



Centro de Formación
y Promoción Humana
"Santa Ángela"

GUÍA METODOLÓGICA PARA LA FORMACIÓN DE ADOLESCENTES Y JÓVENES EN MASCULINIDADES LIBRES DE VIOLENCIA



Masculinidades Chiclayo

"Involucrando Hombres
para la Prevención de la
Violencia de Género"

Con el apoyo
solidario de:



Heart-Links

PROYECTO:

"Elaboración de materiales educativos en masculinidades para docentes y profesionales involucrados en la prevención de la violencia de género contra las mujeres"

GUÍA METODOLÓGICA PARA LA FORMACIÓN DE ADOLESCENTES Y JÓVENES EN MASCULINIDADES LIBRES DE VIOLENCIA

Es una publicación de:



Centro de Formación y Promoción Humana “Santa Ángela”

En el marco del Proyecto:



Masculinidades Chiclayo

“Involucrando Hombres para la Prevención de la Violencia de Género”

“Elaboración de materiales educativos en masculinidades para docentes y profesionales involucrados en la prevención de la violencia de género contra las mujeres”

Con el apoyo solidario de:



Recopilación y edición:

- Constantino Lucumí, Marleny
- Fernández Del Aguila, María Esther
- Peña Flores, Anthony
- Ramírez Núñez, Reyder

José Leonardo Ortiz, octubre de 2020

ÍNDICE

Agradecimientos	02
Presentación	03
1. Antecedentes	05
2. Fundamentos	07
• Enfoques pedagógicos	07
• Enfoques transversales	08
• Valores	09
3. Propuesta temática	10
4. Propuesta metodológica	12
5. Perfil de docente-facilitador/a	14
6. Sesiones de capacitación	15
• Sesión 1: Autoestima	15
• Sesión 2: Género	23
• Sesión 3: Construcción social y cultural de las masculinidades	32
• Sesión 4: Violencia de género en la relación de pareja	46
• Sesión 5: Violencia de género en tiempos de COVID-19	57
• Sesión 6: Sexualidad masculina	63
• Sesión 7: Paternidades	72
• Sesión 8: Los hombres y su mundo emocional	81
7. Orientaciones para trabajar en el escenario virtual	89
Bibliografía	90

AGRADECIMIENTOS

Expresamos nuestro más profundo agradecimiento a todas las personas que han aportado a la construcción de esta guía.

- ✓ Profesionales que diseñaron y facilitaron los talleres de capacitación que se realizaron en el marco de nuestros proyectos:
 - Víctor Yair Vásquez Villegas
 - Nara Judith Llaury Díaz
 - Leydy Suggey Masquez Egusquiza
 - Lucrecia Evangelina Puyen Cóndor
 - Yessica Nunura Dávila
 - Francisco Humberto Miranda Cubas
 - Juan Manuel Castro Acha
 - Zoila Rosa Burga Custodio
 - Georgina Elizabeth Bazán Pedraza
 - María Isabel Yrigoin Delgado

- ✓ Representantes de las organizaciones e instituciones que participaron en nuestro proyecto formativo “Involucrando hombres para la prevención de la violencia de género” (2017-2018).

- ✓ Universitarios que participaron en nuestro proyecto formativo “Masculinidades libres de violencia” (2019-2020).

- ✓ Docentes y otros profesionales (facilitadores o educadores populares) que participaron del proceso de validación de la guía metodológica.

PRESENTACIÓN

El Centro de Formación y Promoción Humana “Santa Ángela”, asociación civil sin fines de lucro fundada en 1984 en el distrito de José Leonardo Ortiz, implementa desde el año 2003 acciones de capacitación y sensibilización frente a la problemática de la Violencia contra la Mujer, a través de su Programa de Prevención de la Violencia de Género. La apuesta institucional por una vida con equidad y sin violencia, nos ha llevado a involucrar paulatinamente a diversas poblaciones y grupos sociales –mujeres, niñas y niños, docentes, operadores de justicia, líderes y lideresas de la comunidad, etc.- con la finalidad de promover conocimiento y alentar la práctica sostenida de la igualdad real entre hombres y mujeres.

El impacto de los altos índices de violencia en la vida y salud de las mujeres, en las familias y en la sociedad, ha llevado al Estado, a las organizaciones no gubernamentales y de la sociedad civil a crear, impulsar y vigilar el cumplimiento de políticas destinadas a prevenir, sancionar y erradicar este tipo de violencia. De esta manera, se han realizado múltiples acciones de protección a las víctimas –en su mayoría mujeres- y se han desplegado esfuerzos para contribuir a su empoderamiento en el ejercicio de derechos humanos; sin embargo, muy poco se ha hecho para trabajar la prevención de la violencia a partir de la atención directa a los sujetos activos de estos actos o potenciales maltratadores, como es el caso de los varones. Por estas razones, las estadísticas siguen mostrando cifras en aumento y daños incalculables en mujeres de todas las edades en nuestra región, en el país y en el mundo.

Desde el programa se ha asumido, con seriedad y mucha responsabilidad, el desafío de involucrar a los varones -de forma consciente y comprometida- en la tarea de prevención de la violencia de género, desde la construcción de nuevas y mejores masculinidades. Tomando muy en cuenta los resultados que los estudios regionales y nacionales han arrojado sobre el tema: los sujetos activos de este delito representan nada menos que el 92% del universo.

Asimismo, la pandemia del COVID-19 y las medidas que se han implementado para afrontarla, como la cuarentena, han visibilizado y agudizado la situación de violencia física, psicológica y sexual que viven mujeres, adolescentes y niñas dentro de sus hogares, en forma permanente y por parte de los hombres con los que conviven; haciéndose más necesario y urgente en este contexto, sumar esfuerzos para seguir promoviendo la construcción de masculinidades libres de violencia.

El proyecto “Elaboración de materiales educativos en masculinidades para docentes y profesionales involucrados en la prevención de la violencia de género contra las mujeres” busca que las y los profesionales involucrados en tareas de prevención, cuenten con herramientas metodológicas adecuadas que faciliten el manejo de contenidos especialmente

relacionados con los procesos de construcción de las masculinidades. Consideramos que esta propuesta es una forma diferente y creativa de seguir trabajando por el logro de los objetivos del programa, contribuyendo así a la erradicación de la violencia, al fomento de relaciones igualitarias entre mujeres y hombres y a la paz social.

Es por eso que hoy les presentamos esta “Guía metodológica para la formación de adolescentes y jóvenes en masculinidades libres de violencia”, la cual recoge los contenidos, metodologías y materiales que hemos utilizado durante el desarrollo de nuestros programas formativos y que ha sido diseñada de tal manera que pueda ser aplicada por docentes y formadores, tanto en la educación formal como en la educación no formal, con los diferentes grupos de adolescentes y jóvenes que tengan a su cargo.

Siendo así, animamos a docentes y formadores a sumarse al compromiso de transformar nuestra realidad y aportar a la construcción de una sociedad con igualdad de género, desde su rol educativo, utilizando esta guía como herramienta de apoyo para formar a adolescentes y jóvenes en la promoción y práctica de masculinidades libres de violencia encaminadas hacia una vida digna y en condiciones de igualdad para todas y todos.

1. Antecedentes

A continuación, presentamos una línea de tiempo que da cuenta del camino recorrido por el Programa Estratégico de Prevención de la Violencia de Género del Centro “Santa Ángela”, desde su creación, hasta la elaboración de la presente guía metodológica.

AÑOS	HITOS
2003-2010	<p>En el 2003 se inician las actividades del Programa de Prevención de la Violencia de Género del Centro de Formación y Promoción Humana “Santa Ángela”.</p> <p>La institución dirige su mirada a las mujeres más vulnerables del distrito de José Leonardo Ortiz y decide apostar por su formación integral para el desarrollo de una ciudadanía especialmente vinculada al ejercicio responsable de los derechos humanos y a la disminución de la violencia familiar. Es así como en un primer momento reúne y capacita a un grupo de mujeres como promotoras para la prevención, con el propósito de orientar y acompañar a las víctimas y sensibilizar a la población sobre este grave problema social.</p> <p>A lo largo de estos años el programa ha ejecutado varios proyectos y desarrollado diversas actividades, no solo con grupos de mujeres, sino involucrando también a otros actores sociales, como en el caso del trabajo de prevención en el área educativa, con docentes de los PRONOEI del distrito, realizado en el año 2008.</p>
2011-2014	<p>En esa misma línea y atendiendo a la demanda de espacios de reflexión personal, familiar y profesional en las comunidades educativas y en torno al maltrato infantil y la violencia familiar y escolar (estudiantes, docentes y padres/madres de familia), se implementa un proyecto de capacitación denominado “Maestras y maestros líderes por el derecho al buen trato, en la región Lambayeque”. Experiencia de gran impacto en las y los docentes y de mucho aprendizaje en el manejo de metodologías y estrategias y, que contribuyó a sentar las bases para el trabajo con profesionales de la educación y especialmente con niñas y niños de las comunidades beneficiarias cercanas y beneficiarias de la labor institucional.</p> <p>En este tiempo se crea también el Programa de niñas y niños líderes por el derecho al buen trato, orientado a la formación temprana de este grupo humano para la prevención de la violencia, desde el ejercicio de derechos y el fortalecimiento de su liderazgo, en espacios familiares y comunitarios.</p>

2015-2016	Se desarrolla un curso de sensibilización y capacitación para la “prevención y abordaje de la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar”, dirigido a operadores y operadoras de justicia de la Región Lambayeque. En esta apuesta formativa, se abordan temas relacionados a la problemática de la violencia familiar y su adecuada atención legal, profesional y humana, buscando que los y las profesionales capacitados se sensibilicen y logren mejorar su desempeño en el ejercicio de las funciones que les corresponde desempeñar.
2017-2018	Se ejecuta un proyecto dirigido a la formación de profesionales de diferentes instituciones como facilitadores y facilitadoras en nuevas masculinidades, con la finalidad de transferir metodologías y herramientas adecuadas para el trabajo directo con hombres: prevención de la violencia a través de la deconstrucción de la masculinidad tradicional, así como la posibilidad de replicar las experiencias en sus organizaciones e instituciones.
2019-2020	Se realizó la capacitación a varones estudiantes de nivel superior, interesados en revisar, y deconstruir sus masculinidades patriarcales, para iniciar procesos de construcción de nuevas masculinidades que promuevan prácticas de igualdad entre mujeres y varones.
2020-2021	En esta etapa, el grupo objetivo está constituido por docentes y otros profesionales de organizaciones e instituciones públicas y privadas involucrados en la labor de prevención de la violencia de género. La propuesta comprende la elaboración de materiales educativos adecuados, para que ellas y ellos puedan incorporar a su práctica profesional el enfoque de nuevas masculinidades para la prevención de la violencia de género contra las mujeres y se comprometan en su erradicación.

2. Fundamentos

Enfoques pedagógicos

La presente guía ha sido diseñada para ser trabajada con adolescentes y jóvenes tanto en la educación formal como en la educación no formal, por lo que se fundamenta principalmente en los siguientes enfoques pedagógicos:

- **Enfoque por competencias**

En línea con el Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB), esta guía se sustenta en el enfoque por competencias y apunta a contribuir al desarrollo del perfil de egreso que se ha proyectado lograr en las y los estudiantes.

Según el CNEB¹, la competencia se define como “la facultad que tiene una persona de combinar un conjunto de capacidades a fin de lograr un propósito específico en una situación determinada, actuando de manera pertinente y con sentido ético”. Desde este enfoque, los procesos educativos deben estar orientados hacia la formación de personas competentes. “Ser competente supone comprender la situación que se debe afrontar y evaluar las posibilidades que se tiene para resolverla. Esto significa identificar los conocimientos y habilidades que uno posee o que están disponibles en el entorno, analizar las combinaciones más pertinentes a la situación y al propósito, para luego tomar decisiones y ejecutar la combinación seleccionada”.

- **Enfoque de educación popular**

Asimismo, al ser esta guía producto de experiencias educativas no formales orientadas a la transformación de una problemática específica como es la violencia de género contra las mujeres, se ha considerado también el enfoque de educación popular.

Este enfoque entiende a la educación como un proceso participativo y transformador, en el que el aprendizaje se basa en la experiencia práctica de las propias personas y grupos; pues, partiendo de la autoconciencia y comprensión de las y los participantes respecto a los factores y estructuras que determinan sus vidas, pretende ayudarles a desarrollar las estrategias, habilidades y técnicas necesarias para que puedan llevar a cabo una participación encaminada a la transformación de

¹ Perú. Ministerio de Educación (2017). Currículo Nacional de la Educación Básica.

la realidad. El objetivo último de la educación popular es contribuir a la construcción de una democracia real, en la que todas las personas y pueblos tengan la capacidad y posibilidad efectivas de participar en condiciones de igualdad, impulsando cambios sociales liberadores a favor del desarrollo y de un mundo más justo, solidario y cooperativo, y en mejor armonía con la naturaleza.

Con esta propuesta formativa se busca que las y los participantes, contando con el acompañamiento de sus docentes o formadores, fortalezcan sus capacidades y aprendan a combinarlas estratégicamente para que en forma consciente, responsable y cooperativa identifiquen y cuestionen los mandatos socioculturales de género y contribuyan, a partir de cambios reales en sus propias formas de sentir, pensar y actuar, a la construcción de nuevas masculinidades libres de violencia que aporten a una convivencia en condiciones de igualdad entre mujeres y hombres.

Enfoques transversales

Tomando como referencia los enfoques transversales que se contemplan en el Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB), así como otros que son necesarios para aportar al desarrollo y transformación de las comunidades, podemos indicar que la presente propuesta formativa se enmarca en los siguientes:

- **Enfoque de derechos.**- Fomenta el reconocimiento de los derechos y deberes de todas las personas sin distinción alguna; asimismo promueve el diálogo, la participación y la democracia.
- **Enfoque de género.**- Nos ayuda a identificar las desigualdades entre las mujeres y los hombres, entender las causas socioculturales que originan estas desigualdades y plantear cambios personales y colectivos para lograr una convivencia en igualdad.
- **Enfoque de interculturalidad.**- Promueve el intercambio de ideas y experiencias entre las distintas formas de ver el mundo, en condiciones de respeto, valoración, diálogo horizontal e igualdad de oportunidades.
- **Enfoque de interseccionalidad.**- Busca estudiar, entender y responder a las maneras en que el género se cruza con otras identidades (como las identidades étnico-raciales) y cómo estos cruces contribuyen a experiencias únicas de opresión y privilegio.
- **Enfoque ecológico.**- Promueve el establecimiento de una relación de reciprocidad y cuidado mutuo con el medio ambiente. Esta forma de convivencia se ha constituido en un nuevo paradigma de desarrollo y ha sido denominado “el buen vivir”.

Valores

Con esta guía se busca fortalecer la formación y práctica de valores fundamentales para la realización personal y el bienestar colectivo, tanto de hombres como de mujeres, en condiciones de una convivencia armoniosa:



3. Propuesta Temática

La guía consta de ocho sesiones de capacitación y responde a una secuencia lógica que parte del fortalecimiento de la autoestima, para pasar luego a la identificación y cuestionamiento de los mandatos socioculturales de género y culminar con la invitación permanente a la deconstrucción personal para promover y poner en práctica masculinidades libres de violencia.

Estas sesiones han sido diseñadas para ser trabajadas principalmente con adolescentes y jóvenes; sin embargo, con las adaptaciones correspondientes a las características de las y los participantes, pueden ser aplicadas también a otros grupos etarios.

Es recomendable que las sesiones sean trabajadas en forma secuencial y preferentemente de manera consecutiva.

A continuación, el detalle de los temas de cada sesión con sus respectivos objetivos:

N°	TEMAS	OBJETIVOS
1	Autoestima	<ul style="list-style-type: none">Fortalecer, en las y los participantes, su autoreconocimiento como personas únicas y valiosas, así como su capacidad para cuestionar y cambiar sus formas de sentir, pensar y actuar orientándolas hacia su crecimiento personal y el bienestar colectivo.
2	Género	<ul style="list-style-type: none">Promover, en las y los participantes, la identificación y el cuestionamiento de los mandatos socioculturales de género, así como la reflexión y el análisis en torno a sus impactos en las desigualdades entre mujeres y hombres.
3	Construcción social y cultural de las masculinidades	<ul style="list-style-type: none">Motivar a las y los participantes a promover y/o poner en práctica masculinidades libres de violencia, a partir de la identificación y el cuestionamiento de la masculinidad hegemónica y de sus consecuencias tanto en la vida de las mujeres como de los hombres.
4	Violencia de género en la relación de pareja	<ul style="list-style-type: none">Facilitar la comprensión, por parte de las y los participantes, sobre lo que es la violencia de género y cómo se manifiesta en la relación de pareja, identificando y cuestionando el rol de la masculinidad hegemónica en esta problemática.

5	Violencia de género en tiempos de COVID-19	<ul style="list-style-type: none"> • Promover, en las y los participantes, la reflexión y el análisis en torno a la realidad de la violencia de género en tiempos de COVID-19, vinculando sus causas con la construcción sociocultural de la masculinidad hegemónica.
6	Sexualidad masculina	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar a las y los participantes a promover y/o poner en práctica otras formas de vivir su sexualidad, basadas en el respeto y la igualdad, a partir del cuestionamiento de los mandatos de género sobre la sexualidad masculina.
7	Paternidades	<ul style="list-style-type: none"> • Socializar formas alternativas y saludables de ejercer la paternidad, desde una masculinidad libre de violencia, motivando su promoción y/o puesta en práctica (según corresponda) por parte de las y los participantes.
8	Los hombres y su mundo emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Ampliar las miradas de las y los participantes en torno al mundo emocional de los hombres y facilitar su comprensión respecto a la necesidad de que los hombres vivan y manejen sus emociones en forma saludable.

4. Propuesta Metodológica

Las sesiones de capacitación se han elaborado siguiendo una secuencia metodológica estructurada en tres momentos: INICIO, DESARROLLO y CIERRE. Dentro de cada momento se presentan y explican las actividades a realizar, detallándose el objetivo a lograr, los recursos a usar y el proceso a seguir durante su ejecución.

En cada sesión y en sus actividades clave se ha incluido un recuadro de IDEAS FUERZA, en el cual las y los docentes encontrarán aquellas ideas que, desde nuestra experiencia, son fundamentales para la formación en masculinidades libres de violencia, por lo que durante el desarrollo de la sesión el o la docente debería asegurarse de que esas ideas sean socializadas en la actividad que corresponda y sean también parte de las conclusiones que cada participante se lleve de la jornada.

Adicionalmente, como un apoyo para las y los docentes, cada sesión viene acompañada de una reseña informativa sobre el tema que se ha tratado (ASPECTOS CONCEPTUALES) así como con un listado de RECURSOS COMPLEMENTARIOS, los cuales pueden ser usados tanto para su preparación personal como para la elaboración de diapositivas, separatas u otros materiales que consideren pertinentes. Asimismo, cuando corresponde, se presentan como anexos los materiales impresos que se sugieren utilizar en el desarrollo de la sesión (MATERIALES DE TRABAJO).

La metodología propuesta es principalmente vivencial y participativa, por lo que promueve y combina la realización de dinámicas de reflexión, ejercicios de deconstrucción y espacios de diálogo que permitan desarrollar las capacidades previstas. Por esta razón, cada sesión se debe desarrollar teniendo en cuenta las siguientes condiciones²:

- La fuente de los aprendizajes son las experiencias y los sentimientos vividos por las y los participantes, así como la reflexión posterior sobre ellos.
- Todos aprendemos de todos: el interaprendizaje es la base de esta concepción metodológica.
- Se trata de partir de la realidad, reflexionar sobre ella y regresar a ella para transformarla.
- Tomar en cuenta a la persona desde una visión integral, considerando y relacionando las dimensiones sentir-pensar-actuar.

² Adaptado de IPEDEHP (2011). *Programa de Formación Continua. Equidad e inclusión desde la diversidad cultural en la escuela.*

- Generar un clima de confianza y respeto, en el cual se puedan intercambiar sentimientos e ideas, evitando burlas y/o juicios de valor, pero dando cabida a la crítica y la autocrítica.

Finalmente, es importante señalar que cada sesión constituye una propuesta de capacitación y puede ser modificada de acuerdo a las particularidades del contexto y del público. En ese sentido, cada docente tiene la libertad de ejecutar las actividades planteadas en los tiempos que tenga disponibles y con las modificaciones que considere pertinentes.

5. Perfil de docente-facilitador/a

Teniendo como referencia tanto la propuesta temática como la propuesta metodológica de esta guía, es necesario que las personas que asuman la responsabilidad de desarrollar las sesiones de capacitación cumplan con un perfil específico, que contemple las siguientes características:

- **Sensibilidad y preparación frente a la temática:** Es importante tener cierto grado de conocimiento y compromiso con los temas que se desean abordar en este proceso formativo; de tal manera que la transmisión de los mensajes no se tergiverse y se pueda responder con criterio ante dudas y cuestionamientos.
- **Comunicación efectiva y afectiva:** Es necesario generar, en todo momento, un clima de confianza e integración, en el que se promueva y se maneje adecuadamente la libre expresión de opiniones y sentimientos, así como el diálogo y el debate a partir del intercambio respetuoso de ideas.
- **Creatividad e innovación:** Será de gran ayuda desarrollar la creatividad e innovación para adaptar las actividades de la guía de acuerdo con las circunstancias, estados de ánimos y perfiles de las y los participantes; asimismo, es recomendable disponer de recursos para lograr mantener la atención de las y los adolescentes y jóvenes.
- **Crear en las propias capacidades de las y los adolescentes y jóvenes:** Se requiere creer en el potencial del grupo para promover su participación activa y protagónica. No etiquetarlos en categorías que limiten sus capacidades, ni creer que son incapaces de realizar las consignas o tareas propuestas en la guía.
- **Apertura y deconstrucción personal:** Es sumamente importante tener apertura y predisposición para la revisión permanente de sus propias actitudes, comportamientos y formas de ser y relacionarse con los demás en función de los temas planteados
- **Asumir el rol de facilitador/a del proceso:** Se trata de ser guías y acompañantes en el camino de adolescentes y jóvenes hacia la deconstrucción personal y la incorporación de nuevas creencias y prácticas en su vida diaria. No se requieren ponentes o expositores que se centren en la transmisión de contenidos teóricos.

6. Sesiones de capacitación

SESIÓN 1

AUTOESTIMA



OBJETIVO

Fortalecer, en las y los participantes, su autoreconocimiento como personas únicas y valiosas, así como su capacidad para cuestionar y cambiar sus formas de sentir, pensar y actuar orientándolas hacia su crecimiento personal y el bienestar colectivo.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Dinámica: “Yo soy...”	Promover el autoconocimiento como primer paso para la autoestima.	-Hojas de papel. -Lapiceros.
DESARROLLO	Dinámica: “Las etiquetas”.	Entender la influencia del entorno en el desarrollo del autoconcepto y la autoestima.	-Etiquetas.
	Dinámica: “La isla”.	Reflexionar sobre la necesidad de establecer lazos de amistad, apoyo y cooperación.	-Periódicos. -Música. -Equipos para reproducir la música.
	Dinámica: “La silla”.	Facilitar el encuentro con uno mismo para fortalecer su autoestima.	-Música de relajación. -Equipos para reproducir la música.
CIERRE	Declaración de autoestima.	Motivar compromisos para seguir trabajando en el fortalecimiento de su autoestima.	-1 ejemplar de la “Declaración de Autoestima” para cada participante.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO



Dinámica: “Yo soy...”

En primer lugar, el/la docente hace una breve introducción acerca de lo que significa la palabra “autoestima, motivando a las y los participantes a dar su opinión, para entrar en materia.

A continuación, se reparte a cada participante una hoja de papel, en el que pondrán en la parte superior la frase YO SOY...

Se les indica que van a hacer un listado de todas las características (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades, etc.) que definen quiénes son, incluyendo aquellos aspectos que consideran positivos así como los que califican como negativos o menos buenos. Se explica también que este es un trabajo personal, no lo tendrán que mostrar a los/las demás y tampoco se entregará al/la docente.

Pasados unos 10 minutos, se indica que seleccionen en su lista aquellas características que consideran positivas colocándoles una cruz (+) y aquellas que consideran negativas colocándoles un guion (-). Puede alternarse esta parte presentando ambos tipos de características en un cuadro de doble entrada.

Seguidamente, el/la docente complementa esta dinámica lanzando las siguientes preguntas y motivando la participación de las y los participantes:

- ¿Cómo se han sentido al realizar la dinámica?
- ¿Tuvieron alguna dificultad para realizar la dinámica? ¿Les costó más trabajo identificar las características positivas o las negativas?
- ¿Qué piensan de las características que han calificado como negativas? ¿Qué podrían hacer al respecto?

El/la docente sintetiza las intervenciones y las refuerza con las principales ideas de la dinámica.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La autoestima es definida como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, incluyendo nuestra manera de ser y nuestros rasgos corporales. En definitiva, es la forma en la que nos valoramos a nosotros mismos.

- ✓ Para tener una buena autoestima es importante trabajar cuatro aspectos: autoconocimiento, autoconcepto, autoaceptación y autorespeto.
- ✓ El primer paso para la autoestima es el autococimiento, pues no podemos amar lo que no conocemos. Es importante conocer nuestras diversas características para saber qué hacer con ellas: aceptarlas, cambiarlas, fortalecerlas, etc.
- ✓ A la mayoría de personas nos es difícil reconocer nuestras cualidades positivas y esto ocurre porque solemos evaluarnos negativamente. ¡Esto debe cambiar!

DESARROLLO



Dinámica: “Las etiquetas”

Se coloca a cada persona una etiqueta en la frente (previamente preparadas con características diversas, principalmente las que son consideradas negativas: irresponsable, tonto, desordenado, inútil, aburrido, etc.). La persona no debe saber lo que dice en su etiqueta.

Luego, se pide que paseen por la sala mirando y expresando a sus compañeros/as, con gestos y palabras, lo que dicen sus etiquetas.

Después, cada participante podrá ver lo que dice su etiqueta y tomarán asiento para iniciar un espacio de diálogo.

El/la docente pregunta al grupo:

- ¿Cómo se han sentido durante la dinámica?
- ¿Consideran que en la vida diaria también sucede que solemos ponerles etiquetas a las personas?
- ¿De qué manera estas etiquetas influyen en la imagen que tenemos de nosotros/as mismos/as?

El/la docente recoge algunas intervenciones y luego invita a las y los participantes a reflexionar, en forma personal y en silencio, en base a estas tres preguntas.

- ¿Ha sucedido en tu vida algo similar?
- ¿Qué etiquetas te pusieron? ¿Qué te dijeron?
- ¿Quiénes te hicieron creer que eres así?

Pasados unos minutos, el/la docente solicita intervenciones voluntarias sobre las experiencias vividas y concluye compartiendo las ideas fuerza de la actividad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ El origen de nuestra autoestima se encuentra en nuestro entorno social, mas concretamente en nuestras relaciones interpersonales, así pues, padres, hermanos/as, profesores/as y amigos/as son los que más contribuyen a favorecer o dificultar las experiencias sociales en las que podemos comprobar nuestras cualidades, en función del modo en que nos tratan, de cómo interpretan nuestras conductas y de la información concreta que nos transmiten sobre nosotros mismos.
- ✓ En estas relaciones interpersonales, muchas veces nos asignan etiquetas que nos encasillan en un determinado molde, limitan nuestra libertad para expresar quiénes somos y repercuten en la imagen que tenemos de nosotros mismos (autoconcepto). Es importante liberarnos de las etiquetas que nos han impuesto, pero también, dejar de etiquetar a los/las demás.
- ✓ La autoestima no es una característica invariable, va cambiando a lo largo de los años de acuerdo a nuestras experiencias de vida y decisiones personales. Esta posibilidad de variación, más que un hecho negativo, podemos tomarla como algo positivo, puesto que deja las puertas abiertas para seguir trabajando en nuestra autoestima.



Dinámica: “La isla”

Se reparte a cada participante una hoja de periódico, a quien se le dirá que es su isla, su único medio para la salvación porque nos encontramos en medio del mar y hay que ayudarnos a salvarnos unos a otros/as.

Empiezan a caminar con su isla en las manos al escuchar la música.

Al dejar de escuchar la música, colocan su isla en el piso y se paran sobre ella.

Suena la música nuevamente, mientras caminan con su isla, integrantes del equipo a cargo de la sesión, quitan inesperadamente las islas de varios/as participantes.

Al dejar de sonar la música invitan a que se salven unos a otros.

Así, se continúa varias veces hasta que pocos participantes queden con islas y muchos sin islas.

Se invita a la reflexión:

- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué nos enseña para la vida diaria?
- ¿En nuestra sociedad sucede algo parecido?

El/la docente recoge las intervenciones y complementa las conclusiones de la actividad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ En la vida llevamos a cabo diversas acciones para salvaguardar nuestra integridad, pero también existen personas que acogen y abren sus puertas para tenerte a salvo.
- ✓ Será importante nuestra búsqueda de ayuda, pero también nuestra apertura y solidaridad para acoger otras vidas.



Dinámica: “La silla”

Es recomendable desarrollar esta actividad poniendo música instrumental de fondo que genere predisposición para el encuentro con uno mismo.

Se pide a las y los participantes que se sienten de la manera más cómoda y cierren los ojos.

Luego, se les va dando las siguientes indicaciones:

- Toma conciencia de tu respiración; inhalando profundamente.
- Imagínate y trasládate al lugar más bonito que conoces.
- En ese lugar, tienes una silla vacía frente a ti.
- Trae a la mente a la persona que más quieres en esta vida y siéntala en la silla: salúdala, dile cuánto le amas y exprésale todo lo que le quieras decir... (se hace una pausa de entre 5 a 10 minutos). Bien, despídete de esta persona con mucho amor.
- Tienes otra vez la silla vacía. Imagínate a ti mismo y siéntate en esa silla. Estás frente a frente. Mira tu propia imagen, salúdate, admírate, acaríciate, conversa contigo/a mismo/a, expresa cuánto te quieres, felicítate por tus logros, perdona tus errores y reconcíciate contigo mismo... (se hace una pausa de entre 5 a 10 minutos). Ahora despídete de ti mismo con agradecimiento.
- Vamos a regresar al momento presente, respirando profundamente, y cuando estés listo/a y a tu ritmo, abre tus ojos lentamente.

Cuando todos/as ya han abierto los ojos, se les invita a compartir su experiencia en base a estas preguntas:

- ¿Cómo te sentiste durante la dinámica?
- ¿Fue fácil o difícil vivir este encuentro contigo mismo? ¿Qué fue lo más fácil y qué lo más difícil?
- ¿Consideras que es importante tener estos espacios de encuentro contigo mismo? ¿Por qué?

Se cierra la actividad reafirmando la importancia de seguir trabajando en su autoestima, a partir de la práctica del amor, el agradecimiento y el perdón hacia sí mismos.

CIERRE

Declaración de autoestima

Se culmina la sesión recordando a las y los participantes que la autoestima no es estática, sino que es variable, y aunque está fuertemente influenciada por nuestras experiencias de vida y relaciones interpersonales, también depende de nuestras propias decisiones respecto a qué hacemos por ser mejores personas, aceptarnos tal cual somos y estar bien con nosotros mismos. Somos personas únicas y valiosas y tenemos la capacidad de cambiar nuestras actitudes y comportamientos para contribuir a nuestro crecimiento personal y al bienestar colectivo.

Luego, se invita a las y los participantes a ponerse de pie formando un círculo y se les entrega la Declaración de Autoestima.

Se pide un/a voluntario/a para que de lectura al documento, mientras que los/as demás siguen la lectura en silencio y ayudándose con su hoja.

Para finalizar, se les pide que repitan tres veces la frase final del documento: “Yo soy yo y estoy bien conmigo mismo/a” y que se aplaudan a sí mismos.



ASPECTOS CONCEPTUALES

AUTOESTIMA

La autoestima es definida como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En definitiva, **es la forma en la que nos valoramos a nosotros mismos.**

La autoestima, unas cualidades subjetivas, puesto que se basa en la percepción que tenemos de nosotros mismos y la que creemos que tienen los demás de nosotros, y según unas cualidades de tipo valorativo, puesto que en función de nuestras experiencias y de los valores que imperen en nuestra cultura, atribuimos a estas cualidades un valor positivo o negativo.

El origen de nuestra autoestima se encuentra en nuestro entorno social, mas concretamente en nuestras relaciones interpersonales más significativas para nosotros, así pues, padres, hermanos, profesores y amigos son los que más contribuyen a favorecer o dificultar las experiencias sociales en las que podemos comprobar nuestras cualidades, en

función del modo en que nos tratan, de cómo interpretan nuestras conductas y de la información concreta que nos transmiten sobre nosotros mismos.

Para tener una buena autoestima **es importante trabajar cuatro aspectos:**

- **Auto-Conocimiento**
- **Auto-Concepto**
- **Auto-Aceptación**
- **Auto-Respeto**

La autoestima no es una característica invariable, va cambiando a lo largo de los años. Esta posibilidad de variación, más que un hecho negativo, podemos tomarla como algo positivo, puesto que el hecho de que la autoestima sea cambiante deja las puertas abiertas a poder trabajar sobre ella.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Bucay, J. *La autoestima*. (2018, 13 de octubre). [Archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=gcxhT_VhBwI
- Falcón Flores, Y. (2013). *Taller de Autoestima*. Gestalt- Branden. *figura/fondo*. Recuperado de <https://gestaltnet.net>
- Naranjo Pereira, M. L. (2007). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", 7 (3), 0. [Fecha de Consulta 19 de Octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=447/44770311>
- Bucay, J. *Amarse a Uno Mismo*. (2018, 18 de julio). [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=SZqVMJ4aaXg>
- Estrada, R. M. (1988). *Serie de capacitación integral*. Vol. 4 (2.ª ed.). Recuperado de https://www.dheducacion.com/wp-content/uploads/2019/01/AUTOESTIMA_-_Clave-del-%C3%A9xito-personal-1.pdf



MATERIALES DE TRABAJO

DECLARACIÓN DE AUTOESTIMA

(Por Virginia Satir)

En todo el mundo no existe nadie exactamente igual a mí.

Hay personas que tienen algunas partes semejantes a las mías, pero nadie es exactamente como yo.

Por consiguiente, todo lo que sale de mí es auténticamente mío porque yo solo/a lo elegí.

Todo lo mío me pertenece: mi cuerpo, todo lo que hace; mi mente, con todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo todas las imágenes que perciben; mis sentimientos, cualesquiera que sean: ira, alegría, frustración, amor, decepción, emoción; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, refinadas, dulces, o cortantes, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave, y todas mis acciones, sean para otros o para mí.

Soy dueño/a de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.

Son míos mis triunfos y mis éxitos, todos mis fracasos y errores.

Puesto que todo lo mío me pertenece, puedo llegar a conocerme íntimamente.

Al hacerlo, puedo llegar a quererme y sentir amistad hacia todas mis partes.

Puedo hacer factible que todo mi ser trabaje en beneficio de mis mejores intereses.

Sé que tengo aspectos que me intrigan y otros que desconozco.

Pero mientras yo me estime y me quiera, puedo buscar con valor y optimismo soluciones para las incógnitas e ir descubriéndome cada vez más.

Como quiera que parezca y suene, cualquier cosa que diga y haga, cualquier cosa que piense y sienta en un momento dado, todo es parte de mi ser.

Esto es real y representa lo que soy en ese momento del tiempo.

A la hora de un examen de conciencia, respecto de lo que he dicho y hecho, de lo que he pensado y sentido, algunas cosas resultarán inadecuadas.

Pero puedo descartar lo inapropiado, conservar lo bueno e inventar algo nuevo para lo que haya descartado.

Puedo ver, oír, sentir, decir, y hacer.

Tengo los medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser productivo/a y para lograr darle sentido y orden al mundo de personas y cosas que me rodean.

Me pertenezco y así puedo construirme.

Yo soy yo y estoy bien conmigo mismo/a.



OBJETIVO

Promover, en las y los participantes, la identificación y el cuestionamiento de los mandatos socioculturales de género, así como la reflexión y el análisis en torno a sus impactos en las desigualdades entre mujeres y hombres.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Dinámica: “El marciano”	-Entender y diferenciar los conceptos de sexo y género.	-Dos papelotes con una silueta humana dibujada en cada uno, un papelote llevará el título MUJERES y el otro HOMBRES. -Tarjetas de cartulina: rosadas y celestes. -Plumones. -Cinta masking tape.
DESARROLLO	Espacio de reflexión: El género en mi vida.	-Reflexionar sobre la socialización de género en sus propias vidas.	-Fichas de trabajo (1 por participante). -Lapiceros. -Diapositivas. -Laptop. -Proyector multimedia.
	Ampliación de conocimientos: Desigualdades de género	-Analizar las desigualdades de género y sus consecuencias.	-Datos sobre brechas de género en el Perú. -Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
	Formulación de propuestas: Igualdad de género	-Promover el entendimiento de la igualdad de género y el camino para lograrla.	-Diapositivas. -Laptop. -Proyector multimedia.

CIERRE	Construcción de compromisos: Caminando hacia la igualdad de género.	-Motivar compromisos reales y personales por y para la igualdad de género.	-Siluetas con forma de pie. -Plumones. -Manta de colores o telas de colores diversos. -Letrero: "Igualdad de género"
--------	--	--	---



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO

Dinámica: "El marciano"

El/la docente explica que a continuación se va a realizar una dinámica según la cual vamos a imaginar que vamos a recibir la visita de una comisión de marcianos que están interesados en conocer a los y las habitantes de la Tierra. Esta comisión sabe que en la especie humana hay hombres y mujeres pero no sabe cómo distinguirlos, por eso piden la ayuda de las y los participantes de este taller.

Seguidamente se forman grupos de trabajo, se pega en la pared las siluetas humanas y se reparte a cada grupo 10 tarjetas de cartulina (5 rosadas y 5 celestes) y 2 plumones gruesos. Luego se explica que cada grupo va a dialogar sobre cuáles son las características que distinguen a los hombres de las mujeres, las van a anotar en las tarjetas (las características de las mujeres en las tarjetas rosadas y las características de los hombres en las tarjetas celestes) y las van a pegar alrededor de la silueta correspondiente.

Cuando los grupos han pegado sus tarjetas, el/la docente dialoga con las y los participantes sobre las características que han registrado y les ayuda a distinguir aquellas que son biológicas de las que son socioculturales.

Finalmente explica la definición de los conceptos SEXO y GÉNERO, enfatizando cómo se vinculan y en qué se diferencian.



IDEAS FUERZA:

- ✓ El sexo es un conjunto de características biológicas, hormonales, fisiológicas y genéticas que diferencian al varón y la mujer. Estas diferencias son innatas y naturales.

- ✓ El género es el conjunto de características, actitudes, pautas de comportamiento, costumbres, reglas y roles que una determinada sociedad asigna en forma diferenciada a varones y mujeres.
- ✓ Mientras que el sexo es innato y natural, el género es aprendido y sociocultural.

DESARROLLO



Espacio de reflexión: El género en mi vida

A continuación, el/la docente entrega a cada participante una ficha de trabajo y les explica que van a desarrollar las 3 preguntas planteadas:

- ¿Qué te enseñaron sobre cómo debían ser y qué podían hacer las mujeres y los hombres?
- ¿Qué te enseñaron sobre cómo NO debían ser y qué NO podían hacer las mujeres y los hombres?
- ¿Qué consecuencias ha traído para tu vida estas enseñanzas sobre las formas de “ser mujer” y de “ser hombre”?

Se indica también que dispondrán de un tiempo máximo de 10 minutos para resolver estas preguntas.

Pasados los 10 minutos, el/la docente invita a las y los participantes a compartir, en forma voluntaria, sus respuestas.

Después de que se recogen unas 4 o 5 intervenciones en torno a la primera pregunta, el/la docente motivará el análisis invitando a las y los participantes a identificar similitudes y diferencias en las respuestas y a formular algunas conclusiones respecto al tema en cuestión. Se procederá de igual manera para la presentación y análisis de las respuestas que se han elaborado por cada una de las preguntas planteadas.

Después, en forma dialogada y teniendo como referencia el trabajo desarrollado por las y los participantes, el/la docente desarrollará el tema de la **SOCIALIZACIÓN DE GÉNERO** a través de una exposición en la cual se emplearán diapositivas.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La socialización de género es el proceso mediante el cual aprendemos a «ser mujeres» o a «ser hombres» asumiendo las características, actitudes, pautas de comportamiento, costumbres, reglas y roles que nuestro entorno nos ha enseñado a calificar como «femeninas» o «masculinas».

- ✓ Como producto de este proceso se transmiten y se imponen formas únicas, contrarias y desiguales sobre: ¿cómo deben ser las mujeres / los hombres? (estereotipos), ¿qué deben hacer las mujeres / los hombres? (roles) y ¿en qué condiciones deben relacionarse las mujeres y los hombres? (relaciones).
- ✓ Los estereotipos, roles y relaciones de género que se transmiten a través del proceso de socialización responden a las características que definen a nuestra sociedad: patriarcal, machista y sexista.



Ampliación de conocimientos: Desigualdades de género

A continuación, el/la docente conforma grupos de trabajo y le entrega a cada uno plumones, un papelote y una infografía o lectura sobre las desigualdades de género en el Perú (considerar datos actualizados que incluyan brechas de género en educación, salud, trabajo, violencia, etc.).

Indica que cada grupo, va a leer y analizar la infografía para luego responder por escrito las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentimientos o reacciones les ha generado estos datos?
- ¿Estas situaciones se reflejan en nuestro entorno inmediato? ¿Cuáles? ¿Cómo?
- ¿Cómo repercuten estas desigualdades en la calidad de vida de los hombres y de las mujeres?

Cada grupo comparte sus reflexiones en plenaria.

Después, en forma dialogada y teniendo como referencia las respuestas de las y los participantes, el/la facilitadora explicará que son las brechas de género y complementará cuáles son sus impactos.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Las brechas de género son las diferencias que existen entre mujeres y hombres en cuanto al acceso a los bienes, servicios y recursos que garantizarían su bienestar y desarrollo.
- ✓ Están presentes en todos los espacios y ámbitos de la vida: familia, educación, salud, trabajo, economía, política, acceso a la justicia, etc.
- ✓ Su mayor expresión es la violencia, la cual afecta mayoritariamente a las mujeres.

Formulación de propuestas: Igualdad de género

Culminada la exposición sobre las brechas de género, el/la docente pregunta a las y los participantes: ¿Qué podemos hacer para cambiar esta realidad?, recoge sus propuestas, las sintetiza y hace una exposición sobre la igualdad de género, incluyendo algunos de los requisitos para lograrla, como el enfoque de género, la deconstrucción de género y la equidad de género.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La igualdad de género es una situación en la cual los derechos, oportunidades y responsabilidades de las mujeres y los hombres no dependen de su naturaleza biológica, debiendo por lo tanto, tener las mismas condiciones y posibilidades para ejercer sus derechos y ampliar sus capacidades y oportunidades de desarrollo.
- ✓ Para lograr la igualdad de género es necesario: mirar la realidad desde un enfoque de género, deconstruir lo que hemos aprendido a través de la socialización de género e implementar medidas de equidad de género.

CIERRE

Construcción de compromisos: Caminando hacia la igualdad de género

Se sugiere desarrollar esta actividad poniendo música instrumental de fondo que genere predisposición para la revisión personal y la asunción de compromisos de cambio.

Las y los participantes se ubican sentados formando un círculo y en el centro se coloca una manta de colores o telas de colores y encima el letrero “igualdad de género”. Seguidamente, a cada participante se le entrega una silueta en forma de pie y un plumón.

El/la docente explica que la manta de colores representa la diversidad de experiencias que traen con respecto a su propio proceso de socialización de género y les invita a pensar en cuáles serán los próximos pasos que darán para caminar hacia la igualdad.

Les indica que anoten sus compromisos en la silueta para luego compartirlos oralmente y colocar su silueta en dirección al letrero.

Cuando la totalidad de participantes han compartido su compromiso, el/la docente recuerda que las desigualdades de género afectan tanto a mujeres como hombres y que el logro de la igualdad de género requiere de la participación de todos y todas, empezando por su propia deconstrucción personal para luego pasar a las acciones de incidencia pública.



ASPECTOS CONCEPTUALES

GÉNERO

1. SEXO Y GÉNERO

- **Sexo**

Es un conjunto de características biológicas, hormonales, fisiológicas y genéticas que diferencian al varón y la mujer.

- ✓ Es lo biológico.
- ✓ Es innato, se nace así: hombre o mujer.
- ✓ No se puede cambiar.
- ✓ Es universal, existen sólo dos sexos.
- ✓ Los signos visibles y característicos son los órganos sexuales externos: vagina y pene.

- **Género**

Es el conjunto de características, actitudes, pautas de comportamiento, costumbres, reglas y roles que una determinada sociedad asigna en forma diferenciada a varones y mujeres.

- ✓ Es cultural.
- ✓ Se aprende por socialización.
- ✓ Cambia con el tiempo.
- ✓ Difiere de una cultura a otra.
- ✓ Los signos visibles y característicos: maneras de ser y actuar en la sociedad.

2. SOCIALIZACIÓN DE GÉNERO

Es el proceso mediante el cual aprendemos a «ser mujeres» o a «ser hombres» asumiendo las características, actitudes, pautas de comportamiento, costumbres, reglas y roles que nuestro entorno nos ha enseñado a calificar como «femeninas» o «masculinas». Este proceso se da a lo largo de toda nuestra vida y en él intervienen los diferentes agentes socializadores con los cuales interactuamos: familia, escuela, comunidad, etc.

Como producto de este proceso se transmiten y se imponen:

- **Estereotipos de género**

Son un conjunto de ideas que se han formado en torno a las características supuestamente «naturales» de las mujeres y de los hombres. Estas ideas han sido aceptadas y asumidas por nuestra sociedad, estableciéndose así cualidades exclusivamente «femeninas» (delicadeza, obediencia, dependencia, belleza, etc.) o «masculinas» (agresividad, rebeldía, independencia, inteligencia, etc.)

- **Roles de género**

Son una serie de comportamientos, valores y actitudes socialmente permitidos o sancionados para uno u otro sexo. Los roles de género están muy relacionados con el reparto tradicionalmente establecido de responsabilidades y trabajos entre mujeres y hombres. A las mujeres se les asigna los roles reproductivos (espacio privado): trabajos relacionados con el cuidado del hogar, la familia y personas dependientes. A los hombres se les asigna los roles productivos (espacio público): tareas relacionadas con el empleo remunerado y los órganos de toma de decisiones.

- **Relaciones de género**

Es la forma cómo se establecen las relaciones interpersonales entre mujeres y hombres a partir de los estereotipos y roles de género socialmente aceptados. Es por eso que estas relaciones suelen establecerse en condiciones de superioridad, dominación, violencia y discriminación de los hombres sobre las mujeres.

Los estereotipos, roles y relaciones de género que se transmiten a través del proceso de socialización responden a las características que definen a nuestra sociedad:

- **Patriarcado**

Es un sistema de organización social en el cuál los puestos clave de poder se encuentran en manos de los hombres; quienes a través de diferentes medios determinan cuál es o no el papel que las mujeres deben interpretar con el fin de estar en toda circunstancia sometidas a ellos.

- **Machismo**

Conjunto de creencias, conductas, actitudes y prácticas sociales que justifican y promueven actitudes discriminatorias contra las mujeres y también contra los hombres que no cumplan con el perfil aceptado como «masculino», pues éste es socialmente reconocido como superior y más importante que todo lo que implica lo «femenino».

- **Sexismo**

Se denomina sexismo a todas las manifestaciones de discriminación que se ejercen sobre una persona en razón de su sexo; así como también al conjunto de condiciones y actitudes que promueven los estereotipos y roles de género.

3. BRECHAS DE GÉNERO

Son las diferencias que existen entre mujeres y hombres en cuanto al acceso a los bienes, servicios y recursos que garantizarían su bienestar y desarrollo. Expresan la desigualdad que la sociedad produce entre mujeres y hombres como consecuencia de la socialización de los estereotipos, roles y relaciones de género.

4. IGUALDAD DE GÉNERO

Es una situación en la cual los derechos, oportunidades y responsabilidades de las mujeres y los hombres no dependen de su naturaleza biológica, debiendo por lo tanto, tener las mismas condiciones y posibilidades para ejercer sus derechos y ampliar sus capacidades y oportunidades de desarrollo.

Para lograr la igualdad de género es necesario:

- **Mirar la realidad desde un enfoque de género**

Es una forma de mirar la realidad identificando las desigualdades y relaciones de poder que se producen entre mujeres y hombres, permitiendo conocer y explicar las causas que las producen para formular medidas que contribuyan a superar las brechas de género existentes.

- **Deconstruir lo que hemos aprendido a través de la socialización de género**

Se trata de ir cuestionando y erradicando de nuestra práctica diaria, en forma consciente y progresiva, los estereotipos y roles de género que hemos aprendido, para contribuir a la construcción de relaciones de respeto, igualdad y cooperación entre mujeres y hombres.

- **Implementar medidas de equidad de género**

Es un mecanismo para lograr la igualdad de género, el cual consiste en brindarle a los hombres y a las mujeres, de acuerdo a sus necesidades particulares, los medios necesarios para alcanzar la igualdad en los diferentes ámbitos del desarrollo humano.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2017). *Conceptos fundamentales para la transversalización del enfoque de género* (2.ª ed.). Recuperado de <https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dcteg/Folleto-Conceptos-Fundamentales.pdf>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2017). *Conceptos fundamentales sobre el enfoque de género para abordar políticas públicas* (2.ª ed.). Recuperado de https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/199417/Conceptos_fundamentales_sobre_el_enfoque_de_g%C3%A9nero_para_abordar_pol%C3%ADticas_p%C3%BAblicas.pdf
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2008). *Guía metodológica para la sensibilización en género: Una herramienta didáctica para la capacitación en la administración pública. La perspectiva de género*. (1.ª ed., Vol. 2). Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100973.pdf

SESIÓN 3

CONSTRUCCIÓN SOCIAL Y CULTURAL DE LAS MASCULINIDADES



OBJETIVO

Motivar a las y los participantes a promover y/o poner en práctica masculinidades libres de violencia, a partir de la identificación y el cuestionamiento de la masculinidad hegemónica y de sus consecuencias tanto en la vida de las mujeres como de los hombres.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Dinámica “La silueta”	Tomar conciencia del origen social y cultural del modelo de masculinidad dominante en nuestro entorno.	-Tres papelotes y plumones para cada grupo. - Cinta masking tape.
DESARROLLO	Ampliación de conocimientos: La masculinidad hegemónica y el machismo.	Identificar y empezar a cuestionar la masculinidad hegemónica así como su vinculación con el machismo.	-1 juego de testimonios impresos para cada grupo. -Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
	Espacio de reflexión: Las consecuencias de la masculinidad hegemónica.	Reflexionar sobre las consecuencias de la masculinidad hegemónica tanto en la vida de las mujeres como de los hombres.	-Letrero: “Consecuencias de la masculinidad hegemónica” -Papelotes. -Imágenes y frases impresas. -Cinta masking tape.
	Formulación de propuestas: Masculinidades	Reconocer y valorar la posibilidad de deconstruir la	-Mural con el título “Masculinidades libres de violencia” (Puede ser

	libres de violencia.	masculinidad hegemónica y promover masculinidades libres de violencia.	hecho con dos o tres cartulinas o cartones dúplex). -Tarjetas de cartulina en tamaño A5 y colores diversos. -Plumones. -Cinta masking tape.
CIERRE	Construcción de compromisos: Deconstrucción de la masculinidad hegemónica.	Motivar compromisos reales por y para la promoción y práctica de masculinidades libres de violencia.	-Siluetas de manos. -Plumones. -Cinta masking tape. -Música instrumental. -Equipos para reproducir la música.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO



Dinámica “La silueta”

Se da una cálida bienvenida a las y los participantes y se hace un breve repaso de las ideas fuerza de la sesión anterior que trató sobre género.

Luego, se forman grupos de trabajo.

Cada grupo va a dibujar la silueta de un hombre sobre los papelotes. Es importante que sea la silueta de algún compañero del grupo, el cual se va a acostar sobre los papelotes para que su silueta sea dibujada.

Una vez que se ha hecho el dibujo, dentro de la silueta y teniendo en cuenta lo trabajado sobre los mandatos de género, van a escribir aquellas características que según nuestra sociedad debe tener un hombre, mientras que fuera de la silueta van a anotar las características que un hombre no debe tener o manifestar.

Después, todas las siluetas se colocan en la pared y cada grupo expone su silueta leyendo lo que escribieron.

Seguidamente, el/la docente complementa esta dinámica lanzando las siguientes preguntas y motivando la participación de las y los participantes:

- ¿Cómo se han sentido al realizar la dinámica?
- ¿Les resultó sencillo o tuvieron problemas para realizar la dinámica? ¿Por qué?

- ¿Qué características han sido comunes en todos o la mayoría de grupos? ¿A qué creen que se deba?

El/la docente sintetiza las intervenciones y las refuerza con las principales ideas de la dinámica.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La forma en que los hombres sienten, piensan y actúan está fuertemente influenciada por una herencia sociocultural de género que establece los mandatos de la masculinidad, es decir, “cómo deben ser los hombres”.
- ✓ Aunque cada sociedad tiene su propio modelo de masculinidad, la gran mayoría coincide en establecer un conjunto de características rígidas que son totalmente opuestas a todo lo que se considera femenino y que supuestamente avalan la idea de la superioridad de los hombres sobre las mujeres. Esto se refleja en que solemos darle mayor valoración social a todas las características y roles considerados masculinos por sobre aquellos catalogados como femeninos: el trabajo productivo/el trabajo reproductivo, la independencia/la dependencia, la racionalidad/la emotividad, el poder/la subordinación, la agresividad/la pasividad, etc.
- ✓ Lo más importante, es tener en cuenta que así como hemos aprendido e incorporado los mandatos de la masculinidad en nuestra vida; también podemos desaprenderlos e irlos erradicando progresivamente.

DESARROLLO



Ampliación de conocimientos: La masculinidad hegemónica y el machismo

Se conforman grupos de trabajo y a cada grupo se le entrega un juego de testimonios impresos.

En cada grupo, las y los participantes eligen un coordinador o coordinadora, luego leen los testimonios y contestan las siguientes interrogantes:

- ¿Se identifican ustedes o se ven reflejados/as en algunas de las frases o situaciones que estos personajes cuentan? ¿En cuáles?
- ¿Consideran que estas formas de sentir, pensar y actuar que manifiestan los personajes, son comunes en la mayoría de los hombres de nuestro entorno? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las principales características de estos personajes? ¿Qué piensan de estas formas de “ser hombre”?

Las respuestas se registran en papelotes y luego, las y los coordinadores de grupo presentan su trabajo en forma expositiva.

El/la docente culmina esta actividad explicando el concepto de masculinidad hegemónica y su vinculación con el machismo.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La masculinidad hegemónica es el modelo de masculinidad dominante dentro de una sociedad determinada. Este modelo puede ser machista o no machista. Lamentablemente, en nuestro entorno inmediato se sigue dando el primer caso.
- ✓ Como hemos visto en los testimonios, el modelo de masculinidad que impera en nuestra sociedad está marcado por estereotipos y roles que, además de establecer una forma casi única de ser hombre (agresivo, promiscuo, insensible, etc.), configuran relaciones de poder, dominación y violencia de los hombres sobre las mujeres
- ✓ El machismo es un conjunto de creencias, costumbres y actitudes que sostienen que el hombre es superior: es la figura más importante, dueño del poder y representante del ser humano. A la mujer se le ve como si fuera inferior al hombre. Debe conformarse con ser madre, cuidar a los hijos y cuidar al esposo. Se justifica así que gane menos dinero que el hombre y que esté marginada de cargos públicos.



Espacio de reflexión: Las consecuencias de la masculinidad hegemónica

El/la docente invita a formar una media luna frente a los papelotes que están en la pared y que tienen el título de “Consecuencias de la masculinidad hegemónica”.

Luego, entrega a cada participante una imagen o frase impresa y les invita a reflexionar de acuerdo al recorte, para luego pegarlo en los papelotes y compartir las consecuencias de la masculinidad hegemónica que identificó y reflexionó.

Es importante que cada participante logre identificar y reflexionar consecuencias tanto para la vida de las mujeres como de los hombres.

Se pueden usar imágenes y frases que reflejen situaciones de: represión de emociones, uso de la violencia, promiscuidad e infidelidad, violencia contra las mujeres, consumo de alcohol, violencia intrafamiliar, nula práctica de las labores de cuidado (quehaceres domésticos, crianza de niños/as, atención de personas ancianas, enfermas o con discapacidad, etc.), presión por cumplir el rol de proveedor, presión por demostrar que es un “verdadero hombre”, entre otras.

Se complementa presentando las principales consecuencias de la masculinidad hegemónica, en los siguientes aspectos:

- Manejo de los afectos y emociones.
- Desarrollo personal y vida social.
- Vivencia de la sexualidad.
- Relación de pareja.
- Ejercicio de la paternidad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Aunque la masculinidad hegemónica establece relaciones de poder y dominio de los hombres sobre las mujeres y les concede a estos muchos privilegios. Lo cierto es que la masculinidad hegemónica genera impactos negativos tanto en la vida de las mujeres como de los hombres.
- ✓ En el caso de los hombres, el mandato social de vivir de acuerdo al modelo de la masculinidad hegemónica limita su desarrollo personal integral, dificulta su manejo de afectos y emociones, tergiversa la vivencia de su sexualidad y afecta su relación de pareja y el ejercicio de su paternidad.



Formulación de propuestas: Masculinidades libres de violencia

El/la docente invita a formar una media luna frente al mural que está en la pared y que tiene el título de “Masculinidades libres de violencia”.

Se empezará indicando que frente a las consecuencias de la masculinidad hegemónica, se hace evidente la necesidad de construir otras formas de ser hombres, más dignas, justas, responsables y que aporten a la igualdad; por lo que en los últimos años se ha venido promoviendo la construcción de masculinidades libres de violencia.

Se entrega a cada participante de 3 a 5 tarjetas de colores y un plumón, indicándoles que escriban en cada tarjeta una característica que debería tener estos nuevos modelos de masculinidad para contribuir a una vida más digna y en condiciones de igualdad para todas y todos. Colocan las tarjetas en el centro del mural de manera que todas sean visibles y dejen espacios libres en el contorno.

El/la docente hace un resumen de las características que más se han señalado y cierra este momento indicando que sí es posible lograr la construcción de estas masculinidades libres de violencia.

CIERRE



Construcción de compromisos: Deconstrucción de la masculinidad hegemónica

Se sugiere desarrollar esta actividad poniendo música instrumental de fondo que genere predisposición para la revisión personal y la asunción de compromisos de cambio.

El/la docente comenta que las grandes transformaciones sociales empiezan por lo pequeños cambios personales y eso mismo sucede con las nuevas masculinidades libres de violencia. Su construcción es principalmente un asunto personal, que debe partir por cuestionar nuestras formas de sentir, pensar y actuar marcadas por la masculinidad hegemónica, para proceder a cambiarlas en beneficio de la igualdad entre mujeres y hombres.

El/la docente invita a las y los participantes a cerrar los ojos y a mirarse a sí mismos/as para identificar qué cambios necesitan realizar y determinar qué compromiso real pueden asumir en torno a la promoción y práctica de masculinidades libres de violencia.

Pasados unos 5 o 7 minutos, se entrega a cada participante la silueta de una mano junto con un plumón y se les motiva a escribir y firmar su compromiso en la silueta, para luego compartirlo en forma oral y ubicarlo en los contornos del mural de las “Masculinidades libres de violencia”.

Culminada la presentación de compromisos, el/la docente anima su cumplimiento, motiva la continuidad en el programa formativo y da por concluida la sesión.



ASPECTOS CONCEPTUALES

CONSTRUCCIÓN SOCIAL Y CULTURAL DE LAS MASCULINIDADES

1. CONSTRUCCIÓN DE LA MASCULINIDAD

Desde los estudios de género, la masculinidad es entendida como el conjunto de atributos, valores, funciones y conductas que se suponen esenciales al hombre y propias de su naturaleza, dentro de una cultura determinada.

Para el caso de América Latina existe un modelo dominante de masculinidad, por medio del cual se considera al hombre como ‘superior’, por lo cual puede discriminar y subordinar a la mujer y a otros hombres que no se adapten a dicho modelo.

La masculinidad es aprendida y se construye en base a los estereotipos y roles de género que se transmiten a través del proceso de socialización. Es por eso que, aunque todos los hombres son diferentes, la mayoría comparte características asociadas al modelo hegemónico de la masculinidad, como: la represión de la afectividad, el uso de la violencia, la demostración constante de fuerza y poder, la práctica de la promiscuidad e infidelidad, entre otras. Además, la mayoría de los hombres, aún en contra de su voluntad y de poseer características innatas que puede empujarlos a ser distintos, intenta acercarse a los modelos masculinos que la sociedad impone para ser aceptados y respetados.

Sin embargo, hay diferencias en la vivencia de la masculinidad producto de la diversidad de nacionalidades, clase, etnia, edad, orientación sexual, etc; por lo que se recomienda hablar de la masculinidad en plural, es decir hablar de masculinidades.

2. LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA Y EL MACHISMO

La concepción tradicional y hegemónica de masculinidad vincula y legitima la idea de que existe una relación natural entre el sexo masculino y la detención social del poder, especialmente en lo que refiere a la posición relativa de los hombres respecto de las mujeres.

Esta ideología, conocida popularmente como machismo, ha alimentado la creencia de que las mujeres y los hombres tienen roles distintos, opuestos y desigualmente valorados en la sociedad, ellas adscritas a las actividades domésticas (las menos valoradas) y ellos a las actividades en el ámbito de lo público (las más valoradas); justificando así: la superioridad de los hombres sobre las mujeres y el ejercicio de poder de ellos sobre ellas.

De esta manera, el machismo promueve la idea de que los hombres tienen el privilegio de ser servidos por las mujeres y además, condiciona a los hombres a desarrollar las conductas consideradas masculinas, las cuáles suelen estar asociadas al riesgo, la ausencia de responsabilidad y el ejercicio de la violencia.

La cultura machista es rechazada oficialmente en las sociedades contemporáneas. Sin embargo, sigue presente en nuestras prácticas diarias y se expresa de múltiples formas incluyendo algunas que resultan sutiles y hasta invisibles, como: descalificar las capacidades de las mujeres, controlar dónde se encuentra y con quién, culpabilizarla por lo que sucede con los hijos e hijas, entre otras.

3. LAS CONSECUENCIAS DE LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA

Aunque la masculinidad hegemónica establece relaciones de poder y dominio de los hombres sobre las mujeres y les concede a estos muchos privilegios. Lo cierto es que la

masculinidad hegemónica genera impactos negativos tanto en la vida de las mujeres como de los hombres.

- **Consecuencias en el manejo de los afectos y emociones**
 - ✓ Dificultad para manejar y expresar las emociones dolorosas y todo aquello que implica vulnerabilidad (las niega o racionaliza).
 - ✓ Dificultad para comunicar sentimientos profundos (de intimidad, de dolor).
 - ✓ Dificultades en el manejo del enojo.
 - ✓ Intolerancia e irritabilidad.

- **Consecuencias en el desarrollo personal y vida social**
 - ✓ Descuido en la salud emocional y física.
 - ✓ Soledad y pocas redes de apoyo.
 - ✓ Manejo violento de los conflictos interpersonales.
 - ✓ Limitaciones para establecer relaciones de compañerismo y amistad con mujeres.
 - ✓ Manifestaciones de discriminación hacia las mujeres y los hombres que no cumplan con el modelo hegemónico de masculinidad.

- **Consecuencias en la vivencia de la sexualidad**
 - ✓ Sexualidad no asumida (no apropiada, no responsable).
 - ✓ Sexualidad muy focalizada en el pene, poco afectiva.
 - ✓ Problemas en el autocuidado (buscarse problemas por la conducta sexual) y prácticas sexuales riesgosas.
 - ✓ Promiscuidad y seducción permanente.
 - ✓ Ejercicio de la violencia sexual.

- **Consecuencias en la relación de pareja**
 - ✓ Varias parejas simultáneas.
 - ✓ Necesidad de control y poder sobre la pareja.
 - ✓ Celos enfermizos.
 - ✓ Invasión de espacios personales para el control.
 - ✓ Uso de la violencia.

- **Consecuencias en el ejercicio de la paternidad.**
 - ✓ Evasión de la responsabilidad.
 - ✓ Desvinculación de la crianza.
 - ✓ Asociación de la paternidad exclusivamente al rol de proveedor.
 - ✓ Relación distante y/o conflictiva con hijos e hijas.
 - ✓ Uso de la violencia para imponer autoridad y/o disciplinar

4. CONSTRUCCIÓN DE MASCULINIDADES LIBRES DE VIOLENCIA

Pueden existir masculinidades que no sean machistas y estén libres de violencia. Por ejemplo: las masculinidades que estén a favor de la equidad de género y en contra de todas las formas de discriminación y violencia hacia las mujeres. Pero es necesario que los hombres revisen su propia masculinidad y que se hagan preguntas que quizás nunca se han hecho: ¿cómo han vivido la masculinidad?, ¿cuáles han sido sus encargos?, y lo más importante, ¿cuáles han sido las consecuencias positivas y negativas que todo esto ha tenido en sus vidas y en las personas que los rodean?

El cambio empieza por uno mismo, a partir del cuestionamiento de la masculinidad hegemónica y la deconstrucción de la misma en nuestro día a día.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- *Descubriendo mi hombría*. Pág. (29-34) – Orlando Pardo Otiniano – *Cuestionándonos N°2: Violencia de género contra las mujeres*. Recuperado de http://menengage.org/wp-content/uploads/2020/07/Revista_cuestionandonos_2da_edicion_2019.pdf
- *La construcción social del género masculino*. Cap. 1, Pág. 1-8 - Padilla, M. A. R. (2009). *Guía educativa Masculinidad y Violencia familiar*. Movimiento Manuela Ramos. Recuperado de https://www.academia.edu/25861941/Gu%C3%ADa_educativa_Masculinidad_y_Violencia_familiar
- *The Mask You Live In (Subs. Español) - Un análisis de la masculinidad*. (2019, 20 junio). [Archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=t_Vjal3xxkl&t=6s
- *Masculinidad Hegemónica | Murga La Buena Moza*. (2019, 9 agosto). [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=NC3UP6rfk8c>
- Fondo de Población de las Naciones Unidas en Bolivia. (2016). *Así aprendimos a ser hombres. Pautas para facilitadores de talleres de masculinidades en América Central*. Recuperado de https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/MASCULINIDADES_0.pdf



MATERIALES DE TRABAJO

TESTIMONIOS PARA TRABAJAR LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA Y EL MACHISMO³

YO SOY LUIS...

Soy chofer de taxi. Antes trabajé como policía.

Tengo 35 años. La doña tiene que decirme dónde va. Yo me la paso llamando por teléfono; si no me contesta me enoja. Seguramente anda con otro... Y me las paga...

Soy muy celoso. No permito que ella salga sola, me molesta que quiera salir con sus amigas.

¿Para qué tiene que salir con otras personas si me tiene a mí?

Tampoco me gusta, cuando llego a mi casa, que estén vecinas metidas hablando con ella.

No me gusta la ropa que ella usa, es muy provocativa.

Desde la Biblia se sabe que el hombre es el que debe mandar en la casa.

Cuando ella no hace lo que yo quiero me enoja.

Si me enoja...tengan cuidado, porque me pongo violento. Si me pongo triste no lo demuestro, me encierro. Si ponen en duda mi hombría, me enoja.



Si no me hacen caso, me enoja; si allí la tierra tiembla.

¡Ah, y se me olvidaba decirles! Estoy separado porque me aplicaron medidas cautelares porque dicen que yo agredí a mi esposa. Lo que hice fue que le di un empujón porque salió sin mi permiso.

³ Adaptado de Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos (2007). *Así aprendimos a ser hombres* [Serie: Pautas para facilitadores de talleres de masculinidad en América Central, vol.1]. San José, Costa Rica.

YO SOY MANUEL...



Soy obrero de construcción. Tengo 26 años. Soy muy fuerte y me gusta demostrar a mis compañeros que soy más fuerte que ellos.

Cuando se puede, me voy con mis amigos a tomar tragos y a bailar.

Además, me encantan las mujeres. Con mis compañeros hacemos concursos a ver quién les dice mejores piropos a las muchachas que pasan por la calle cuando estamos trabajando.

Creo que tengo buena relación con mi familia. Trato bien a mi esposa y a mis hijos. Ahora no soy celoso, tengo confianza en ella y no me preocupa que ella trabaje o tenga actividades con otras amigas u otras personas. Antes sí era muy celoso, y por eso perdí a mi primera esposa. Yo nunca me pongo triste, lo único es que a veces me bajoneo, pero lo aguanto porque soy muy macho. Nunca he cocinado ni he hecho oficios domésticos.

Nunca hablo de mis sentimientos y menos de lo que me pone triste. Prefiero guardármelo porque si hablo no voy a solucionar nada. No necesito que nadie me ayude, aunque me sienta mal no se lo digo a nadie y me hago el valiente aunque me esté muriendo.



Eso le molesta a mi esposa. Ella me reclama y me dice que no soy romántico, que no hablo de mí y que no tengo detalles de cariño para ella. No entiendo a las mujeres, mis detalles son el trabajo, ¿qué más desea?

Ah, se me olvidaba decirles que hace poco tiempo me encontraron una úlcera en el estómago. Dicen que fue por tensión, pero yo no sé si vivo tensión o no.

YO SOY JUAN...



Soy campesino. Tengo 45 años. Soy muy macho.

Trabajo de sol a sol para llevar el sustento a la casa. Mis papás me enseñaron a ser bien responsable y a trabajar mucho. Yo no tengo vicios. Me gusta chambear. De vez en cuando tomo mis traguitos.

Me encanta proteger a mi

familia y que me necesiten. No hablo de mis sentimientos ni lloro, eso es de mujeres, y yo no soy maricón.

A mí no me manda nadie. A nadie le doy cuentas, porque un hombre no tiene que darle explicaciones a nadie de lo que hace.

Me gusta que mi mujer me tenga lista la comida. No me gusta que ella use ropa corta, que se vista como alguien de su casa. Ahora hay unas mujeres que no saben ni cocinar.

No me gusta que mi mujer salga a la calle, porque puede hacerse de amigas que me le pueden dar malos consejos. Es mejor que la mujer esté en la casa.

Sí me gusta tratar muy bien a las personas que nos visitan, que la mujer les dé café. Tengo seis hijos: tres hombres y tres mujeres. Los quiero mucho, sobre todo a las mujeres, les demuestro mucho cariño. A los hombres los trato muy rudo, los traigo a trabajar para que se hagan hombres.

Ahora estoy en problemas porque mi mujer quiere participar en un comité que se hizo en la comunidad para participar en un programa de agricultura sostenible. ¿Por qué tienen las mujeres que meterse en asuntos de hombres?



YO SOY BARTOLO...

Soy maestro. Tengo 30 años. Me gusta mucho enseñar y soy muy activo en la escuela donde trabajo. Me gusta mucho ayudar a los niños y a las niñas. Tengo un problema, y es que me dicen el papi, porque yo soy muy bueno para el sexo. Como macho que soy no dejo pasar ninguna aventura sexual que se me presente. Me gusta tener sexo a cada rato.



Mi papá tenía varias mujeres además de mi mamá.

Además, me gusta mucho “chupar”, “estar waska”.

Hasta he llegado a tener tres novias además de mi esposa, yo puedo con todas. Ahora solo tengo dos mujeres y tengo un problema.

Mi esposa se dio cuenta y me echó de la casa.

Y yo creo que quiero a las dos. No sé qué hacer, no soporto la soledad. Dios dijo: “No es bueno que el hombre esté solo”. A veces pienso que morirme sería la solución. Y esto me da vergüenza, porque yo, como maestro, debería dar el ejemplo.



YO SOY RONY...

Tengo 16 años. Antes estudiaba, pero me salí del colegio porque me costaba mucho la matemática. Me gusta el fútbol, pero ahora no hago nada. En mi casa, mis viejos me dicen que debo trabajar. A mí me gustaría para tener algo de plata. Cuando salgo con mis patas necesito plata para poder comprar trago. La vez pasada hicimos un concurso a ver quién aguantaba tomar más cervezas.



Me gusta bailar “reguetón” y así conquisto mujeres. Bailo bien y yo les digo que ellas me gustan, pero la verdad es que sólo me gustan para ver qué puedo lograr de ellas, o sea, que se dejen tocar o tener sexo. Cuando uno está en estas edades, si te sale una oportunidad de estar con una mujer, uno la aprovecha y no piensa en nada.

Hace poco me invitaron a un taller con un nombre rarísimo, un taller de masculinidad. Y me preguntaron qué pensaba yo que era un hombre. Yo les dije

que para mí un hombre debe ser trabajador, llevar dinero a la casa, no dejarse de las mujeres, no llorar, demostrar que él es el que lleva los pantalones, y lo más importante, dejar bien satisfecha a una mujer en el sexo. Ah, también dije que no hay que dejar que otros patas te molesten o se burlen; si eso pasa, hay que defenderse, rompiéndoles la cara si es necesario. No estuvo feo el taller. Me puse a pensar muchas cosas que antes no pensaba, como por ejemplo, si seré machista o no.



OBJETIVO

Facilitar la comprensión, por parte de las y los participantes, sobre lo que es la violencia de género y cómo se manifiesta en la relación de pareja, identificando y cuestionando el rol de la masculinidad hegemónica en esta problemática.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Recojo de saberes previos: Dinámica “La frase incompleta”.	Recoger las creencias que traen las y los participantes sobre la violencia.	-Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
DESARROLLO	Ampliación de conocimientos: Violencia de género y violencia contra la mujer.	Entender, diferenciar y vincular la violencia de género y la violencia contra la mujer.	-Diapositivas. -Laptop. -Proyector multimedia.
	Espacio de reflexión: Los hombres y la violencia en sus relaciones de pareja.	Reflexionar sobre las causas y consecuencias de la violencia ejercida por los hombres en sus relaciones de pareja.	-Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
	Ampliación de conocimientos: Reconociendo las diferentes manifestaciones de violencia.	Conocer los diferentes tipos de violencia e identificar la diversidad de sus manifestaciones, desde los micromachismos hasta el feminicidio.	-Papelotes. -Tarjetas de cartulina. -Plumones. -Cinta masking tape. -Diapositivas. -Laptop. -Proyector multimedia.

CIERRE	Construcción de compromisos: Por una vida sin violencia.	Motivar compromisos reales por y para la promoción y práctica de una vida sin violencia.	-1 ejemplar del “compromiso” para cada participante.
--------	--	--	--



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO



Recojo de saberes previos: Dinámica “La frase incompleta...”

Se escribirá en un papelote la frase “Soy...y creo que la Violencia es...”. La consigna será: “Vamos a presentarnos diciendo nuestro nombre y completando la frase en forma corta, con la primera idea que se nos venga a la cabeza.” Luego se invita que de manera voluntaria uno de ellos inicie el ejercicio y quien se encuentra a su lado debe continuar así sucesivamente. Mientras el/la docente toma apuntes para luego reflexionar lo mencionado, invitando a que comenten y pregunten.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La mayoría de personas coincide en señalar que la violencia es mala o dañina, lo cual es cierto; sin embargo, está presente en nuestra vida diaria y se manifiesta de múltiples formas, incluyendo algunas que han sido aceptadas socialmente.
- ✓ Es importante revisar profundamente nuestras vidas y nuestras prácticas diarias para identificar si estamos ejerciendo violencia o si somos víctimas de alguna de sus manifestaciones.



Ampliación de conocimientos: Violencia de género y violencia contra la mujer

Con ayuda de diapositivas y ejemplos, el/la docente explica qué es la violencia de género y qué es la violencia contra la mujer, señalando sus diferencias y vinculaciones.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Se entiende por violencia de género a todo aquel tipo de violencia que se lleva a cabo vulnerando el bienestar de una persona debido a su sexo o identidad de género.
- ✓ La violencia contra las mujeres, que es ejercida generalmente por los hombres, como medio para mantener su poder, dominio y control sobre ellas, constituye violencia de género.
- ✓ La violencia de género se visibiliza con mayor claridad y frecuencia en las relaciones de pareja.



Espacio de reflexión: Los hombres y la violencia en sus relaciones de pareja

Se conforman grupos de trabajo. A cada grupo se les pide que dialoguen, a partir de sus propias experiencias, en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Todos los hombres son violentos en sus relaciones de pareja? ¿Algunos? ¿La mayoría?
- ¿Cuáles son las causas por las que los hombres ejercen violencia contra su pareja?
- ¿Qué consecuencias origina la violencia que ejercen los hombres contra su pareja?

Se les pide registrar sus respuestas en un papelote para luego compartirlas en plenaria.

Cada grupo presenta sus respuestas y el/la docente complementa vinculando este tema a la construcción sociocultural de la masculinidad hegemónica.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La violencia contra la pareja se origina por la necesidad que tiene la parte agresora de mantener el poder y la dominación sobre la víctima. Esta necesidad está fuertemente influenciada por los mandatos de género que se la sociedad nos ha impuesto.

- ✓ La violencia constante contra la pareja es un mandato de la masculinidad hegemónica y es por eso que la mayoría de hombres ejerce este tipo de violencia de alguna u otra manera.
- ✓ La violencia contra la pareja no solo ocasiona consecuencias negativas para la víctima, sino que también trae secuelas permanentes para el agresor y para toda la familia y demás personas de su entorno inmediato.



Ampliación de conocimientos: Reconociendo las diferentes manifestaciones de violencia

Primero, se presenta una serie de cartillas que contienen descritas frases, hechos o actitudes, las cuales deberán ser clasificadas en papelotes o pizarra, por las y los participantes en dos categorías: Es violencia y No es violencia.

TIPOS DE VIOLENCIA	FRASES, HECHOS O ACTITUDES, ETC.
Física	<ul style="list-style-type: none"> • Mi padre le dio una bofetada a mi madre porque la comida que preparó estaba salada. • Juan le bofeteó en la calle a su enamorada porque ella le saludó a un chico en la calle.
Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> • "Compárteme la clave de tus redes sociales y celular, es una prueba de confianza y amor". • "Sin ti, no puedo vivir", "si me abandonas, yo no soy nadie", "si sales con tus amigas, yo me quedaré solo y aburrido". • Tuvimos una discusión y mi enamorado se quedó en silencio todo el día. El ambiente fue tenso.
Sexual	<ul style="list-style-type: none"> • Piropo a una mujer que pasa por la calle. • Compartir un vídeo íntimo sin consentimiento • Enviar fotografías íntimas propias a una mujer sin que me haya pedido.
Económica	<ul style="list-style-type: none"> • Pedro no le da a conocer a su esposa los detalles de cómo se maneja el dinero o los recursos económicos de la familia. • José no le entrega el dinero del diario a su esposa para los gastos de los alimentos y otros servicios que disponen en la casa. • Pedro no le permite tener a su esposa un trabajo remunerado.

	<ul style="list-style-type: none"> • Juana quiere abrir una cuenta bancaria a su nombre pero su esposo le ha dicho que no porque con las suyas no será necesario.
Patrimonial	<ul style="list-style-type: none"> • José vendió el televisor que compraron junto a su esposa, con dinero que ambos ahorraron, sin que ella se enterara. • Juan mandó a sacar los muebles de la casa de su esposa sin un permiso previo.
Estructural	<ul style="list-style-type: none"> • Juana realiza el mismo trabajo que Pedro pero gana 20% menos. • De un total de 130 congresistas en el Perú, solo 33 son mujeres.

Todas las cartillas contienen manifestaciones de violencia. Clasificar algunas de ellas como “No violencia” permitirá entrar en una discusión inicial.

Se realizan las siguientes preguntas:

- ¿Por qué considero que es violencia o no es violencia? Dar razones.
- ¿Me resulta fácil identificar o reconocer las diferentes expresiones de violencia?
- ¿Qué ha llevado a que muchas formas de violencia sean normalizadas por nuestra sociedad y por nosotros mismos?

A continuación, el facilitador explica sobre los diferentes tipos de violencia (Apoyarse de los aspectos conceptuales).



IDEAS FUERZA:

- ✓ El concepto de violencia de género incluye una amplia variedad de actitudes y actuaciones que pueden dañar a la persona desde diferentes dimensiones.
- ✓ Las violencias pueden ser: psicológicas, físicas, sexuales, económicas y patrimoniales.
- ✓ Algunas expresiones de la violencia resultan invisibles o sutiles y no suelen ser consideradas como tal en nuestra sociedad: micromachismos.
- ✓ Es necesario que se reconozcan y cuestionen todas las manifestaciones de la violencia. Todas afectan la integridad de las personas y deben ser erradicadas.

CIERRE



Construcción de compromisos: Por una vida sin violencia

Las y los participantes así como el/la docente se colocan en círculo cerrado.

A cada persona se le entrega una hoja (Palabras de compromiso) la cual leerán juntos y en voz alta (acompañar de música de naturaleza): “Somos amigos, compañeros, somos personas que aprendemos de nuestros errores y aciertos, somos vida y merecemos oportunidades, somos personas con una nueva mirada, una sonrisa nueva y un nuevo amanecer, constructores de nuestro caminar, le apostamos a la vida, a la justicia, a la esperanza y a la igualdad. Hermano, compañero, sembramos amor”.

Se invita que uno por uno se coloque en el centro del círculo y exprese su compromiso o renuncia personal como deconstrucción de su violencia, cada vez que uno termine de expresar, aplauden los demás y dicen “Bien compañero.”



ASPECTOS CONCEPTUALES

VIOLENCIA DE GÉNERO EN LA RELACIÓN DE PAREJA

1. VIOLENCIA DE GÉNERO Y VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

En términos generales, podemos definir la violencia de género como todos los actos de agresión física, sexual y emocional, que se desarrollan en un contexto de desequilibrio de poder basado en la manera cómo se construyen los géneros en nuestra sociedad, a través de los cuales quien detenta el mayor poder busca doblegar la voluntad del otro u otra para mantener el ejercicio de ese poder cuando encuentra resistencias, o cuando siente amenazado el orden establecido del cual emana su mayor poder. Dado que por razones sociales y culturales existen relaciones asimétricas de poder favorables a los varones, la violencia mayormente ha sido dirigida en contra de las mujeres, y también, aunque en menor medida, contra varones considerados más débiles, los cuales se alejan del estereotipo hegemónico del varón heterosexual.

A partir de esta definición, se tiende a identificar violencia contra la mujer con violencia de género, cuando en realidad no son sinónimos y más bien la violencia contra la mujer está incluida en la violencia de género.

2. VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA RELACIÓN DE PAREJA

La violencia contra la mujer por parte de la pareja es un problema que en el Perú alcanza altísimas proporciones. Según la Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales – ENARES 2019, del total de mujeres actualmente unidas de 18 y más años de edad, el 58,8% fueron víctimas, alguna vez en su vida, de violencia psicológica, física o sexual por parte de su esposo o compañero, mientras que el 18,8% sufrió violencia económica, siendo las manifestaciones más comunes: “le prohíbe trabajar” (52,0%) y “negarse a dar dinero para el hogar” (43,2%).

Este tipo de violencia puede provocar efectos demoledores en las víctimas. A nivel físico pueden producirse lesiones serias que pueden llevar a la incapacitación, al coma o incluso a la muerte. A nivel psicológico es frecuente que las personas que sufren violencia de género no sean capaces de denunciar, generalmente debido al miedo de posibles repercusiones para ellas o sus seres queridos, la presencia de incredulidad o la creencia de que no van a ser apoyadas.

Tampoco es infrecuente que las víctimas se sientan culpables o responsables de la situación o que teman producir dolor en otras personas (por ejemplo, ante la presencia de hijos). Incluso, según el tipo de educación recibida o el tiempo que la víctima haya podido ser manipulada, se puede llegar a pensar que se trata de una conducta normal y/o que se sientan merecedoras de ella.

Generalmente, la parte agresora actúa movida por el deseo de poder y dominación, y es frecuentemente influenciada por los estereotipos de género. Generalmente, detrás de ello hay sentimientos de inseguridad y poca autoestima que se intenta suplir a través de la dominación de quien el individuo considera inferior o incapaz de hacerle frente.

3. TIPOS DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA RELACIÓN DE PAREJA

Los hombres ejercen diversos tipos de violencia contra las mujeres con el objetivo de controlarlas y someterlas, los que pueden ejecutarse de manera independiente o combinada. En el caso de la violencia sexual, por ejemplo, es muy posible que se utilice de manera simultánea la violencia física y la de tipo emocional.

Todas las formas de violencia dejan graves secuelas en la salud física y psicológica de quienes la sufren. Pero también las consecuencias recaen en los niños y niñas que son testigos de esa violencia, tanto en graves efectos emocionales, como en la internalización y naturalización de la violencia que condicionará a que, ellos y ellas, se puedan convertir más adelante en agresores y víctimas, respectivamente.

- **Violencia física**

Se considera violencia física todo aquel acto en que se inflige un daño físico a la víctima a través de la agresión directa. Dicho daño puede ser temporal o permanente. Dentro de este tipo de violencia se incluyen golpes, heridas, fracturas, arañazos, empujones, cachetadas, etc. Se puede producir una incapacitación física debido a las consecuencias de las agresiones, e incluso según el nivel de daños causados puede llevar a la muerte.

- **Violencia psicológica**

La violencia psicológica incluye la presencia de humillaciones, amenazas y coacciones, desprecio y desvalorización. También hacer que la persona se sienta indefensa, obligada a hacer determinadas acciones y dependiente del agresor, culpable de la situación de abuso y merecedora de un castigo.

Debido a que en muchas ocasiones no se percibe una agresividad directa en el mensaje, muchas víctimas no son conscientes de estar siendo maltratadas y no emprenden acciones contra el agresor.

- **Violencia sexual**

Si bien, de algún modo podría considerarse dentro de la violencia física, la violencia sexual se refiere concretamente a aquel tipo de situaciones en que una persona es forzada o coaccionada para llevar a cabo actividades de índole sexual en contra de su voluntad, o bien en que la sexualidad es limitada o impuesta por otra persona.

No es necesario que exista penetración ni que se produzca el acto sexual. Incluye la presencia de violaciones dentro de la pareja, la prostitución forzada, forzar la concepción o el aborto, mutilaciones genitales, acoso sexual o tocamientos indeseados entre otros.

- **Violencia económica**

Este tipo de violencia se basa en la reducción y privación de recursos económicos a la pareja o su prole como medida de coacción, manipulación o con la intención de dañar su integridad. También se considera como tal el hecho de obligar a depender económicamente del agresor, impidiendo el acceso de la víctima al mercado laboral mediante amenaza, coacción o restricción física.

- **Violencia patrimonial**

Se considera violencia patrimonial la usurpación o destrucción de objetos, bienes y propiedades de la persona víctima de violencia con intención de dominarla o producirle un daño psicológico. En muchos sentidos, estos bienes son el fruto de décadas de trabajo, y destruirlos es una manera de hacer ver que todos esos

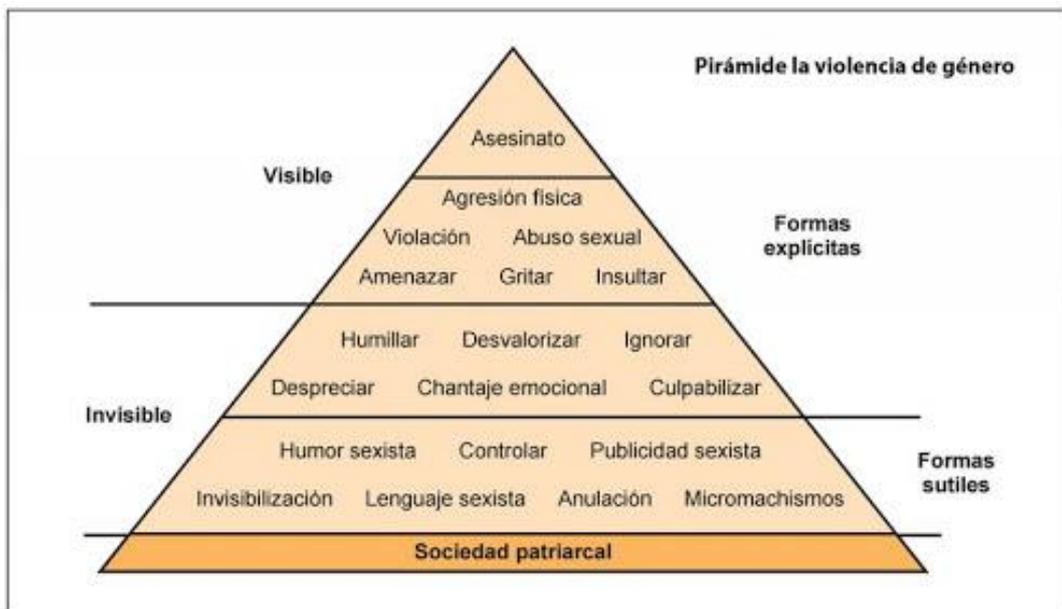
esfuerzos no han servido de nada. Sin embargo, hay que señalar que este tipo de agresiones pueden afectar a la vez a otras personas, especialmente a los vecinos.

4. LA PIRÁMIDE DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

La pirámide de la violencia de género o machista, es una representación gráfica en la que se establece una relación entre diferentes manifestaciones de violencia que va desde la física hasta otras de carácter más simbólico y estructural (es decir, que involucra la dinámica y funcionamiento de toda la sociedad).

Este esquema gráfico normalmente explica la violencia machista contra las mujeres, sin embargo, también es utilizado y adaptado para incluir la violencia ejercidas contra otra personas por su identidad de género y orientación sexual, o incluso con el racismo y la xenofobia.

Esta pirámide está constituida por diferentes niveles escalonados. En la parte inferior se encuentran fenómenos abstractos y sociales que propician la desigualdad social, imposición del poder de unos sobre otros; y en las escalas superiores se encuentra la expresión definitiva y concreta de ese poder sobre el otro: la violencia física y el asesinato.



Los niveles de violencia

1. Actitudes y creencias

Creencias que legitimen ciertas formas de desigualdad y discriminación a costa de los derechos de algunos colectivos.

2. Microagresiones o micromachismos

Se trata de acciones (incluyendo el habla) que dan por buena la situación de inferioridad de las mujeres o de alguna minoría históricamente discriminada.

3. Expresiones verbales dañinas

Se trata de verbalizaciones en las que ya hay una intención de denigrar o dañar a alguien por su condición social. También incluye amenazas, difamación, insultos, etc.

4. Agresiones físicas

En esta parte de la pirámide de la violencia figuran los ataques que comprometen la integridad física de las personas. Puede darse mediante golpes y palizas, hasta violaciones.

5. Femicidio

En la última categoría, la mujer atacada queda anulada definitivamente mediante el asesinato; quien perpetra el ataque la mata.

Esta pirámide recibe la influencia del **triángulo de la violencia del sociólogo Johan Galtung**. Este investigador estableció una relación entre la violencia directa, la violencia cultural, y la violencia estructural.

- **Violencia directa**

Este tipo de violencia genera un daño objetivable en uno o varios individuos. Es decir, fácilmente visible en actos específicos, y señala inequívocamente la existencia de un conflicto.

- **Violencia cultural**

Es perteneciente a las propensiones psicológicas y actitudinales de las personas, que son transmitidas y difundidas socialmente y reproducidas en una cultura determinada por medio de la religión, ciencia, arte, medios de comunicación y educación.

- **Violencia estructural**

La violencia estructural es la que se explica no mediante constructos psicológicos, sino a través de dinámicas sociales, políticas y económicas. Es decir, disposiciones materiales que generan desequilibrios y asimetrías de poder que se institucionalizan. Por ejemplo, representación política parlamentaria casi inexistente de las mujeres o la desigualdad salarial, las mujeres cobran menos dinero que los hombres por realizar el mismo trabajo.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016). *Violencia basada en género. Marco Conceptual para las políticas públicas y la acción del Estado*. Recuperado de <https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgcvg/mimp-marco-conceptual-violencia-basada-en-genero.pdf>
- Ramos Padilla, M. Á. (2005). *Masculinidades y violencia conyugal. Experiencias de vidas de hombre de sectores populares de Lima y Cusco*. Recuperado de https://www.academia.edu/25841092/Masculinidades_y_Violencia_Conyugal_Experiencias_de_vida_de_hombres_de_sectores_populares_de_Lima_y_Cusco
- *Violencia en relación de Pareja* – Observatorio Nacional de la Violencia contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar. (2018, 26 enero). Recuperado de https://observatorioviolencia.pe/mv_violencia-pareja/
- Ayllón, R. (2020, 20 agosto). *Violencia masculina en las relaciones de pareja*. [Charla en vivo por Facebook]. Recuperado de <https://www.facebook.com/ObservatorioELP/videos/672610693603316>



MATERIALES DE TRABAJO

COMPROMISO POR UNA VIDA SIN VIOLENCIA

*“Somos amigos/as, compañeros/as, somos personas que aprendemos de nuestros errores y aciertos, somos vida y merecemos oportunidades, somos personas con una nueva mirada, una sonrisa nueva y un nuevo amanecer, constructores/as de nuestro caminar, le apostamos a la vida, a la justicia, a la esperanza y a la igualdad.
Hermano/a, compañero/a, sembremos amor”.*

SESIÓN 5

VIOLENCIA DE GÉNERO EN TIEMPOS DE COVID-19



OBJETIVO

Promover, en las y los participantes, la reflexión y el análisis en torno a la realidad de la violencia de género en tiempos de COVID-19, vinculando sus causas con la construcción sociocultural de la masculinidad hegemónica.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Introducción: Mirando la pandemia con lentes de género.	Recoger las opiniones de las y los participantes sobre los impactos de la pandemia desde una mirada de género.	-Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
DESARROLLO	Espacio de reflexión: Violencia de género en tiempos de COVID-19.	Analizar la situación de la violencia de género en tiempos de Covid-19.	-Artículo o infografía sobre la violencia de género durante la cuarentena.
	Elaboración de propuestas: Desafíos pendientes.	Identificar los desafíos pendientes para superar la violencia de género y construir una convivencia en igualdad.	-Papelotes. -Tarjetas de cartulina. -Plumones. -Cinta masking tape.
CIERRE	Rito: En memoria de las víctimas de la pandemia.	Motivar compromisos reales por y para la igualdad de género y la justicia social.	-Vela. -Fósforos.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO



Introducción: Mirando la pandemia con lentes de género

Se conformarán grupos de trabajo y se indica que deberán responder una pregunta sobre la pandemia por Covid-19, recordando todo lo que han experimentado durante este tiempo y analizando estas experiencias desde un enfoque de género.

Se les plantea la pregunta: **¿La pandemia ha afectado de la misma forma a hombres y a mujeres? ¿Sí o no? ¿Por qué? Den algunos ejemplos.**

En cada grupo se dialogará al respecto y luego escribirán su respuesta en un papelote para compartirla en plenaria.

Se presentan los trabajos y el/la docente complementa con las ideas fuerza de la actividad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Esta situación de emergencia sanitaria no afecta de igual manera a las mujeres y a los hombres: la sobrecarga de las labores de cuidado ha recaído sobre las mujeres, las desigualdades de género se han visibilizado y se han agudizado, y los derechos y oportunidades de las mujeres han estado en mayor riesgo de ser vulnerados.

DESARROLLO



Espacio de reflexión: Violencia de género en tiempos de COVID-19

A continuación, el/la docente entrega a cada participante una infografía sobre la violencia de género en tiempos de Covid-19.

Indica que van a leer y analizar la infografía en forma individual.

Luego, anima a las y los asistentes a participar voluntariamente respondiendo las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentimientos o reacciones les ha generado esta información? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las principales reflexiones que te ha generado esta información?

Se recogen algunas intervenciones, se resumen y se complementan, vinculando las causas de la violencia con la masculinidad hegemónica y promoviendo la necesidad de construir masculinidades libres de violencia.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La pandemia ha confirmado que la violencia de género existe y que está presente al interior de los hogares y las familias.
- ✓ La presencia del COVID-19 en nuestro país como en muchos de América Latina y el mundo ha puesto en evidencia que medidas como la cuarentena están elevando de manera alarmante el número de casos de violencia física, psicológica y sexual contra las mujeres, adolescentes y niñas; las conductas violentas habituales en los agresores, se han incrementado a causa del estrés, (dificultades económicas, desempleo, encierro, tareas domésticas, etc) haciéndose más necesario y urgente en este tiempo, sumar esfuerzos para la construcción de masculinidades libres de violencia.



Elaboración de propuestas: Desafíos pendientes

En la pared se coloca un papelote con el título “Desafíos” y a cada participante se le entrega 3 tarjetas de cartulina y un plumón.

El/la docente explica que la pandemia nos ha demostrado que aún hay mucho por hacer para superar la violencia de género y construir una convivencia en igualdad. Es necesario involucrar la participación tanto de mujeres como de hombres para gestar cambios a nivel personal y colectivo, así como también, movilizar la acción de la sociedad civil y del Estado.

En ese sentido, se les pide a las y los participantes pensar en cuáles son los 3 principales desafíos que tenemos como país para superar la violencia de género. Se les indica que anoten los desafíos en las tarjetas y que lo peguen en el papelote.

El/la docente comentará los desafíos, identificando los más recurrentes y agregando algunos más si es necesario.

Se cierra esta actividad enfatizando la importancia de empezar el cambio a partir de uno mismo.

CIERRE



Rito de cierre: En memoria de las víctimas de la pandemia

El/la docente invita a las y los participantes a ponerse de pie formando un círculo cerrado.

Luego, enciende la vela e indica que la ha prendido en memoria de las víctimas de la pandemia. Señala también, que las víctimas no solo son las personas que se han contagiado o han fallecido por el covid-19, sino también todas aquellas que han sufrido con las injusticias y desigualdades sociales que se han agudizado a consecuencia de la pandemia: las personas que han perdido su trabajo, las que abandonaron los estudios, las que sufrieron violencia de género, las que han vivido la pandemia en condiciones inhumanas, entre otras situaciones. Les pide que en memoria de esas víctimas asuman un compromiso sincero y realista con la justicia social.

Se van pasando la vela y a medida que la reciben expresan su compromiso.



ASPECTOS CONCEPTUALES

VIOLENCIA DE GÉNERO EN TIEMPOS DE COVID-19⁴

1. MASCULINIDADES Y VIOLENCIA DE GÉNERO EN TIEMPOS DE COVID-19

- En tiempos de COVID-19, las desigualdades son cada vez más visibles, nos cuestiona sobre la igualdad, el compartir, la reciprocidad, el consenso y solidaridad.
- Los impactos e implicancias del COVID-19, son diferentes para mujeres y hombres, requieren respuestas múltiples que incorporen el enfoque de género, interculturalidad e interseccionalidad.
- En tiempos de COVID-19, a los hombres nos toca comprometernos aún más con nuestros procesos de generar masculinidades alternativas y no violentas.
- Los mandatos de la masculinidad hegemónica están estrechamente vinculados con la virilidad, la fuerza, el éxito y el poder, estos se obtienen fuera de casa, nunca dentro de ella.
- Los hombres estamos acostumbrados a pasar horas desarrollándonos fuera de casa (en espacios público) ahora forzosamente permanecemos en ella (espacio doméstico).
- En el confinamiento, los hombres experimentamos una suerte de detención domiciliaria, privados de desarrollo laboral y personal fuera de casa.

⁴⁴ Tomado de Vásquez Villegas, Y. (2020). *Hombres en casa. Masculinidades y violencia de género en tiempos de coronavirus* [Presentación realizada en el webinar homónimo organizado por el CEFOPROH Santa Ángela los días 25 y 26 de abril].

- Con la emergencia sanitaria, muchos hombres no están cumpliendo con el mandato de ser proveedor principal de la familia a partir de su desarrollo personal y laboral.
- En casa, los hombres nos vemos enfrentados a las tareas domésticas, y ello puede ser fuente de estrés; entonces, desde el mandato masculino dejamos esta tarea a nuestra pareja o a las mujeres de la casa.
- Nos toca hablar más, hacernos cargo de las solicitudes de los hijos y las hijas, o los temas que plantean nuestras parejas. Eso a algunos nos aturde, nos fastidia, pues no es lo acostumbrado.
- También estresamos a nuestra pareja, y a nuestros hijos/hijas, les llenamos de preguntas sobre dónde están las cosas, o les reclamamos por su conducta, o nos fastidiamos porque no nos hacen caso.
- Realmente podemos ser muy agotadores, y empezar a discutir cuando no nos sentimos servidos o cuando nos cuestionan por nuestra actitud machista.
- El aislamiento nos revelará, mostraremos más nuestros complejos machistas y con ello aumentaremos la probabilidad de ejercer alguna forma de violencia.
- La casa no es lugar seguro para muchas mujeres, por el contrario, es quizás el lugar más peligroso, su infierno. Es en casa donde sufren golpes, insultos, violaciones, incesto, agravios raciales, explotación sexual y tantas otras formas de violencia.
- En cuarentena, las opciones de escape o búsqueda de apoyo se reducen, pues el agresor puede vigilar con más facilidad y justificarse en las medidas de aislamiento obligatorio. La víctima queda a expensas de la arbitrariedad del agresor.

2. OPORTUNIDAD PARA PROMOVER LA IGUALDAD DE GÉNERO

- La emergencia sanitaria, es una oportunidad de cambio constructivo siempre que las relaciones interpersonales en casa devengan en relaciones basadas en igualdad.
- Las limitaciones para acceder al espacio público, puede permitir transformar el espacio doméstico, y promover relaciones más equitativas entre los hombres y las mujeres de la casa.
- Hombres en casa y en el mercado, es una oportunidad, para visibilizar el trabajo doméstico no remunerado. Involucrarse en casa debe ser motivo para identificar dicha explotación y pensarla, no es suficiente la participación en lo doméstico si ello no deviene en consciencia social, y en una toma de postura al respecto.
- Es posible generar mayor presencia de paternidades activas y afectivas. Una oportunidad para el acercamiento el dialogo, escucha, reflexión, el fortalecimiento de los sentimientos y mayor muestras de afecto en padres e hijos/as.
- Es tiempo para reinventarnos como padres, pues ahora nuestras hijas e hijos están ahí, todos los días, cerca, demandando algo de nosotros, ya no es posible encargárselos al colegio, o a la abuela, o a quien sea, y serán semanas enteras.

- Toca escuchar a los hijos/as, tratarlos con respeto, establecer límites, negociar acuerdos, dar ejemplo de igualdad y respeto, brindar afecto, jugar lo más posible.

3. DESAFÍOS PARA LA SUPERACIÓN DE LA VIOLENCIA Y LA CONSTRUCCIÓN DE LA IGUALDAD

- En tiempos asilamiento social obligatorio por COVID-19, es fundamental implementar y fortalecer estrategias desde el Estado y Sociedad Civil para el trabajo con hombres a fin de prevenir la violencia contra las mujeres e integrantes del grupo familiar y promover relaciones más equitativas entre hombres y mujeres.
- El aislamiento social obligatorio por COVID-19, es una oportunidad, para repensar el espacio público y transformar el espacio doméstico considerando los enfoques de género, interseccionalidad e interculturalidad.
- A los hombres nos toca asumir responsabilidad y compromiso en contra de la violencia hacia las mujeres e integrantes del grupo familiar, especialmente quienes estamos ciertamente sensibilizados en el tema, e intentamos establecer relaciones familiares no violentas.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Comisión Interamericana de Mujeres. (2020). *COVID-19 en la vida de las mujeres: Razones para reconocer los impactos diferenciados*. Recuperado de <https://www.oas.org/es/cim/docs/ArgumentarioCOVID19-ES.pdf>
- ONU Mujeres. (2020, Marzo). *COVID-19 EN AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE: CÓMO INCORPORAR A LAS MUJERES Y LA IGUALDAD DE GÉNERO EN LA GESTIÓN DE LA RESPUESTA A LA CRISIS*. Oficina Regional de ONU Mujeres para las Américas y el Caribe. Recuperado de <https://gbvaor.net/sites/default/files/2020-03/briefing%20coronavirusv1117032020.pdf>
- Varones x Nuevas Masculinidades Piura. (2020, 26 abril). *Rol de los hombres ante la pandemia*. [Entrevista en vivo en Facebook]. Recuperado de <https://www.facebook.com/1044512855599506/videos/225464832226881>
- Varones Por Nuevas Masculinidades Piura. (2020, 12 abril). *Machismo Pandémico* [Entrevista en vivo en Facebook]. Recuperado de <https://www.facebook.com/1044512855599506/videos/661104301334816>



OBJETIVO

Motivar a las y los participantes a promover y/o poner en práctica otras formas de vivir su sexualidad, basadas en el respeto y la igualdad, a partir del cuestionamiento de los mandatos de género sobre la sexualidad masculina.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Introducción: ¿Qué hemos aprendido sobre la sexualidad masculina?	Recoger las creencias que traen las y los participantes sobre la sexualidad masculina.	-Papelote con dibujo de un hombre y título “Sexualidad masculina”. -Plumones. -Cinta masking tape.
DESARROLLO	Trabajo en grupos: Los mitos de la sexualidad masculina	Reflexionar sobre algunos mitos de la sexualidad masculina que producen mucho temor y malestar e impiden que los hombres disfruten plenamente de su sexualidad.	-Historias impresas. -Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
	Espacio de reflexión: La sexualidad masculina y la violencia sexual	Analizar los mandatos de la sexualidad masculina como causas de la violencia sexual.	-Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
	Análisis de caso: ¿Miedo de qué?	Reflexionar sobre la diversidad sexual y nuestros miedos, prejuicios y los mecanismos de la discriminación.	-Video: ✓ 1era parte: http://www.youtube.com/watch?v=S2qisJyKm0g&feature=related

			✓ 2da parte: http://www.youtube.com/watch?v=2xOAYoER-Ts&NR=1 -Laptop. -Proyector multimedia. -Papelotes. -Plumones. -Cinta masking tape.
CIERRE	Dinámica de cierre: Acunamiento masculino.	Promover la vivencia de la sexualidad a partir del respeto del cuerpo del otro y las relaciones interpersonales en condiciones de igualdad.	-Música. -Equipo reproductor de música.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO

Introducción: ¿Qué hemos aprendido sobre la sexualidad masculina?

Se coloca en la pared el papelote con el dibujo de un hombre y el título “sexualidad masculina” y se le entrega a cada participante un plumón.

A continuación, se les indica que recuerden todo lo que en el proceso de socialización de género han aprendido sobre la sexualidad masculina y que lo escriban alrededor del dibujo resumiéndolo en palabras o frases clave.

El/la docente identifica las palabras o frases más comunes y complementa con las ideas fuerza de la actividad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ A lo largo de nuestro proceso de socialización, se nos transmiten estereotipos y roles de género vinculados también a la vivencia de la sexualidad y es por eso que la mayoría de hombres desarrolla una sexualidad “falocéntrica”

caracterizada por ser: obligatoria, competitiva, violenta, mutilada, homófoba e irresponsable.

DESARROLLO

Trabajo en grupos: Los mitos de la sexualidad masculina

Se conforman grupos y a cada uno se le brinda papelotes y las historias impresas. Se solicita a cada grupo que lean las historias y reflexionen sobre lo leído, si están de acuerdo o no con las actitudes de ambos protagonistas. ¿Cuáles son las creencias y los temores que están detrás de esas actitudes y formas de pensar? Que cada grupo nombre un relator para exponer las conclusiones. Se va a la plenaria y cada grupo expone sus conclusiones y se abre el debate donde todos participan. Al finalizar se realizan las pautas para la reflexión.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La sexualidad masculina hegemónica constituye uno de los pilares centrales de la construcción de la masculinidad y es a través de la cual se prueba la hombría. Esta sexualidad es fundamentalmente falocéntrica, siendo la capacidad de penetrar un acto de poder, el medio para lograr imponerse y someter sexualmente a los demás.
- ✓ Dentro de esta lógica, si este instrumento de poder no es usado o falla, toda la estructura de la masculinidad se desmorona y los hombres supuestamente pierden su esencia viril y su valor como hombres.
- ✓ La sexualidad masculina tiene como características, por un lado, que es un medio para demostrar la hombría e importa mucho la aprobación de los demás; por otro, es competitiva con otros hombres, creando mucha inseguridad y presión.

Espacio de reflexión: La sexualidad masculina y la violencia sexual

Se conforman grupos de trabajo. A cada grupo se les pide que dialoguen, a partir de sus propios saberes y experiencias, en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué consecuencias traen los mitos de la sexualidad masculina en la vida de los hombres y de las mujeres?

- ¿Consideran que la violencia sexual que se ejerce por parte de los hombres hacia las mujeres también es consecuencia de los mitos de la sexualidad masculina? ¿Por qué? ¿En qué casos?

Se les pide registrar sus respuestas en un papelote para luego compartirlas en plenaria.

Cada grupo presenta sus respuestas y el/la docente complementa desarrollando las consecuencias de la sexualidad masculina hegemónica y su vinculación con el ejercicio de la violencia sexual.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La sexualidad masculina hegemónica genera diversas consecuencias tanto en la vida de los hombres como de las mujeres, que afectan su bienestar integral y dificultan el establecimiento de relaciones interpersonales en condiciones de respeto e igualdad, siendo las más preocupantes: la vivencia de la sexualidad divorciada de la afectividad, la falta de responsabilidad en cuanto a la salud sexual y reproductiva y el ejercicio de la violencia como medio para satisfacer sus necesidades y/o expectativas sexuales.



Análisis de caso: ¿Miedo de qué?

Se proyecta el video y luego se les pregunta a los y las participantes: **¿qué temas aparecieron en el video?**

Se registran los temas en un papelote para que queden visibles para todos y todas y se procede a motivar la reflexión en base a las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles eran los sueños de Marcelo y cuáles eran las expectativas y los sueños del papá en relación a su hijo? ¿Qué ocurre cuando un hijo no alcanza las expectativas de los padres?
- ¿Cómo ve la sociedad la homosexualidad? ¿Qué escenas describen la reacción de la sociedad? ¿Cómo se siente Marcelo frente a éstas?
- ¿Es común que los homosexuales sean objeto de violencia? ¿Han presenciado ustedes alguna escena de violencia contra homosexuales? ¿De qué tipos?
- Cuando Marcelo le cuenta a su mejor amigo que siente atracción por otro muchacho ¿Cómo reacciona él? ¿Después por qué cambia de idea? ¿Cómo es para un heterosexual ser amigo de un homosexual?
- ¿Cuál fue la reacción de los padres al enterarse de la homosexualidad de su hijo? ¿Qué opinan ustedes de eso? ¿Cómo deben reaccionar los padres? ¿Cómo ocurre en la vida real?
- ¿Cómo piensas que reaccionarías si Marcelo fuera tu hermano o tu amigo cercano? ¿Y si fuera tu hijo? ¿Cuál es el papel de la familia y las amistades en esta situación?

- ¿Por qué el video tiene ese nombre? ¿Qué miedos despierta en nosotros la homosexualidad? ¿Por qué?
- ¿Qué les pareció el final del video? ¿Qué tipos de apoyo o de medidas son necesarios para reducir la homofobia? ¿Qué puede hacer cada uno de nosotros para cambiar esta discriminación?

Se recogen las intervenciones de las y los participantes y se concluye compartiendo algunas conclusiones en base a las reflexiones que se han compartido.



IDEAS FUERZA:

- ✓ El homosexual no opta por ser homosexual, como el heterosexual no escoge ser heterosexual. Son características espontáneas que deben ser respetadas, como todas las características individuales. Lo importante es respetar el deseo de cada uno(a), y garantizar que sus derechos se preserven y ejerzan en plenitud.
- ✓ Generalmente existe una serie de prejuicios que causan pánico sobre lo que es ser homosexual, como que: la homosexualidad es contagiosa, ser homosexual es sinónimo de pedófilo o los homosexuales son seres hipersexuados y siempre adoptan una actitud de acoso. Estas creencias son falsas, pues no tienen vinculación directa y/o exclusiva con el hecho de ser homosexual o heterosexual.

CIERRE



Dinámica de cierre: Acunamiento masculino

Se les pide a los participantes hombres, que escojan una pareja hombre, de no completarse las parejas lo pueden realizar con una compañera. Luego escogen un espacio donde sentados con las piernas cruzadas recibirán a una persona para ser acunada, es decir que ambos sentados, uno será acunado y el otro el acunador, brindando protección, cariño, respeto y sobre todo contención, luego cambian de roles y el acunador pasa a ser acunado, todo en absoluto silencio, al finalizar comparten un abrazo entre las parejas y luego entre todos.



SEXUALIDAD MASCULINA

1. LA SEXUALIDAD MASCULINA HEGEMÓNICA

Durante la adolescencia, la sexualidad se convertirá en el eje que pondrá a prueba la hombría. La sexualidad de cada adolescente se expondrá a la revisión pública de sus pares. Deberá “hacer gala” de todos sus actos, para que no quepa la menor duda de que se actúa sexualmente como se espera que actúe el “verdadero hombre”. De la aceptación de los otros respecto al comportamiento sexual, dependerá la masculinidad. En este contexto, la sexualidad masculina aparece como:

- **Obligatoria**

El “verdadero hombre” no puede decir “no” ante la posibilidad de una relación sexual, pues de lo contrario se dudará de su hombría. Se supone que los hombres siempre desean tener relaciones sexuales y si no es así deberán aparentar que lo desean. Lo central de esta característica es demostrar la actividad sexual.

- **Competitiva**

Con otros hombres, puesto que se sentirá más seguro de su hombría en tanto pueda exhibir más conquistas sexuales que los demás. Esta sexualidad se disfruta, muchas veces, no tanto por sí misma o por el placer de estar con otra persona, sino por la sensación de que se aumenta el número de sus conquistas.

- **Violenta**

Lo anterior hace que los mismos hombres no respeten sus propios ritmos y gustos, pues se ven obligados a adaptarse al modelo propuesto. Por lo tanto, el varón ejerce, en primer lugar, violencia contra sí mismo. En segundo lugar, esta sexualidad es violenta para las personas con quienes está, pues sólo las utiliza para alcanzar una mayor puntuación que los demás.

- **Mutilada**

Porque el “verdadero hombre” sólo utiliza el pene para la relación sexual, ya que únicamente de esa forma mantendrá su rol activo. El hecho de incorporar otras

partes de su cuerpo para lograr placer significaría colocarse en una posición pasiva, como las mujeres y los homosexuales.

- **Homófoba**

El sentimiento de inseguridad que constantemente ronda en los hombres, por la manera en que se construye la masculinidad, produce el rechazo a la cercanía del cuerpo de otro hombre, por el temor a que entre en sospecha el objeto de su deseo sexual a los ojos de los demás y, en consecuencia, ser acusado de homosexual.

- **Irresponsable**

El mito de la sexualidad masculina como naturalmente irrefrenable, impulsiva e incontrolable ha trasladado la responsabilidad del control a las mujeres. Los hombres consideran que irán tan lejos en la práctica sexual como las mujeres se lo permitan. Si de ello resulta un embarazo no deseado, no es responsabilidad del varón, sino de ellas porque no se cuidaron.

2. CONSECUENCIAS DE LA SEXUALIDAD MASCULINA HEGEMÓNICA

La demostración permanente de la masculinidad a través de la sexualidad falocéntrica hace que muchos hombres manejen su sexualidad con poca o nula responsabilidad. Algunas manifestaciones y consecuencias son las siguientes:

- Relaciones sexuales sin protección, con el consiguiente riesgo de infecciones de transmisión sexual.
- “Hombre preñador”: tener muchos hijos con varias mujeres como una muestra de la fertilidad y hombría.
- Relaciones sexuales con muchas personas: “Donde pone el ojo pone la bala”.
- Formas inadecuadas de manifestar la atracción hacia otras personas, aprovechándose de los roles de poder. Esto es lo que sucede con las situaciones de acoso sexual en el medio educativo o laboral.
- A muchos hombres se les dificulta construir relaciones de amistad con las mujeres. Toda mujer es una posible candidata para establecer contacto sexual.
- Una mayor frecuencia de delitos sexuales perpetrados por hombres.
- Ante el afán de ostentar poder, algunos hombres mantienen relaciones sexuales remuneradas con personas menores de edad (explotación sexual comercial), generando así un gran daño a niñas y niños. Tienen la fantasía de rejuvenecerse y dominar a personas vulnerables como los niños y las niñas.

- Descuido de las prácticas adecuadas de salud sexual reproductiva. A manera de ejemplo, la mayoría de los hombres descuidan la prevención de las enfermedades de la próstata.
- Incapacidad para saber qué hacer si se presentan problemas durante la relación sexual, como por ejemplo, problemas en la erección o de eyaculación precoz.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- *7 principios de la Sexualidad Masculina y Consciente*. (2020, 31 agosto). [Archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=mAJ_a03OJvc
- *La construcción social de la sexualidad masculina*. Cap. 2, pág. 9-16 - Padilla, M. A. R. (2009). *Guía educativa Masculinidad y Violencia familiar*. Movimiento Manuela Ramos. Recuperado de https://www.academia.edu/25861941/Gu%C3%ADa_educativa_Masculinidad_y_Violencia_familiar
- Varones x nuevas Masculinidades Piura. (2020, 31 mayo). *Sexualidad masculina en confinamiento*. [Entrevista en Facebook en vivo]. Recuperado de <https://www.facebook.com/1044512855599506/videos/298183794910857>



HISTORIAS PARA TRABAJAR LOS MITOS DE LA SEXUALIDAD MASCULINA

HISTORIA 1:

Jorge tiene 16 años y tiene como enamorada a Lucía de 15 años. Están juntos desde hace 6 meses y aún no han tenido relaciones sexuales. Los amigos de Jorge se burlan constantemente de él y le insisten en que ya debe demostrar que es un “verdadero hombre”. Jorge no se siente seguro de iniciar su vida sexual y cree que Lucía tampoco está lista; sin embargo, la presión de sus amigos es más fuerte y le ha exigido a Lucía tener relaciones sexuales, amenazándola con dejarla si no lo hace.

HISTORIA 2:

José tiene 50 años y desde hace un tiempo tiene problemas para conseguir una buena erección. Se siente muy mal porque piensa que ya no vale como hombre. Le da mucha vergüenza de hablarlo con alguien. Cuando era más joven y adquirió una infección de transmisión sexual, se lo contó a sus amigos y éstos le recomendaron qué comprar en la farmacia, pero ahora decirles que ya no le funciona la vaina, imposible, se burlarían de él, seguro le dirían que de pronto se está volviendo homosexual. Tampoco quiere ir al médico, le da vergüenza, por lo mismo.



OBJETIVO

Socializar formas alternativas y saludables de ejercer la paternidad, desde una masculinidad libre de violencia, motivando su promoción y/o puesta en práctica (según corresponda) por parte de las y los participantes.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Dinámica: “Mi papá y yo”.	Comprender cómo la relación con su padre es una de las principales fuentes por las que aprendemos a ser papás y la forma de relacionarnos con la pareja.	-Hojas de papel. -Lapiceros.
DESARROLLO	Dinámica: “Vas a ser padre... y no lo esperabas”.	Reflexionar sobre la situación de vivir la experiencia de un embarazo no planificado y las maneras de abordarlo para hombres y mujeres.	- Hoja de Apoyo: Estoy embarazada. -Caja pequeña
	Dinámica: “Ser padre en la vida cotidiana”.	Reflexionar sobre la importancia del rol del padre y promover una paternidad activa, corresponsable y afectiva.	-Hoja de apoyo: Ser padre en la vida cotidiana.
	Dinámica: “Mi casa”.	Reflexionar sobre los valores y las actitudes que permiten poner en práctica una paternidad	-Hojas de papel. -Lapiceros.

		activa, corresponsable y afectiva.	
CIERRE	Dinámica: “Te prometo qué...”	Motivar una promesa con el ejercicio de una paternidad responsable y libre de violencia.	-Muñeco/a arropado/a como bebé.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO

Dinámica: “Mi papá y yo”

Se le entrega a cada participante una hoja tamaño A4 en blanco y un lapicero. Se les solicita que, colocando la hoja de manera horizontal, dibujen una línea, de forma tal que queden dos columnas del mismo grosor.

Se les pide que en una columna escriban las similitudes que tienen con sus papás (actitudes, formas de comportarse, maneras de educar y relacionarse con los niños/as, formas de relacionarse con su pareja, virtudes y defectos). En la otra columna deberán escribir todas las diferencias con sus padres respecto a los mismos temas. Se deja un tiempo para que escriban. Se pide a cada participante que cuente lo que descubrieron durante el ejercicio, respondiendo a las siguientes preguntas:

- ¿Cuántas y cuáles son las características que imito de mi padre?
- ¿Cuáles son las características de mi padre que quiero repetir con mis hijas e hijos?
- ¿Cuáles son las características de mi padre que no quiero repetir con mis hijas e hijos?



IDEAS FUERZA:

- ✓ Para el desarrollo de cada persona es muy importante reconocer quiénes fueron las figuras de apego significativas, y el legado que se recibió de cada una de ellas. Los vínculos significativos de cada biografía van dejando un legado, a veces amoroso, a veces doloroso.
- ✓ Cuando fuimos niños muchas de las formas en que nuestros papás se relacionaban con nosotros nos resultaban dolorosas; sin embargo, fuimos asumiendo como natural tal tipo de comportamiento. Entendimos que ser hombre supuestamente era ser poco afectuoso, distante, severo, autoritario,

para así ser reconocido y respetado como un hombre verdadero, por más que estas conductas produzcan malestar en los demás y en uno mismo.

- ✓ En muchas ocasiones no somos conscientes de que con esa forma de relacionarnos, poco o nada contribuimos a la formación de seres humanos plenos y autónomos. Tenemos la creencia de que, por más dolorosas que sean esas prácticas, harán de nuestros hijos/as personas de bien como lo somos nosotros, sin reconocer los daños de ese tipo de formación en nosotros mismos.

DESARROLLO



Dinámica: “Vas a ser padre... y no lo esperabas”

Prepara tres mensajes en los que una mujer cuenta a su pareja sexual que está embarazada. Puedes utilizar los que están en la *Hoja de Apoyo: Estoy embarazada* o inventar otros mensajes que resulten más cercanos a la cultura del grupo. Procura que los mensajes reflejen situaciones diversas. Dobra cada uno de los mensajes por separado y colócalos en una caja. Divide a los participantes en grupos de 3 a 4 personas, y pide que cada grupo retire uno de los mensajes de la caja.

Pide a cada grupo que lea su mensaje y que se imagine una historia a partir de éste. Solicita que la historia contemple por lo menos tres aspectos:

- Qué tipo de relación tenía la pareja
- Cómo fue entregado el mensaje
- Cuál fue la reacción de quien lo recibió

Una vez que los grupos hayan armado y comentado su historia, pídeles que preparen una dramatización en torno a la misma y otorga un tiempo para que lo hagan.

Dispón una zona de la sala como escenario y a los participantes como público (puede ser en círculo o media luna). Pide a cada grupo que presente su dramatización frente al grupo completo y que los demás escuchen con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas, que todas son importantes porque son una creación colectiva.

Luego invita a debatir sobre las historias. Pueden comenzar reflexionando sobre las semejanzas y las diferencias entre las historias y luego abrir la discusión con las siguientes preguntas:

- ¿Hombres y mujeres son igualmente responsables en situaciones como éstas? ¿Por qué?
- ¿Existe diferencia entre un embarazo que se da en una relación de largo tiempo, y otro que se da en una relación casual?

- ¿Cómo se siente el hombre cuando recibe la noticia de que su pareja está embarazada? ¿Cómo debería reaccionar? ¿Qué debería hacer?

A modo de cierre, se pide que cada participante comparta cómo se sintió y qué aprendió con esta actividad.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La noticia de un embarazo no esperado es un momento de impacto en la biografía, cualquiera sea la situación de la pareja y la edad de los protagonistas, y es común que en situaciones de este tipo se activen modelos machistas en los que se atribuye mayor responsabilidad a las mujeres.
- ✓ Los adolescentes requieren mucho más apoyo en una situación de este tipo debido a su menor autonomía social y económica, y a que existe estigmatización social con el embarazo en esa etapa.
- ✓ En todos los casos, es importante concluir en el hecho de que ambos, hombre y mujer, son responsables de un acontecimiento de este tipo, ya que los dos fueron protagonistas y debían tener las mismas precauciones.



Dinámica: “Ser padre en la vida cotidiana”

Divide a los participantes en grupos de 3 a 4 personas, y entrega a cada grupo la *Hoja de Apoyo: Ser padres en la vida cotidiana*. Asígnale una situación distinta a cada grupo.

Pide a los grupos que lean la situación asignada y que inventen un final o desenlace para esa historia. Explica que a cada grupo posteriormente se le pedirá que comparta la historia que les ha tocado así como el final que le han dado.

Una vez que los grupos han presentado sus historias, abre la discusión con las siguientes preguntas:

- ¿Qué tipos de padres existen en nuestra sociedad?
- ¿Qué significa ser un buen papá? ¿Qué significa ser un mal papá?
- ¿Cuál es el rol que cumplen los padres en la vida de los hijos/as? ¿Cómo impacta en su desarrollo el tipo de paternidad que se ejerza?
- ¿Qué tipo de padres les gustaría ser a ustedes? ¿Qué valores les gustaría enseñarle o transmitirle a sus hijos/as? ¿Cómo les gustaría que sus hijos/as los vieran como papá?

Sintetiza las ideas y experiencias centrales del debate, y refuerza los aspectos positivos relativos a la paternidad que surgieron desde los propios participantes.



IDEAS FUERZA:

- ✓ La presencia del padre, en la medida que mantenga un vínculo de calidad y de buen trato, tiene un impacto positivo en la vida de sus hijos/as.
- ✓ Fomentar la paternidad activa de los hombres significa promover la corresponsabilidad entre la madre y el padre en torno a la presencia y al cuidado diario de los hijos/as.



Dinámica: “Mi casa”

Entregar a cada participante una hoja y lapiceros.

Pedirles que en la hoja dibujen la silueta de una casa, con la forma que deseen. El tamaño debe ser suficiente para escribir palabras o frases cortas dentro y fuera de ella.

Cuando terminen la silueta se les pide que anoten dentro de la casa, con frases cortas o palabras, las conductas, actitudes y valores que actualmente practican con su familia, y fuera de la silueta, aquellas conductas, actitudes y valores que evitan practicar y transmitir.

Después, pedirles que al reverso de esa hoja dibujen la silueta de otra casa; puede ser la misma o diferente.

Pedirles que revisen lo que anotaron en la primera silueta e identifiquen qué cosas de las que quedaron dentro les gustaría cambiar en un futuro cercano.

Una vez realizado este ejercicio, se les solicita que anoten también con frases cortas o palabras, las conductas, actitudes y valores que les gustaría adoptar; y afuera apuntar las que les gustaría cambiar o dejar sin efecto en la convivencia familiar.

Al finalizar se les invita a que conserven esta hoja y en un tiempo vuelvan a revisarla para que se den cuenta de qué tanto han cambiado.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Es importante ponerle nombre a nuestras conductas, actitudes y valores, puesto que de esta forma se hacen más evidentes y nos permiten evaluarlas, cuestionarlas y cambiarlas.
- ✓ Hay actitudes, conductas y valores que al principio nos habíamos propuesto implementar en nuestros hogares, pero terminamos actuando de la misma manera en que actuaba nuestro padre y que tanto sufrimiento nos produjo.
- ✓ Es importante reflexionar sobre lo que nos impide sacar estas características de nuestras casas e implementar las que aún están afuera. ¿De qué manera se relaciona con mis deseos de mantener control y poder y concuerda con la imagen de lo que es ser un verdadero hombre que aún tengo interiorizada?

CIERRE



Dinámica: “Te prometo que...”

Se les pide a las y los participantes que se ubiquen de pie formando un círculo y que cierren los ojos. Se les explica que van a vivir un momento muy especial y que es necesario generar un ambiente de respeto y seriedad. Seguidamente, se les indica:

- En caso de ya ser papás, van a recordar la primera vez que alzaron en brazos a su hijo/a y van a pensar en todo lo que quisieran cambiar o mejorar en su rol de padres.
- En caso de aún no ser papás, van a imaginar el nacimiento de su primer hijo/a y van a pensar en qué tipo de papá quieren ser.

Pasados unos minutos, se les pide abrir los ojos, se les muestra un muñeco arropado como bebé y se les indica que ese muñeco representa simbólicamente a su hijo/a y que este es el momento en el que le van a expresar sus promesas respecto al ejercicio de su paternidad. Para eso cada uno va a cargar al “bebé” y le va a expresar su promesa diciendo “Querido/a hijo/a, yo soy tu papá y te prometo que...”

Se culmina celebrando con aplausos las promesas por una paternidad activa, corresponsable y afectiva.



ASPECTOS CONCEPTUALES

PATERNIDADES

Junto con el rol de proveedor, la norma social plantea que ser padre es fundamental para todo hombre adulto, pues sólo así será reconocido como un hombre pleno. La capacidad procreadora prueba la heterosexualidad y la potencia viril.

Aunque muchas cosas están cambiando, subsisten creencias que no cuestionan que ser un buen padre es fundamentalmente sinónimo de ser un buen proveedor y sigue considerándose poco, dentro de sus roles, el cuidado y la crianza cercana de los hijos.

Uno de los argumentos esgrimidos para fundamentar el desapego, supuestamente natural, del padre con los hijos es que el embarazo y la lactancia imponen una distancia clara en la relación padre-hijo, y explican el por qué la relación con la madre es más intensa. Sin embargo, hay muchos estudios que demuestran que todas las prácticas maternas de cuidado y de acercamiento afectivo son construidas social y culturalmente, al igual que los roles paternos ajenos a la crianza, con sus características de trato duro, frío y eminentemente racional con hijas e hijos.

Habitualmente, todo hombre aprende a ser padre desde la infancia, mediante la relación con el propio padre, observando cómo éste se relaciona con sus otros hijos, hijas y con su pareja. A falta del mismo, el niño se fijará en otras figuras paternas del entorno.

Este aprendizaje muchas veces es doloroso cuando, además de las carencias afectivas, el padre ejerce una relación autoritaria con él y con los demás miembros de la familia. Niños y niñas son socializados/as en relaciones antidemocráticas de obediencia a través del miedo producido por el castigo y el maltrato.

Cuando el niño se convierte en adulto, generalmente se identificará con el padre, y a pesar de haber sido víctima de relaciones que le causaron daño, considerará que es la forma natural de expresar la hombría y de transmitir la seguridad y autoridad que su familia necesita. Esto tiene costos también para los hombres, de los que muchos no son conscientes, pues significa la ruptura de los vínculos afectivos con las personas que más quiere, su aislamiento y los sentimientos de malestar y dolor que experimenta.

Frente a esta realidad, se hace necesario promover la deconstrucción de la figura paterna tradicional para dar pase a la práctica de una paternidad activa, corresponsable y afectiva que impacte positivamente en la convivencia familiar y en el desarrollo integral de hijos e hijas.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- *Cuestionándo-nos* N°1: *Paternidades*. http://menengage.org/wp-content/uploads/2020/08/Revista_cuestionando-nos_1era_edicion_2017.pdf
- Mujer Lima. (2020, 26 junio). *Paternidades activas y afectivas durante el estado de emergencia*. [Foro Virtual]. Recuperado de <https://www.facebook.com/mujerlima/videos/674919546398786>
- Varones x Nuevas Masculinidades Piura. (2020b, agosto 2). *Retos de masculinidades y paternidades*. [Entrevista en vivo en Facebook]. Recuperado de <https://www.facebook.com/1044512855599506/videos/1438751479642884>



MATERIALES DE TRABAJO

HOJA DE APOYO: ESTOY EMBARAZADA

MENSAJE 1

Hola, ¿cómo estás?

La que te escribe es Bety. ¿Te acuerdas de mí? Nos conocimos hace unos tres meses en una fiesta. Fue una noche inolvidable, a pesar de que no me acuerdo bien lo que sucedió. Lo que sé es que estoy, o mejor dicho, estamos con un “pequeño problema” y me gustaría conversar contigo sobre eso. Mi papá me decía que beber más de la cuenta es cosa de personas inconscientes. ¡No le creía y sucedió esto!

Fue muy bueno conocerte y la sintonía de nuestros cuerpos fue inmediata. Comencé a creer en el “amor a primera vista”. No estoy queriendo decir que te amo, pero fue muy bueno conocerte y en la cama nos entendimos muy bien, pero podríamos haber usado preservativo ¿no? Fuimos tontos y ahora estoy embarazada. Me hice unas pruebas y no hay dudas. Espero que no te sientas presionado, pero tomé la decisión de enviarte esta nota con Paula.

Quiero encontrarme contigo el lunes para conversar personalmente. ¿Qué crees que debemos hacer?

Besos; Bety

MENSAJE 2

Hola mi amor

No tuve valor para hablar contigo personalmente, por eso te escribo esta nota. La semana pasada me estaba sintiendo un poco extraña, con náuseas y con la sensación de que estaba pasando alguna cosa. Cuando me dejaste en la casa, después de nuestra fiesta de aniversario de dos años de noviazgo, casi te llamo porque creí que te había sucedido un accidente o algo parecido. Estaba sintiéndome paranoica.

No quiero asustarte, pero voy directo al asunto. Me hice una prueba y confirmé que estoy embarazada. Como mi menstruación a veces se atrasa, pensé que podría ser un atraso más, y no te dije nada. Ese método de eyacular afuera, sólo podría terminar en eso. No estoy queriendo culparte, pero es que estoy confundida. No sé qué hacer ahora. Eres la primera persona en saberlo a través de esta nota. Sé que no es la mejor forma, pero no sabía cómo decírtelo cara a cara. ¿Qué crees que debemos hacer?

Te amo mucho; Marcia

MENSAJE 3

Hola mi amor

¡Espero que te haya gustado el viaje! Te tengo una buena noticia. Ayer fui al médico. Ahora ya no somos dos, sino tres. Tuve que salir rápido. Te veo por la noche.

Besos: Rita

HOJA DE APOYO: SER PADRES EN LA VIDA COTIDIANA

SITUACIÓN 1:

Julián va a ser padre por primera vez. Su esposa Carla está a punto de dar a luz a la hija de ambos. En medio de la noche empiezan las contracciones. Todo indica que el bebé va a nacer, Julián, Carla, la mamá de Carla y dos de sus hermanas parten al hospital. Una vez allá ingresan a Carla a la sala de partos y les preguntan quién de los presentes va a entrar a recibir a la bebé junto a Carla. Deciden que...

SITUACIÓN 2:

A Manuel le robaron su bicicleta a la salida del supermercado. No tiene plata para tomar la micro por lo que debe ir caminando hasta su casa, la cual queda a 20 cuadras del lugar donde está. Manuel está cansado, ya es de noche, no ha comido nada en toda la tarde. Además, tuvo un problema grave con uno de sus mejores amigos, situación que lo tiene muy enojado. Al entrar a su casa, después de una larga caminata en medio del frío del invierno, se encuentra con su hijo aún despierto y llorando fuertemente porque no quiere irse a dormir. Manuel...

SITUACIÓN 3:

Jonathan vive junto a su mujer y su hija pequeña en la casa de sus suegros. Su mujer trabaja todo el día como vendedora en una casa comercial y Jonathan hace algunos trabajos en construcciones menores, nada muy estable. Esto hace que pase gran parte del día en la casa escuchando a su suegra decir que su hija se sacrifica para poder mantener a la familia mientras él flojea y no se mueve por encontrar un trabajo estable. Jonathan habla con amigos y vecinos para ver qué puede hacer, pero le dicen que la situación está mala, la construcción está lenta y le aconsejan tener paciencia. En la casa Jonathan debe hacerse cargo de la niña y la suegra constantemente le critica la forma en que la cuida. Un día la niña le hace una fuerte pataleta a Jonathan y la suegra le grita que no sabe controlar a su hija. Entonces Jonathan...

SITUACIÓN 4:

A Carlos le acaban de pagar un dinero que le debían hace mucho tiempo. Está feliz y con ganas de celebrar. Camino a su casa se encuentra con sus amigos en la esquina, quienes lo incitan a ir a un local cercano a tomar unas cervezas para celebrar. Carlos sabe que esas cervezas se pueden convertir fácilmente en una noche completa de juerga, y que su hijo lo está esperando en la casa para ver juntos su programa de televisión favorito. Los amigos de Carlos intuyen que está dudando y le dicen que no sea un pisado y que vaya con ellos a relajarse un rato y celebrar su paga. Carlos sabe que si va se quedará sin plata, que su hijo lo está esperando, pero los amigos insisten. Carlos...



OBJETIVO

Ampliar las miradas de las y los participantes en torno al mundo emocional de los hombres y facilitar su comprensión respecto a la necesidad de que los hombres vivan y manejen sus emociones en forma saludable.



ESQUEMA DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS
INICIO	Introducción: Los hombres y las emociones	Recoger las creencias de las y los participantes sobre los hombres y sus emociones.	-Letrero “Los hombres no lloran”
DESARROLLO	Dinámica: Sentir y expresar lo que sentimos.	Reconocer las dificultades que existen para expresar determinadas emociones debido a la forma como somos socializados, y analizar los costos de esa socialización para nuestra salud y bienestar.	-Papelote. -Plumones. -Cinta masking tape, -Hojas de papel. -Lapiceros.
	Dinámica: “Cuando estoy muy enojado, me siento...”	Ejercitar la identificación de sentimientos, más allá de la cólera o el enojo, y comprender las relaciones que existen entre sí.	-Papelote. -Plumones. -Cinta masking tape, -Hojas de papel. -Lapiceros.
	Dinámica: “Un nuevo significado	Reflexionar en torno a sus sentimientos, reconociendo la	-Papelote. -Plumones. -Cinta masking tape,

	a mis sentimientos”	posibilidad de usarlos sin violencia.	-Hojas de papel. -Lapiceros.
CIERRE	Rito de cierre: “Mi compromiso de deconstrucción permanente”	Motivar compromisos reales con la continuidad de su proceso de deconstrucción, más allá de la culminación del programa formativo.	-Velitas flotantes. -Imagen de hombre demostrando emociones. -Fósforo. -Manta.



SECUENCIA METODOLÓGICA

INICIO



Introducción: “Los hombres y las emociones”

Se les pide a las y los participantes que se ubiquen sentados en media luna frente al letrero: “los hombre son lloran”

Se les pide que recuerden cuántas veces han escuchado esta frase, en qué circunstancias y qué consecuencias tuvo.

Luego, se les anima a compartir sus reflexiones, según las siguientes preguntas:

- ¿En qué circunstancias se suele usar esta frase?
- ¿Por qué crees que esta frase es tan usada en nuestro entorno?
- ¿Qué significados encierra esta frase?
- ¿Qué tiene que ver esta frase con el tema del taller?



IDEAS FUERZA:

- ✓ Una de las características centrales en la preparación como hombres, es decir, en el aprendizaje del rol como autoridad y dominador, es a través de la represión de los sentimientos supuestamente considerados de debilidad, de vulnerabilidad y por tanto femeninos.
- ✓ A través de la frase “los niños no lloran”, que los hombres empiezan a escuchar desde la más tierna infancia, se transmite la idea de que un verdadero hombre no siente, o al menos no expresa: dolor, tristeza, temor, conmoción o cualquier otra emoción que no esté vinculada al modelo hegemónico de la masculinidad.

DESARROLLO



Dinámica: “Sentir y expresar lo que sentimos”

Escribir en papelotes o pizarra las cinco emociones básicas en un cuadro, al lado colocar la escala grande y visible.

CUADRO:

Miedo	
Amor	
Cólera	
Tristeza	
Alegría	

ESCALA:

1	Emoción que expresas con más facilidad o libertad.
2	Emoción que expresas con cierta facilidad o libertad, pero no tanto como la primera.
3	Indiferente, o sea, no sientes ni dificultad ni facilidad para expresar esta emoción.
4	Emoción que tienes algo de dificultad en expresar.
5	Emoción que tienes mucha dificultad en expresar.

Los participantes deberán estar sentados formando media luna, entregarles una hoja a cada uno y pedirles que de manera individual copien la tabla de las emociones y le asignen a cada una un número del 1 al 5, de acuerdo a la escala presentada. Por ejemplo, si la emoción que más fácilmente expresan es la cólera, le deberán asignar a esta el número 1; si la tristeza es la que más cuesta expresar, le deben asignar el número 5. Una vez que hayan terminado de asignar los números, se les pide que se reúnan en subgrupos y compartan lo que reflexionaron. Solicitar que conversen sobre qué les pasa con cada emoción, si les resulta fácil o difícil reconocerla y/o expresarla. Pedir que cada grupo elija a un representante.

Luego de transcurrido el tiempo pedir a los participantes que se sienten en círculo y que cada representante presente una síntesis de lo conversado. Tras la exposición del representante preguntar a los demás miembros si tienen algo que agregar. Mientras, anotar en el papelote o pizarra las ideas fuerza o síntesis de lo que vaya apareciendo.

Pedir al grupo que reflexione en torno a las semejanzas y diferencias, agregar estas preguntas: ¿Cuál es la función de las emociones?, ¿Por qué reprimimos la manifestación de ciertas emociones?, ¿Cómo aprendemos a hacer esto?, ¿Cómo influyen mis emociones en las relaciones que establezco con los demás?

El/la docente invita a formar una media luna frente a los papelotes sobre emociones y con los aportes de las y los participantes refuerza las respuestas a las interrogantes planteadas.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Las emociones son características humanas, por ende no son masculinas ni femeninas; sin embargo debido a los estereotipos de género que hemos aprendido en el proceso de socialización solemos asociar algunas emociones a los hombres (como la cólera) y otras a las mujeres (como el miedo).
- ✓ No somos responsables por sentir determinadas emociones, pero sí de qué hacer con aquello que sentimos, reconocer las emociones y darles el camino adecuado requiere práctica y tomar conciencia de ello y saber que a través del diálogo y de mirar hacia adentro se puede superar estas dificultades.



Dinámica: “Cuando estoy muy enojado, me siento...”

El/la docente escribe en la pizarra o en un papelote la frase: “Cuando estoy muy enojado me siento...” y pide a las y los participantes que completen la frase con otros sentimientos relacionados. Por ejemplo: “Cuando estoy muy enojado me siento angustiado, frustrado, triste”.

Se da unos minutos para que reflexionen y luego se indica a un participante de algún extremo del grupo que inicie el ejercicio repitiendo y completando la frase. Quien se encuentre a su lado debe continuar y así sucesivamente.

El/la docente apunta lo expresado por cada asistente en la pizarra o en el papelote y al terminar, motivará la reflexión en base a los apuntes que ha registrado y las ideas fuerza de la dinámica.

Luego, se dará un espacio para que las y los participantes comenten y/o hagan preguntas.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Generalmente, a los hombres le es fácil expresar el sentimiento de enojo o indignación. No obstante, hay otros sentimientos que en ese instante están presentes y les es difícil identificar.

- ✓ A veces estos otros sentimientos pueden ser más importantes que el enojo como reacción a un determinado hecho, o identificamos equivocadamente que sentimos enojo, cuando verdaderamente sentimos miedo o tristeza o inseguridad.
- ✓ Señalar que es importante que en su vida diaria, frente a un conflicto, exploren otros sentimientos relacionados con la cólera o la ira, pues de esta manera podemos preguntarnos no sólo por qué estamos enojados, sino el porqué de nuestro miedo (a qué le tememos), el porqué de nuestra sensación de soledad o de inseguridad cuando ocurre un hecho similar. Así, podemos hacernos responsables de nuestros sentimientos y buscar cómo enfrentar las causas de ese sentimiento.



Dinámica: “Un nuevo significado a mis sentimientos”

Se indica que en común los hombres han sido entrenados para expresar cólera y enojo, ante conflictos con su pareja.

Nuevamente en semicírculo. Repartir hojas blancas y lapiceros entre los participantes y se pide que contesten la siguiente pregunta: **¿en qué circunstancias me siento enojado con mi pareja?** Se solicita una lista de situaciones y que lean en voz baja e individualmente lo que escribieron.

Después se solicita que detrás de la hoja dibujen ese sentimiento: “si pudiera dibujar mi enojo ¿Cómo sería? ¿Con que dibujo, símbolo o forma lo representaría?” Se coloca un recipiente con plumones de distintos colores en medio del grupo y se indica que pueden usarlos para dibujar.

Se solicita que compartan con el grupo lo que dice su hoja y el dibujo que elaboraron, puede compartirse en parejas o de manera individual.

Se solicita que tomen la hoja en la que han trabajado y escriban o dibujen algo creativo con su sentimiento de enojo, algo que los beneficie sin violentar a sus parejas y sin violentarse a sí mismos. Algo que les permita enfrentar esos conflictos con ellas, pero sin violencia.

Nuevamente se solicita que compartan lo que dice su hoja o el dibujo que elaboraron.

Una vez que terminaron, se va a plenaria, se pregunta al grupo cómo se sintieron y de qué se dieron cuenta.



IDEAS FUERZA:

- ✓ Es importante reconocer los sentimientos que surgen ante los conflictos con la pareja y reflexionar con que realmente nos estamos enojando.

- ✓ Reflexionar sobre las imágenes y símbolos que asociamos a nuestros sentimientos nos permite darles forma, conocernos y hacernos responsables de ellos.
- ✓ Aparentemente la pareja genera nuestro malestar, pero si nosotros somos quienes sentimos, sólo nosotros podemos hacernos responsables de nuestros sentimientos.
- ✓ Entonces, no es mi pareja la que provoca mi enojo, sino soy yo el que está enojado, producto de mis creencias, de mis miedos e inseguridades. De esta manera, se desculpabiliza a la pareja y cada uno se hace responsable de sus sentimientos.
- ✓ Al reconocer los sentimientos con la pareja y hacerse responsable de éstos, se puede hacer algo creativo con ellos, sin violentarla y sin violentarnos. Eso permite perder el miedo a nuestros malestares y buscar soluciones que partan del esfuerzo por cuestionar nuestras creencias y superar nuestros miedos e inseguridades.

CIERRE



Rito de cierre: “Mi compromiso de deconstrucción permanente”

El/la docente invita a las y los participantes a formar un círculo alrededor de la manta ubicada en el centro del local, sobre la cual hay imágenes que representan masculinidades libres de violencia.

Explica que esta es la última sesión del programa formativo y hace un breve repaso del camino recorrido, mencionando las temáticas desarrolladas y sus principales objetivos.

Luego, anima a las y los participantes a cerrar sus ojos y pensar en cuáles han sido sus logros en su proceso de deconstrucción y cuáles son sus desafíos pendientes para contribuir a la promoción y práctica de masculinidades libres de violencia.

Después, les pide abrir los ojos y les recuerda que la deconstrucción es un proceso permanente, que no termina aquí y que es necesario perseverar en este propósito.

Finalmente, entrega a cada uno, una velita flotante e invita a prenderla y dejarla alrededor de las imágenes expresando su compromiso con su deconstrucción permanente y cotidiana.

Se cierra este momento con un intercambio de abrazos de agradecimiento, felicitación y motivación.



ASPECTOS CONCEPTUALES

LOS HOMBRES Y SU MUNDO EMOCIONAL

Una de las características centrales en la preparación como hombres, es decir, en el aprendizaje del rol como autoridad y dominador, es a través de la represión de los sentimientos supuestamente considerados de debilidad, de vulnerabilidad y por tanto femeninos. Estos son, la expresión del dolor, del miedo, del afecto y la ternura, de la compasión, de la vergüenza, los cuales son calificados como contraproducentes para los objetivos de control y dominio y en consecuencia son reprimidos

Una de las formas más eficaces de represión cuando se expresa cualquiera de estas emociones es feminizando al niño y de esta manera colocándolo en ridículo. El niño aprende que ser comparado con una niña o con un “maricón” (es decir, con alguien que se parecería a una mujer) es desvalorizarlo, pues las mujeres supuestamente tendrían menos valor que los hombres y por ese motivo se siente atacado en su autoestima.

Sin embargo, la ira cuando es expresada por los niños no es objeto de burla, puesto que esta emoción cumple un papel importante en el ejercicio de la autoridad sobre las mujeres. No es que los sentimientos considerados femeninos ya no serán experimentados por los hombres, sino que a fuerza de represión, poco a poco ya no son identificados. Entonces, cada vez que los hombres sienten dolor o miedo ya no los identifican y todo lo confunden con la cólera o la rabia. De esta manera, la llamada “natural insensibilidad masculina” no es tal, sino que es aprendida.

En los varones, esa falta de capacidad inculcada de no percibir una diversa gama de sentimientos haría que tampoco puedan ser percibidos en los demás, pues actuaría como una “coraza” tanto hacia los otros(as) como hacia ellos mismos.

La minimización frecuente que hacen los hombres que ejercen violencia de las consecuencias de su violencia contra sus parejas, podría estar en relación a la poca sensibilidad desarrollada como parte de la construcción de la masculinidad hegemónica. El negarse a muchas necesidades de sus cuerpos haría que éstas no sean identificadas y con ello se perdería la capacidad del autocuidado, dependiendo entonces de los cuidados femeninos. Esto haría a su vez remota la posibilidad de percibir y atender las necesidades de otros cuerpos, dificultando el ejercicio de una paternidad cercana que participe de la crianza cotidiana de hijas e hijos.



RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Apartado: *Masculinidades y emociones*, pág.: 17-142 en: Enríquez Rosas, R. y López Sánchez, O. (2018). *Masculinidades, familias y comunidades afectivas* (1.ª ed., Vol. 3). Recuperado de <https://rei.iteso.mx/handle/11117/5841>
- Martínez Munguía, C. E. (2013). *Masculinidad hegemónica y expresividad emocional de hombres jóvenes. Los hombres en México. Veredas recorridas y por andar*, 8(1), 177-199. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/269096971_Masculinidad_hegemonica_y_expresividad_emocional_de_hombres_jovenes
- Rodríguez, J. C. R. (2013, 1 enero). *Masculinidad y emociones. Una aproximación a su construcción social*. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/308796528_Masculinidad_y_emociones_Una_aproximacion_a_su_construccion_social
- Meschi Pizarro, A. (2018, noviembre). *MASCULINIDAD Y EMOCIONES. EL CASO DE JÓVENES ESTUDIANTES DEL LICEO DE APLICACIÓN*. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/173066/Masculinidad%20y%20Emociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ramírez Rodríguez, J. C. (2019, 24 octubre). *Masculinidades y emociones*. [Conferencia en vivo]. Recuperado de <https://www.facebook.com/cirilo.riga/videos/10219803403266218/>
- De Keijzer, B. (2020, 5 octubre). *Masculinidades y Salud Mental*. [Entrevista en vivo]. Recuperado de <https://www.facebook.com/ObservatorioELP/videos/344458763652038>
- *Versión completa: Las emociones no se aprenden por apuntes, hay que vivirlas. Mar Romera, maestra*. (2018, 31 enero). [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=rhH5dQr8S8>

7. Orientaciones para trabajar en el escenario virtual

En el contexto actual, es posible que necesitemos realizar las sesiones a través de plataformas virtuales, por lo que tendremos que adaptar muchas de las actividades propuestas a estas condiciones.

A continuación, presentamos algunas alternativas y recursos para realizar esta adaptación.

- Para realizar los trabajos grupales:
 - ✓ Zoom nos ofrece la posibilidad de generar salas grupales dentro de una reunión, definiendo el número de integrantes por cada sala y el tiempo que se dará para el trabajo grupal.
 - ✓ También, podemos realizar los trabajos grupales usando WhatsApp, a través de la creación de grupos y el intercambio, en tiempo real, de los aportes de cada integrante.
 - ✓ En algunos casos, se puede optar por transformar los trabajos grupales en ejercicios individuales o, si el número de participantes lo permite, en una actividad colectiva que se pueda desarrollar en plenaria.

- Para socialización de materiales de lectura y trabajo:
 - ✓ Se pueden presentar a través de la pantalla compartida para que todo el grupo los pueda visualizar y desarrollar en sus respectivos cuadernos.
 - ✓ También, se les puede enviar a través del chat de la plataforma que se esté usando o por WhatsApp, si se requiere que el trabajo sea desarrollado en formato digital.

- Para promover lluvia de ideas y recoger aportes:
 - ✓ Además de participar activando el micrófono y tomar notas en la pantalla compartida, se puede usar el chat de la plataforma, que facilitará la participación de todo el grupo y la visualización de los aportes en forma inmediata.

- Para la construcción colectiva y dinámica de contenidos:
 - ✓ Recomendamos el uso de herramientas interactivas, como: MENTIMETER (<https://www.menti.com/>) o SLIDO (<https://www.sli.do/>).

BIBLIOGRAFÍA

- Ferro Calabrese, C. (1996). *Primeros pasos en la teoría sexo-género* [1era reimpresión]. Michoacán, México: Equipo de Mujeres en Acción Solidaria (EMAS) y Centro Michoacano de Investigación y Formación “Vasco de Quiroga” (CEMIF).
- Fundación CulturaSalud (2013). *Talleres sobre Sexualidad, Paternidad y Cuidado con Hombres Jóvenes. Manual con perspectiva de género y masculinidades para Facilitadores y Facilitadoras*. Santiago de Chile.
- Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos (2007). *Así aprendimos a ser hombres* [Serie: Pautas para facilitadores de talleres de masculinidad en América Central, vol.1]. San José, Costa Rica.
- Perú. Ministerio de Educación (2017). *Currículo Nacional de la Educación Básica*.
- Perú. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2014). *Conceptos fundamentales para la transversalización del enfoque de género*.
- Ramos Padilla, M. (2012). *Manual de capacitación a líderes locales en masculinidades y prevención de la violencia basada en género*. Lima, Perú: Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA).
- Triglia, A. (2020, 28 octubre). *La pirámide de la violencia machista*. Recuperado de <https://psicologiyamente.com/social/piramide-violencia-machista>
- Vásquez Villegas, Y. (2020). *Hombres en casa. Masculinidades y violencia de género en tiempos de coronavirus* [Presentación realizada en el webinar homónimo organizado por el CEFOPROH Santa Ángela los días 25 y 26 de abril].

DIRECTORIO

INSTITUCIONES ALIADAS EN LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA Y LA IGUALDAD DE GÉNERO

INSTITUCIÓN	DIRECCIÓN	TELÉFONO/CELULAR
Comisaría de Atusparias	Virrey Toledo #1098 - JLO	074 - 439090
Comisaría de Familia CEM	San Juan Masías #140 - P.J. Micaela Bastidas - JLO	914168636
Comisaría de Familia	Mz. P Lt. 1 4ta Etapa - P.J. Nuevo San Lorenzo - JLO	942450657
Comisaría JLO	Argentina #2252 - JLO	074 439554 - 943089623
Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables	Argentina #2252 - JLO	981962382 - 914181508
Ministerio Público	Manuel María Izaga #115 - Chiclayo	074 222208



Centro de Formación
y Promoción Humana
"Santa Ángela"



Calle Santa Juanita N°205
V Sector de Urrunaga
José Leonardo Ortiz - Chiclayo



074-250612



cefoproh@gmail.com



Centro Santa Ángela



Masculinidades Chiclayo

"Involucrando Hombres
para la Prevención de la
Violencia de Género"



966 158 220 - 989942565



proyectomasculinidad@gmail.com



Masculinidades Chiclayo