes, violentos, sin mostrar dolor, etc.).



Estas ideas no le vienen al hombre de manera “natural” producto de la herencia genética o por que su cerebro sea diferente, o por cualquier otro argumento a favor de esta idea. La diferencia biológica entre hombres y mujeres no determina en nada la forma de comportarse, la distribución de tareas en el hogar, ni siquiera el ser activo o pasivo dentro de una relación amorosa.



Es por esto, que debe analizarse críticamente cada una de las afirmaciones que se hagan, sobretodo aquellas que se colocan en la columna de lo biológico y preguntar constantemente si están seguros de si corresponde a esa casilla o a la otra.



Argumentos a favor de lo biológico, por ejemplo, que los animales tienen los roles muy bien definidos, donde el macho es cazador y la hembra cuida a las crías, puede ser refutado con la idea de que el ser humano es mucho más complejo. En su forma de vivir en sociedad se ha distanciado de la naturaleza, pues la cultura es precisamente eso: el proceso de separación de los seres humanos de la naturaleza. Ello se refleja en aspectos tan elementales como la construcción de casas para resguardarnos del ambiente o la utilización del fuego y el calor para no comer gran parte de los alimentos crudos.

Además, en todas las especies animales hay diferencias que hacen pensar que, incluso en especies consideradas “inferiores” –dominadas por su instinto– el factor de interacción cumple un papel fundamental en la forma de comportarse. Las teorías que explican los comportamientos a partir de la genética, atribuyendo a los animales de cada sexo un carácter fijo en el desempeño de sus roles (por ejemplo, los machos siempre traen los alimentos o son cazadores y las hembras siempre cuidan a las crías), no pueden ser aplicadas de manera tan simplista. En algunas especies de aves, los machos son los que empollan los huevos, mientras que las hembras salen a buscar el alimento. Incluso el llamado “Rey de la Selva”, el león, no es el cazador de la manada, sino las leonas. Así, en ciertas especies animales, las cosas son diferentes a lo que comúnmente se piensa. Estas ideas relacionadas con la importancia exclusiva que tienen la biología, la naturaleza, los instintos o los genes sobre el comportamiento de hombres y mujeres, son creadas culturalmente para justificar las injusticias que realmente son una creación de nuestra cultura.



El argumento de que también nuestra cultura enseña a los hombres a ser violentos debe ser enfatizado. Esto debido a que algunas posiciones basadas en la biología buscan justificar el accionar violento de los hombres, señalando que estos son así por “naturaleza”. En su forma más extrema, la violación puede ser justificada debido a los supuestos “impulsos” naturales de los hombres. Estos argumentos son falsos y quitan la verdadera responsabilidad que los hombres tienen en el ejercicio de la violencia. Además, evitan las posibilidades de realizar cambios en sus formas de pensar y en su comportamiento. Bajo ninguna consideración el facilitador debe pasar por alto este tipo de falsas justificaciones sobre el comportamiento masculino basadas en la biología.

## SESIÓN 3. PROCESOS PERSONALES DE CONSTRUCCIÓN DE LA MASCULINIDAD Y DE LA VIOLENCIA EMOCIONAL

### ACTIVIDAD 3.1.: LOS JUGUETES

**Objetivo:**

Explorar los sentimientos y emociones asociados al ser hombre a partir de la reflexión y análisis de los juegos de infancia de las personas.

**Tiempo:**

30 minutos.

**Materiales:**

Ninguno.

**Procedimiento:**

- ▲ Se les solicita a los participantes que, sentados en sus lugares, recuerden aquel juguete con que más les gustaba jugar cuando eran niños y por el que sentían un cariño particular.
- ▲ Luego se les indica que se van a convertir durante algunos minutos en ese juguete, que ese juguete va a cobrar vida a través de ellos y que en el momento en que se les indique empezarán a funcionar y a interactuar con los otros juguetes.
- ▲ Se les da la indicación y se brindan unos 10 minutos para que interactúen los juguetes bajo la consigna de tratar de descubrir cuál es el juguete de mi compañero y dejar claro cuál juguete represento yo.
- ▲ Posteriormente, se les solicita a las personas que, sin dejar de ser juguetes, se acomoden en un círculo y se sienten en el suelo.
- ▲ Por último, se le pide a cada juguete que pase al centro del círculo y le cuente a los otros juguetes quién es él, por qué fue importante para su dueño, cómo llegó a las manos de su dueño, dónde está en este momento, etcétera.
- ▲ Una vez que hayan pasado todos los juguetes, solicíteles que se reúnan en subgrupos y durante 10 minutos la consigna será que conversen libremente de lo que recordaron o sintieron al ser juguetes.
- ▲ Pasados los 10 minutos, solicíteles a los participantes que recojan los elementos comunes que encuentran en los juegos, las diferencias entre los juguetes para hombres y para mujeres; además, qué les decían los adultos que tenían que hacer



y qué consecuencias creen que tiene para los hombres la diferencia entre los juguetes para los varones y para las mujeres. Se puede plantear la pregunta ¿Cuáles creen que podrían ser las repercusiones de esos juegos para los hombres en la vida adulta?

### Nota para el facilitador:



Esta técnica permite abordar el tema de la educación de la masculinidad desde el afecto, prueba de ello, es que se trabaja con algo muy cercano durante la infancia: el juguete preferido.



Es importante que se aclare que la educación de la masculinidad no es algo impuesto de manera violenta; más bien, por el contrario, la mayoría de las veces se da de un modo sutil y rodeado de cariño y afecto. Es por esto que recordar los juguetes nos permite reconocer la forma en que, asociado a un objeto cargado de amor, la cultura transmite valores patriarcales como la **violencia física**. Estos valores quedan ocultos por el mismo afecto depositado en ellos. Los juegos con soldados, con pistolas y rifles, los robots o los juegos de video, están cargados de un fuerte contenido **violento** que es incorporado en los afectos de los hombres desde muy temprana edad. De esta manera, y debido a que no se tiene conciencia de los mandatos asociados a la violencia, esta es vista como natural.



Las repercusiones para la vida adulta podrían ser, entre otras, el que a los hombres se les enseña a agredir, a ser violentos y a las mujeres a cuidar a otros (muñecas, casita, barbie); que a los hombres se les enseña la osadía y la valentía destructiva (juegos de guerra) y a las mujeres a conectarse con las necesidades de las otras personas (cocinita, trastos).



Ambos casos tienen sus ventajas y sus desventajas pero en el caso del hombre, que es el que nos ocupa, la imposibilidad de conectarnos con la otra persona y la barrera en la escucha de sus necesidades a través del aprendizaje de la violencia, marcan e interfieren en las relaciones que establecen los varones a lo largo de su vida.



Debe enfatizarse que la **violencia aprendida por los hombres puede ser desaprendida**. También debe dejarse claro que el hecho de que “la sociedad nos programara” para ser violentos, sin darnos cuenta, **no justifica que los hombres sigan ejerciendo la violencia**. Haga énfasis en que los hombres, como todos los seres humanos, somos sujetos capaces de aprender y de hacernos responsables de nuestros actos, por lo que no somos simples víctimas pasivas. Somos personas susceptibles de cambiar y de producir cambios.

## ACTIVIDAD 3.2: LA LOTERÍA DE LA VIDA



### Objetivo:

Identificar los mandatos sociales hacia los hombres, que llevan al desarrollo de conductas autodestructivas como formas de expresión de la masculinidad.



### Tiempo:

1 hora.



### Materiales:

“Cartones de lotería” para cada participante y un cartel con un “cartón de lotería” en grande para anotar las respuestas. Este se presenta en el Anexo 1, al final.



### Procedimiento:

- ▲ Se divide a los participantes en grupos de 4 o 5 personas.
- ▲ Dígales a los participantes que van a participar de un bingo y que quien acierte más casillas, tendrá un premio.
- ▲ Entregue un “cartón de lotería” a cada grupo.
- ▲ Muestre un cartón a los participantes, informando que en él existen tres columnas: Hombre, Mujer y Ambos. El grupo deberá responder a las preguntas del cartón, marcando con una X la respuesta que cree correcta.
- ▲ Conceda 20 minutos para que el grupo discuta y marque las respuestas
- ▲ Enseguida recoja los cartones.
- ▲ Reproduzca el cartón en una cartulina mayor y lea cada punto, pregunte las respuestas de los grupos y marque con una X la respuesta correcta (¡Todas en la columna Hombres!).
- ▲ Explore las respuestas de los grupos, solicitando justificaciones para las respuestas, particularmente cuando hayan marcado Mujer o Ambos.
- ▲ Al final, aclare que en todas las categorías, realmente los hombres son la mayoría. Abra el debate: ¿Habían escuchado de esto? ¿Por qué creen que sucede? ¿Cómo es posible evitarlo?

### Notas para el facilitador:



Hasta este momento, se ha desarrollado durante las sesiones previas el concepto de que los mandatos alrededor de la masculinidad implican que el hombre se comporte de manera agresiva; ser valiente, no mostrar miedo, ocultar los sentimientos y una larga cadena de etcéteras. Sin embargo, las consecuencias perjudiciales de estas exigencias sociales para el varón no se habían abordado tan directamente como en este punto.



Todo aquello que no se dice, que se tiene que callar por presión social, se manifiesta de alguna manera. Las emociones que son duales, que se componen de pares que forman parte de una misma estructura como amor-odio, valentía-miedo, tristeza-alegría, en el caso de los hombres, tienden a negar una de las dos. Por ejemplo: ocultan la ternura o el amor y muestran el odio o el enojo; esconden la tristeza, y tratan de mostrar siempre alegría o al menos proyectar que se sienten bien. La parte que ocultan se manifiesta de otras formas, por ejemplo a través de síntomas físicos o formas reflejas e inconcientes de actuar, que pueden atentar contra su propia vida o afectar a otras personas.



Es importante aclarar que muchas veces se piensa que la violencia que se le enseña al hombre sólo tiene consecuencias negativas para las mujeres, pero con este ejercicio se muestra cómo las consecuencias negativas alcanzan e impactan al varón también. Es decir, muchos hombres ejercen violencia contra otros hombres, por lo general física, pero también sexual y emocional.



Es recomendable que el facilitador revise algunas estadísticas relacionadas con la población masculina que le permita darse una idea de las dimensiones del problema en Costa Rica. Como ejemplo ofrecemos algunos datos que sustentan las afirmaciones anteriores:

Cuadro 1 Costa Rica: Cantidad de <b>llamadas recibidas</b> en el sistema de emergencias 9-1-1 (años: 2001 a 2007)* por:	
	Total de llamadas
o <b>Agresión en proceso contra mujeres</b>	195.399
o <b>Agresión en contra de mujeres adultas</b> (mayores de 18 años) por parte de persona de confianza (con la que mantiene o mantuvo relación afectiva)**	38.307
o <b>Agresión en contra de hombres adultos</b> (mayores de 18 años) por parte de persona de confianza (con la que mantiene o mantuvo relación afectiva)**	1.568
o <b>Agresión en contra de mujeres adolescentes</b> (menores de edad pero mayores de 15 años)**	552
o <b>Abuso sexual a mujeres menores de 15 años</b>	211
<p>*El 2007 solo incluye las llamadas del primer trimestre.  **La agresión Incluye violencia física, psicológica, sexual y/o patrimonial.  Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i>. San José, C.R.: INAMU, 2007</p>	

Cuadro 2 Costa Rica: Total de casos atendidos por violencia doméstica en el Poder Judicial, 2000-2006		
Año	Total de casos atendidos	Casos nuevos
2000	40.608	32.643
2001	53.858	43.929
2002	57.722	46.012
2003	58.711	47.086
2004	59.003	48.073
2005	55.683	47.393
2006	54.807	46.813
<b>Total</b>	<b>380.392</b>	<b>311.352</b>
Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i> . San José, C.R.: INAMU, 2007		

Cuadro 3 Poder Judicial de Costa Rica: Delitos sexuales en los años 1995, 2000 y 2005 y Del período 1995-2005				
Delitos sexuales y tipo de denuncia	1995	2000	2005	1995-2005
Violación	725	1.209	1.523	13.142
Abusos sexuales contra menor o incapaz	0	90	1.980	6.454
Relaciones sexuales con menores	183	170	317	2.315
Tentativa de violación	164	132	103	1.519
Otros delitos sexuales	950	2.094	1.255	19.160
Total	2.022	3.695	5.178	42.590
Fuente: Elaborado con base en: INAMU. <i>Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan</i> . San José, C.R.: INAMU, 2007				

También, debemos considerar la violencia ejercida por los hombres en contra de sí mismos. Los casos de suicidios, las muertes por traumatismos y por ahogamiento debido a la exposición de los mismos hombres al peligro, así como los accidentes de tránsito, son claros ejemplos de la violencia auto-inflingida.

## ACTIVIDAD 3.3.

### VISUALIZANDO LA CONSTRUCCIÓN DE NUESTRA IDENTIDAD

#### Opción 1: Para adolescentes y jóvenes

**Objetivo:**

Iniciar el reconocimiento del carácter construido de la identidad masculina a partir de las circunstancias de las personas participantes.

**Tiempo:**

2 horas.

**Materiales:**

Hojas o pliegos de papel y marcadores o lapiceros, en el caso de que los participantes los soliciten como apoyo para el trabajo en grupos.

**Procedimiento:**

Se utilizará la técnica del sociodrama (la representación en una obra de teatro de lo recordado y conversado por los participantes)

#### 1. EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN INDIVIDUAL

Tiempo Necesario: 10 minutos

- ▲ Solicite a los participantes que se sienten lo más cómodos y relajados que sea posible. Indíqueles que cierren los ojos y solicíteles que respiren profundamente tres o cuatro veces de manera que se puedan relajar. Pausadamente, indíqueles que imaginen una energía que parte de su frente, baja por hombros, brazos y manos, pecho abdomen, piernas y pies.
- ▲ De manera pausada, indíqueles que se remonten a su pasado, y que recuerden aquel o aquellos momentos de su vida en que cobraron conciencia de ser un “hombre”. Puede leer la siguiente visualización, dejando pausas cuando llegue a los puntos entre paréntesis:

*Cierre los ojos y respire profundamente. Siéntase completamente relajado. Va a realizar un viaje mental por el tiempo, va a retroceder poco a poco en el tiempo. Visualice qué actividades realizó durante diciembre pasado (...) ¿Fue este diciembre distinto a los diciembres anteriores? (...) Trate de ir retrocediendo y recuerde cómo eran los diciembres durante su infancia, reviva las sensaciones y olores que quedaron grabados*

*(...). Recuerde qué era lo que hacía durante esos días de infancia, ¿tenía la oportunidad de jugar? Visualice qué jugaba (...), cómo eran estos juegos (...) con quién los jugaba (...) ¿Eran estos juegos distintos a los que jugaban las niñas conocidas de su infancia? ¿En qué eran estos juegos distintos? (...) ¿Quiénes usaban más fuerza física?*

*Ahora piense en su casa de infancia, recuerde su color y aquellos objetos que en ella se encontraban. (...) Trate de ubicar a su familia en ese espacio (...) fije en su mente qué tipo de cosas hacían las mujeres (...), qué tipo de cosas hacían los hombres (...).*

*Trate de recordar los mensajes que estas personas decían sobre cómo debían ser los hombres (...) qué le decían de cómo debían ser los hombres (...) qué cosas no debían hacer (...). Y, ¿cómo debían ser las mujeres? ¿Cómo no debían ser? Fíjelo en su mente (...)*

*Ahora recuerde, ¿qué cosas no les estaba permitido hacer a las mujeres y sí estaba permitido hacer a los hombres? Por ejemplo, salir a trabajar, salir de fiesta, salir con los amigos o amigas, si esto sucedía. ¿Qué se decía para justificar esta diferencia?*

*En su vida familiar, ¿han cambiado estas situaciones en el presente? ¿Hacen las mujeres las mismas cosas que los hombres? ¿Siguen presentes las mismas ideas sobre cómo deben ser los hombres y cómo deben ser las mujeres?*

*Ahora respire profundamente una vez(...) otra vez (...) una vez más (...) Poco a poco va ir recogiendo en su mente las imágenes de cuando usted entró en este lugar, de las personas que están aquí con Usted (...) y abrirá los ojos cuando esté preparado.*

## **2. TRABAJO EN GRUPOS**

Tiempo Necesario: 1 hora

- ▲ Solicite a los participantes que se reúnan en subgrupos pequeños (preferiblemente no más de cinco o seis personas) y pida que en lo interno compartan sus recuerdos. Indíqueles que, al contar sus experiencias, no deben ser tan específicos si no lo desean, pero que pueden compartir el marco general de sus recuerdos. La siguiente guía de preguntas facilitará la reflexión en lo interno de todos los grupos:
- En su infancia qué tipo de juegos jugaban los niños y qué jugaban las niñas. ¿Qué cosas eran diferentes en estos juegos? ¿Quiénes usaban más fuerza?
- ¿Qué hacían los familiares hombres y qué hacían las familiares mujeres? ¿Eran estas tareas diferentes o iguales?
- ¿Qué mensajes recuerda acerca de cómo debían ser los hombres y qué cosas no debían hacer? ¿Cómo debían ser las mujeres y qué no debían hacer?
- ¿Han cambiado estas situaciones en el presente?
- ▲ Una vez que todos los participantes de cada uno de los subgrupos han compartido sus recuerdos, pídale que preparen una representación teatral que integre lo dicho por todos los compañeros.

### 3. EXPOSICIÓN PLENARIA DEL SOCIODRAMA

Tiempo Necesario: 40 minutos

- ▲ Solicite que cada uno de los grupos represente frente al resto de personas la obra de teatro que preparó.

### 4. REFLEXIÓN FINAL A CARGO DE LA PERSONA FACILITADORA

Tiempo Necesario: 10 minutos.

- ▲ A partir de la representación teatral, debe hacer un esfuerzo de síntesis por recuperar los aspectos comunes y las diferencias en las ideas manejadas por cada uno de los subgrupos.
- ▲ Muy posiblemente, gran parte de los grupos coincidirá en que hay muchas cosas diferentes en los juegos jugados por niños y niñas, las tareas que hombres y mujeres hacen en los hogares y fuera de ellos, los mensajes sobre cómo deben ser hombres y cómo, las mujeres, y las cosas que a los primeros se les permite y a las últimas no.
- ▲ En el caso anterior, debe explicarse que estos elementos fueron aprendidos a lo largo de la vida y que no son biológicos (como se trabajó en la Sesión 2). Y que así como fueron aprendidos, pueden cambiarse.

#### Nota para el facilitador:



Debe analizarse cómo las diferencias señaladas en esta actividad tienen efectos sobre la construcción de la desigualdad entre hombres y para mujeres.



Si bien es cierto que uno de los elementos más visibles de la desigualdad es el desempeño de roles diferenciados (mujeres trabajando en las tareas domésticas, hombres en trabajo remunerado), debe tenerse en cuenta que la situación suele ser más compleja. En primer lugar, muchas mujeres suelen desempeñar dobles jornadas, pues realizan tanto trabajo doméstico como trabajo remunerado fuera de la casa. Mientras tanto, la gran mayoría de los hombres aporta poco o nada a los trabajos domésticos y otra parte no asume sus responsabilidades económicas, especialmente cuando se separan de la madre de sus hijos/as.



Sin duda, el desempeño de los roles antes anotados es de gran importancia para la construcción de las identidades femeninas y masculinas; sin embargo, no son los únicos elementos importantes. Puede darse el caso de algunos hombres que laven platos, cocinen o desempeñen otro tipo de labores domésticas, y a pesar de ello, no tener relaciones igualitarias con las mujeres al compartir la toma de decisiones en cosas de gran relevancia para las parejas y las familias.



En la construcción de la identidad de los hombres también son relevantes otros elementos. A continuación tiene una guía que puede servir de ejemplo:



Los **hombres** tienen muchas **ventajas** que contribuyen a que sean más libres y con mayores capacidades de desarrollo personal:

- Mayor posibilidad de moverse en espacios más amplios, fuera de la casa.
- Mayor posibilidad de usar activamente el cuerpo.
- Mayores libertades y permisos (salir de fiesta, tener muchas novias).

Las **mujeres** tienen muchas **desventajas** que limitan su libertad de movimiento, su desarrollo físico y limitan su proyecto de vida:

- Deben desenvolverse en espacios más reducidos, muchas veces restringidos a la casa.
- Se les restringe más el uso de su cuerpo y, a excepción de los oficios domésticos, deben hacer cosas más pasivas.
- Tienen más restricciones y menos permisos (no pueden salir tanto a las fiestas, llegar tarde, ni tener novios).

Los **hombres** tienen importantes **desventajas**:

- Se censura la posibilidad de expresar afectos.
- Disfrutan menos de sus hijos e hijas, si los tienen.
- Se exponen más a los accidentes, por practicar juegos violentos.
- Tienen la obligación de **controlar** a otras personas, lo que significa ejercer un **poder negativo**.
- Señale que el **control** es una forma de violencia contra las mujeres: la **violencia emocional**. Señale que esta forma de violencia limita sus vidas personales, las vuelve simples objetos, produce profundos daños psicológicos y afecta la autoestima. Todo ello viola sus derechos humanos.
- **El ejercicio del control también afecta a los mismos hombres que lo ejercen.** El control implica negar la posibilidad de identificarse con el dolor y el sufrimiento de las mujeres. Es decir, dificulta la empatía o capacidad de “ponerse en sus propios zapatos”. Esta dificultad empática significa que los hombres deben reprimir sus emociones, de manera tal que no sólo obstaculizan la felicidad de las mujeres, sino además la suya propia. Esto se observa cuando el amor es desvirtuado y se convierte en celos dañinos: principalmente para las mujeres, pero también para los mismos hombres.
- El amor, que puede ser capacidad creadora, al convertirse en **violencia** se vuelve capacidad de **destrucción de las otras personas** y de **autodestrucción**.



Muy posiblemente existan participantes con experiencias de vida, en mayor o menor medida, distintas. Puede ser que algunos hogares repartieran más equitativamente las tareas del hogar entre hombres y mujeres, que los hombres participaran más activamente en la crianza de hijos e hijas y que las mujeres salieran a trabajar remuneradamente, tuvieran amigos y amigas con quienes salir sin que hubiera problema con sus padres o sus parejas. De no ser así, pregunte si conocen familias que funcionen de esta manera o, señale que usted las conoce. Es importante que enfatice estas posibilidades de cambio.

**Opción 2: Para miembros de la Red Institucional para la Prevención de la Violencia, funcionarios/as públicos/as y miembros adultos de la comunidad.**



**Tiempo**  
2 horas.



**Materiales**  
Papelógrafos y marcadores.  
Facilitar a cada grupo una copia del Anexo 2 para que apoyen su trabajo.

## 1. EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN INDIVIDUAL

Tiempo Necesario: 10 minutos

- ▲ Solicite a los participantes que se sienten lo más cómodos y relajados que sea posible. Indíqueles que cierren los ojos y solicíteles que respiren profundamente tres o cuatro veces de manera que se puedan relajar. Pausadamente, indíqueles que imaginen una energía que parte de su frente, baja por hombros, brazos y manos, pecho, abdomen, piernas y pies.
- ▲ De manera pausada, indíqueles que se remonten a su pasado y que recuerden aquel o aquellos momentos de su vida en que cobraron conciencia de ser un “hombre”. Puede leer la siguiente visualización, dejando pausas cuando llegue a los puntos entre paréntesis:

*Cierre los ojos y respire profundamente. Siéntase completamente relajado, relajada. Va a realizar un viaje mental por el tiempo, va a retroceder poco a poco en el tiempo. Visualice qué actividades realizó durante diciembre pasado (...) ¿Fue este diciembre distinto a los diciembres anteriores? (...) Trate de ir retrocediendo y recuerde cómo eran los diciembres durante su infancia, reviva las sensaciones, los olores que quedaron grabados (...). Recuerde qué era lo que hacía durante esos días de infancia, ¿tenía la oportunidad de jugar? Visualice qué jugaba (...), Muchas veces niños y niñas jugaban cosas diferentes **¿En qué eran diferentes estos juegos?** Fije estas imágenes en su mente.*

*Ahora piense en su casa de infancia, trate de revivir su color y sus olores, piense en aquellos objetos que en ella se encontraban. (...) Trate de ubicar a su familia o a las personas importantes de su vida en ese espacio, recuérdelas moviéndose en este espacio (...). **¿Qué cosas hacían las mujeres mayores que Usted?** (...), **¿Qué tipo de cosas hacían los hombres mayores que Usted?** (...). Fije estas imágenes en su mente.*

*Ahora, trate de recordar los mensajes que estas personas decían sobre cómo debían ser los hombres (...) qué le decían de cómo debían ser los hombres (...) qué cosas no debían hacer (...). Y, ¿cómo debían ser las mujeres? ¿Cómo no debían ser? Fíjelo en su mente (...)*

*Recuerde aquellos tiempos de infancia (...) quizá los tiempos en que iniciaba su adolescencia ¿Iba Usted a la escuela? ¿A dónde quedaba? Piense en el camino de regreso a su casa (...), las calles*

o los trillos (...), los edificios o los árboles, (...) aquellas cosas o personas que Usted veía en su recorrido y que le impresionaban. (...) Una vez que llegaba a su casa, en medio del ir y venir de su familia, recuerde qué obligaciones tenía Usted en su casa (...) **¿Qué tipo de responsabilidades tenía Usted?** (...) ¿Tenía hermanos o hermanas? ¿Debía Usted cuidar de ellos? ¿Qué cosas debía hacer para ellos? (...) Recuerde si en su infancia o en su adolescencia, tuvo que salir a trabajar para ayudar a su familia. Si es así...¿Qué cosas tuvo que hacer?¿Cómo fue para Usted?

El tiempo va pasando entre fiestas de quince años, quizá tiempo después, cerca de la mayoría de edad habían algunos bailes **¿Salía Usted a bailar? ¿Salía con sus amigos o amigas, quizá con alguien que le gustara?** Ahora recuerde, ¿qué cosas no les estaba permitido hacer a las mujeres y sí estaba permitido hacer a los hombres? ¿Qué se decía para justificar esta diferencia?

Vinieron amores de adolescencia y juventud, algunos no pudieron ser (...) quizá algunos terminaron en emparejamientos (...) Para algunos y algunas habrán venido hijos e hijas (...) en general, vinieron mayores responsabilidades (...) **¿Qué responsabilidades ha tenido que asumir Usted en su edad adulta?** (...) Adéntrese en su hogar actual ¿qué cosas le corresponde hacer dentro de su hogar?(...) ¿comparte su espacio vital con otras personas? Piense por un instante en qué cosas les corresponde hacer a aquellos hombres o a aquellas mujeres que comparten su hogar (...) Fije la imagen de estas responsabilidades en su mente (...). Ahora respire profundamente una vez(...) otra vez (...) una vez más (...) Poco a poco va ir recogiendo en su mente las imágenes de cuando usted entró en este lugar, de las personas que están aquí con Usted (...) Y abrirá los ojos cuando esté preparada, cuando esté preparado.

## 2. TRABAJO EN GRUPOS

Tiempo Necesario: 1 hora

- ▲ Solicite a los participantes que se reúnan en subgrupos pequeños (preferiblemente no más de cinco o seis personas) y que en lo interno compartan sus recuerdos. Indíqueles que al contar sus experiencias no deben ser tan específicos si no lo desean, pero que pueden compartir el marco general de sus recuerdos.
- ▲ Pida que utilicen un pliego grande de papel que puede seguir el siguiente formato, pero que también puede ser presentado creativamente con dibujos o una representación teatral (queda a la elección de las personas participantes)

¿Qué juegos eran diferentes? ¿Cuáles eran para niños y cuáles para niñas		¿Qué cosas hacían o qué responsabilidades tenían los hombres y cuáles las mujeres adultas cuando éramos niños/niñas?		¿Qué responsabilidades u obligaciones teníamos en la infancia / adolescencia? ¿Cuidábamos hermanos/as?		¿Salíamos a bailar o con novios / novias? ¿Qué nos estaba permitido y que no?		En la edad adulta ¿cuáles han sido nuestras responsabilidades?	
Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj

Nota: en el Anexo 2 se presenta este cuadro. Se recomienda fotocopiarlo para entregarlo a todos los grupos

### 3. EXPOSICIÓN PLENARIA DE LOS RESULTADOS DE TRABAJO

Tiempo Necesario: 40 minutos

- ▲ Indique que un relator nombrado en cada grupo contará al resto de los subgrupos los resultados de la reflexión sintetizada en el pliego de papel o en una actividad creativa.

### 4. REFLEXIÓN FINAL A CARGO DE LA PERSONA FACILITADORA

Tiempo Necesario: 10 minutos.

- ▲ A partir del trabajo en grupos, debe hacer un esfuerzo de síntesis por recuperar los aspectos comunes y las diferencias en las ideas manejadas por cada uno de los subgrupos.
- ▲ Muy posiblemente, gran parte de los grupos coincidirá en que hay muchas cosas diferentes en los juegos jugados por niños y niñas, las tareas que hombres y mujeres hacen en los hogares y fuera de ellos, los mensajes sobre cómo deben ser hombres y cómo deben de ser las mujeres, y las cosas que a los primeros se les permiten y a las últimas no.

- ▲ En el caso anterior debe explicarse que estos elementos fueron aprendidos a lo largo de la vida y que no son biológicos (como se trabajó en la Primera Sesión) y que así como fueron aprendidos, pueden cambiarse.
- ▲ Debe analizarse cómo estas diferencias tienen efectos diferenciados para hombres y para mujeres.

**Nota para el facilitador:**



Retomar las mismas “Notas para el facilitador” del ejercicio anterior.

## SESIÓN 4. LOS HOMBRES Y LAS EMOCIONES: SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE I).

### ACTIVIDAD 4.1.

#### Opción 1: “La Vida de Juan”

**Objetivo:**

Explorar los sentimientos y emociones asociados al ser hombre a partir del análisis del video “La Vida de Juan”

**Nota para el facilitador:**

Para conseguir el objetivo propuesto (“explorar los sentimientos y emociones asociados al ser hombre”) se cuenta con dos actividades optativas, una de ellas es la presente actividad, en la cual es necesario un DVD y un televisor para ver el cortometraje llamado “La Vida de Juan”, la otra es la actividad siguiente titulada “Los Juguetes”.

**Tiempo:**

1 hora.

**Materiales:**

Televisor.  
Reproductor de DVD.  
Video “La Vida de Juan”.

**Procedimiento:**

- ▲ Se hace una breve introducción del vídeo, señalando que lo que van a ver es la historia de un hombre desde que era un niño hasta ser adulto joven y que pongan mucha atención a todas aquellas sensaciones que les genera el vídeo.
- ▲ Una vez que se pasa el vídeo, se les solicita a los participantes que recuerden aquella escena que más les llamó la atención, sin decir por qué lo hizo, incluso se les aclara que el por qué de su elección no interesa tanto como lo espontáneo de su escogencia.

- ▲ Se les pide que digan en voz alta la escena escogida y se les solicita que se agrupen según coinciden sus escogencias.
- ▲ En subgrupos, van a discutir por qué les llamó la atención la escena sin analizarla, simplemente que compartan desde el sentimiento que les generó la escena.
- ▲ Por último, van a dramatizar la escena, con la particularidad de realizarla mostrando lo que el personaje de la historieta está pensando o sintiendo; diciéndolo en voz alta, como si fuera un monólogo.
- ▲ En plenaria, se analiza lo sucedido y se discute acerca de las limitaciones que tienen los hombres para reconocer sus sentimientos y cómo ésto podría perjudicarlos.

### Nota para el facilitador:



“La Vida de Juan” es un video que explora los diferentes momentos de la vida de un hombre desde su infancia hasta la adultez joven. Debido a que son caricaturas sin diálogo, brinda la posibilidad de ser interpretado desde una infinidad de posibilidades dependiendo de la vivencia de cada participante.



Es importante que el facilitador incorpore estas vivencias al análisis del video, ya que muestra situaciones en las que los hombres comúnmente se sienten atrapados.



Algunas de las escenas que son frecuentemente seleccionadas son las que tienen que ver con el aprendizaje de la violencia cuando son niños, la no protección durante las relaciones sexuales coitales, la imposibilidad de negarse a tener una relación sexual, la ambivalencia ante los hijos y la necesidad de defender el honor a golpes frente a otro hombre.



En cada una de las escenas elegidas, el facilitador debe hacer señalamientos que orienten la discusión hacia de-construir (o sea descomponer cada uno de los elementos presentes en la escena) el concepto de ser hombre, para poder analizarlo de una manera crítica.




Así las cosas, es importante que se señale que a los hombres desde niños se nos enseña a ser agresivos, y a ser violentos aunque no queramos y aunque esto dañe o perjudique a las personas que queremos. De la misma forma, se considera que la sexualidad masculina es incontrolable, y que para que alguien pruebe su masculinidad debe tener relaciones sexuales con la mayor cantidad de mujeres que le sea posible.

Algunos mitos presentes en relación con la sexualidad masculina que podrían ser trabajados son:

- ▲ **Los hombres no lloran, no muestran sus sentimientos.** Como se ha señalado en otros capítulos, este es uno de los primeros mitos que se le enseñan al hombre. Sin embargo, es falso, tanto el hombre como la mujer tienen la capacidad de sentir dolor y de expresarlo; además, una persona no se hace menos hombre por manifestar sus sentimientos.



- ▲ **Los hombres tienen más deseo sexual que las mujeres.** Los hombres y las mujeres tienen la misma capacidad de experimentar deseo sexual aunque la respuesta sexual sea diferente. No obstante, como se ha mencionado, socialmente se impulsa al hombre a mostrar que es tal por medio del ejercicio de la sexualidad heterosexual, por lo que está llamado a “presumir” sus conquistas, mientras que en la mujer el recato y la pasividad son tomados como virtudes dentro de la cultura patriarcal por lo que tenderá a esconder o negar su deseo sexual.
- ▲ **La sexualidad masculina es instintiva, incontrolable y agresiva.** Como resultado de esto, los hombres que participan en coerción sexual u hostigamiento pueden creer que no están haciendo nada malo. Sin embargo, estas son formas de violencia sexual. No se espera que los hombres puedan controlar sus deseos y, por lo tanto, no se espera que sean monógamos o fieles dentro de una relación estable.
- ▲ **La violencia, al igual que la sexualidad masculina, es incontrolable.** Como se analizó anteriormente, se piensa que la violencia es natural a la masculinidad, sin embargo, es aprendida: de los padres, de las amistades, de instituciones como el ejército o la policía, de los medios de comunicación, etc.
- ▲ **Tradicionalmente, el machismo se ha organizado alrededor de una jerarquía en la cual, las mujeres son pasivas y los hombres, activos.** Se espera que los hombres tomen la iniciativa sexual. Siempre deben permanecer activos, nunca pasivos, con la consecuencia de que las mujeres no deben expresar deseos.
- ▲ **Se espera que el deseo sexual masculino esté separado del afecto y las emociones.** Muchos hombres se sienten humillados cuando no pueden desempeñarse sexualmente aún cuando se sientan ansiosos o desconectados de su pareja.
- ▲ **Se espera que los hombres tengan experiencia sexual.** Esto lleva a que algunos hombres busquen esta experiencia a toda costa, sin importar si sienten afecto o respeto por su pareja. Algunos pueden incluso violar a sus esposas si las obligan a tener sexo. Piensan que parte del contrato es que ellas tengan sexo cuando los hombres quieran. Sin embargo, las mujeres tienen el derecho de no querer tener relaciones sexuales, y los hombres la obligación de respetarlas, independientemente de si están o no casados.
- ▲ Los adolescentes varones pueden verse estimulados por sus pares o incluso familiares para iniciar la actividad sexual o frecuentar trabajadoras del sexo, mientras a las mujeres se les advierte que deben permanecer castas. Si un hombre no ha tenido relaciones sexuales a una edad «apropiada», sus amigos y familiares pueden cuestionar su masculinidad. Mientras las adolescentes tienen la experiencia de la menstruación como un marcador claro de la transición de su cuerpo a la condición de mujer, los adolescentes no tienen ninguna transición



física comparable, por lo que la primera relación sexual a menudo sirve como iniciación de la vida adulta.

- ▲ Se espera que los hombres dominen a las mujeres y son ridiculizados si no lo hacen. Se espera que los hombres sean posesivos y celosos (una forma de violencia emocional) y, en algunos contextos, que reaccionen con violencia física para restaurar su honor si su pareja es infiel o si piensa erróneamente que le está siendo infiel.
- ▲ Se espera que los hombres tomen riesgos, lo que lleva a que los hombres sean menos receptivos a los mensajes relacionados con el sexo seguro.
- ▲ **El machismo enfatiza la visión de las mujeres como objetos sexuales.** Un estudio sobre adolescentes en Chile encontró que ellos ven a las mujeres como objetos para la satisfacción sexual. Para estos estudiantes, actuar sobre sus propios instintos sexuales era visto como legítimo, pero ellos no creen que las mujeres tengan los mismos derechos a ejercitar su sexualidad (Garita, 2001).

## ACTIVIDAD 4.1.

### Opción 2: “Los exámenes de la masculinidad”

#### Nota para el facilitador:



Como se señaló anteriormente, en caso de que no se disponga de un reproductor de DVD y un televisor para ver “La Vida de Juan”, también se puede recurrir a la siguiente técnica, con la que obtiene un resultado similar al de la técnica anterior.



#### **Objetivo:**

Explorar los sentimientos y emociones asociados a la sexualidad masculina a partir del análisis de la presión del grupo.



#### **Tiempo:**

30 minutos.



#### **Materiales:**

Ninguno.



#### **Procedimiento:**

- ▲ Para esta actividad se les debe pedir a los participantes que traten de ser lo más espontáneos posible, esto quiere decir que no deben pensar mucho lo que van a hacer sino dejarse llevar por lo que se les antoja con cada consigna.
- ▲ Conforme grupos de 4 o 5 personas y dígales que les va a poner algunas situaciones que los ponen en un dilema (escenas que presentan alguna situación para la cual hay que tomar una decisión) y que deben dramatizarla y darle un final; cuentan para ello con 5 minutos, no más de ese tiempo. Al término de los 5 minutos deben estar listos para presentar su dramatización.
- ▲ Las situaciones dilemáticas son las siguientes:

#### Caso 1

Oscar esta en un bar con unos amigos, cuando una chica muy bonita le insinúa tener relaciones. Oscar tiene una relación de pareja estable, con la que está muy feliz pero los amigos empiezan a presionarlo para que acceda a la insinuación de la chica porque sino sería un “maricón”; además ellos no le van a decir nada a su pareja.

## Caso 2

Ramiro está jugando fútbol con sus amigos en el barrio. Dentro de las personas que están viendo el juego se encuentra su novia, a la que Ramiro trata de impresionar con su técnica de jugador. Por un error involuntario de Ramiro el equipo rival les anota un gol, por lo que uno de los miembros de su equipo, Ramón, un tipo más alto y fuerte que Ramiro, lo reta a pelear. Ramiro no quiere pelear porque Ramón es más alto, más fuerte y no quiere tener problemas con nadie, pero la presión de los amigos lo hace dudar, además de que se acuerda de que su novia está en el público y podría pensar que es un cobarde.

## Caso 3

José tiene una relación con Kathia desde hace un año. La última vez que tuvieron relaciones sexuales no tenían protección, pero José tenía muchas ganas de hacerlo y convenció a Kathia de tener relaciones sexuales sin usar preservativo. A raíz de esto Kathia queda embarazada y se lo comunica a José el cual se queda muy sorprendido de escuchar esta noticia y no sabe qué hacer...

- Una vez que se han realizado las diferentes dramatizaciones, abra la plenaria y discutan los diferentes finales de las situaciones dilemáticas, señale que respondemos de manera diferente a los momentos en que debemos tomar una decisión y que esto depende de lo que nos hayan enseñado y a la forma en que hayamos aprendido a comportarnos. Sin embargo, en el caso de los hombres, hay toda una presión para responder de una determinada manera, por lo general resolviendo las situaciones dilemáticas utilizando la violencia, la fuerza, la valentía y la mentira.

### Nota para el facilitador:

Las “pruebas” de la masculinidad se refieren a todas aquellas acciones que se les pide de manera solapada o sutil a los hombres para que prueben que son hombres de verdad.

En los casos presentados es muy importante trabajar la presión que se ejerce sobre los hombres, la forma en que se nos educa para desensibilizarnos de las necesidades de las otras personas y a mostrar actitudes que realmente no sentimos como en los casos 1 y 2, donde estaba claro que los chicos involucrados en la situación querían actuar de determinada manera pero la presión los obliga a comportarse de manera diferente a lo que desean.

En el caso 3 es muy importante hablar de la prevención, y de la necesidad de cambiar la mentalidad que establece que el protegerse durante las relaciones es un deber de la mujer. Se debe aclarar que la salud sexual es una responsabilidad de ambos al igual que las consecuencias derivadas de su ejercicio, como la paternidad.

## ACTIVIDAD 4.2. “RECONOCIENDO NUESTRAS EMOCIONES”



### Objetivo:

Identificar las principales emociones que experimentan los hombres y reflexionar acerca de ellas y de la forma en que las manejan.



### Tiempo:

1 hora 20 minutos.



### Materiales:

Hojas de papel bond.  
Lapiceros.



### Procedimiento:

▲ Pedimos al grupo que se sienta en círculo y dé lectura al cuento: “EL OTRO YO” :

“El Otro Yo”

*Se trataba de un muchacho corriente: en los pantalones se le formaban rodilleras, leía historietas, hacía ruido cuando comía, se metía los dedos en la nariz, roncaba en la siesta, se llamaba Armando. Corriente en todo, menos en una cosa: tenía Otro Yo.*

*El Otro Yo usaba cierta poesía en la mirada, se enamoraba de las actrices, mentía cautelosamente, se emocionaba en los atardeceres. Al muchacho le preocupaba mucho su Otro Yo y le hacía sentirse incómodo frente a sus amigos. Por otra parte, el otro yo era melancólico y, debido a ello, Armando no podía ser tan vulgar como era su deseo.*

*Una tarde, Armando llegó cansado del trabajo, se quitó los zapatos, movió lentamente los dedos de los pies y encendió la radio. En la radio estaba Mozart, pero el muchacho se durmió. Cuando despertó, el Otro Yo lloraba con desconsuelo. En el primer momento, el muchacho no supo qué hacer, pero después se rehizo e insultó concienzudamente al Otro Yo. Este no dijo nada, pero a la mañana siguiente se había suicidado.*

*Al principio, la muerte del Otro Yo fue un rudo golpe para el pobre Armando, pero en seguida pensó que ahora sí podría ser íntegramente vulgar. Este pensamiento lo reconfortó.*

*Sólo llevaba cinco días de luto, cuando salió a la calle con el propósito de lucir su nueva y completa vulgaridad. Desde lejos vio que se acercaban sus amigos. Eso lo llenó de felicidad e inmediatamente estalló en risotadas. Sin embargo, cuando pasaron junto a él, ellos no notaron su presencia. Para peor de males, el muchacho alcanzó a escuchar que comentaban: pobre Armando, y pensar que parecía tan fuerte, tan saludable.*

*El muchacho no tuvo más remedio que dejar de reír, y al mismo tiempo, sintió a la altura del esternón un ahogo que se parecía bastante a la nostalgia. Pero no pudo sentir auténtica melancolía, porque toda la melancolía se la había llevado el Otro Yo.*

Mario Benedetti

▲ Preguntar:

- a) ¿Qué les llamó más la atención del cuento?
  - b) ¿En qué se parece a la vida?
  - c) Durante un minuto recuerden los aspectos, actitudes, emociones que han dejado de lado, y ¿porqué?
  - d) ¿Para qué les sirvió dejarlo a un lado y cuáles son las áreas, actitudes y emociones que tuvieron que desarrollar más?
  - e) ¿Cuál ha sido el costo de esta pérdida?
- ▲ Se le pregunta a cada miembro del grupo ¿cuál es su comida favorita? Se deja que varios respondan. ¿Y cuál es la comida que menos les gusta? Se reflexiona que así como con la comida, hay gustos y preferencias en el manejo de emociones; también hay algunas que tenemos más presentes y manifestamos con mayor facilidad, mientras que otras emociones nos cuesta trabajo manejarlas y hasta las evitamos.
- ▲ Se les indica que se van a trabajar 5 emociones básicas: **Miedo, Afecto, Tristeza, Enojo y Alegría**. Llamamos estas cinco emociones “**MATEA**”.
- ▲ Para ello, se le solicita a los participantes que se sienten en una posición cómoda, que cierren los ojos y realicen respiraciones lentas y profundas y se concentren en dicha respiración hasta sentir cómo el aire entra a su cuerpo y luego sale. Se les dice que cuando cierran los ojos se abre un escenario imaginario en el que van a aparecer diferentes personas de su familia, amigos/as, conocidos, y la consigna es que no censuren a ninguno de los personajes que salga, por el contrario la idea es que dejen fluir las imágenes.
- ▲ Una vez que se han relajado y se ha creado un ambiente propicio se les solicita que piensen en las emociones mencionadas anteriormente en ese orden sugerido (MATEA) y que para cada una piensen en alguna situación donde la experimentaron. Con cada recuerdo de una situación se pueden mencionar preguntas como ¿Cómo fue esa situación? ¿Quiénes estaban presentes? ¿Cuál fue su desenlace? Y otras relacionadas, como ¿De qué color es la emoción “X” para mí? ¿Es agradable o desagradable?, etc.
- ▲ Se toma un tiempo para identificar en qué parte de su cuerpo sienten cada emoción, y cómo podemos diferenciar una emoción de otra.
- ▲ Una vez que han identificado las emociones y el lugar del cuerpo en que las ubican, de manera individual se solicita a los participantes que escriban en una hoja la palabra MATEA en forma de acróstico:

Miedo  
Afecto  
Tristeza  
Enojo  
Alegría

- ▲ Una vez que lo han escrito se les pide que le asignen valores de 1 a 5 a las emociones según la siguiente escala:

El número 1 a la emoción que expresan más fácilmente,  
El número 2 a la que le sigue,  
El número 3 a la que les es indiferente (ni se dificulta ni se facilita su expresión)  
El número 4 a la que se dificulta un poco.  
El número 5 a la que se dificulta más y muchas veces se niega.

- ▲ Una vez que terminaron su ejercicio individual, se comparte con el resto del grupo. Es muy importante que todos participen. Si el grupo es muy grande se forman subgrupos.
- ▲ En plenaria, se reflexionan las similitudes y las diferencias dentro del grupo.
- ▲ Las siguientes preguntas pueden ayudar a la reflexión:

¿De qué les ha servido disminuir y exagerar ciertas emociones?  
¿Cómo aprendieron a hacerlo?  
¿Qué costo ha tenido para ellos mismos?  
¿Cómo influye mi MATEA en las relaciones que establezco con las demás personas (pareja, familia, amigos, etc.)?  
¿Cuál es la función de las emociones? Se dan ejemplos (el miedo nos ayuda ante situaciones de peligro, el enojo para defendernos) y se le pide ejemplos al grupo.  
Podemos cerrar la sesión con la pregunta: ¿Descubriste algo nuevo en vos?

#### **Nota para el facilitador:**



Un punto importante para comentar dentro del grupo es que las emociones no son ni buenas ni malas, ni femeninas ni masculinas, sino que son recursos humanos. Y que no somos responsables de cómo las sentimos, pero sí de lo que hacemos por lo que sentimos. En relación con el enojo, es importante que el grupo pueda reconocer la diferencia entre la violencia y la expresión directa y verbal de un enojo. Preguntas como ¿Qué podemos hacer para expresar libremente nuestras emociones? ¿Cómo puedo flexibilizar la expresión de lo que siento? pueden ayudar al autoconocimiento, para propiciarlo, se les puede sugerir anotar sus reflexiones personalmente y, si lo desean, se puede compartir en pequeños grupos.



Señale: suele suceder que el sentimiento más permitido para algunos hombres sea el enojo. El enojo es un sentimiento humano que tienen tanto mujeres como hombres; el problema es cuando no se expresa adecuadamente y termina expresándose en grandes estallidos de ira, que pueden ir acompañados de violencia verbal y emocional y, no pocas veces, de violencia física contra las mujeres, o algunas veces también contra otros hombres.



Como CIERRE, debe enfatizarse que las emociones pueden ser vistas como una forma de energía que nos permite sacar aquello que nos oprime y daña internamente. Lograr su expresión sin dañar a otros nos ayuda a fortalecernos más y a relacionarnos mejor con el mundo que nos rodea. Las diferentes emociones son sencillamente el reflejo de necesidades afectivas, lo mejor es no instalarse en una o dos emociones, sino moverse en todas ellas según vayan apareciendo sucesos en nuestras vidas. Generalmente, desde edades muy tempranas se les suele proponer/imponer a los niños que no se deben enojar o ser miedosos y que las niñas se ven feas cuando muestran su enojo. La salud emocional tiene que ver con la flexibilización en el manejo de las emociones, pues éstas son recursos para identificar y expresar nuestras necesidades.



## ACTIVIDAD 4.3. VIOLENCIA EMOCIONAL: ¿ES O NO ES?



### Objetivos:

1. Identificar la violencia emocional.
2. Identificar las falsas ideas que suelen encontrarse asociadas a la violencia emocional.
3. Identificar el ejercicio del control que constituye la base de la violencia emocional.
4. Propiciar estrategias para una convivencia basada en el crecimiento propio y de las demás personas.



### Tiempo:

40 minutos.



### Materiales:

Fotocopias del Anexo 3. En el caso de no poder fotocopiar, se recomienda que en una hoja de papel se escriban todos los casos para dárselos a cada uno de los grupos que se van a formar.



### Procedimiento:

#### TRABAJO EN GRUPOS

- ▲ Solicítele a los participantes que se reúnan en grupos pequeños (no más de cinco o seis personas preferiblemente) y que discutan cada uno de los casos que usted les entregará (una fotocopia del Anexo 3 por grupo).
- ▲ Indíqueles que en esta fotocopia hay una definición de “violencia emocional” y que a partir de esa definición van a analizar cada uno de los casos que en esa misma hoja se presentan, y que se titulan: **“Hombres: casos de la vida real”**.
- ▲ Indíqueles que a partir de lo que discutan en el grupo, responderán a las siguientes preguntas (también contenidas en la fotocopia):
  1. ¿Es o no violencia emocional? ¿Por qué?
  2. ¿Qué ideas falsas contiene el caso? ¿Qué verdaderas explicaciones pueden dársele a este caso?
  3. ¿Qué posición debe asumir Menganito hacia su pareja y para sentirse tranquilo al mismo tiempo?
- ▲ Pídales que lleguen a una conclusión colectiva y que, si hay diferentes enfoques, también los presenten. Estos elementos los escribirán en un pliego grande de papel. Indique que cada grupo nombrará a uno de sus miembros para exponer los resultados al resto de los compañeros (a esta persona se denomina “relator”).

## Exposición en plenario, caso por caso.

- ▲ En el plenario, se analizarán los casos colectivamente.
- ▲ Todos los relatores, uno a la vez, discutirán el Caso 1.
- ▲ Una vez que todos hayan expuesto las opiniones sobre el Caso 1, la persona que facilita hará algunos comentarios sobre dicho Caso. Para ello, se puede apoyar en los “comentarios sobre el Caso 1”, que se presentan más adelante. La idea es dejar bien claro por qué sí se trata de violencia emocional.
- Se seguirá el mismo procedimiento para todos y cada uno de los casos restantes.

## Nota para el facilitador:



Para este ejercicio la persona facilitadora debe tomar en cuenta que la *violencia emocional* es:

**Todo acto que realiza una persona para humillarla y para controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones. Esto se puede realizar mediante intimidación, amenazas, manipulación, humillaciones, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. Se produce cuando, por ejemplo, se prohíbe salir de la casa, trabajar o estudiar, no se permite tener amigos o amigas, o visitar a los familiares, se amenaza con quitar a los hijos y a las hijas. También sucede cuando no se deja hablar a alguien o se ridiculiza sus opiniones. Afecta la autoestima, seguridad y confianza de la persona que la recibe, así como su salud mental y psicológica. Crea un clima de temor y de control sobre la vida de quien sufre esta violencia (CMF: 1995, p.9; PROCAL: s.a., p.10).**



Para discutir los textos titulados “Hombres: casos de la vida real”, se presentan los siguientes comentarios que podrá utilizar la persona facilitadora para retroalimentar al grupo:

### Caso 1:

Al llegar a la casa, Fulanito se dio cuenta de que su pareja no estaba. Ella le avisó, en un mensaje de celular, que tenía que pasar haciendo unas compras al supermercado. Pero Fulanito piensa que ya debía haber llegado y que seguramente hay otro hombre que a ella le gusta. Por eso, Fulanito le prohibió salir de la casa, a menos que él la acompañe.

**Comentarios sobre el Caso 1:** *es violencia emocional porque Fulanito está controlando las acciones de su pareja al prohibirle salir sola de la casa. De esta manera, la está aislando. Además la humilla al decir que a ella le gusta otro*

*hombre. Esta es una idea falsa, pues ella sólo estaba en el supermercado. Para sentirse tranquilo y que su pareja esté tranquila, Fulanito debería confiar en ella y estar agradecido porque ella también trabaja para el bienestar de la casa cuando va de compras.*

## **Caso 2:**

A Menganito no le gusta que su novia vea a sus amigos y amigas. Piensa que ella no tiene nada que hacer con los amigos varones y que sus amigas le meten ideas equivocadas sobre cómo deben comportarse las mujeres –como salir, reunirse sólo entre ellas o con sus compañeros del colegio o del trabajo-. Por eso, Menganito le ha prohibido ver a sus amigas y amigos y le dijo que, si lo hacía, se comportaba como una cualquiera.

**Comentarios sobre el Caso 2:** *es violencia emocional porque Menganito está manipulando a su novia para que no vea a sus amistades, lo cual significaría privarla de su libertad como ser humano. Además, la insulta al decirle que “se comporta como una cualquiera”. El pensamiento de Menganito es falso, pues el hecho de que hombres y mujeres sean amigos no significa que ni unos ni otras sean infieles a la relación de pareja. Menganito debería considerar que, en este siglo, hombres y mujeres tienen derecho a divertirse sanamente, a compartir con amigos y amigas. Por eso, Menganito debería pensar que él sufre sin necesidad y también hace sufrir a su novia y que si él no cambia, se quedará solo y perderá a una magnífica persona.*

## **Caso 3:**

Perensejo piensa que su esposa es demasiado libre porque le gusta conversar con toda la gente, participar de las actividades de la comunidad y llevar cursos de manualidades. Por eso, Perensejo le pide a otras personas que la vigilen.

**Comentarios sobre el Caso 3:** *Todos los seres humanos tenemos habilidades para comunicarnos, unos más que otros. Este es el caso de la esposa de Perensejo. Eso no significa que ella esté haciendo nada malo, ni que quiera dejar en mal a su esposo. Por eso, Perensejo tiene una idea falsa sobre lo que hace su esposa al comunicarse con otras personas y está cometiendo violencia emocional pidiéndoles a otros que la vigilen. La persecución y la vigilancia atacan contra la integridad y la tranquilidad de las personas. Perensejo debería relajarse y confiar en su pareja.*

#### Caso 4.

Perensejo 2 piensa que su pareja habla mucho más con otras personas y que recibe muchos mensajes de texto desde que tiene celular. Por eso, ha comenzado a revisarle el celular para ver con quién habla y quién le manda mensajitos. Su pareja le dice siempre a Perensejo 2 lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. Aún así -piensa Perensejo 2- las llamadas y los mensajes quieren decir que alguien tiene interés en su pareja y que su pareja le corresponde a esa otra persona. A Perensejo 2 hasta le dan ganas de tirarle a su pareja lo primero que tenga a su alcance.

**Comentarios sobre el Caso:** *La desconfianza de Perensejo 2 es humillante para su pareja. A nadie le gusta que violen su intimidad como persona y eso es lo que hace Perensejo 2. El hecho de que sean pareja, no significa que cada uno pierda su propia personalidad, sus amistades y su intimidad, ni le da derecho a nadie a controlar al otro. Por eso, todo lo que hace Perensejo 2 es violencia emocional. La idea que tiene Perensejo 2 sobre el significado de las llamadas y los mensajes es falsa: eso sólo significa que su pareja se comunica con otra gente, nada más. Además, Perensejo 2 debería pensar en que ella le dice lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. También Perensejo 2 debería confiar en la buena comunicación con su pareja y creer lo que ella le dice, si no vivirá atormentado y atormentándola a ella.*

#### Caso 5.

Menganito 2 tiene una novia que dejó el colegio porque se vio obligada a trabajar para apoyar a su familia. Ahora que están juntos, ella quiere seguir estudiando. Menganito 2 le dice que él la conoció así y que, por lo tanto, ella no debe volver a estudiar, que se va a dedicar a otra gente y que él necesita su atención. Le dice que de ser necesario, la encerrará en la casa si ella piensa volver a estudiar.

**Comentarios sobre el Caso:** *Todas las personas, hombres y mujeres, tienen derecho a estudiar y a seguir avanzando. Además, querer controlar a su novia, encerrándola, viola los derechos humanos de ella y es de las peores formas de violencia emocional ya que están presentes el control, la humillación y la degradación. De hacerlo, Menganito 2 la degradaría como ser humano y haría que ella se enfermara. Además, se arriesgaría a ser demandado legalmente. Menganito 2 debería pensar que apoyar a su novia para que estudie hará que la relación se fortalezca y ella se sentirá mucho mejor con él. Él crecerá como persona, tanto como lo hará ella.*

## SESIÓN 5. LOS HOMBRES Y LAS EMOCIONES: SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE II)

### ACTIVIDAD 5.1. LA SEXUALIDAD MASCULINA

**Objetivo:**

Identificar la imagen de sexualidad masculina a partir del análisis crítico de canciones populares.

**Tiempo:**

30 minutos.

**Materiales:**

Grabadora.

Canciones populares en fotocopia y en CD (se recomienda fotocopiar las canciones del Anexo 4).

**Procedimiento:**

- ▲ Previo a la sesión se seleccionan canciones populares que presenten visiones acerca de lo que es ser hombre y del ejercicio de la masculinidad a través de la sexualidad. Ejemplos pueden ser canciones clásicas como “El Rey” interpretada por Vicente Fernández o “Lo mejor de tu vida” de Julio Iglesias, así como contemporáneas como algunas de “Calle 13” u otros cantantes populares.
- ▲ Es importante que las canciones sean transcritas para que los participantes las puedan leer al momento de escucharlas, esto para facilitar el análisis.
- ▲ Cada vez que se escucha una canción, se abre un espacio para que los participantes comenten acerca de la visión de hombre y de sexualidad masculina que se maneja en ella.
- ▲ Se considera importante no saturar a los participantes con canciones, ya que esta actividad es introductoria, y lo que interesa no es hacer un análisis de la cultura a través de las canciones sino mostrar que existe una visión social de la sexualidad masculina que es exaltada y que se transmite a través de la música.
- ▲ Algunas ideas que son importantes de destacar durante la discusión son:
  - La sexualidad masculina es incontrolable y salvaje, lo cual implica también que puede ser violenta cuando no se respetan los límites de la otra parte.
  - Las mujeres son pasivas y los hombres activos en el acto sexual (el hombre “hace mujer” a la mujer, la mujer espera ser convertida en tal por un hombre).
  - Los hombres lo saben todo en relación con la sexualidad.

- El hombre debe instruir a la mujer en el tema sexual.
- La sexualidad masculina es violenta, y está centrada en el acto coital.
- La sexualidad masculina se asienta en un trinomio: erección-penetración-eyaculación.
- La ternura no es bien valorada en la sexualidad masculina.
- Las caricias son un medio para llevar a la mujer a la cama, no un fin en sí mismas.

- ▲ Se deja abierta la posibilidad para que los participantes incorporen algunas canciones que no se analizaron pero que consideran que muestran una imagen de lo que es la sexualidad masculina.

### **Sugerencias de canciones:**

#### **Dime que no**

*Ricardo Arjona*

Si me dices que sí, piénsalo dos veces,  
Puede que te convenga decirme que no,  
Si me dices que no, puede que te equivoques,  
Yo me daré a la tarea, de que me des un sí.

Si me dices que sí dejaré de soñar y me volveré un idiota,  
Mejor dime que no, y dame ese sí como un cuenta gotas,  
Dime que no, pensando en un sí, y déjame lo otro a mí,  
Que si se pone fácil, el amor se hace frágil y uno para de soñar,  
Dime que no, y deja la puerta abierta.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Si me dices que sí se fugará lo incierto,  
Y esa cosquilla en la panza cuando estás por venir,  
Si me dices que no, seguiré conquistando,  
Descubriéndote cosas que ni tú te conoces.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Siempre lo fácil me duró tan poco,  
Y no lo niego me divertí,  
Pero la soledad me ha vuelto loco,  
Porque el amor nunca ha pasado, por aquí.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

#### **Nota para el facilitador:**



Esta canción es ideal para trabajar el mandato social hacia el hombre pues afirma que éste debe insistir siempre en tener relaciones sexuales y que, además, nunca debe negarse a tenerlas.

Otro elemento que se puede tocar a partir de esta canción es el mito popular masculino que dice que cuando la mujer dice “NO” en realidad quiere decir “SI” y que por eso el hombre debe insistir. Esto lleva al acoso u hostigamiento sexual en contra de las mujeres.

Debe tenerse en cuenta que “el hostigamiento sexual es una forma de discriminación, que incluye cualquier conducta de naturaleza sexual no deseada, que surge en una relación de trabajo, de estudio o de prestación de un servicio, y que genera una consecuencia negativa en la persona que la recibe” (Azurdia: 2008, 3). La ley 7476 en contra del Hostigamiento Sexual en el Empleo y la Docencia, fue promulgada en el año 1995. La ley estipula que “el hostigamiento sexual puede manifestarse a través de comportamientos tales como requerimientos de favores sexuales, uso de palabras de naturaleza sexual, escritas u orales, que resulten ofensivas o humillantes para quien las recibe, y/o acercamientos corporales u otras conductas físicas de naturaleza sexual indeseados u ofensivos” (Idem).

“El acoso u hostigamiento sexual tiene consecuencias graves en el bienestar de las personas que lo viven, en las condiciones de estudio y a nivel personal, social y familiar. Estas consecuencias van desde disminución en el rendimiento académico, sentimientos negativos, tales como culpabilidad, ansiedad y malestar; consecuencias físicas, tales como dolor de cabeza o de estómago, náuseas, insomnio y depresión. La persona puede sentirse triste sin saber por qué exactamente, muchas veces tiene ganas de llorar y no se explica cuál es la razón” (Idem).

Así, pues, se debe trabajar el hecho de que los límites que pone una persona deben ser respetados y si ésta manifiesta su renuencia a tener relaciones sexuales, y es obligada, es una violación, lo cual es un delito grave.

### **Fuiste Mía**

*Julio Iglesias*

fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tu piel era fresca  
como la hierba mojada  
fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu boca y tus ojos  
de juventud rebozaban  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tus labios de niña  
mis labios los estrenaban  
fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu vientre era aun  
una colina cerrada  
coro  
lo mejor de tu vida  
me lo he llevado yo  
lo mejor de tu vida  
lo he disfrutado yo  
tu experiencia primera  
despertar de tu carne  
tu inocencia salvaje  
me la he bebido yo  
(bis)

fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu cuerpo era espiga  
de palma recién plantada  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando cerrabas los ojos  
apenas yo me acercaba  
fuiste mía, solo mía, mía, mía  
cuando temblaban tu manos



tan solo si las rozaba  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tu ayer no existía  
pensabas solo en mañana  
coro



Esta canción permite trabajar la idea de que el hombre es el que le otorga a la mujer su feminidad a través del acto sexual. Además de ver a la mujer como un objeto que es ganado (como un premio o trofeo), el hombre debe tener mucha experiencia sexual para poder instruir a la mujer y de esta forma iniciarla.

Se puede discutir además acerca de la idea de posesión sobre la mujer que desarrolla el hombre a través de la sexualidad y del control que deriva de este (“fuiste mía, solo mía, mía, mía”).


### **¡Atrévete-Te-Te!**

*Calle 13*

Atrévete te te salte del closet,  
destápate quítate el esmalte,  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper,  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper,  
que tú eres callejera street fighter.

Cambia esa cara de seria,  
esa cara de intelectual de enciclopedia  
que te voy a inyectar con la bacteria  
pa’ que des vueltas como machina de feria,  
señorita intelectual  
ya sé que tienes el área abdominal  
que va a explotar como fiesta patronal  
que va a explotar como palestino.

Yo sé que a ti te gusta el pop rock latino  
pero este reggaeton se te mete por los intestinos  
por debajo de la falda como un submarino  
y te saca lo de indio taino  
ya tú sabes en taparrabo mama  
en el nombre de agueymana no hay mas na’,



para na' q' yo te voy a mentir  
yo sé que yo también quiero consumir de tu perejil  
y tú viniste amazónica como Brasil  
tú viniste a matarlas como Kill Bill  
tú viniste a beber cerveza de barril  
tú sabes que conmigo tu tienes refill

Atrévete te te salte del closet  
destápate quítate el esmalte  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper  
que tú eres callejera street fighter

Hello, deja el show  
súbete la mini falda hasta la espalda  
súbetela deja el show más alta  
que ahora vamos a bailar por toa las altas  
ahora nena quieres tu zipi,  
no importa si eres rapera o eres hippie  
si eres de Bayamón o de guaynabo city  
conmigo no te pongas picky  
esto es hasta abajo cójele el tricky  
esto es fácil, esto es un mamey,  
que importa si te gusta green day,  
que importa si te gusta cold play  
esto es directo sin parar one way,  
yo te lo juro de que por ley  
aquí toas las boricuas saben karate  
ellas cocinan con salsa de tomate,  
mojan el arroz con un poco de aguacate  
pa' cosechar nalgas de 14 quilates

Atrévete te te salte del closet  
destápate quítate el esmalte  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter,  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper  
que tu eres callejera street fighter (bis)



Esta canción se presta para trabajar muy bien con los jóvenes el tema de la cosificación de la mujer a través del sexo. Se aprecia claramente la manera en que el hombre utiliza la sexualidad como un medio para convertir a la mujer en un objeto de satisfacción sexual.

El lenguaje agresivo e insultante con el que hace referencia a la mujer, habla de una visión de ésta como un ser inferior al que se le ordenan una serie de comportamientos sexuales encaminados a satisfacer únicamente al hombre, sin importar sus sentimientos.

## ACTIVIDAD 5.2: VIOLENCIA SEXUAL ¿ES O NO ES?



### Objetivo:

Analizar qué es la violencia sexual, cuáles son las condiciones que la fomentan y cómo podemos disminuirla o prevenirla.



### Tiempo:

1 hora.



### Materiales:

Papelógrafos.  
Marcadores.  
Lapiceros.  
Cinta adhesiva.



### Procedimiento:

- ▲ Antes de la actividad, escriba las siguientes frases, una en cada pliego de papel:

**“¿es violencia sexual?”      “¿no es violencia sexual?”      “No estoy seguro”**

- ▲ Explique a los participantes que usted va a leer una serie de casos y que quiere que piensen sobre si la situación descrita es o no un caso de violencia sexual. Dígales que pueden decir que no saben o que no están seguros.
- ▲ Pegue las tres hojas de papel con cada una de las frases escritas, a una buena distancia de ellos. Explique que leerá un caso y que entonces preguntará para los participantes en qué situación encaja su opinión.
- ▲ Aclare que una vez que ellos hayan tomado una decisión, usted pedirá a uno o más miembros del grupo que defiendan su punto de vista de acuerdo con las respuestas que dieron.
- ▲ Antes de iniciar esta técnica, piense en los casos más apropiados y, si lo cree conveniente, también invente otros. Lea un caso a la vez:

### Caso 1

Leonardo tenía 12 años y una amiga de su mamá, Alicia, a veces se quedaba con él cuando sus padres salían por la noche. Alicia tenía la misma edad de su mamá. Una noche, cuando Leonardo fue a bañarse, Alicia entró en la ducha con él. Leonardo no sabía que hacer. Se quedó parado delante de ella. Entonces ella le dijo: ¿Por qué estás ahí parado? Sé un hombre de verdad y ten sexo conmigo”. Leonardo tuvo sexo con ella. Después él se sintió extraño, pero no sabía si podría hablar con alguien sobre esto. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *En el caso de Leonardo, a pesar de que accede a tener relaciones sexuales, se considera violencia sexual por la diferencia de edades, él es menor de edad y además existe una marcada relación de poder entre ambos.*

## Caso 2

Pedro y María Elena están casados hace dos años. A veces Pedro llega tarde a la casa y María Elena ya está durmiendo. Él la despierta para tener sexo con ella. A veces ella no quiere, pero aún así Pedro la fuerza e insiste y tienen sexo. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *El hecho de estar casados no obliga a ninguno de los dos cónyuges a tener relaciones sexuales sin consentimiento. Aunque ocurra en el ámbito de un matrimonio, si hay coerción para que la otra persona realice el acto sexual contra su voluntad es catalogado como violación, y por supuesto, violencia sexual.*

## Caso 3

Luisa dice que ella quisiera tener sexo con Fred. Ella se quita la ropa y está en la cama con él, cuando decide que no quiere tener sexo. Él la obliga. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *Nuevamente, al igual que en el caso anterior, sin importar las particularidades de la situación, si la otra persona decide no tener relaciones sexuales y es obligada es violencia sexual. En este caso no aplican argumentos como que ella lo sedujo o que ya están en la cama desnudos; no importa en qué momento se decida, si alguno de los dos escoge la opción de no continuar y es obligado/a, es violencia sexual.*

## Caso 4

Todo el mundo dice que Linda tiene cara de “cualquiera” (chica fácil). Ella vive diciendo que hace mucho sexo y que le gusta. Va a la fiesta de Pedro y bebe mucho hasta desmayarse. Pedro tiene sexo con ella aún desmayada y le dice a los amigos que también lo hagan. ¿Es una violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *En este caso, la reputación que tenga Linda no justifica tener relaciones sexuales sin su consentimiento. Uno de los indicadores principales de presencia de violencia sexual es que la víctima no está en condiciones de aceptar o rechazar el encuentro sexual. En el caso de Linda, la violación y el ultraje no sólo se da de parte de Pedro sino también de sus amigos, si acceden también a tener relaciones sexuales con ella.*

## Caso 5

Felipe comenzó, hace pocos meses, un trabajo como asistente administrativo en una firma bien conocida y le está gustando el trabajo de la firma. Una noche, el jefe de él, Roberto, dijo que le gustaba Felipe, que lo veía muy afeminado y que quería tener sexo con él. Le dijo a Felipe que si tenía sexo con él, lo ayudaría a subir puestos en la empresa. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *En el caso de Felipe, si bien es cierto que se puede argumentar que este tiene la posibilidad de aceptar o rechazar el ofrecimiento de su jefe, la relación de jefe-empleado hace que se considere violencia sexual desde el ofrecimiento mismo, debido a la relación de poder tan claramente marcada.*

*La manipulación, el chantaje y las posibles repercusiones negativas en el trabajo que puede llegar a tener Felipe, hacen que el ofrecimiento de su jefe sea considerado violencia sexual. La decisión de Felipe no es libre, está mediatizada por la relación de poder entre ambos, dicha decisión sí podría ser libre en un ambiente no laboral, sin coerción de ningún tipo.*

*Es importante que se aclare que las víctimas de acoso sexual laboral pueden denunciarlo, para ello existen leyes que protegen a las personas que sufren este tipo de violencia.*

## Caso 6

Ricky tiene 15 años y nunca había tenido sexo. Sus amigos siempre se rieron de él diciendo que era virgen y que por eso no era hombre. Una noche ellos lo llevaron a un prostíbulo y le buscaron una trabajadora sexual. Él no quería tener sexo con ella pero acabó haciéndolo porque se sintió presionado por los amigos. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** *Este caso es uno de los más comunes, ya que obligar a un hombre virgen a ir a un prostíbulo, es uno de los medios mediante los cuales la presión social impulsa a los varones a iniciarse en la sexualidad aún en contra de su voluntad.*

*También, es violencia sexual ya que no hay consentimiento, la persona actúa por presión de grupo, la experiencia lejos de ser placentera resulta desagradable, descrita incluso por muchos hombres como traumática.*

## Caso 7

Marta y Miguel tienen 17 años y son amigos desde la escuela. Hace aproximadamente un año que Miguel se siente muy atraído por Marta y le ha pedido en varias ocasiones que tengan relaciones sexuales. Ella accede por lástima. ¿Es violencia sexual?

**Comentarios sobre el Caso** Este caso presenta la particularidad de que, en la forma en que esta planteado, NO es violencia sexual. Veamos porqué.

*Miguel no obliga a Marta, no la amenaza, no la manipula, no hay una relación de poder, Marta cuenta con todas las facultades para poder decidir y por lo tanto no hay violencia. Son muchos los casos en que las relaciones de amistad, sobretodo si son de muchos años tienden a confundirse o se da el caso como el que se presenta, en que uno de los dos cambia la forma de percibir al otro.*

*En este caso Miguel lo dice de manera abierta y honesta, expresa lo que siente, pero no manipula a Marta con su amistad ni la amenaza con perderlo si no accede. Si esto sucediera SI habría violencia porque hay manipulación, de manera sutil pero la hay.*

- ▲ Conceda a cada grupo alrededor de 5 minutos para discutir cada caso.
- ▲ Después de presentar la cantidad de casos que usted crea conveniente, comience la discusión en grupos de acuerdo con los términos colocados. El o la facilitador(a) puede tener a mano la legislación sobre abuso sexual del país. Algunas definiciones también pueden ser escuchadas.
- ▲ Algunas preguntas que pueden orientar la discusión son:

¿Estas situaciones son realistas?

*Claro que sí. Son situaciones más comunes de lo que la gente normalmente piensa.*

¿Qué es violencia sexual?

*\*Ver la sección “Nota para el facilitador” en este mismo apartado.*

¿Qué es violencia de género?

*\*Es aquella violencia sexual en la cual además, intervienen factores de género como en el caso de Ricky que es iniciado sexualmente en contra de su voluntad, o como en el caso de Linda que es violada por una visión machista de “mujer fácil”.*

¿Qué podemos hacer para prevenir la violencia sexual?

*\*Lo primero es distinguir cuáles acciones de la vida cotidiana justifican o perpetúan la violencia sexual, como falsas creencias o mitos.*

*Lo segundo es denunciar aquellos casos que conocemos y lo tercero es informar a nuestros amigos, familiares o conocidos acerca de lo que es o no violencia sexual a fin de que ellos puedan detener situaciones que conozcan o ayuden a las víctimas a denunciarlas.*

¿Quiénes son víctimas de violencia sexual con más frecuencia, los hombres o las mujeres?

¿Por qué?

*\*Las mujeres, por una cuestión de socialización, de educación.*

¿Los hombres también pueden ser víctimas de violencia sexual?

*\*Claro que sí. La violencia sexual se relaciona con el ejercicio de relaciones de poder, sin importar el sexo de quien lo ejerza o lo reciba. La mayoría de la violencia sexual es desarrollada por los hombres porque la cultura los impulsa a ser osados, fuertes, atrevidos y a tener relaciones sexuales sin importar lo que piense la otra persona, pero eso no los exonera de sufrir violencia sexual como en el caso de Felipe, en el cual la relación de poder no estaba mediatizada por el género (hombre-mujer) sino por la diferencia de puestos (jefe-subordinado).*

¿Cuáles serían las consecuencias por haber sufrido violencia sexual?

*La violencia sexual daña profundamente la dignidad de la persona que la recibe y las consecuencias para la víctima son muy dolorosas y difíciles de elaborar.*

### Nota para el facilitador:



Para que el facilitador se oriente con respecto a lo que es violencia sexual, se brinda a continuación una definición según la Ley contra la Violencia Doméstica:

**“Acción que obliga a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de la fuerza, intimidación coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza, o cualquier otro mecanismo, que anule o limite la voluntad personal. Igualmente se considerará violencia sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la persona agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas”. (Artículo 2, inciso d)**

También, antes de aplicar la técnica, el facilitador debe revisar las frases para ver cuáles cree pertinentes, también puede agregar otros ejemplos apropiados para su realidad. Se puede encontrar alguna resistencia a la hora de hablar sobre violencia sexual, del mismo modo que hablar sobre otras formas de violencia puede causar malestar y hacer conexiones con historias personales de los participantes. En el caso de la violencia sexual, pueden existir en el grupo jóvenes que sufrieron violencia de este tipo en la infancia o en la adolescencia y que puedan necesitar ayuda. En algunas ocasiones, hemos encontrado hombres jóvenes que sufrieron violencia sexual por parte de una mujer, pero nunca habían hablado con alguien sobre el tema por pena; tenían la idea de que nadie creería que un hombre podía ser víctima de una mujer. Otros, en algunos momentos sabían de amigas que habían sido víctimas de violencia sexual. El facilitador debe estar preparado para enfrentar casos sensibles, hasta de participantes que pueden necesitar una ayuda especial, aunque esto no siempre ocurra.



## SESIÓN 6. RECONOCIENDO Y DESESTRUCTURANDO LA VIOLENCIA VERBAL

### ACTIVIDAD 6.1. FORTALECIMIENTO DE LOS PARTICIPANTES



#### Objetivos:

1. Brindar a los participantes herramientas emocionales para la sesión.
2. Crear un ambiente de compañerismo y apoyo mutuo.



#### Tiempo:

30 minutos.



#### Materiales:

Ninguno.



#### Procedimiento:

##### 1. EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN INDIVIDUAL


- ▲ Solicite a las personas participantes que se levanten y caminen alrededor del espacio donde se desarrolla la actividad.
- ▲ Indíquele a cada uno que, mientras camina, **piense en tres características** de su personalidad **que le hayan permitido salir adelante** en la vida, fortalezas que le hayan ayudado a enfrentar situaciones difíciles y por las cuales realmente valora su personalidad.
- ▲ A continuación, señale que, una vez que cada uno/a haya ubicado esas tres fortalezas, se detenga en el lugar donde esté.

##### 2. TRABAJO EN GRUPOS

- ▲ Una vez que todas las personas se hayan detenido, pídale que busquen a otro compañero con el que sientan confianza o empatía, y que cada uno le cuente al otro sus tres fortalezas personales.

##### 3. EXPOSICIÓN PLENARIA

- ▲ Finalizada la parte anterior, realice una actividad en plenario, en el mismo lugar en que se encuentran las parejas. A cada miembro de la pareja, pídale que le cuente al resto de participantes lo que le impresionó así como lo que admira de su pareja, considerando lo que ésta le acaba de comentar.

- 
- ▲ Deje que todas y cada una de las parejas hagan uso de la palabra y pase a la siguiente actividad.



Para que el facilitador se oriente con respecto a lo que es *violencia verbal*, se brinda a continuación una definición:

**Esta forma de violencia es una manifestación de la violencia emocional. Se produce cuando una persona insulta, ofende o le dice cosas degradantes, humillantes a otra. Afecta la autoestima, la seguridad y la confianza en sí misma, su salud mental y psicológica. Algunos ejemplos de violencia verbal pueden ser insultos, críticas destructivas, burlas, comparaciones que ridiculizan, etc. (CMF: 1995, p.9; PROCAL: s.a., pp. 10-11).**

## ACTIVIDAD 6.2. JUEGO DE ROLES: MENSAJES QUE CURAN VS MENSAJES QUE DUELEN



### Objetivo:

1. Evidenciar el papel de la violencia verbal en la vida cotidiana.
2. Mostrar la posibilidad de una comunicación que propicie el crecimiento personal.



### Tiempo:

1 hora.



### Materiales:

Ninguno.



### Procedimiento:

#### 1. BRINDE INSTRUCCIONES:

- ▲ Divida el grupo en dos y solicite que una de las partes se siente en el extremo más alejado del salón o espacio de trabajo. De ser posible, pida a la otra mitad del grupo que salga y lo espere afuera.
- ▲ Indíquelo a la parte del grupo que se quedó sentada, que cierre los ojos, se relaje, respire profundo y espere.
- ▲ A la parte del grupo que salió del espacio, indíquelo que debe pensar en varios mensajes negativos. Sugiera, como ejemplos, las siguientes frases:

- |                                                    |                                                              |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> “¡Usted es un/a inútil!”  | <input type="checkbox"/> “¡Usted nunca hace bien las cosas!” |
| <input type="checkbox"/> “¡No servís para nada!”   | <input type="checkbox"/> “¡Sos un/a idiota!”                 |
| <input type="checkbox"/> “¡Parece tonto/a!”        | <input type="checkbox"/> “¡Sos un/a bueno para nada!”        |
| <input type="checkbox"/> “¡Parecés un/a chanco/a!” | <input type="checkbox"/> “¡Que fea te ves!”                  |

- ▲ Pídale que también piense en varios mensajes positivos. Por ejemplo:

- |                                                                                       |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> “¡Vieras que importante sos para mí!”                        | <input type="checkbox"/> “¡Usted es una persona muy importante para mí!” |
| <input type="checkbox"/> “Me gustaría que pudiéramos conversar sobre cómo has estado” | <input type="checkbox"/> “¡Agradezco mucho su ayuda!”                    |
| <input type="checkbox"/> “¡Valoro mucho su esfuerzo!”                                 |                                                                          |

## 2. DINÁMICA DE GRUPO

- ▲ Pídeles que vayan entrando en una fila y que, uno por uno, digan en voz alta uno de los mensajes negativos a quienes se encuentran sentados. Luego de decir el mensaje, se ubicarán de nuevo en la fila y, cuando les llegue de nuevo el turno, dirán otro mensaje negativo.
- ▲ Dígles que, a una señal suya, comiencen a decir los mensajes positivos, siguiendo la misma dinámica anterior. Luego de dos turnos, dé por finalizada esta primera parte y pida a todas las personas que se sienten.

### Discusión en grupo

- ▲ Primero, solicíteles a quienes estaban sentados recibiendo los mensajes positivos y negativos, que describan lo que sintieron. Tome en cuenta varias posibles reacciones:
  - Algunos/as dirán que los **mensajes negativos los afectaron mucho**. Si alguien se siente muy mal –es posible que esta persona haya pensado en su propia experiencia-, **recuérdale a esta persona sus fortalezas**, las mismas de las cuales habló en la actividad anterior (5.1) o pídale a cualquier participante que le recuerde a esta persona las fortalezas que le han hecho salir adelante.
  - Algunos dirán que cuando escuchaban no pudieron encontrar en su experiencia los mensajes positivos.
  - Otros dirán que pudieron encontrar más mensajes positivos que negativos.
- ▲ A continuación solicíteles a quienes dijeron los mensajes que describan cómo se sintieron. Tome en cuenta varias posibles reacciones:
  - Algunos dirán que les fue más fácil pensar en los mensajes descalificantes que en los positivos.
  - Otros dirán que les costó mucho decir los mensajes negativos.
  - Otra parte dirá que sentía muy falso decir los mensajes positivos.

## Nota para el facilitador:



ES MUY IMPORTANTE que, a partir de lo anterior, la persona que facilita deje en claro los siguientes elementos:

- Para muchos de nosotros/as, desde muy pequeños/as, los mensajes que duelen han estado muy presentes; a veces más que los mensajes que nos ayudan a crecer.
- Por eso, cuando nos relacionamos con otras personas, muchas veces es más fácil recurrir a los mensajes negativos que a los positivos.
- Al igual que a nosotros/as nos dolieron los mensajes negativos, a otros y otras, mujeres y hombres, les dolerá si nosotros/as les decimos estos mensajes.
- Estos mensajes negativos son una forma de violencia. A nosotros/as nos violentaron cuando nos los dijeron y nosotros ejercemos violencia cuando los decimos a otras personas, hombres y mujeres.
- Depende de nuestra decisión y es nuestra propia responsabilidad, poner un alto a esta forma de violencia.

## ACTIVIDAD 6.3: “LA COMUNICACIÓN”



### Objetivo:

Analizar e identificar los principales estilos de comunicación que establecen los hombres a fin de establecer patrones de interacción mas asertivos y menos violentos.



### Tiempo:

1 hora y 30 minutos.



### Materiales:

Pliegos de papel periódico.  
Marcadores.  
Hojas de papel bond.  
Lapiceros.



### Procedimiento:

#### Primera parte:

- ▲ En plenaria, mediante lluvia de ideas, se les pregunta con qué ideas asociamos la palabra COMUNICACIÓN y se va anotando en un papelógrafo.
- ▲ Se les pide que elijan un compañero y formen parejas. Posteriormente, se les solicita que piensen en una situación en la cual hayan sentido que la comunicación fue *fluida*, y que la compartan con esa pareja. Cuando se menciona *comunicación fluida* se hace referencia a un momento en que fueron comprendidos y comprendieron lo que la otra persona trataba de transmitirles.
- ▲ A continuación, analizan coincidencias y escriben elementos que favorecen la comunicación.
- ▲ Se unen a otra pareja y comparten los elementos que sacaron.
- ▲ Se hacen 2 grupos del total de cuartetos y tratan de llegar a un consenso sobre los elementos que debe tener una buena comunicación.
- ▲ En la plenaria, cada grupo presenta los elementos consensuados y, sobre la base de los comentarios, se concluye una sola definición a partir de la frase: Comunicar significa...
- ▲ Es importante que se reflexione sobre la comunicación verbal (aquella en la que se utiliza la voz y el habla para manifestarla) y la no verbal (aquella en que transmitimos el mensaje a través de gestos o señas, cuando no necesitamos hablar para dar a entender algo<sup>9</sup>).

<sup>9</sup> Ambas formas de comunicación (verbal y no verbal) no se dan de manera separada, por el contrario, funcionan en la cotidianidad de manera conjunta, por ejemplo, muchas veces decimos algo de manera verbal y con los gestos expresamos otra cosa totalmente distinta.

## Segunda parte:

- ▲ Se da una explicación de los distintos tipos de comunicación, a saber:

### Agresiva

Es aquella que es violenta y puede agredir a los demás. Busca causar un daño en la dignidad de la otra persona e imponer los puntos de vista del/la que la ejerce de manera autoritaria. Deshumaniza a la otra persona en cuanto borra al otro como sujeto de derechos y lo convierte en un receptor pasivo de los impulsos agresivos del otro.

La comunicación agresiva, por lo general, tiende a generar en la parte que la recibe un sentimiento de culpa, ya que la persona que la ejerce responsabiliza a la otra de sus sentimientos, temores y enojos y los proyecta como si no le pertenecieran.

### Pasiva

Se refiere a la comunicación que no nos responsabiliza, en la cual evitamos la verdad y dejamos que los demás decidan sobre nosotros.

### Asertiva

Es cuando tomamos en cuenta nuestras necesidades y respondemos a los otros claramente y con respeto. Implica la expresión clara y directa de las propias emociones, tomando responsabilidad por ellas y comunicándolas sin culpar al otro. Por ejemplo, una cosa es decir “*sos una persona molesta*” que decir “*me molestó lo que hiciste con...*”. En la primera frase, estamos cargando a la otra persona con mi molestia, en tanto que con la segunda expresamos lo que sentimos de manera directa y ubicando nuestra molestia en el lugar que le corresponde: nosotros mismos.

Otro ejemplo podría ser cuando se sienten celos de alguna persona que habla o interactúa con nuestra pareja. Una reacción muy común de los hombres es decir “*te prohíbo que veas a... o hablés con...*” o, “*si me vuelvo a enterar de que estuviste hablando con... vas a ver, te lo advierto!*”, que decir “*me da miedo perderte*”. Con las primeras dos frases, además de culpar a la otra persona de nuestras inseguridades, nos sentimos dueños de su vida, de con quién puede o no hablar, como si fuera una posesión. Por otro lado, con la última frase logramos transmitirle a la otra persona nuestros sentimientos, tomando responsabilidad por ellos y permitiendo de esta forma hablarlos; es decir, la última oración no rompe el diálogo como sí lo hacen las primeras.

El autoritarismo (imponer las cosas) rompe el diálogo porque dejamos de escuchar a la otra persona y no tomamos en cuenta su punto de vista con respecto a lo que desea. Esto quiere decir que no puede haber comunicación cuando una de las partes ha sido borrada en sus derechos humanos de opinar y de que se respete su opinión.

- Seguidamente, se forman tres equipos y se les presentan tres situaciones ficticias a las que deben responder de manera agresiva, pasiva y asertiva.
- Estas situaciones pueden ser:

- a) «Llamas a tu pareja y no te contesta durante más de una hora»
- b) «Alguien te pide tener relaciones sexuales sin protección»
- c) «Quieren presionarte para que tomes alcohol»

- Cada grupo trabaja alguna de las situaciones y desarrolla por escrito ejemplos de los tres tipos de comunicación.
- Se comparte en plenaria lo trabajado en el grupo. Se reflexiona sobre cómo se sintieron y la importancia de establecer relaciones basadas en la comunicación asertiva.

#### **Nota para el facilitador:**



Un elemento que está asociado al ejercicio de la violencia es la comunicación agresiva, cuando hay un menosprecio de la otra persona y se deja de considerar el derecho del otro a ser escuchado y comprendido.



En la educación que reciben los hombres, el ejercicio del autoritarismo (imponer mi voluntad a los otros sin considerar sus preferencias u opiniones) se convierte en un requisito para “ser hombre de verdad”. Socialmente, se toma como una muestra de virilidad muy apreciada al hombre que somete a otros a su voluntad de manera agresiva. Es una suerte de virtud para la cultura machista el no escuchar. Frases como que un hombre tiene “mano dura” contra los que no piensan igual que él, o “no le tiembla el pulso” para castigar a aquellos que no le obedecen se usan como sinónimo de un varón valiente y agresivo.



Es por esto que en esta técnica es fundamental trabajar la comunicación, no sólo como ejercicio a través del cual se transmite información, sino como una manera de visualizar al otro como alguien semejante a mí, con derechos y con posibilidad de expresión y opinión que deben ser respetados.



## ACTIVIDAD 6.4. BUSCANDO FORMAS DE COMUNICACIÓN ENFOCADAS EN EL CRECIMIENTO PERSONAL



### Objetivo:

Posibilitar compromisos para eliminar la violencia verbal.



### Tiempo:

30 minutos.



### Materiales:

Dos hojas pequeñas de papel y un lapicero por cada participante.  
Una candela, fósforos y un recipiente mediano, preferiblemente de metal.  
Un recipiente pequeño con agua y un paño.  
Cinta adhesiva y un pliego grande de papel pegado en una pared.

### Indicaciones sobre los materiales:


En el centro del salón, aula o espacio donde se desarrolla la actividad, ponga una candela y a la par el recipiente de metal.

Como se verá luego, la candela encendida servirá para quemar unas hojas, las cuales se echarán en el recipiente de metal. El agua servirá para apagar el fuego y el paño será utilizado en caso de que el agua se rebalse.



### Procedimiento:

- ▲ Indíqueles a los participantes que escriban individualmente en una de las hojas de papel, aquellos **sentimientos destructivos que provoca la violencia verbal y que quisieran eliminar de su vida** y de la vida de las personas que los/las rodean y a las que quiere.
- ▲ Pídales que en el otro papel escriban su compromiso personal sobre cómo **mejorar la comunicación** con las personas más cercanas y a las que quieren. Esta tiene que ser una forma de comunicación no violenta, que ayude a crecer a los demás y que lo haga mejor persona. En algunos casos, la consigna puede ser que se escriban aquellas cosas que la persona hace en ese momento y que funcionan para tener una relación buena y no basada en la violencia.
- ▲ Cuando todos hayan terminado, pídales a los participantes que, uno a uno pasen al centro y **digan en voz alta el sentimiento destructivo que quieren eliminar** de su vida o de la vida de los demás, al mismo tiempo que lo queman, utilizando la candela. Luego deberán depositarlo en el recipiente de metal.
- ▲ Al inicio, dígame al grupo que el fuego significa la posibilidad de **eliminar** de nuestras vidas aquellos **aspectos que impiden el crecimiento personal y el de las otras personas**. De esta manera, tanto nosotros como quienes nos rodean, podremos seguir adelante con una mejor calidad de vida.

- 
- ▲ Inmediatamente, esta misma persona pegará en el pliego de papel su hoja con el compromiso escrito sobre **cómo mejorar la comunicación**. Indique que, al mismo tiempo que pega cada papel, debe decir en voz alta ese compromiso.
  - ▲ Indique al principio, que este es un **compromiso que cada uno asume**, pero que al mismo tiempo es un **compromiso con la colectividad**, es decir: con las personas que se encuentran en este espacio, con nuestros seres queridos y con la sociedad en general.
  - ▲ Una vez que la última persona haya terminado la dinámica, pida un fuerte aplauso colectivo, para **celebrar la esperanza del cambio y del crecimiento personal**.

## SESIÓN 7. RECONOCIENDO Y DESESTRUCTURANDO LA VIOLENCIA FÍSICA

### ACTIVIDAD 7.1. LA DINÁMICA DE LA VIOLENCIA FÍSICA

**Objetivo:**

Reconocer las formas que adquiere el ejercicio de la violencia física en la vida de los sujetos.

**Tiempo:**

1 hora 30 minutos.

**Materiales:**

Varios pliegos grandes de papel, marcadores gruesos, cinta adhesiva.

**Procedimiento:**

- ▲ Solicítele a los participantes que caminen alrededor del espacio donde se desarrolla la sesión y solicítele que piensen en un hecho de violencia física de un hombre hacia una mujer en el cual ellos hayan estado involucrados o que hayan presenciado.
- ▲ Solicítele que identifiquen cuáles fueron los hechos que dieron origen a este acto de violencia y cómo se comportaron cada una de las partes.
- ▲ Solicítele que identifiquen qué sintieron antes del acto de violencia y qué sintieron después.
- ▲ Pídales que se reúnan en pequeños grupos de cinco o seis personas, y que compartan lo recordado.
- ▲ Solicítele a cada grupo que, a continuación, planee cuatro escenas que ellos mismos representarán haciendo varias esculturas humanas, utilizando sus propios cuerpos, sin hablar. A cada escena le corresponde una escultura:
  - Primera escena: con la primera escultura representarán lo que dio origen al acto de violencia.
  - Segunda escena: con la segunda escultura representarán qué sintieron y pensaron los que desarrollaron el acto violento, antes de realizarlo.
  - Tercera escena: con la tercera escultura representarán en qué consistió el acto de violencia (golpes, empujones, etc.).
  - Cuarta escena: con la cuarta escultura mostrarán cómo se pudo sentir la persona que sufrió la agresión, después del acto de violencia.
- ▲ Uno a uno, cada grupo representará sus cuatro esculturas ante los otros grupos.

- ▲ Una vez que cada grupo haya representado sus cuatro escenas, los grupos observadores tratarán de describir lo que el grupo de turno quiso representar.
- ▲ En el caso de que lo dicho por el resto no sea exacto, el grupo que representó las esculturas contará los detalles faltantes.
- ▲ La persona facilitadora, tendrá un pliego de papel que dividirá en cuatro columnas, las cuales deben coincidir con el tema de cada una de las esculturas. En el encabezado de cada columna se pondrá: “¿Qué originó el acto violento?” / “¿Qué sintió-pensó quien realizó el acto violento?” / “¿En qué consistió el acto violento?” / “¿Cómo se sintió la persona agredida?” De esta manera, cuando se haya descrito verbalmente en qué consistía cada escultura, la persona facilitadora apuntará las ideas generales. Este será su papelógrafo #1.
- ▲ Para cerrar, a partir de la última columna, analice junto con los participantes cómo se sintieron las mujeres que fueron violentadas. ¿Cómo se sentirían los participantes si estuvieran en su lugar? Los elementos de las otras columnas serán retomadas en la Actividad 2 de esta Sesión.

#### Nota para el facilitador:



Quien facilita el taller debe tener en cuenta que la violencia física es **toda acción que implique el uso de la fuerza contra otra persona, o toda acción que dañe su integridad corporal**. Es la violencia más visible pues puede dejar cicatrices, moretes u otras señales visibles. Esta forma de violencia puede consistir en golpes con puños, manos u objetos, patadas, tirones, arrojar objetos al cuerpo, mordiscos, quemaduras, heridas, choques eléctricos, amarrar alguna parte del cuerpo, encerrar. También puede ser **una omisión que arriesga la integridad corporal de otra persona**. Esto sucede cuando alguien está sufriendo un daño y, pudiendo solucionar el problema, no se toman las acciones para hacerlo (CMF: 1995, p.8; PROCAL: s.a., p.11).

## ACTIVIDAD 7.2. ESTABLECIENDO PAUTAS PARA UN TRATO IGUALITARIO DE HOMBRES HACIA MUJERES



### Objetivos:

1. Combatir la misoginia o desprecio hacia las mujeres.
2. Generar ideas sobre formas alternativas y no violentas de que los hombres se relacionen con las mujeres.



### Tiempo:

30 minutos.



### Materiales:

Varios pliegos grandes de papel, marcadores gruesos, cinta adhesiva. Tres o cuatro hojas de papel y lápices o lapiceros por participante.



### Procedimiento:

- ▲ La persona facilitadora debe tener preparados:
  - a) Un pliego grande de papel pegado sobre una superficie y un marcador grueso (o *pilot*) para escribir.
  - b) Un pliego grande de papel con un encabezado que diga: *hombres y mujeres en pie de igualdad*. Este será su papelógrafo #2.
  - c) Los participantes deben tener tres o cuatro hojas de papel.
- ▲ Esta actividad debe ser realizada inmediatamente después de la anterior (Actividad 1), la persona que facilita debe analizar la siguiente pregunta con los participantes:

**En las esculturas anteriores, ¿cómo son vistas las mujeres que fueron agredidas y cómo son vistos los hombres que agredieron?**

### Nota para el facilitador:



En el caso de que al inicio los participantes no hagan ningún señalamiento, la persona facilitadora puede generar la participación diciendo y escribiendo en un pliego grande de papel:

**Las mujeres violentadas  
fueron vistas como:**

- ➡ Alguien inferior
- ➡ Alguien que no merece respeto
- ➡ Alguien que no tiene los mismos derechos
- ➡ Alguien que no puede tomar sus propias decisiones
- ➡ Alguien que no tiene derecho a hablar
- ➡ Alguien que debe ser castigado
- ➡ Alguien que no tiene derecho a hacer lo que considera correcto (ver a su familia, ver a sus amistades, asistir a actividades sociales, estudiar, etc.)
- ➡ Alguien que no tiene la razón

**Los hombres que ejercieron  
violencia fueron vistos como:**

- ➡ Alguien superior
- ➡ Alguien que debe ser temido
- ➡ Alguien que piensa equivocadamente que tiene más derechos
- ➡ Alguien que decide por encima de la persona agredida
- ➡ Alguien que piensa que sólo él tiene derecho a hablar y que puede quitarle ese mismo derecho a las mujeres o a otras personas.
- ➡ Alguien que piensa equivocadamente que tiene derecho a castigar
- ➡ Alguien que piensa equivocadamente que debe controlar
- ➡ Alguien que piensa equivocadamente que tiene la razón y el derecho de imponerse según esa razón

- ▲ Señale que todas las afirmaciones anteriores son falsas ideas sobre hombres y sobre mujeres y que estas ideas muchas veces generan diferentes tipos de violencia, entre ellas la violencia física.
- ▲ A partir de la reflexión anterior, pídales a los participantes que en una hoja de papel escriban dos o tres ideas sobre cómo debe ser tratada una persona en pie de equidad (es decir, con los mismos derechos), evitando cualquier tipo de violencia.
- ▲ Pida que los participantes peguen sus páginas en el pliego de papel con el encabezado: hombres y mujeres en pie de igualdad.
- ▲ Una vez que todos los participantes hayan pegado su papel con la frase escrita, lea en voz alta lo que cada uno dice. Cuando crea haber abarcado todos los papeles, pregúnteles a los participantes si por error usted no leyó alguno.
- ▲ Realice una pequeña reflexión acerca de la importancia de nunca usar la violencia como forma de relacionarnos con mujeres o con otros hombres.

## ACTIVIDAD 7.3. ATAJANDO LA VIOLENCIA FÍSICA



### Objetivos:

1. Reconocer los sentimientos que preceden a la violencia física.
2. Generar herramientas para no actuar de manera violenta.



### Tiempo:

30 minutos.



### Materiales:

Varios pliegos grandes de papel, marcadores gruesos, cinta adhesiva. Tres o cuatro hojas de papel y un lápiz o lapicero por participante.



### Procedimiento:

- ▲ La persona facilitadora debe tener preparados:
  - a) Un pliego grande de papel pegado sobre una superficie y un marcador grueso (o *pilot*) para escribir.
  - b) Un pliego grande de papel con un encabezado que diga: *Atajando los sentimientos que van antes de la violencia*. Este será su papelógrafo #3.
  - c) Un pliego grande de papel con un encabezado que diga: *¿Cómo actuar para detener la violencia?* Este será su papelógrafo #4.
  - d) Los participantes deben tener tres o cuatro hojas de papel.
- ▲ El facilitador debe pedirles a los participantes que identifiquen los sentimientos y pensamientos que van antes de los actos violentos y que luego los escriban en una o más hojas de papel.
- ▲ Mencione que, en algunos casos, no se llega al acto de violencia física, pero que muchas veces existen deseos de ejercer violencia física. Señale que estos sentimientos también cuentan y deben ser escritos.
- ▲ También puede pedirles a las personas participantes que anoten los sentimientos de personas cercanas o los que hayan salido a raíz de la actividad de las esculturas.
- ▲ Pídale que los peguen en el Papelógrafo #3: *Atajando los sentimientos que van antes de la violencia*.
- ▲ Por último solicíteles a los participantes que escriban en otro papel tres estrategias para detener el acto violento, inmediatamente antes de que este suceda.
- ▲ Pida que los peguen en el Papelógrafo #4: *¿Cómo actuar para detener la violencia?*
- ▲ Primero, lea en voz alta el Papelógrafo #3 (*Atajando los sentimientos que van antes de la violencia*) y hágales ver a los participantes los elementos comunes.
- ▲ A continuación lea en voz alta el Papelógrafo #4 (*¿Cómo actuar para detener la violencia?*) y también hágales ver a los participantes los elementos comunes.

## Nota para el facilitador:



Señale que algo muy importante es que el cuerpo nos envía señales cuando estamos molestos, con cólera y que estos son sentimientos que tienen todos los humanos. El problema es que no nos enseñan a reconocer estos sentimientos y que, además, nos enseñan a canalizarlos mal, usando la violencia física y otras formas de violencia (la violencia verbal y emocional). Por eso es importante reconocer estos sentimientos antes de canalizarlos violentamente con el fin de actuar para detener la violencia.



Una vez que reconocemos nuestros sentimientos, insista en que nada justifica la violencia y que se pueden tomar varias medidas para prevenirla:

- **Hacer un alto completo.** Detener la situación en la que estamos y que genera la cólera.
- **Tomar un tiempo fuera.** Es tomar un tiempo para nosotros alejados de la situación. Se debe abandonar el lugar en el que se están generando los sentimientos y, si es necesario, alejarse de la persona hacia la cual se están generando tales sentimientos. Si se puede, debe decirse a la otra persona que después hablarán, pero que en este momento prefiere tomarse un tiempo fuera. Si no se puede seguir hablando, simplemente debe irse.
- **Respirar profundamente.** Hasta que se pueda relajar.
- **Salir a caminar.** Hasta que se pueda sentir tranquilo.



**IMPORTANTE:** verifique si estos elementos ya fueron mencionados en las hojas de papel y si así fue reafirmelos. Si no fue así, anote estos pasos para que las personas los tengan muy claros.



## SESIÓN 8. PLANIFICANDO UNA ACTIVIDAD DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA

**Objetivo:**

Planificar una actividad de prevención de la violencia.

**Tiempo:**

2 horas.

**Materiales:**

Varios pliegos grandes de papel, marcadores gruesos, cinta adhesiva.  
Varias hojas de papel tamaño carta u oficio, lapiceros o lápices.

**Procedimiento:**

Resulta de gran importancia que, al finalizar el proceso de sensibilización y capacitación que se supone haber recibido en el taller aquí propuesto, las personas participantes culminen su participación proponiendo algunas actividades para prevenir la violencia y promover formas de relación basadas en el respeto y el crecimiento personal.

- ▲ Se trata de actividades que las mismas personas participantes puedan llevar a cabo, de acuerdo con sus capacidades y recursos. Esto significa que las y los funcionarios de Instituciones Públicas o de Organizaciones no Gubernamentales, tendrán la posibilidad de desarrollar actividades acordes con su situación institucional. En tanto, los jóvenes y otros miembros de la comunidad, tendrán condiciones específicas que pueden implicar estrategias y actividades distintas.
- ▲ Debe tenerse en cuenta que las poblaciones a las que irán dirigidas estas acciones son:
  - Otros funcionarios y funcionarias.
  - Otros jóvenes de la comunidad.
  - Otros miembros adultos de la comunidad.
- ▲ Por eso, también debe tenerse en cuenta que las estrategias y las acciones dependerán de la población meta. Algunas líneas de trabajo posibles son:
  - Replicar las sesiones de este manual con otros funcionarios/as, jóvenes y miembros de la comunidad.
  - Diseñar campañas dirigidas a los jóvenes para prevenir la violencia en la comunidad.

- Promover la participación de otros miembros de la comunidad en la prevención de la violencia, en la promoción de la igualdad entre hombres y mujeres y en las relaciones basadas en el crecimiento de todas las personas, hombres y mujeres.
- Promover la participación del gobierno local y del gobierno central en el impulso de este tipo de acciones.

## Notas para el facilitador



Para la elaboración de un plan, divida a los participantes en pequeños grupos de 4 o 5 personas.



Solicítele a cada grupo que en un pliego grande de papel responda a cada una de las preguntas que aparecen a continuación (una pregunta por pliego de papel) y pídale a los participantes que aporten las ideas necesarias<sup>10</sup>.

1- Descripción (en dos o tres frases, describa su plan)

---



---



---

2- Materiales / Recursos

¿Qué recursos necesitamos para ejecutar el plan?

---



---



---

¿Dónde y cómo conseguir tales recursos?

---



---



---

3- Colaboración

¿De quién más se necesita colaboración para volver este plan realidad?

---



---



---

¿Cómo se puede asegurar este apoyo o colaboración?

---



---



---

<sup>10</sup> A excepción de algunas modificaciones y adiciones, las preguntas generadoras de esta actividad han sido tomadas de PROMUNDO: 2001, 65.

#### 4- Cronograma

¿Cuánto tiempo necesitamos para ejecutar el plan?

---

---

---

Pasos: Haga una lista sobre los pasos necesarios para que la planificación se cumpla y a la par de cada paso señale el día, semana o mes en que se realizará cada una de las actividades propuestas.

---

---

---

5- ¿Quiénes se harán responsables de realizar cada uno de los pasos de esta planificación?

---

---

---

#### 6- Evaluación

¿Cómo saber de qué forma su plan está funcionando?

---

---

---

¿Qué expectativa usted tiene con respecto al resultado de su actividad?

---

---

---

#### 7- Riesgo:

¿Qué cosas podrían no salir bien? ¿Cómo solucionarlas? ¿Qué otros caminos se pueden seguir para conseguir la meta?

---

---

---



Al finalizar, los participantes deberán integrar todas las propuestas en hojas de papel tamaño carta y acordar cuáles son las actividades que realizarán. Pueden priorizar algunas actividades sobre otras, dependiendo de la disponibilidad de recursos. EL CRITERIO DE REALIDAD ES DE GRAN IMPORTANCIA, es decir, es importante realizar las actividades que son realmente posibles. Esto no significa que no realicen las más complejas, sino que pueden dejarlas para un momento posterior, una vez que cuenten con las condiciones para desarrollarlas.



Es importante respetar las particularidades de cada grupo. En el caso de los jóvenes debe pensarse que nadie mejor que ellos mismos conoce las características de otros jóvenes de su comunidad, así como la mejor manera de llegar a ellos. Algunos suelen tener gran interés por el baile, por el arte plástico (dibujo, elaboración de mantas, grafitis), la música, el teatro u otra forma de expresión que resulta afín a otros jóvenes. Por eso es fundamental escuchar, validar y apoyar sus propuestas.



Este respeto no riñe con la posibilidad de que la persona que facilita pueda orientar a los jóvenes en relación con los contenidos de las actividades con el fin de prevenir la violencia. También puede contribuir para brindar una mirada crítica al contenido de las canciones u otras manifestaciones culturales, en el caso de que sean parte de las actividades escogidas por los jóvenes. Es importante analizar conjuntamente si estas expresiones tienen un contenido violento o denigrante para mujeres y hombres. Si esta es la situación, deben buscarse alternativas.



A continuación se detalla otra serie de acciones de promoción que también pueden ser propuestas para el trabajo con hombres y adolescentes adultos, así como con las comunidades en concordancia con lo propuesto en el documento: Hacer la diferencia, vivir sin violencia. (INAMU: 2007, 64-68).<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> En las páginas anotadas se pueden ver otros detalles al respecto.

## ACCIONES PARA PROMOVER Y PROTEGER LA VIDA POR MEDIO DE FORMAS NO VIOLENTAS DE CONVIVENCIA

Acciones de promoción de cambios socioculturales que justifican y perpetúan la discriminación, la desigualdad, la violencia y que contribuyen al desarrollo de actitudes, comportamientos y formas de pensar basadas en nuevas formas no violentas de convivencia.

### ¿Quiénes las ejecutan?

- Gobiernos locales
- Oficinas locales y municipales de la mujer
- Redes Locales de Prevención y atención de la Violencia Intrafamiliar
- Policía
- EBAIS
- Clínicas de Adolescencia
- MEP (Escuelas PROMECUM, Colegios a través de la oficina de orientación)
- Consejo de la Persona Joven (grupos juveniles)
- IMAS
- INA
- Red de Jóvenes de la Dirección General para la Promoción de la Paz y la Convivencia Ciudadana (Ministerio de Justicia y Gracia)
- Universidades
- Otras instituciones con presencia en el cantón
- Iglesias
- Grupos Comunales
- Organizaciones no Gubernamentales con temáticas afines

### ¿En dónde se hacen?

- En la comunidad (centros comunales y locales de organizaciones)
- En iglesias
- En colegios
- En espacios públicos
- En establecimientos de salud

### ¿En qué consisten las actividades?

- a) Charlas, talleres, actividades grupales, celebraciones comunitarias y otras, en temáticas diversas, tales como:
  - Comprender las causas de la violencia de hombres hacia mujeres
  - Las diferentes formas de la violencia
  - El hostigamiento sexual
  - La violencia en el noviazgo

- Formas no violentas de ser hombre
  - Los hombres y su compromiso con la paternidad /Escuelas para padres (varones)
  - Los hombres y las relaciones de pareja
  - Comunicación afectiva / aprender a expresar sentimientos
  - Sexualidad masculina
  - Derechos de los niños, niñas y las personas adolescentes
  - Los derechos humanos de hombres y mujeres en la familia y en la sociedad.
- b) Comunicación social: campañas locales, utilización de medios locales de comunicación, elaboración de afiches, cuadernos, murales, mantas, materiales para la educación popular, volantes y desplegados. Esto incluye la divulgación de mensajes que promuevan formas de convivencia armoniosas.
- c) Expresiones artísticas cuyo tema es el análisis de la problemática de la violencia y la búsqueda de soluciones, tales como: cine-foros, elaboración de cuentos y poesías, elaboración de obras de teatro, música, espacios de expresión plástica con técnicas como pintura, grafitis, dibujo, collages a partir de recortes de periódicos y revistas.
- d) Participación y apoyo, junto con otros sectores sociales, en la conformación de redes sociales locales conformadas por hombres adolescentes y/o adultos.

**Las personas a las que pueden ir dirigidas estas acciones son:**

- a) **Adolescentes y jóvenes** que participan de:
- Pastorales religiosas
  - Grupos deportivos
  - Grupos culturales
  - Scouts
  - Colegios
  - Escuelas
  - Jóvenes no escolarizados que trabajan dentro y fuera de la comunidad
- b) **La comunidad.**  
Es importante identificar grupos comunales tales como asociaciones de desarrollo, asociaciones de vecinos, grupos de pastoral.  
Puede ser útil apoyarse en los planes comunales que ya tengan las instituciones locales (comités de seguridad ciudadana, grupos apoyados por el IMAS, etc.).
- c) **Hombres adultos** participando en las diferentes instancias antes anotadas, padres de familia de la comunidad, etc.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, Lorena, et.al. (1995) Género y figura no son hasta la sepultura: guía para la construcción de relaciones de equidad en iniciativas de desarrollo sostenible. San José, C.R.: UICN.
- Azurdia Molina, Mariela (2008). “El hostigamiento sexual en la u”. En: Periódico Vuelta en U, miércoles 30 de julio, p.3.
- Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia –CMF- (1995). Una vida sin violencia es posible. Colección Metodologías; no.4. Conozcamos Nuestros Derechos; no.7. San José: CMF.
- Cervantes, Francisco (1997). “Hombres no violentos. Para salir de la guardia”. En: El Colectivo Hombres por Relaciones Igualitarias. Reflexiones una experiencia de trabajo con hombres que se reconocen violentos. Versión Resumida y Editada por Isis Internacional.
- Cervantes, Francisco (sin año). Desafíos masculinos para frenar la violencia hacia las mujeres. Documento en fotocopia.
- Garita, C. (2001). La construcción de las masculinidades. Un reto para la salud de los adolescentes. San José, Costa Rica: Programa Atención Integral a la Adolescencia, Caja Costarricense de Seguro Social.
- Instituto Nacional de las Mujeres –INAMU- (2007). Violencia contra las Mujeres. Las cifras también hablan. San José, C.R.: INAMU.
- Instituto Nacional de las Mujeres –INAMU- (2007). Hacer la diferencia, vivir sin violencia. Modelo Comunitario para la prevención integral de la violencia intrafamiliar y de género, con población masculina adolescente y adulta. Colección Metodologías No. 24. San José, C.R.: INAMU.
- Jiménez, Rodrigo y Quesada, Erick (1995). Construcción de la identidad masculina. San José, C.R.: ILANUD.
- Menjívar Ochoa, Mauricio (2001). Guía Metodológica para el trabajo sobre masculinidad. Colección Metodologías No.1. San José, C.R.: AICD/OEA-INAMU.
- PROCAL (sin año). Defendamos nuestros derechos ante situaciones de violencia intrafamiliar. Serie: Abriendo caminos hacia la equidad No.2. San José: PROCAL.
- PROMUNDO. De la violencia para la convivencia. Serie Trabajando con hombres. Río de Janeiro: Instituto PROMUNDO, 2001.



Peyrú, Graciela y Corsi, Jorge. “Las violencias sociales”. En: Corsi, J. y Peyrú, G. Violencias Sociales. Barcelona: Paidós, 2003.

Quirós, Edda. Sentir, pensar y enfrentar la violencia intrafamiliar. San José, INAMU, 2001.



## ANEXO A.

### MODELO PREVENCIÓN DE VIOLENCIA MASCULINA PRESENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA METODOLÓGICA A LA RED PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA

#### Componentes del proyecto

- ▲ Componente 1. Motivación / convocatoria comunidad.
- ▲ Componente 2. Motivación y convocatoria de funcionarios y funcionarias de la Red para la Prevención de la Violencia
- ▲ Componente 3. Formación y fortalecimiento de capacidades de funcionarios/as de instituciones públicas, ONGs y de los Centros Educativos para el trabajo de prevención de la violencia y de promoción de masculinidades alternativas.
- ▲ Componente 4. Formación y fortalecimiento de capacidades de jóvenes del Cantón para el trabajo de prevención de la violencia y de promoción de masculinidades alternativas.

#### Componente 1. Motivación / convocatoria de la comunidad

Dos líneas de trabajo principales

- a) La creación y consolidación de alianzas con agentes clave de la comunidad

Propósitos:

- informar sobre el trabajo que en ella se desarrolla,
- crear una percepción positiva al respecto de la importancia de la prevención de la violencia,
- contar con puntos de apoyo básico para ejecutar el modelo,
- propiciar que la comunidad se apropie de la experiencia.
- convocatoria a jóvenes

- b) La selección de jóvenes multiplicadores y su convocatoria.

La reunión de consolidación de alianzas con la comunidad. Se espera que las personas asistentes brinden contactos así como ideas al respecto de los mensajes y procedimientos para convocar.

De los jóvenes participantes: puntos de partida IDEALES

- Iniciar el proceso con un grupo de jóvenes cuyo número puede ser de entre 20 y 28.
- Jóvenes líderes, pero: conformación de los liderazgos es un proceso dinámico.

- Jóvenes participando de otras iniciativas organizativas, pero: proceso como motivación.
- Jóvenes de Los Sitios, pero: jóvenes de otras comunidades puede enriquecer al proyecto.
- Edades entre 15 y 25 años.
- Jóvenes escolarizados y no escolarizados.

## **Componente 2. Motivación y convocatoria de funcionarios y funcionarias de la Red para la Prevención de la Violencia**

- Motivar y convocar a funcionarias y funcionarios pertenecientes a dicha Red, con el fin de que participen en el proceso de formación y fortalecimiento de capacidades sobre masculinidad del presente proyecto.
- Desarrollar la capacidad instalada en la red para sostener y monitorear el proceso una vez que concluya el proceso de implementación de la metodología.

## **Componente 3. Formación y fortalecimiento de capacidades de funcionarios/as de instituciones públicas, ONGs y de los Centros Educativos para el trabajo de prevención de la violencia.**

- Transmitir y fortalecer capacidades técnicas a funcionarios(as) de instituciones públicas y ONG's del cantón.
  - \* Miembros de la Red para la Prevención de la Violencia del cantón.
  - \* Equipo Técnico Local encargado de dirigir la ejecución del modelo.
- Grupo de al menos 25 funcionarios (as) institucionales y de ONG sensibilizados y capacitados en el proceso de implementación del modelo.
- Proceso de transmisión y fortalecimiento de capacidades técnicas:
  - \* 8 sesiones
- Transmitir y fortalecer capacidades: posteriormente puedan replicar experiencia.

## **Componente 4. Formación y fortalecimiento de capacidades de jóvenes de la comunidad para el trabajo de prevención de la violencia**

- Sensibilizar y capacitar a un grupo de jóvenes de la comunidad de Los Sitios / Moravia.
- Fomentar y fortalecer capacidades para el desarrollo de actividades de prevención de la violencia y de promoción de masculinidades alternativas.
- Trasladarles la metodología, con el fin de que puedan replicarla con otros jóvenes.
- Se espera que los jóvenes propongan un plan con al menos 2 acciones de promoción en su comunidad.

**¡Muchas gracias!**

## ANEXO B.

### PRESENTACIÓN DEL PROYECTO A LA COMUNIDAD. HOMBRES JÓVENES Y SU COMUNIDAD CONTRIBUYENDO A PREVENIR LA VIOLENCIA

#### ¿De qué se trata el proyecto?

- ☐ ¿Qué es?: Talleres de formación y fortalecimiento de capacidades de hombres jóvenes de la comunidad.
- ☐ ¿Para qué? Para trabajar en la prevención de la violencia y de promoción de mejores formas de convivencia
- ☐ ¿Porqué? El tema de la violencia es una preocupación nacional. Y hay que buscar soluciones.
- ☐ ¿Qué tipo de talleres? En los cuales los jóvenes comparten con otros jóvenes, reflexionan sobre el problema de la violencia y buscan soluciones colectivamente y con apoyo de los facilitadores de los talleres.
- ☐ ¿Quiénes son los facilitadores de los talleres?: **(EL EBLP DEBE DEFINIRLO)**
- ☐ ¿A dónde van a ser los talleres? **(EL EBLP DEBE DEFINIRLO)**
- ☐ ¿Cuánto tiempo dura? **(EL EBLP DEBE DEFINIRLO EN CONJUNTO CON LA COMUNIDAD)**
- ☐ ¿Exactamente cuándo? **(EL EBLP DEBE DEFINIRLO EN CONJUNTO CON LA COMUNIDAD)**
- ☐ ¿Qué tienen que llevar? **Muchas ganas, deseos de pasarla bien, de compartir, de aprender y su cariño hacia la comunidad.**

Pueden participar los hombres jóvenes que cumplan con alguno de los siguientes requisitos:

- ☐ Edades desde 15 hasta 25 años.
- ☐ Jóvenes escolarizados y no escolarizados.
- ☐ Jóvenes con liderazgo o con deseos de aprender e impulsar cambios.
- ☐ Jóvenes participando de organizaciones o con deseos de organizarse.
- ☐ Jóvenes con interés en mejorar su comunidad.
- ☐ Jóvenes con interés en aprender
- ☐ Jóvenes con deseos de crecer personalmente.
- ☐ Jóvenes con deseos de compartir.
- ☐ ¡¡¡Jóvenes con interés!!!

### ¿Qué esperamos lograr al final?:

- ☐ Que los jóvenes puedan compartir lo aprendido con otros jóvenes de su comunidad.
- ☐ Que en el taller elaboren un plan con dos actividades para desarrollar en la comunidad.
- ☐ Brindar a los jóvenes un documento-manual sobre lo aprendido, para que se apoyen al momento de compartir la experiencia con otros jóvenes
  - *Manual: dice paso a paso qué hacer y cómo hacerlo.*
- ☐ Que la comunidad organizada apoye el trabajo de estos jóvenes > **depende de los jóvenes y su comunidad.**
- ☐ Que la comunidad multiplique la experiencia dentro de la comunidad > **depende de los jóvenes y su comunidad.**

### También participan

- ☐ Funcionarios y funcionarias de instituciones públicas que trabajan en el Cantón: Red de prevención de la violencia.
  - En otro taller, en un grupo aparte, distinto al de los jóvenes.
  - También para la formación y fortalecimiento de capacidades para el trabajo de prevención de la violencia.
- ☐ También pueden participar:
  - Un número limitado de personas de la comunidad interesadas en el proyecto y que puedan reproducir la experiencia: mujeres y hombres.
  - Dentro del grupo de los funcionarios y funcionarias
- ☐ Lo ideal: que todas las partes coordinen acciones.




### En este momento: ¿Cómo puede involucrarse la comunidad?

- ☐ Haciendo suyo el proyecto: es un proyecto de la comunidad
- ☐ Los hombres jóvenes: apuntándose a participar en los talleres
- ☐ El resto de la comunidad:
  - Contribuyendo a identificar y a motivar a los jóvenes, para que participen en los talleres.
  - Algunos/as: apuntándose a participar en los talleres

**¡Muchas gracias!**  
**y**  
**¡Bienvenidas las preguntas!**

## ANEXO 1.

### “CARTÓN DE LOTERÍA”

			
1. ¿Quién vive menos?			
2. ¿Quién muere más por asesinato?			
3. ¿Quién muere más en accidentes de tránsito?			
4. ¿Quién muere más por suicidios?			
5. ¿Quién comete más asesinatos?			
6. ¿Quién comete más robos?			
7. ¿Quién consume más bebidas alcohólicas?			
8. ¿Quién muere más por ahogamiento?			
9. ¿Quién esta más infectado/a con el VIH/SIDA?			
10. ¿Quién viola más?			
11. ¿Quién comete más abusos sexuales?			
12. ¿Entre los jóvenes quiénes mueren más?			
13. ¿Quiénes usan más drogas?			
14. ¿Quiénes mueren más por ataques cardíacos?			

## ANEXO 2.

### INSTRUMENTO PARA EL TRABAJO EN GRUPOS. ACTIVIDAD: “VISUALIZANDO LA CONSTRUCCIÓN DE NUESTRA IDENTIDAD”

¿Qué juegos eran diferentes? ¿Cuáles eran para niños y cuáles para niñas		¿Qué cosas hacían o qué responsabilidades tenían los hombres y cuáles las mujeres adultas cuando éramos niños/niñas?		¿Qué responsabilidades u obligaciones teníamos en la infancia / adolescencia? ¿Cuidábamos hermanos/as?		¿Salíamos a bailar o con novios / novias? ¿Qué nos estaba permitido y que no?		En la edad adulta ¿cuáles han sido nuestras responsabilidades?	
Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj

¿Qué juegos eran diferentes? ¿Cuáles eran para niños y cuáles para niñas		¿Qué cosas hacían o que responsabilidades tenían los hombres y cuáles las mujeres adultas cuando éramos niños/niñas?		¿Qué responsabilidades u obligaciones teníamos en la infancia / adolescencia? ¿Cuidábamos hermanos/as?		¿Salíamos a bailar o con novios / novias?  ¿Qué nos estaba permitido y que no?		En la edad adulta ¿cuáles han sido nuestras responsabilidades?	
Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj	Hom	Muj

## ANEXO 3:

### ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA EMOCIONAL? / “HOMBRES: CASOS DE LA VIDA REAL”

#### ¿Qué es la violencia emocional?

La violencia emocional es todo acto que realiza una persona para humillarla y para controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones. Esto se puede realizar mediante intimidación, amenazas, manipulación, humillaciones, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. Se produce cuando, por ejemplo, se prohíbe salir de la casa, trabajar o estudiar, no se permite tener amigos o amigas, o visitar a los familiares, se amenaza con quitar a los hijos y a las hijas. También sucede cuando no se deja hablar a alguien o se ridiculiza sus opiniones. Afecta la autoestima, seguridad y confianza de la persona que la recibe, así como su salud mental y psicológica. Crea un clima de temor y de control sobre la vida de quien sufre esta violencia.


#### “Hombres: casos de la vida real”

**Caso 1:** Al llegar a la casa, Fulanito se dio cuenta que su pareja no estaba. Ella le avisó, en un mensaje de celular, que tenía que pasar haciendo unas compras al supermercado. Pero Fulanito piensa que ya debía haber llegado y que seguramente hay otro hombre que le gusta a ella. Por eso, Fulanito ha decidido prohibirle salir de la casa, a menos que él la acompañe.

**Caso 2:** A Menganito no le gusta que su novia vea a sus amigos y amigas. Piensa que ella no tiene nada que hacer con los amigos varones, y que sus amigas le meten ideas equivocadas sobre cómo deben comportarse las mujeres –como salir reunirse sólo entre ellas o con sus compañeros del colegio o del trabajo. Por eso, Menganito le ha prohibido ver a sus amigas y amigos, diciéndole que, si lo hace, se comporta como una cualquiera.

**Caso 3:** Perensejo piensa que su esposa es demasiado libre porque le gusta conversar con toda la gente, participar de las actividades de la comunidad y llevar cursos de manualidades. Por eso, Perensejo pide a otras personas que la vigilen.

**Caso 4.** Perensejo 2 piensa que su pareja habla mucho más con otras personas y que recibe muchos mensajes de texto desde que tiene celular. Por eso, ha comenzado a revisarle el celular para ver con quién habla y quién le manda mensajitos. Su pareja le dice siempre a Perensejo 2 lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. Aún así, piensa Perensejo 2, las llamadas y los mensajes quieren decir que alguien tiene interés en su pareja y que su pareja le corresponde a esa otra persona. A Perensejo 2 hasta le dan ganas de tirarle a su pareja lo primero que tenga a su alcance.



**Caso 5.** Menganito 2 tiene una novia que dejó el colegio porque se vio obligada a trabajar para apoyar a su familia. Ahora que están juntos, ella quiere seguir estudiando. Menganito 2 le dice que él la conoció así, y que por lo tanto ella no debe volver a estudiar, que se va a dedicar a otra gente y que él necesita su atención. Le dice que de ser necesario, la encerrará en la casa si ella piensa volver a estudiar.

**En cada uno de los casos analice:**

1. ¿Es o no violencia emocional? ¿Por qué?
2. ¿Qué ideas falsas contiene el caso? ¿Qué verdaderas explicaciones pueden dársele a este caso?
3. ¿Qué posición debe asumir Menganito hacia su pareja y para sentirse tranquilo al mismo tiempo?



## ANEXO 4:

### CANCIONES

#### Dime que no.

*Ricardo Arjona*

Si me dices que sí, piénsalo dos veces,  
Puede que te convenga decirme que no,  
Si me dices que no,  
puede que te equivoques,  
Yo me daré a la tarea, de que me des un sí.

Si me dices que sí  
dejaré de soñar y me volveré un idiota,  
Mejor dime que no,  
y dame ese sí como un cuenta gotas,  
Dime que no, pensando en un sí,  
y déjame lo otro a mí,  
Que si se pone fácil,  
el amor se hace frágil y uno para de soñar,  
Dime que no, y deja la puerta abierta.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Si me dices que sí se fugará lo incierto,  
Y esa cosquilla en la panza  
cuando estás por venir,  
Si me dices que no, seguiré conquistando,  
Descubriéndote cosas que ni tú te conoces.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.  
Siempre lo fácil me duró tan poco,  
Y no lo niego me divertí,  
Pero la soledad me ha vuelto loco,  
Porque el amor nunca ha pasado, por aquí.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Dime que no,  
Y me tendrás pensando todo el día en ti,  
Planeando la estrategia para un sí.

Dime que no,  
Y lánzame un sí camuflajeado,  
Clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

## Fuiste Mía

*Julio Iglesias*

Fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tu piel era fresca  
como la hierba mojada  
fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu boca y tus ojos  
de juventud rebozaban  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tus labios de niña  
mis labios los estrenaban  
fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu vientre era aun  
una colina cerrada  
coro

Lo mejor de tu vida  
me lo he llevado yo  
lo mejor de tu vida  
lo he disfrutado yo  
tu experiencia primera  
despertar de tu carne  
tu inocencia salvaje  
me la he bebido yo  
(bis)

Fuiste mía solo mía, mía, mía,  
cuando tu cuerpo era espiga  
de palma recién plantada  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando cerrabas los ojos  
apenas yo me acercaba  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando temblaban tu manos  
tan solo si las rozaba  
fuiste mía, solo mía, mía, mía,  
cuando tu ayer no existía  
pensabas solo en mañana  
coro

## Atrévete-Te-Te!

Calle 13

Atrévete te te salte del closet,  
destápate quítate el esmalte,  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper,  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper,  
que tú eres callejera street fighter.

Cambia esa cara de seria,  
esa cara de intelectual de enciclopedia  
que te voy a inyectar con la bacteria  
pa' que des vueltas como machina de feria,  
señorita intelectual  
ya sé que tienes el área abdominal  
que va a explotar como fiesta patronal  
que va a explotar como palestino.

Yo sé que a ti te gusta el pop rock latino  
pero este reggaeton  
se te mete por los intestinos  
por debajo de la falda como un submarino  
y te saca lo de indio taino  
ya tú sabes en taparrabo mama  
en el nombre de agueymana no hay más na',  
para na' q' yo te voy a mentir  
yo sé que yo también quiero consumir de tu  
perejil  
y tú viniste amazónica como Brasil  
tú viniste a matarlas como Kill Bill  
tú viniste a beber cerveza de barril  
tú sabes que conmigo tu tienes refill

Atrévete te te salte del closet  
destápate quítate el esmalte  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper  
que tú eres callejera street fighter

Hello, deja el show  
súbete la mini falda hasta la espalda  
súbetela deja el show más alta  
que ahora vamos a bailar por toa las altas  
ahora nena quieres tu zipi,  
no importa si eres rapera o eres hippie  
si eres de Bayamón o de guaynabo city  
conmigo no te pongas picky  
esto es hasta abajo cójele el tricky  
esto es fácil, esto es un mamey,  
que importa si te gusta green day,  
que importa si te gusta cold play  
esto es directo sin parar one way,  
yo te lo juro de que por ley  
aquí toas las boricuas saben karate  
ellas cocinan con salsa de tomate,  
mojan el arroz con un poco de aguacate  
pa' cosechar nalgas de 14 quilates

Atrévete te te salte del closet  
destápate quítate el esmalte  
deja de taparte que nadie va a retratarte  
levántate ponte hiper  
préndete sácale chispa al estalter  
préndete en fuego como un lighter,  
sacúdete el sudor como si fueras un wiper  
que tú eres callejera street fighter (bis)