

# HOMBRES TRABAJANDO CON HOMBRES



**Pautas para facilitadores** **2**  
**de talleres de Masculinidad en América Central**

155.332  
C186h

Campos Guadamuz, Álvaro  
Hombres trabajando con hombres / Álvaro Campos  
Guadamuz. -- 1a ed. -- San José, Costa Rica: Oficina de  
Seguimiento y Asesoría de Proyectos OSA, S.C., 2007.  
72 p. ; 21 x 27 cm. (Serie: Pautas para facilitadores  
de talleres de masculinidad en América Central, v.2 )

ISBN: 978-9968-503-03-7 . (Obra completa)  
ISBN: 978-9968-503-00-6 . (Volumen 2 )

1. MASCULINIDAD - ESTUDIOS Y PROYECTOS.
  2. ESTUDIOS DEL GÉNERO - AMÉRICA CENTRAL.
- I. Serie II. Título.

## Créditos

**Consultor:** Alvaro Campos

**Coordinación Técnica Módulo:** Christiane Eppelin

**Arte, Diseño e Ilustraciones:** Olman Bolaños y Luis Enrique Gutiérrez

**Revisión:** Oscar Rolando Sierra y Christiane Eppelin

**Revisión de estilo:** Mauricio Vargas

**Copyright :** 2007 Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos. OSA. Derechos de autor reservados.  
Se permite parcial o totalmente la reproducción de este material siempre y cuando se cite adecuadamente la fuente y se envíe una copia a OSA.

## Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos. OSA.

Apdo. 01, 2070 Sabanilla, San José, Costa Rica  
Tel. 00506 283-0217 / 253-1541 Fax 00506 253-5006  
e-mail: [osa@osacostarica.org](mailto:osa@osacostarica.org)

## CONTENIDO

### **Introducción 5**

### **¿Para qué, cómo y desde dónde trabajar con los hombres? 7**

#### **1. La persona facilitadora de los talleres de masculinidad 8**

#### **2. Los objetivos estratégicos del trabajo con hombres: ¿qué es lo que buscamos? 10**

#### **3. Las bases metodológicas del trabajo con hombres 18**

### **Ejercicios para reconocer la vivencia de la masculinidad y los estereotipos de género 47**

#### **Ejercicio 1: ¿cómo nos hicimos hombres? 50**

#### **Ejercicio 2: el hombre a lo largo de la vida 51**

#### **Ejercicio 3: la silueta 52**

#### **Ejercicio 4: historia de un hombre, historia de una mujer 53**

#### **Ejercicio 5: historias de hombres 54**

#### **Ejercicio 6: la leyenda de un hombre 54**

#### **Ejercicio 7: el mundo de los hombres 55**

#### **Ejercicio 8: recuerdos 56**

- Ejercicio 9:** mi arquetipo **58**
  - Ejercicio 10:** análisis de canciones **60**
  - Ejercicio 11:** análisis de películas y videos **61**
  - Ejercicio 12:** yo como padre... **63**
  - Ejercicio 13:** casos de hombres **64**
  - Ejercicio 14:** ejercicio de relajacion para hombres **66**
  - Ejercicio 15:** imágenes o dibujos de hombres **68**
  - Ejercicio 16:** un día en la vida de un hombre y de una mujer **69**
  - Ejercicio 17:** este soy yo: relatos de hombres **71**
- Bibliografía 72**

# INTRODUCCIÓN

*...”los problemas de las mujeres tampoco se pueden resolver si el papel y la actitud actual de los varones se convierten en el modelo a imitar. más bien se trata de reconocer que la actual distribución de roles es desventajosa no sólo para las mujeres. Para difundir esta idea y motivar otro tipo de comportamientos, podemos dirigir nuestra labor también hacia los varones.”*  
(Pan Para el Mundo, 2000)

“Hombres trabajando con hombres” es el segundo tomo de la serie **“Pautas metodológicas para trabajar el tema de masculinidad en América Central”**, como parte del aporte que la agencia Pan Para el Mundo (PPM) hace para colaborar con la construcción de la equidad de género en la región.

La metodología que se propone en este texto ha sido desarrollada, construida y validada por el Instituto WEM, en conjunto con los hombres que han participado en los talleres y grupos de reflexión, tanto con los programas que lleva a cabo el Instituto como en los talleres que han recibido los hombres de las organizaciones contrapartes de Pan para el Mundo en Panamá, Costa Rica, El Salvador y Guatemala.

El trabajo de masculinidad requiere de particularidades metodológicas. No basta transmitir nueva información o un nuevo discurso. Se trata de descodificar los esquemas de pensamiento machistas (ideas, creencias), las formas de relación de los hombres consigo mismos, con otros hombres, con las mujeres y los niños, niñas y adolescentes, con la naturaleza; así como la manera en que los hombres manejan sus sentimientos. Masculinidad no es un tema de moda o un asunto de teoría, pasa necesariamente por la revisión de lo personal.

En este texto se proponen técnicas que proceden de la educación popular y de los grupos de reflexión y terapia para hombres, en donde la expresión de las emociones es de gran importancia, por ser precisamente este terreno el que más se ha limitado en la sociedad patriarcal. Los hombres necesitamos de un espacio propio para revisarnos a nosotros mismos, espacio que nos posibilita reconocer la necesidad del cambio; espacio que nos permite crecer como personas.

Se pretende que este texto sea utilizado por hombres facilitadores que trabajen con otros hombres. Es necesario que antes hayan vivido y participado en talleres de masculinidad y que hayan tenido la oportunidad de revisar sus propios encargos y la manera como han sido socializados en la masculinidad patriarcal.

Lo que se propone son tan sólo pautas generales. Cada facilitador aportará su creatividad a partir de su experiencia y la adaptación a la realidad concreta de los hombres y las comunidades en donde va a trabajar.

**Alvaro Campos**



## ¿PARA QUÉ, CÓMO Y DESDE DÓNDE TRABAJAR CON LOS HOMBRES?



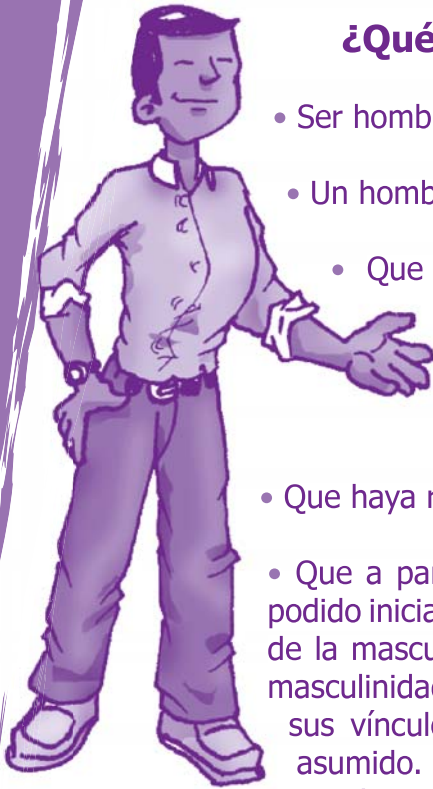
**T**rabajar el tema de la masculinidad es trabajar el enfoque de género con hombres. Este trabajo requiere de metodologías y técnicas muy especiales, adaptadas a la mentalidad masculina. En los capítulos siguientes se presentan ejercicios y técnicas de trabajo, las cuales no pretenden ser una receta; lo que se busca es compartir técnicas que se han validado como apropiadas y funcionales en muchos talleres y procesos de grupo en la Región Centroamericana. No se trata de una simple reproducción o réplica de técnicas. Lo más importante es la creatividad. Te invitamos a que explores y construyas nuevas técnicas y ejercicios.

## 1. La persona facilitadora de los talleres de masculinidad

**T**anto hombres como mujeres pueden ser facilitadores de talleres de masculinidad. Sin embargo, lo recomendable es que en un primer momento este proceso sea abordado por hombres, y posteriormente, cuando ya se ha dado una sensibilización básica, se incorporen las facilitadoras mujeres. Los ejercicios que se proponen en este apartado se dirigen a facilitadores hombres que van a trabajar fundamentalmente con grupos de hombres. Pueden hacerse adaptaciones en caso de que el equipo de facilitadores sea mixto y en caso de que el grupo de personas a las que se dirige el taller sea mixto. No es de ninguna manera perjudicial que el equipo facilitador sea mixto o que el grupo que va a ser sensibilizado también lo sea, pero en un primer momento recomendamos que sean **HOMBRES TRABAJANDO CON HOMBRES**.

### ¿Qué requisitos debe tener la persona facilitadora?

- Ser hombre (preferiblemente).
- Un hombre que haya participado en talleres de masculinidad.
- Que haya revisado sus procesos de socialización de género, sus estereotipos y prejuicios de género.
- Que haya reconocido cómo se expresa la masculinidad hegemónica y arquetípica en su vida.
- Que haya reconocido sus marcadores de virilidad.
- Que a partir de la sensibilización vivida en talleres u otros espacios, haya podido iniciar un proceso de modificación de ideas y formas de conducta propias de la masculinidad tradicional. Es fundamental que haya revisado su propia masculinidad, esto significa revisar sus experiencias con el género masculino, sus vínculos más significativos y los encargos más importantes que haya asumido. Si el facilitador es hombre, es muy importante que revise sus propios roles, mandatos, arquetipos y encargos de su propia masculinidad, y preguntarse a sí mismo en qué medida ha roto con ellos o los reproduce en su vida personal y profesional. En el caso de que se trate de una facilitadora mujer, también es de gran importancia que revise con cuáles encargos de la masculinidad fue socializada, qué es lo que espera de los hombres, cómo han sido sus relaciones con el género masculino y femenino, si ha sido víctima o no de violencia, etc.





- Es muy importante que en los talleres de masculinidad en los que ha participado haya tenido la oportunidad de abrirse a la parte vivencial y emocional, ya que no se trata solamente de adquirir nuevos conocimientos, sino fundamentalmente de estar abierto a nuevas experiencias.
- Que esté interesado en el tema de masculinidad.
- Que esté interesado en llevar a cabo talleres con hombres.
- Que no tenga prejuicios de género.
- Que conozca y apoye los derechos de las mujeres.
- Que tenga facilidad para expresar sus ideas y para escuchar a las demás personas.
- Que tenga facilidad para aceptar ideas distintas a las suyas.
- Que tenga tolerancia a la diversidad que presentan las masculinidades (según etnia, preferencia sexual, grupo de edad, tipo de trabajo)
- Haber revisado cómo maneja sus habilidades comunicativas, su capacidad de escucha y sus sentimientos.
- El facilitador debe ante todo creer que el cambio se puede dar y que es posible crear prácticas de transformación con estos hombres, por tanto él mismo es un agente de cambio.

### **En cuanto a los conocimientos que debe poseer, se recomiendan los siguientes:**

- Conocimientos en teoría y enfoque de género, enfoque de derechos, enfoque de equidad de género, teorías de la masculinidad y teorías de la violencia intrafamiliar.
- Estar actualizado en torno a la legislación vigente en materia de violencia doméstica y leyes afines.



## 2. Los objetivos estratégicos del trabajo con hombres: ¿qué es lo que buscamos?

Es muy importante tener claro qué es lo que se pretende con el trabajo con hombres. Ante todo, tengamos presente que estamos ayudando a “romper” con mandatos y encargos patriarcales que llevan ya muchísimos años, siglos y milenios. El cambio no es algo fácil ni rápido. El objetivo fundamental es que los hombres puedan aprender nuevas maneras de ser hombres, es decir, nuevas maneras de pensar, de manejar sus sentimientos, nuevas maneras de comportarse. La idea es construir procesos de equidad y democracia de género y que además se pueda prevenir y erradicar todas las formas de violencia y discriminación hacia las mujeres, hacia los niños, niñas, adolescentes, otros hombres, y hacia la naturaleza.



Conviene citar y destacar algunas frases de la compañera feminista costarricense, Ana Cecilia Escalante (2002), quien nos aporta algunas ideas de gran importancia que hay que tener en cuenta en el trabajo con los hombres:

*“Para lograr la equidad, para cambiar las relaciones de poder entre los sexos, hay que incluir discusión sobre los hombres y la masculinidad.*

*El problema son los roles tradicionales, no los hombres. Además, si la discusión se enfoca solamente en las mujeres, la carga de responsabilidad sobre ellas será mayor.*

*Es obvio que la perspectiva de género implica necesariamente un trabajo estratégico con los hombres”. (pág.292)*

Y agrega:

*“Desde mi perspectiva, el trabajo con los hombres debe basarse en los siguientes principios éticos:*

- *Partir del reconocimiento de que los estudios sobre la masculinidad y el trabajo con los hombres ha surgido y se ha desarrollado vinculado al proceso de lucha por la igualdad que han dado los movimientos de mujeres y feministas.*
- *La investigación sobre la masculinidad y el trabajo con hombres debe ser iniciativa y responsabilidad principal de los hombres, sin excluir el aporte de las mujeres que tengan interés en este tema.*
- *Los grupos o movimientos de hombres que se deben apoyar o promover son aquellos que buscan el cambio hacia la equidad de género y no los que buscan mantener o reproducir la opresión patriarcal.*
- *Quienes trabajan sobre la masculinidad y con los hombres deben mantener un diálogo abierto y respetuoso con quienes trabajan sobre la feminidad y con las mujeres.*
- *Este trabajo debe estar orientado por lo que propone Marcela Lagarde como una ética basada en la solidaridad y la cooperación, la igualdad de oportunidades, la distribución equitativa de los bienes y poderes positivos, los procesos de individualización y de acercamiento comunitarios, así como la participación social y política como vía para asegurar la democracia política y un régimen de derechos respetados”. (pág.295)*

El trabajo de masculinidad debe regirse por algunos principios éticos fundamentales. En el Instituto WEM (2006) hemos sistematizado algunos de ellos, los cuales han servido de base para el trabajo comunitario de masculinidad. Algunos de ellos son:

### Principios éticos

1. Es necesario, válido y pertinente trabajar con los hombres para construir la equidad de género y para enfrentar la problemática de la violencia intrafamiliar y la de género.
2. El trabajo con hombres debe hacerse incluyendo la diversidad de las masculinidades (por grupos de edad, ocupacionales, de clase social, de procedencia étnica, según diversidad sexual, etc.)
3. El trabajo con hombres debe enfatizar en la promoción de formas más sanas y positivas de vivir tanto consigo mismos, como con las demás personas.
4. El trabajo con hombres debe hacerse manteniendo mecanismos de coordinación con el trabajo que se hace con las mujeres.
5. El trabajo con hombres debe respetar, apoyar y regirse por los principios básicos y valores que se desprenden de los enfoques de género, de derechos y de respeto a la diversidad.
6. El trabajo con hombres debe fomentar el respeto por los derechos humanos, la cultura de paz y la protección del ambiente.
7. El trabajo con hombres debe respetar y apoyar la legislación (nacional e internacional) y los programas que se orientan al logro de la equidad de género y luchar contra todas las formas de discriminación y violencia contra las mujeres.





## ¿Y qué es lo que buscamos como objetivos estratégicos cuando desarrollamos talleres de masculinidad ?

Buscamos que los hombres que participen revisen, analicen, cuestionen y modifiquen su masculinidad hegemónica y sus mandatos patriarcales; que cuestionen el modelo que sustenta el "ser hombres" , su estructura ideológica\* y su traducción en relaciones desiguales de poder con las mujeres, niños, niñas, personas adolescentes, con otros hombres y otros seres vivos. A partir de los procesos de revisión y cuestionamiento se generan procesos de des/ideologización y decodificación para que estos hombres estén en condiciones de construir una masculinidad alternativa.

## Y, ¿para qué construir una masculinidad alternativa?



Para construir modelos ideológicos y de relación alternativos que tiendan hacia la construcción de nuevas formas de convivencia entre hombres y mujeres, basadas en la equidad, sin discriminación y violencia de género, se requieren. Se requiere de modelos de masculinidad que prevengan y sancionen la violencia y que puedan construir conjuntamente políticas institucionales de equidad de género en sus organizaciones .



\* Estructura ideológica se refiere a las ideas y pensamientos que están presentes en un grupo cultural o sociedad, y algunas veces pueden distorsionar la realidad

A continuación se transcriben algunas reflexiones hechas por hombres que han participado en grupos de reflexión del Instituto WEM, en torno a cuáles creen ellos que son los objetivos que se buscan en estos grupos.

### Nuestros objetivos:

- Clarificar nuestros conceptos y sistemas de creencias con respecto a ser hombre y la masculinidad.
- Analizar los diferentes roles que desempeñamos en la familia, el trabajo, la economía, el deporte y la sociedad en general.
- Reconocer y analizar los sentimientos y pensamientos positivos y negativos que nos generan los diferentes roles que desempeñamos.
- Analizar nuestras historias de vida, las crisis que enfrentamos las formas que utilizamos para resolverlas.
- Potenciar la búsqueda de un nuevo sentido y proyecto de vida que nos permita enfrentar positivamente las crisis y establecer relaciones constructivas con otros hombres, en nuestras familias y en los diferentes ambientes donde nos desenvolvemos. (Guevara y Jiménez, 2002)



Para concluir con este apartado de objetivos estratégicos, es preciso recordar que en noviembre del 2001 se llevó a cabo en San José el Primer encuentro centroamericano de masculinidades, en el cual participaron representantes de todos los países de la región. En forma conjunta se diseñaron unas conclusiones básicas, las cuales pueden servir de guía para las personas facilitadoras de talleres. Se transcriben seguidamente:



### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES DEL PRIMER ENCUENTRO CENTROAMERICANO DE MASCULINIDADES (Coronado, Costa Rica. Noviembre 23, 2001)

1. Es necesario que la temática de la masculinidad sea incorporada a la agenda pública de cada uno de los países centroamericanos.
2. El trabajo de masculinidad debe llevarse a cabo tanto en el nivel general de políticas globales, como en el trabajo de base con grupos particulares de hombres, rescatando la diversidad de las manifestaciones de la masculinidad por grupos étnicos, grupos étnicos, sectores socioeconómicos, por orientación sexual, entre otros.
3. El trabajo con hombres debe explorar y construir sus propias líneas teóricas y metodológicas, incorporando las provenientes de otras áreas y ámbitos.
4. La necesidad de llevar a cabo este trabajo en diferentes ámbitos: gubernamental, no gubernamental, comunitario, institucional, entre otros.

**5.** El trabajo con hombres, en virtud de su objetivo básico de promover un cambio sociocultural, debe entenderse en acciones inmediatas, pero sobre todo a largo plazo, lo que requiere de un compromiso sostenido y evaluado por parte de las personas y organizaciones.

**6.** Es necesario que el trabajo con hombres se lleve a cabo en función de las necesidades de otros grupos poblacionales y otras problemáticas, así como en función de sí mismos. Se requiere que el trabajo con hombres contribuya a construir relaciones de equidad con las mujeres y con otros grupos poblacionales, al mismo tiempo que reconocemos los beneficios que dicho cambio puede procurar a los hombres.

**7.** El trabajo de masculinidad debe comprometerse con la erradicación de todas las formas de violencia dirigidas a personas, grupos, y a la propia naturaleza. En este sentido cobran especial relevancia las acciones involucradas en la lucha por eliminar la violencia contra las mujeres, niños y niñas; así como el reforzamiento de formas alternas, pacíficas y democráticas de interacción humana.

**8.** El trabajo con masculinidad debe reconocer el apoyo que ha recibido por parte de los movimientos de mujeres, que lo ha llevado hasta la agenda pública, la necesidad de continuar desarrollando el enfoque de género y el seguirlo incorporando a las tareas que emprenda. En este sentido, un trabajo de masculinidad y con los hombres debe solidarizarse con las luchas que en diferentes frentes llevan a cabo las mujeres en atención a sus propias demandas y de otros sectores sociales. Lo anterior conlleva a plantear el diálogo y la construcción de alianzas con el movimiento de las mujeres, solidarizándonos con sus luchas.

**9.** Las políticas públicas de equidad de género deben contemplar la participación y trabajo conjunto de hombres y mujeres.

**10.** El trabajo de masculinidad debe impulsar y apoyar la promulgación de leyes tendientes al logro de la equidad de género y de un sistema de vida más armonioso y justo, en el marco de una cultura de paz y justicia.

**11.** Que cada país, de acuerdo con sus particularidades, incorpore y desarrolle el tema y enfoque de masculinidad y el trabajo con hombres en el abordaje de diversas temáticas, tales como:





a) Formación de grupos de reflexión para hombres orientados a la revisión de su propia masculinidad

b) Creación de sistemas de atención para hombres con conducta violenta y con problemas de control y poder respecto a sus parejas.

c) Programas y sistemas de atención en el área de la salud.

d) Programas de educación formal y no formal.

e) Adicciones.

f) Prevención de accidentes.

g) Crisis y desastres.

h) Fomento de una paternidad integral.

g) Atención preventiva de problemas de pareja y familia.

h) Sexualidad.

i) Trabajo pastoral, religioso y espiritualidad.

j) Programas de fomento para la protección del medio ambiente.

k) Trabajo con poblaciones especiales: grupos migratorios, étnicos, entre otros.

l) Acciones dirigidas a involucrar a los hombres en tareas de prevención de la violencia.



### 3. Las bases metodológicas del trabajo con hombres

La metodología del trabajo de masculinidad con hombres reúne los principios de la pedagogía liberadora y de educación popular de Paulo Freire, así como los aportes de las técnicas vivenciales que permiten el reconocimiento y la expresión de los sentimientos, que proceden de técnicas psicológicas de grupo.

#### Principios de la educación popular válidos para el trabajo con hombres

La metodología participativa es el hilo conductor de la didáctica de los talleres de masculinidad. El aprendizaje de una masculinidad alternativa supone el cuestionamiento y ruptura de los esquemas ideológicos tradicionales que sostienen la cultura patriarcal. Como lo expone Ramelini (2004):

*“Se hace entonces necesario desarrollar procesos educativos que estimulen la participación consciente y activa de las personas desde las vivencias cotidianas, que abran posibilidades al cambio actitudinal necesario para poder re-mirar y re-significar. Una educación colectiva que parta de las personas, sus problemas y necesidades; que promueva la participación y las relaciones horizontales, para cambiar las concepciones culturales que legitiman la violencia.”*

(Pags. 9-10)

Los principios de la mediación pedagógica citados por Ramelini son útiles para guiar este proceso. Se exponen y comentan seguidamente algunos de ellos:

- **Todas las personas saben. No hay una sola verdad.**

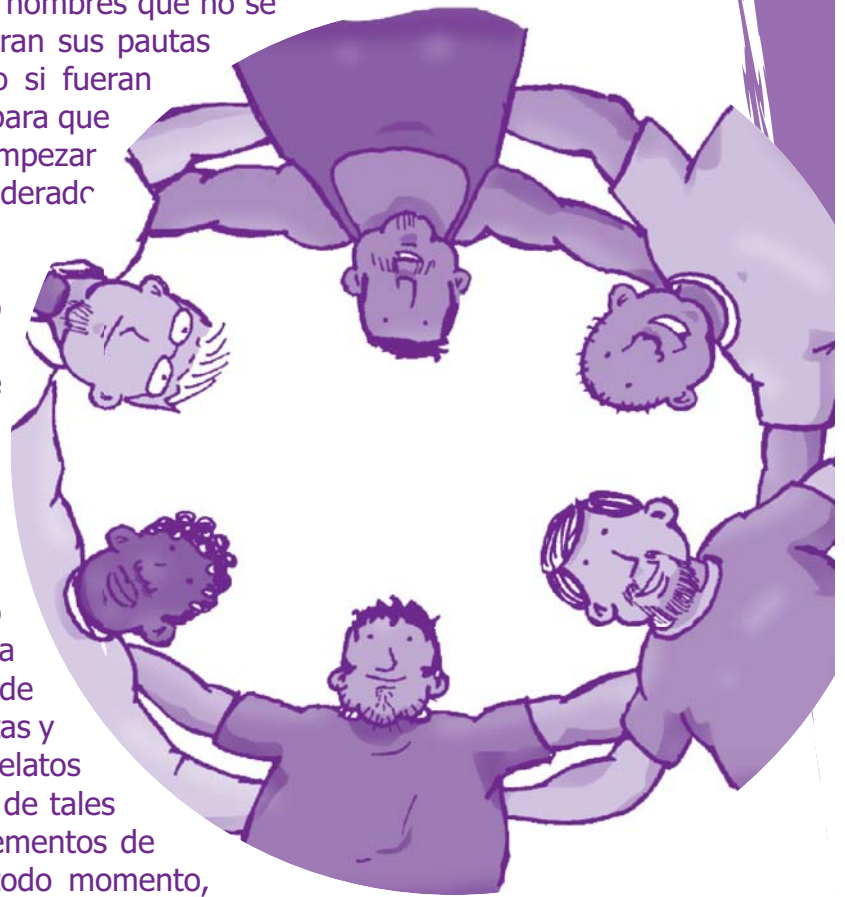
Por el solo hecho de haber vivido como hombres, los participantes de los talleres tienen mucho que aportar, con sus vivencias, experiencias, anécdotas. Todos vamos a aprender de todos.

- **La tarea es del grupo en un proceso de intercambio, interacción y comunicación, reciprocidad y horizontalidad, para una construcción colectiva del conocimiento.**

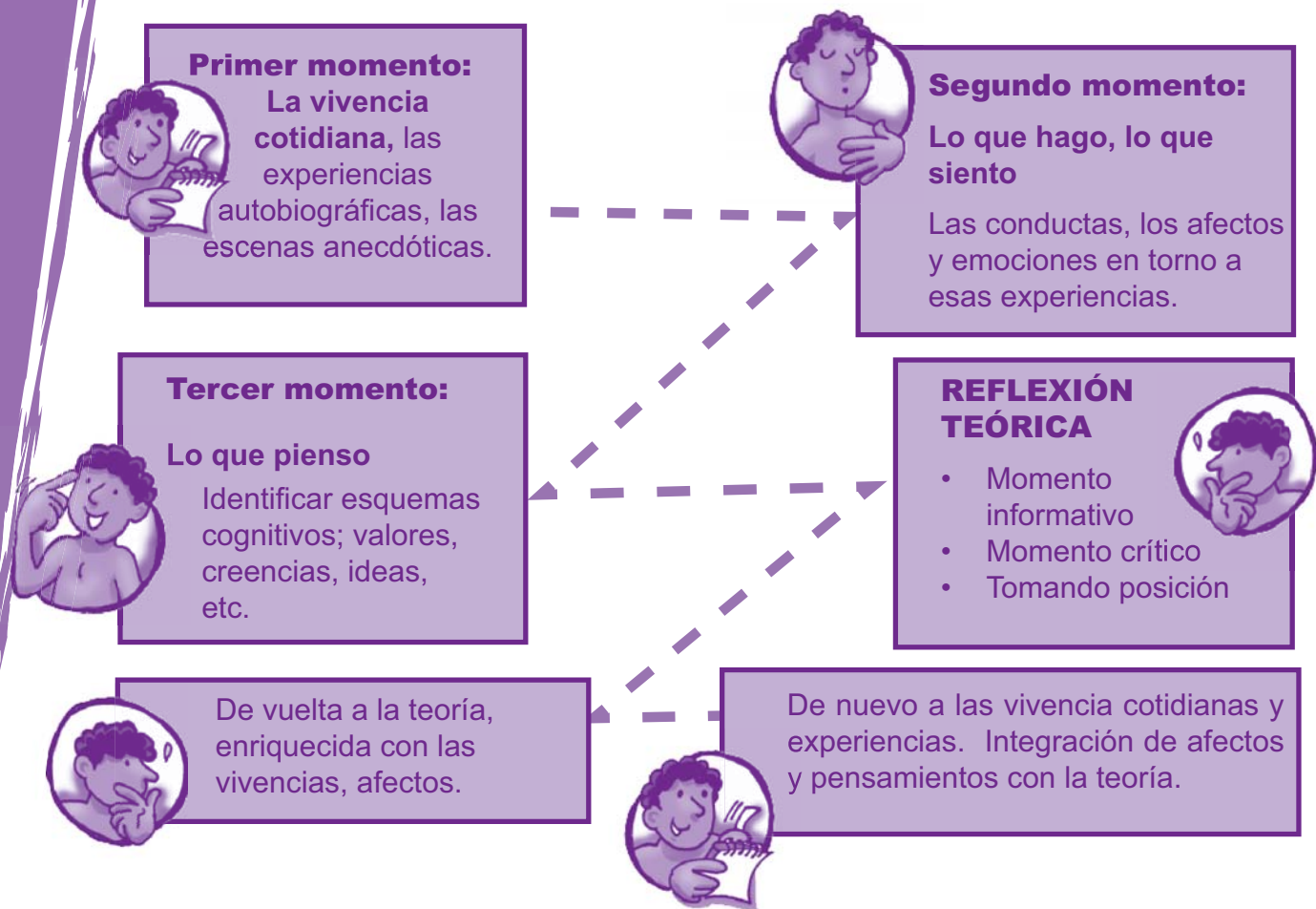
Este principio es muy importante, aunque el facilitador debe estar alerta para que el conocimiento construido no legitime o justifique la inequidad, la discriminación o la violencia, especialmente en aquellos grupos donde apenas se esté iniciando un proceso de revisión de la masculinidad, ya que los hombres que no se han cuestionado su masculinidad consideran sus pautas de pensamiento y comportamiento como si fueran naturales. Sin embargo, existen técnicas para que los hombres "tomen distancia" y puedan empezar a cuestionar eso que siempre han considerado como natural.

El interaprendizaje se construye revisando la propia historia. Parte de la autorrevisión va de las experiencias a los conceptos y de éstos a la experiencia nuevamente.

La propuesta metodológica del taller en cuanto a sus contenidos, metodología y técnicas es una propuesta que pretende "remover" esquemas de pensamiento y aspectos emocionales. De hecho, la concepción metodológica tiene como punto de partida las vivencias y experiencias concretas y cotidianas de los hombres, anécdotas y relatos de su vida; para luego reflexionar acerca de tales vivencias e incorporar en ese proceso elementos de tipo teórico conceptual. Se busca, en todo momento, que sean ellos mismos quienes fortalezcan su capacidad para



elaborar y producir conocimientos, y que vayan comprendiendo poco a poco los conceptos y la teoría. Luego aplican y comparan esa teoría a su realidad y la enriquecen con nuevos datos. El siguiente esquema resume el proceso que se propone.



Y así sucesivamente en una relación dialógica permanente entre práctica –teoría y práctica. Siguiendo esta lógica interna de articulación, las diversas técnicas didácticas que se ponen en práctica, tienen como propósito contribuir a concretizar esa lógica y a movilizar todo el proceso.

La metodología participativa de los talleres de masculinidad es, ante todo, una concepción de cómo se crea el conocimiento, y tiene como fundamentos los siguientes:

## METODOLOGÍA PARTICIPATIVA

- El punto de partida es la realidad cotidiana de los hombres (las vivencias, experiencias, escenas de la vida real) y de aquí se va a un diálogo crítico con la teoría.
- Se parte de los afectos, emociones, sentimientos y de aquí a los pensamientos e ideas de los hombres. Se interrelacionan afectos y pensamientos dialógicamente.
- De la teoría se va nuevamente a la realidad y se analiza críticamente. Se pasa luego a la teoría, ya enriquecida con la realidad y así sucesivamente en un proceso dialógico entre realidad, teoría y realidad.
- El conocimiento se concibe como una construcción colectiva, en donde el grupo integra en ese proceso sus vivencias, afectos, pensamientos; su historia.
- La metodología contempla el manejo de los procesos subjetivos de los hombres. Se parte de la premisa de que todo conocimiento moviliza afectos, recuerdos, vivencias.



Uno de los principios fundamentales de la educación popular, propuesto por el equipo del Instituto Cooperativo Interamericano de Panamá es:

*“Si queremos comprender una cosa, tenemos que entrar en contacto con ella: tocarla, olerla, verla funcionando, utilizarla. Si queremos conocer la realidad, debemos estar adentro de ella, participar de ella”. (pág. 44)*

Y en los talleres de masculinidad, la realidad por conocer es el hombre mismo, es decir, cómo funcionamos los hombres, cómo somos, cómo manejamos nuestra vida cotidiana, nuestras relaciones con nosotros mismos, con las mujeres, con otros hombres. Es un mirar hacia adentro.



## Recomendaciones específicas para el facilitador de talleres de masculinidad

### 1. Evite quedarse en lo teórico, en lo informativo o cognitivo

Aunque en los talleres de masculinidad se les ofrece a los hombres conocimientos nuevos y una manera alternativa de ver el mundo, de verse a sí mismos y de ver la relación con las mujeres, no podemos quedarnos en transmitir nuevos conocimientos. Lo que se busca es generar un clima favorable para que reconozcan en sus vidas los roles y mandatos de la masculinidad hegemónica y arquetípica. Recordemos lo expuesto en el libro primero de esta serie. El hombre tiende a comportarse en forma racional y le es más fácil expresar lo que piensa que lo que siente. En los talleres se busca que los hombres hablen de sí mismos, de sus experiencias, de sus vivencias y a partir de ahí podemos introducir la parte conceptual.

### 2 El punto de partida son las vivencias concretas de los hombres en su proceso de socialización de género

Buscamos rescatar las vivencias concretas de los hombres y recoger su discurso en las mismas palabras que ellos utilizan. Buscamos que compartan experiencias de vida en donde se reflejen anécdotas, situaciones, recuerdos, escenas. En toda esta producción se va a reflejar cómo han vivido su masculinidad, cómo se ha expresado en ellos la masculinidad hegemónica, sus arquetipos, sus encargos, sus roles, sus estereotipos. Por eso recomendamos que los primeros ejercicios sean los de socialización de género.

En este sentido, el ICI (1997) indica:

*“El trabajo educativo tendrá una base falsa, si no se descansa en el diario vivir de la gente, y sus necesidades, sentimientos, alegrías, tristezas, su forma de comunicarse, en su lenguaje, sus costumbres, sus creencias, la forma de trabajar, de alimentarse, de divertirse, es decir, en todos los elementos que constituyen su propia cultura” (pag. 51)*

Para partir de las vivencias concretas, la metodología y los ejercicios deben estimular la participación y crear un ambiente relajado, divertido, lúdico (de juego). Las siguientes son frases de hombres que han participado en varios talleres de masculinidad, a los cuales se les pidió rescatar lo más importante de la metodología vivida.

Sus respuestas fueron las siguientes:

- Fue muy importante tomar en cuenta la experiencia de cada uno. Eso nos hizo "zambullirnos", para poder penetrar en el mundo de los hombres.
- En los talleres, los hombres hablamos de la vida real y no sólo de teoría. Así nos damos cuenta de que hemos vivido lo mismo, de que hemos sufrido lo mismo.
- De inicio se crea un ambiente de confianza, actitud abierta; no juzgar, aclarar que la idea no es buscar culpables.
- Asegurarse un ambiente de respeto. Hemos hablado abiertamente de todo.
- La sonrisa de todos me hizo sentir: "Este es mi mundo".

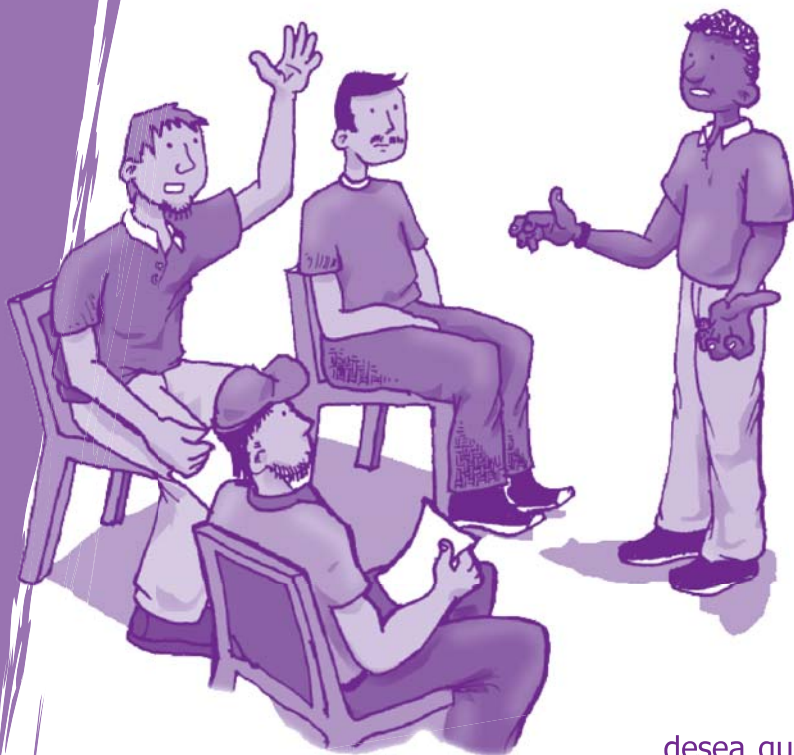
Aunque recomendamos partir de las vivencias y experiencias de las personas participantes, los ejercicios que estimulen la revisión de las propias experiencias de vida no deben ser sentidos como amenazantes. Especialmente en los primeros talleres, es importante que los hombres no sientan que se están exponiendo mucho o que se les está obligando a hacer cosas para las cuales no están preparados. Por ejemplo, no se les va a pedir que se abracen durante los primeros ejercicios. Probablemente esta conducta va a manifestarse posteriormente en forma espontánea, como una necesidad de los hombres del grupo. En este sentido el facilitador acompaña al grupo; la idea es que no se quede atrás, porque el grupo lo puede dejar perdido, ni que vaya demasiado adelante o rápido como para que el grupo se sienta presionado o amenazado. Hay que estar muy atento y "leer" el momento del grupo, habilidad que se adquiere con la experiencia.



### 3 Actitud de respeto, tolerancia y de escucha por parte del facilitador

Usted como facilitador debe permitir que los hombres se expresen con sus palabras cotidianas. Es conveniente que no censure, regañe o critique a los hombres participantes por los comentarios o palabras que utilizan. Si un discurso suena muy machista o misógino (en contra de las mujeres), es muy importante que el hombre lo exprese tal cual lo piense y que sea el grupo mismo el que lo procese y reaccione ante el mismo. Puede utilizar preguntas como las siguientes:

*“¿Qué piensa o qué opina el grupo del comentario que ha hecho Juan?”*



Como facilitador estimule y respete el sentido del humor de las personas participantes, sin juzgarlos. Esto posibilita que los hombres se sientan en un ambiente de seguridad y confianza. Ya habrá otro momento para cuestionar el contenido de lo que dicen, en los casos en que sea un contenido machista o justificador de la violencia.

Con frecuencia hemos visto algunas conductas poco convenientes en algunos facilitadores, que con muy buena intención entran a “corregir” el discurso de los hombres desde un primer momento, y hasta entran en choque con algunos de ellos. El efecto es que los hombres van a evitar hablar de lo que realmente piensan y sienten y, por el contrario, van a identificar qué es lo que el facilitador

desea que le digan, para repetirlo y de esta manera sentirse más seguros y “quedar bien”. Así, podemos tener hombres que manejan en el discurso la teoría de género sin que hayan podido reconocer o compartir sus vivencias, por el temor de ser criticados o juzgados por el facilitador.

Retomemos aquí, que uno de los principios básicos de la educación popular propone partir del nivel de conciencia, su percepción y comprensión sobre la realidad y su práctica.



#### 4. En todo momento intente relacionar lo que los hombres dicen y los contenidos conceptuales, con su vida cotidiana y con la socialización de género



Las personas modifican sus actitudes y creencias en la medida que la nueva información que reciben se relacione con su vida cotidiana. Es muy importante que los hombres reconozcan cómo todo lo nuevo que están conociendo se relaciona directamente con sus vidas y las afecta en lo positivo o en lo negativo. Si se están desarrollando contenidos como los arquetipos o los encargos de la masculinidad hegemónica o el patriarcado, es muy importante que los hombres reconozcan cómo se expresa todo eso en su vida, con ejemplos concretos. Este es un principio de la metodología constructivista que se llama "aprendizaje significativo".

**Aprendizaje significativo** quiere decir que a los hombres "les diga algo" lo que estén aprendiendo y que lo puedan relacionar con situaciones de su vida real y cotidiana. Para eso, el facilitador puede emplear ejemplos propios de las comunidades y ambientes donde los hombres viven y se desenvuelven.

#### 5. Los ejercicios deben estimular la participación, el movimiento, la creatividad, la expresión

En este apartado se hacen evidentes los principios de la educación popular clásicos. Por tal razón, se deben emplear ejercicios que permitan a los hombres jugar, moverse, tomar contacto con su cuerpo, representar roles o situaciones y en general, ejercicios que les permitan estimular la creatividad.

Conviene que los contenidos teóricos o conceptos que se desean trabajar con los hombres sean ilustrados o ejemplificados con ejercicios en los que ellos tengan que participar y expresarse, así como la posibilidad de emplear su cuerpo.



## 6. Los ejercicios deben aportar herramientas para el cambio

En los talleres es importante que los hombres aprendan algunas herramientas para poder modificar patrones de comportamiento. No se trata solamente de que hablen o contesten las guías o de que hagan los ejercicios que el facilitador propone. Es muy valioso instrumentar a los hombres con pautas muy concretas en torno a problemas específicos. Por ejemplo, en los temas de prevención de la violencia y manejo del enojo, es preciso que los hombres aprendan técnicas que les ayude a manejar su enojo y a comunicar sus sentimientos de manera asertiva.

De alguna manera, con los talleres de masculinidad se pretende lograr cambios que conduzcan a la equidad de género y a la prevención de la violencia. Esto permite la "vuelta a la práctica" en el proceso de educación popular en los talleres de masculinidad:

*"Cuando hablamos de volver a la práctica, esto no significa regresar al punto de partida inicial. Tenemos que regresar a la práctica planteando acciones que combatan los problemas que hemos analizado en toda su complejidad"* (ICI, pag. 60)

Y en este contexto, los problemas que debemos combatir son todos los que se derivan de la masculinidad hegemónica, la inequidad y violencia de género.

## 7. Los ejercicios deben estimular la revisión de los aspectos subjetivos y no solamente los roles o estereotipos

Es muy importante que los hombres puedan reconocer los estereotipos de género que funcionan en la sociedad y en las comunidades donde ellos viven, así como que reconozcan cuáles de sus roles o conductas se orientan a fortalecer tales estereotipos. En los talleres hay que dedicar bastante tiempo para esta tarea, la cual ofrece la oportunidad para "decodificar" la masculinidad asumida.



Sin embargo, como facilitador evite centrarse únicamente en un asunto de roles o conductas. Por ejemplo, es importante que los hombres comprendan la necesidad de compartir los oficios domésticos y la crianza de los hijos e hijas como una labor que corresponde no solo a las mujeres, sino a los hombres y a las mujeres. Es decir, no se trata solamente de aprender roles nuevos, como por ejemplo, los oficios domésticos. PASA POR UN CAMBIO SUBJETIVO.

Además de compartir las tareas del hogar, es importante que los hombres hagan cambios en otros aspectos más

profundos, como la forma de relacionarse con las mujeres, los pensamientos machistas, la manera como expresan sus emociones, la manera como manejan el poder.

Pero, es función del facilitador introducir el elemento subjetivo en las discusiones de grupo.



### ¿Y qué es el elemento subjetivo?

Es la llave que permite a los hombres entrar en el mundo de su vida privada: sus pensamientos, sus ideas, sus valores, sus sentimientos y la forma como los viven y expresan, sus relaciones cercanas (en la casa, con la pareja, con los hijos, en el trabajo).

El facilitador debe estar atento a hacer preguntas oportunas, para introducir el elemento subjetivo:

*¿Podría darnos un ejemplo para que lo entendamos mejor?*

*¿Cómo se sintió usted cuando le pasó eso?*

*¿Qué opina usted de eso que le pasó al compañero?*

El enfoque de género, sea que se esté hablando de la feminidad o de la masculinidad, no es un tema teórico o intelectual. Pasa necesariamente por lo personal, por lo vivencial, por la revisión de formas de pensar, de sentir y de actuar de los hombres y las mujeres, tanto por parte de los que van a participar en el taller como por parte de las personas facilitadoras. Y todo ello pasa en forma inevitable por la ruptura de esquemas personales de vida y de visión del mundo.

No se queda solamente en cambios personales o psicológicos, pues lo que se busca como objetivo es que estos cambios tengan incidencia en la vida de las organizaciones y de la sociedad en general, que sean cambios que se orienten al logro de la equidad de género en la sociedad. Por lo tanto, se pretende que los hombres sensibilizados en los talleres tengan participación e incidencia social para lograr la equidad y formas de relación entre hombres y mujeres basadas en la solidaridad e igualdad. Estas nuevas formas de relación son necesarias en el trabajo, en la comunidad, en la familia, en la vida política.

Otra manera de introducir el elemento subjetivo es revisar el impacto de los problemas sociales, económicos, políticos, familiares, en los hombres. Es necesario indagar si los hombres experimentan malestar o crisis debido a problemas "objetivos", por ejemplo:

- Problemas económicos, desempleo
- Problemas con la pareja (separación, infidelidad, celos, violencia intrafamiliar)
- Secuelas de la represión política, la guerra o un desastre.

Estas situaciones y problemas objetivos colocan a los hombres en una posición de vulnerabilidad, y si algún hombre desea compartir esas experiencias con el grupo, se crea un clima favorable para un proceso de reflexión con ese hombre.



## 8. Los ejercicios deben respetar el reconocimiento y expresión de sentimientos

Dado que los temas que se están tratando pasan necesariamente por lo personal, en algunas situaciones los ejercicios remueven sentimientos que algunos hombres comparten con el grupo. Por eso, parte de las reglas iniciales del taller de masculinidad deben contemplar aspectos como los siguientes:

- Podemos compartir experiencias que hayamos vivido, siempre y cuando estemos de acuerdo en hacerlo.
- En caso de que algún compañero desee compartir una experiencia personal que le produce sentimientos, todo el grupo va a escucharlo con mucha atención.
- Lo que se converse en el taller, si es de tipo personal, pasa a ser patrimonio del grupo y se guardará confidencialidad acerca de la información.

Si un hombre expresa un sentimiento pero no desea hablar en ese momento, el facilitador debe respetar el deseo del hombre y a lo sumo decir:

*“Es muy importante que te permitas sentir ese sentimiento. Cuando quieras compartirlo con el grupo puedes hacerlo. Si te lo deseas dejar, estás en tu derecho.”*

## 9. Los ejercicios deben estimular el análisis crítico de la cultura cotidiana

La masculinidad hegemónica y arquetípica se expresa en una gran cantidad de prácticas cotidianas. Es muy importante que el facilitador promueva que el grupo de hombres haga un análisis crítico de la cultura cotidiana: canciones, refranes, chistes, películas, novelas, series de televisión, videos musicales, fábulas infantiles.

Para descubrir los arquetipos subyacentes en la cultura, es importante que el facilitador estimule el análisis de mitos y leyendas : cuentos, tradiciones, leyendas, obras literarias, entre otras.

## 10. Los talleres deben contemplar un momento para que los hombres revisen de qué se han dado cuenta

“Darse cuenta” es un concepto muy importante para una corriente de la psicología llamada terapia gestalt. Remite a una vivencia, al hecho de que las personas reconozcan y se conecten consigo mismos, con las sensaciones que proceden de su cuerpo, con los sentimientos que están experimentando, con las imágenes que su mente está produciendo.

El psicólogo norteamericano John Stevens nos narra en su libro **“El darse cuenta”** (2003) la importancia que los hombres puedan permitirse sentir, imaginar y vivenciar.

El “darse cuenta” facilita a los hombres reconocer qué están sintiendo, les permite reconocer las señales que su cuerpo emite cuando están enojados, tensos o tristes; les facilita reconocer sus pensamientos o ideas machistas.

El “darse cuenta” genera que los hombres tomen contacto consigo mismos.

Este proceso incluye varios elementos:

- Darse cuenta del mundo exterior, lo cual implica el contacto sensorial con el entorno y con aquello que sucede en el presente (ver, tocar, escuchar, oler).
- Darse cuenta del mundo interior implica el contacto sensorial con lo que sucede internamente y tiene relación con las sensaciones en el cuerpo tales como tensiones musculares o molestias. También con los sentimientos que se experimentan.
- El darse cuenta de la fantasía, es decir, las imaginaciones y los recuerdos del pasado.



Por ahora, tenga en cuenta lo siguiente:



**a)** Cuando usted trabaje un tema que haya generado intensos sentimientos en el grupo, al terminar el ejercicio pregunte: "¿De qué se dieron cuenta con este ejercicio?"

**b)** Si un hombre del grupo cuenta un episodio de su vida personal y esto toca alguna emoción que produce un cambio en su tono de voz o en sus movimientos, es conveniente preguntarle: "Ahora que nos está contando esta experiencia, ¿qué estás sintiendo?, ¿de qué te has dado cuenta?"

**c)** Al finalizar el taller, también es oportuno lanzarle la pregunta: "¿de qué se han dado cuenta en este taller?"

Estimular el "darse cuenta" ayuda a que los hombres se hagan cargo de sus pensamientos, conductas, sentimientos y asuman una actitud más responsable ante sí mismos.

## 11. Ejercicios que estimulen la meditación

Los hombres no están acostumbrados a tener espacios para meditar. Por los encargos de proveedor, protector y los arquetipos correspondientes, no tienen tiempo para darse un tiempo, pues deben trabajar en forma permanente y no se permiten un momento de silencio.

Los hombres están socializados para la acción y no para meditar en torno a esas cosas que hacen. Y mucho menos para meditar acerca de sí mismos.

En los talleres es importante dedicar un espacio para enseñarles ejercicios de respiración, de relajación y de imaginación positiva.



Los espacios de relajación y meditación son muy significativos porque permiten a los hombres aprender otra manera de ver los problemas y de verse a sí mismos. Crean un clima propicio para hablar de sus sentimientos.

### Momentos metodológicos

Los ejercicios mencionados en el punto anterior deben estar al servicio de los diversos momentos metodológicos. La metodología propuesta combina en forma dialéctica los siguientes momentos:

- *Ejercicios generadores (lecturas, canciones, películas, guías estructuradas).*
- *Momentos para que el cuerpo se exprese.*
- *Momentos para que los hombres hablen de sus vivencias, comportamientos y experiencias concretas.*
- *Momentos para que los hombres hablen de lo que piensan.*
- *Momentos para que los hombres hablen de lo que sienten.*
- *Momentos para que los hombres expresen emociones (esto es clave) y para que los contenidos les remuevan aspectos de su vida personal (esta es la llave para que los participantes se incluyan y se comprometan en el proceso del taller).*
- *Momentos para que los hombres identifiquen pensamientos y conductas que puedan modificar en el futuro.*



Así, al desarrollar un contenido o tema específico, el facilitador debe asegurarse que va a transitar por los momentos básicos.

A manera de ejemplo, suponga que el facilitador va a desarrollar un taller sobre salud sexual reproductiva con población masculina. Se ilustra a continuación cómo podrían ponerse en práctica los diversos momentos metodológicos.



### Tema: Salud sexual y reproductiva en los hombres

**Ejercicios generadores:** pueden ser ejercicios de presentación; una guía de preguntas para identificar qué es lo que los hombres conocen acerca del tema, la presentación de un caso de un hombre que no cuida su salud sexual, como ejemplo. Se les puede dar una guía de discusión.

- **Momentos para que el cuerpo se exprese**

Puede consistir en algún juego en donde los hombres tengan que moverse de lugar. Las técnicas propuestas por el equipo YEKINEME y Equipo de Maíz, de El Salvador, y ALFORJA, de Costa Rica, pueden ser de utilidad para lograr estos fines. También pueden utilizarse dramatizaciones, sociodramas o esculturas, a través de las cuales los hombres pueden representar las ideas que discutieron.



- **Momentos para que los hombres hablen de sus vivencias, comportamientos y experiencias concretas**

Durante el trabajo, en subgrupos o en el plenario, es importante estimular que los hombres compartan sus vivencias y experiencias mediante preguntas generadoras. Por ejemplo, algunas preguntas en torno al tema en cuestión pueden ser las siguientes: *¿Acostumbra usted hacerse exámenes de la próstata?; ¿utilizan usted y su compañera algún método anticonceptivo?*, entre otras.



## • Momentos para que los hombres hablen de lo que piensan

Este es un espacio en el cual se puede entregar a los hombres información objetiva acerca de la temática, algunos conceptos básicos. Se debe dar la oportunidad para que ellos reaccionen ante la información brindada y puedan expresar lo que piensan al respecto.

## • Momentos para que los hombres hablen de lo que sienten

Se logra haciendo preguntas directas, ya sea a través de un caso, preguntando: *¿cómo creen ellos que se siente el personaje del cual se está hablando en el relato?*, o de manera personal: *¿ustedes qué sentirían en una situación similar?*. Cuando se hacen estas preguntas es importante anotar en la pizarra o papelógrafo los sentimientos que los hombres mencionan. En algunas ocasiones hay que ayudarles a identificar el sentimiento. Por ejemplo, si en un ejercicio se presenta por escrito el caso de un hombre que murió de SIDA, se les podría preguntar:



- *¿Cómo creen ustedes que se sintió ese hombre cuando le dieron el diagnóstico de su enfermedad?*

- *¿Conocen ustedes personas cercanas que han muerto de SIDA o que son seropositivos?*

- *¿Cómo se sentirían ustedes si fueran ese hombre?*

- *Dice usted que se sentiría mal. Dígame, ¿mal en qué sentido?, ¿cual es el sentimiento que usted percibe en este momento?*

Si identifican sentimientos, también se les puede preguntar: *¿en qué otras situaciones los hombres experimentan miedo, tristeza o inseguridad?*

Es muy importante no forzar a los hombres a hablar de sus sentimientos. A lo sumo se les proponen preguntas generadoras y se acompaña el proceso a partir de lo que el grupo produce colectivamente.

### ● Momentos para que los hombres expresen emociones

Este es un momento clave, pero no siempre se logra en todos los talleres. Se presenta cuando algún hombre, a partir de la discusión generada alrededor del tema, comparte experiencias de su vida privada y expresa abiertamente algunos sentimientos, tales como enojo, tristeza, rabia, miedo. Incluso a veces puede acompañar su relato con llanto. Este momento es de gran importancia, pues indica que en el hombre algo se ha "movido" desde adentro: como por ejemplo un recuerdo, una vivencia, un problema que no haya resuelto, una pérdida del pasado. La actitud del facilitador debe ser dejar que ese hombre se exprese.

Algunos facilitadores temen que un momento de estos suceda, porque creen que al no ser psicólogos o expertos no van a poder manejar esa situación y "se les va a salir de las manos." Sin embargo esto no es así. Todas las personas que han podido expresar algún sentimiento en grupo y el grupo los ha escuchado, reportan sentirse mejor. Algunas recomendaciones que pueden ponerse en práctica son las siguientes:

- Evite decirle al hombre que no llore o que no es nada lo que le está pasando.
- Permita que el hombre hable y descargue, que se desahogue.
- Evite hacerle preguntas mientras se está desahogando.
- Escuche con atención lo que el hombre cuenta, dígame que respire hondo y que nos cuente lo que desee decirnos.
- Evite llenarlo de consejos.
- Si el hombre habla, **ESCÚCHELO**, no le dé la solución de su problema, déjelo que hable. En ese momento es más importante que hable a que encuentre alguna solución.





### ¿Cómo escuchar?

- Guarde silencio mientras el hombre habla.
- Haga pocas preguntas, apenas las necesarias para que él pueda hablar. Por ejemplo: ¿desde cuándo le pasa eso?, déme más ejemplos, ¿a qué se refiere usted con eso? Evite usar el por qué.
- Mientras el hombre habla no lo regañe, juzgue o critique.
- Pregúntele cómo se siente.
- Permita que se exprese con las palabras que él utiliza en su vida diaria.
- Dígale frases que le indiquen que usted se pudo conectar con lo que él le está contando: "Me parece que eso le duele mucho", "Eso a usted le enojó", "Usted se sintió incómodo por eso", "Usted se sintió solo".

### Si el hombre llora

- Permítale llorar, no lo interrumpa.
- Dígale que es bueno llorar, aunque a los hombres se nos haya dicho que no debemos hacerlo.
- Si lo ve muy triste, dígale que es bueno que se desahogue.
- Respete las creencias religiosas y culturales del hombre.
- Hasta que haya expresado sentimientos, pregúntele qué ha pensado hacer ante esa situación.

Cuando un hombre expresa emociones, después de escucharlo el facilitador debe dirigirse al grupo y preguntarle:

*¿Qué sintieron ustedes cuando Hilario estaba compartiéndonos sus problemas?*



Si los hombres no hablan de lo que sienten, sino de lo que piensan, vuelva a hacer la pregunta y dígales: *“Hilario nos compartió lo que él sentía, compartámosle nosotros lo que nos hizo sentir su relato”*. Y nuevamente se recomienda que escriba en la pizarra o papelógrafo los sentimientos que los hombres mencionan.



Solamente después de este momento, podemos decirle al grupo lo siguiente:

*“¿Alguno de ustedes desea decirle algo a Hilario?”* o quizás: *“¿A alguno de ustedes le ha pasado algo parecido a lo que le ocurrió a Hilario?”*

En caso de que alguien del grupo exprese que hubiera deseado darle un abrazo a Hilario, el facilitador puede preguntar:

*¿Deseas darle un abrazo a Hilario?  
Pregúntale si él está de acuerdo con que lo hagas.  
Y después podemos decirle que lo abrace.*

De la misma manera se procede con los otros miembros del grupo en caso de que expresen el mismo deseo.



Es importante tener presente que los hombres no sólo expresan sus sentimientos a través del llanto. Como facilitador hay que estar atento a otras maneras que los hombres utilizan para expresar las emociones; como por ejemplo, a través de un poema o una canción que ellos mismos lleven al grupo.

Para finalizar este momento, el facilitador debe preguntar al hombre que compartió sus emociones dolorosas: *¿cómo te sentís ahora?, ¿de qué te has dado cuenta?* Esas preguntas son muy importantes para cerrar este momento de una manera constructiva y le permite a los hombres hacerse cargo de lo que han aprendido.

**SI UN HOMBRE NECESITA UNA AYUDA MAS ESPECIALIZADA, EL FACILITADOR DEBE REFERIRLO A UN PROFESIONAL O UNA ONG QUE TRABAJE LOS PROBLEMAS DE LOS HOMBRES.**

- **Momentos para que los hombres identifiquen pensamientos y conductas que pueden modificar en el futuro**

Es muy importante, al finalizar los talleres, dedicar un espacio para que los hombres puedan reflexionar en torno a qué pensamientos o conductas desean y pueden modificar a partir de los contenidos tratados en el taller, ya que esto posibilita el cierre del taller: la vuelta a la realidad, a la práctica, a las experiencias cotidianas que deben ser transformadas. En el caso de la salud sexual reproductiva, este momento podría lograrse con preguntas como la siguiente:

*“A partir de lo que he aprendido en este taller, ¿qué cambios deseo hacer para prevenir problemas en mi salud sexual?”*

Con hombres tiene un efecto positivo el que todos lo escriban y que a la vez lo compartan oralmente delante del grupo, y esto es presentado como los compromisos personales adquiridos en el taller.

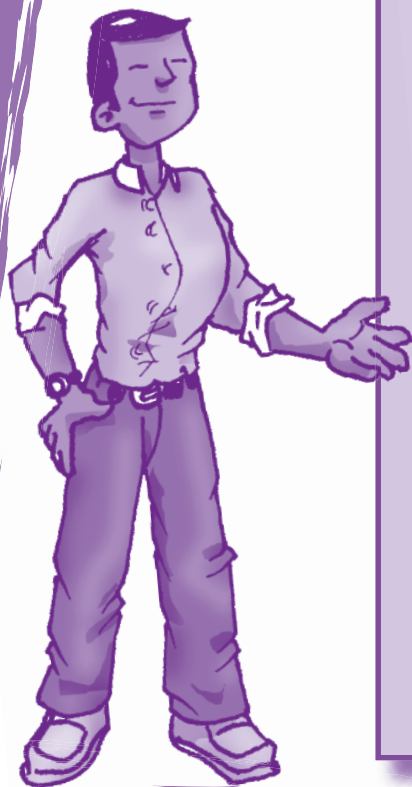


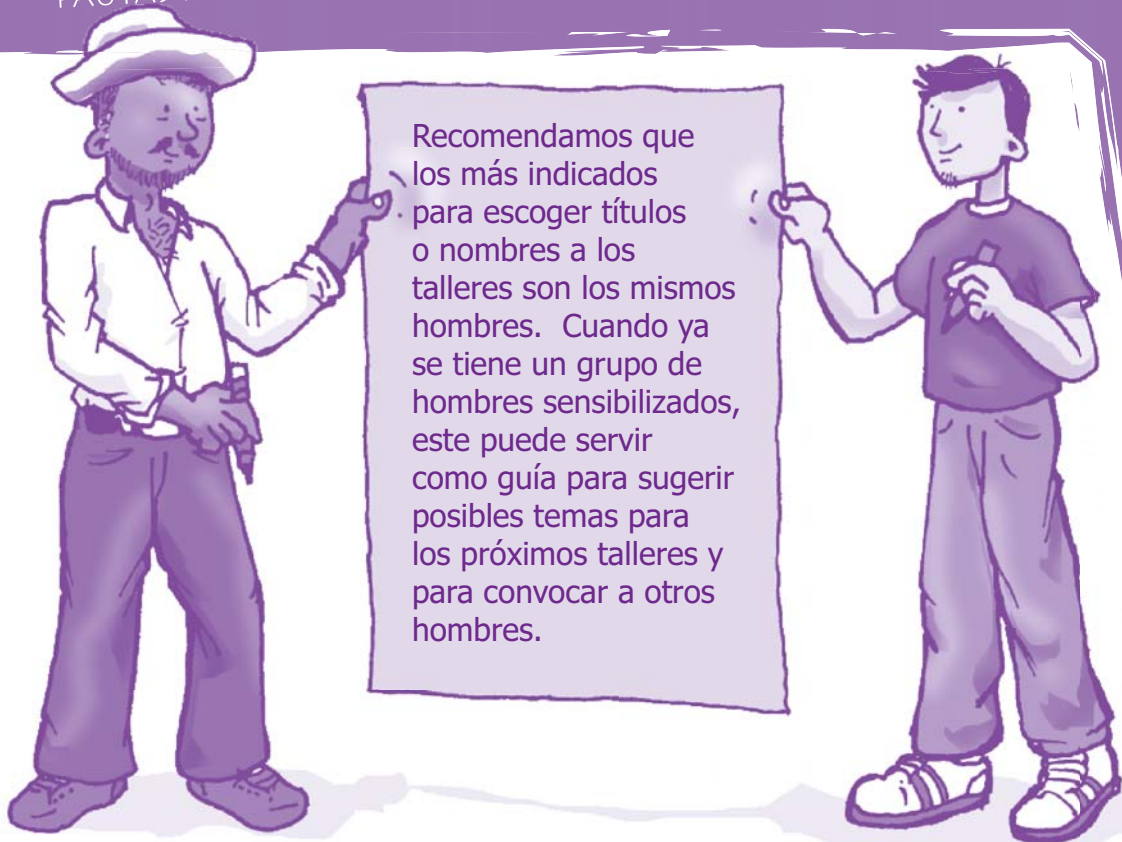
## Temas que pueden tratarse en los talleres

En los talleres de masculinidad pueden tratarse gran variedad de temas. Nosotros recomendamos iniciar con los temas básicos de socialización de la masculinidad, seguido de los temas que tienen que ver con sexualidad, paternidad, prevención de la violencia y manejo del enojo.

Algunos temas recomendados son:

- *Los hombres y el machismo.*
- *Sexualidad y salud reproductiva.*
- *Los hombres y la salud.*
- *Los hombres y el medio ambiente.*
- *Los hombres y la agricultura sostenible.*
- *El hombre de diversas etnias.*
- *Manejo del enojo y prevención de violencia en los hombres.*
- *Prevención de violencia en el noviazgo.*
- *Cómo me comunico con mi pareja.*
- *Nuevas maneras de ser padres.*
- *La equidad de género en las organizaciones.*
- *Reconociendo las heridas de mi infancia.*
- *Los hombres y el estrés.*
- *Los hombres y las mujeres en el trabajo.*
- *Los hombres, las mujeres y la pareja.*





### El primer taller

El primer taller es de gran importancia. Es recomendable que sea desarrollado por dos facilitadores y, en la medida de lo posible, que uno de ellos tenga más experiencia que el otro.



Si es la primera vez que los hombres van a un taller de masculinidad, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

## La convocatoria

- Es conveniente que la actividad sea convocada por otros hombres.
- Que el nombre de la actividad sea atractivo para los hombres. La palabra "Taller de Masculinidad" no les dice nada al principio, podría ocasionar confusiones.

En los talleres de masculinidad que hemos desarrollado con los hombres de las contrapartes de Pan Para el Mundo, hemos aprendido algunas lecciones:

- Algunos hombres piensan que el taller es para hacerlos "menos masculinos".
- Otros piensan que los invitaron a un taller de masculinidad porque probablemente los vieron "poco masculinos".
- Otros creen que se les invitó al taller para regañarlos por sus conductas machistas.

Por tales razones es conveniente que el nombre sea significativo. Hemos empleado varios nombres para invitar a los hombres, por ejemplo: "Los hombres y la paternidad" en el Día del Padre; "Los hombres y el machismo"; "Los hombres y el mal carácter", "Los hombres y el trabajo".

El problema con el nombre sucede básicamente en el primer taller, pues después de haber experimentado el proceso por primera vez se logra motivar e interesar a un grupo de hombres para el próximo taller y ellos mismos se encargan de invitar a nuevos participantes.

Se recomienda que el primer taller sea corto, con ejercicios manejables para el facilitador y que sea fundamentalmente un taller de sensibilización, en el cual los hombres participantes vean que esta temática tiene que ver con su vida personal y cotidiana y que les va a ser útil para mejorar como personas.

Recomendamos que el primer taller sea únicamente con hombres. Posteriormente pueden darse talleres mixtos, hombres y mujeres; esos momentos son necesarios. Sin embargo, es oportuno que los hombres se permitan, primero entre ellos, revisar una serie de experiencias como

hombres para que puedan ir desmontando la masculinidad hegemónica y arquetípica que cargan. Posteriormente pueden intercalarse talleres con mujeres.





## El facilitador debe estar preparado por si en el primer taller:

- Los hombres asisten "obligados".
- Los hombres asisten con distorsiones o expectativas irreales.
- Los hombres creen que el taller no tiene nada que ver con ellos, que es perder el tiempo.
- Van a manifestar resistencias, es decir, cierta oposición al proceso.

Desde la presentación e inicio del taller, el facilitador debe plantear que se trata de un espacio para hombres, porque los hombres casi no tenemos espacios para hablar de nosotros mismos.

Desde el primer taller y a lo largo de todos los talleres evite, como facilitador, intelectualizaciones típicas de los "machos", para lo cual se recomienda estimular con la pregunta: "¿qué sienten ante esto que se ha dicho?", en lugar de: "¿qué piensan?". Además, es necesario que usted haga un balance entre lo teórico y lo afectivo, entre lo conceptual y lo práctico, para lo cual se le sugiere que sea flexible.



## Hay tres actitudes poco adecuadas en que incurren facilitadores con poca experiencia.



**1. La impaciencia:** pretender que el grupo de hombres avance rápido y rompan con la masculinidad tradicional en poco tiempo. Este facilitador se impacienta y se molesta cuando el grupo exhibe estereotipos de género muy marcados y, de alguna manera, presiona inconscientemente al grupo para que le diga lo que él como facilitador desea escuchar. Esta actitud lo lleva a "pelearse" con algún participante del grupo por manifestar una idea o conducta machista.

La impaciencia también podría llevar al facilitador a resolver todas las dudas del grupo de una sola vez y a abarcar demasiados contenidos en poco tiempo.

**2. Apegarse al horario del taller en forma rígida.** Si bien es cierto que resulta importante mantener un horario, la rigidez no es recomendable en ningún proceso de educación

popular, menos durante los talleres de masculinidad. Suponga que usted tiene preparado el ejercicio "Recuerdos" para hacer en 30 minutos, y en el plenario los hombres empiezan a hablar de los modelos de hombres machistas de su familia. Si alguno de ellos desea contar una anécdota y se toma mucho más tiempo, sea flexible y aproveche la oportunidad que se le presenta con esos relatos, porque uno de los objetivos centrales de los talleres es que los hombres puedan hablar críticamente de sí mismos.

- 3. Asumir una actitud de juez ante los hombres.** Evite presentarse como un hombre que ya lo tiene resuelto todo y que ya superó el machismo y la masculinidad hegemónica. Todos somos hombres en transición, en movimiento y en proceso de cambio. Todos estamos desaprendiendo las formas de pensar, de comportarnos y de sentir la masculinidad tradicional, y este proceso no sólo es personal, es también colectivo. En este aspecto, evite presentarse como el dueño de la verdad o como el que tiene la razón y, sobre todo, evite mostrarse como un juez que va a juzgar el comportamiento o los pensamientos de los hombres. Son ellos mismos los que deben hacer las críticas a su comportamiento y formas de pensar.

### Tenga en cuenta que...



El proceso de cuestionamiento y de cambio de la masculinidad hegemónica requiere tiempo y paciencia.

**La clave de los procesos de grupo es lograr el EFECTO "HACIA ADENTRO" MASCULINO.**

Este efecto no siempre se logra en los talleres. Consiste en lograr un clima de confianza entre los hombres, en el cual se crea:

- Un ambiente típicamente masculino, con códigos e íconos masculinos. Esto posibilita el aprendizaje significativo y el aprendizaje por descubrimiento, pues los símbolos empleados son parte del ambiente masculino. A manera de ejemplo, en el Tomo III de esta colección se expone una serie de ejercicios para manejar el enojo. Los ejercicios: "Caja de herramientas del enojo" y "El termostato" están hechos a partir de las vivencias cotidianas masculinas.

- Que sientan que pueden usar su lenguaje habitual y que el ambiente no sea excesivamente formal ni muy rígido.
- Con sentido del humor. Respetar el sentido del humor en los hombres es importante porque permite que se debiliten las defensas y resistencias que ellos tienen.
- Donde los hombres no se sientan amenazados y sientan que pueden expresar sentimientos y que no se les va a juzgar por eso.
- Que puedan mirarse "hacia adentro" de manera autocrítica.
- Que puedan comunicarse venciendo sus resistencias y justificaciones



Cuando se logra un ambiente así, los hombres están más permeables a escuchar críticas a las conductas patriarcales y machistas, pues no están a la defensiva.



Este efecto "HACIA ADENTRO" permite el éxito del taller, el cual consiste en que el hombre se sienta cómodo, que sienta que el taller "lo tocó" en alguna fibra personal, (que se le movilicen sentimientos, especialmente de dolor, molestias consigo mismo), que reconozca que su masculinidad hegemónica, en sus diversas áreas (trabajo, sexualidad, pareja), le está haciendo daño o podría afectarle negativamente en algún aspecto de su vida.



### Respetando la diversidad de las masculinidades y el contexto

Hemos insistido en este libro que es mejor hablar de masculinidades y no de masculinidad, porque no existe una única manera de ser hombres. Aunque exista un mismo patrón de socialización, éste se adapta y se define a partir de las condiciones de vida y socioculturales del grupo y del contexto. Por tal razón, los talleres deben adaptarse según la especificidad del grupo al cual va dirigido. Es conveniente que usted, previamente, conozca algunas características del grupo de hombres que van a participar en el taller. El ICI recomienda al respecto:

*“El/la educador/a popular debe desarrollar un “olfato” y un conocimiento sistemático de la vida cotidiana y la cultura del grupo con que trabaja. Esto puede hacerlo:*

- *A través de la observación planificada (con una guía).*
- *Participando en eventos de la comunidad (fiestas, etc).*
- *Conversando con gente clave de la comunidad.*
- *Entre los elementos que se pueden recuperar y revalorizar en forma crítica, tenemos:*
  - *las fiestas patronales, ferias*
  - *la música, danzas*
  - *los cuentos y las leyendas*
  - *los chistes, refranes dichos “ (Pag. 52)*

Así, aunque se presente en este libro un formato general de la metodología y ejercicios concretos, como facilitador tome en cuenta las características específicas de los siguientes grupos:

### Hombres Agricultores



### Hombres que pertenecen a grupos indígenas



### Hombres sindicalistas



### Hombres funcionarios de gobierno



### Hombres profesionales, intelectuales y/o estudiantes

### Hombres de sectores populares urbanos





## Ejercicios de animación

Usted como facilitador puede aplicar los ejercicios de animación (juegos, ejercicios de presentación y otros que usted conozca.) Se recomienda utilizar los que proponen los grupos Alforja de Costa Rica, o el grupo YEKINEME y Equipo Maíz, de El Salvador.

En cuanto a la presentación, recomendamos utilizar un ejercicio en donde los hombres puedan compartir:

- a) Su nombre, de dónde vienen, a qué se dedican.
- b) Sus pasatiempos.
- c) Algún animal con el que se identifican.
- d) Las expectativas respecto al taller.



## EJERCICIOS PARA RECONOCER LA VIVENCIA DE LA MASCULINIDAD Y LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Los ejercicios que se exponen en el presente capítulo persiguen los siguientes objetivos:

1. Que los hombres puedan reconocer sus procesos de socialización de género, es decir, que reconozcan cómo aprendieron a ser hombres desde que eran niños.
2. Que los hombres puedan reconocer los efectos que ha tenido en sus vidas y en sus relaciones con las demás personas esta forma de socialización.
3. Que los hombres puedan reconocer cómo se expresan en sus vidas:
  - a) La masculinidad hegemónica.
  - b) La masculinidad arquetípica.
  - c) Los marcadores y encargos de la masculinidad.
  - d) El machismo.
  - e) Los estereotipos de género.
  - f) Las formas desiguales del ejercicio del poder que producen, que atentan contra la igualdad y equidad de género.

**4.** Que los hombres puedan reconocer alternativas de cambio, sus ventajas y posibilidades.

Recomendamos que todo proceso de masculinidad se inicie con esta serie de ejercicios. Proponemos varios, el facilitador puede seleccionar los que considere convenientes en función del grupo con el cual vaya a desarrollar el primer taller.

Todos los ejercicios tienen la siguiente estructura:

**a) Una consigna inicial, que puede ser una guía escrita o instrucciones verbales que da el facilitador al grupo.**

Esta consigna puede dárseles por escrito a cada persona participante.

**b) Un tiempo para que los hombres compartan en subgrupos.**

Es muy importante que los hombres empiecen a hablar de sí mismos. Estos ejercicios ofrecen la oportunidad de que los hombres hablen de temas que quizás muy pocas veces hayan podido compartir.

**c) Un tiempo para que los hombres compartan en todo el grupo, en plenario.**

Las producciones de cada subgrupo (frases, comentarios, dibujos) deben ser escritas en papelógrafos delante de todo el grupo, con el propósito de que puedan verlas y poder analizarlas posteriormente.

De la misma forma, en el caso de que sean dramatizaciones, es importante que cada grupo presente su escena.

**d) Preguntas generadoras que hace el facilitador.**

Recomendamos que para este tipo de ejercicios, las preguntas generadoras sean las siguientes:





- ¿Cuáles creen ustedes que son las consecuencias de vivir así la masculinidad? ¿Qué efectos positivos y negativos ha tenido esta forma de crianza? ¿Le trae al hombre problemas pensar y actuar de esta manera?
- ¿Cómo se sintieron haciendo este ejercicio?
- ¿Qué piensan ustedes de estas frases? (Las que el grupo produjo)

### e) Momento final de síntesis.

Como facilitador haga una síntesis final de este ejercicio. Tome los ejemplos y las palabras que el mismo grupo le proporciona, y utilice el estilo del grupo y sus características culturales para hacer la síntesis. Tenga presente los siguientes elementos para retroalimentar al grupo:

- Hemos aprendido a ser hombres a través de los mensajes que recibimos desde que nacemos. No nacemos con esas ideas, las aprendemos en la familia, en la calle, en la iglesia, en la comunidad, con otros amigos, en la escuela, en la televisión.
- Veamos como a los hombres se nos ha enseñado a... (retome aquí las características que los hombres mencionaron).
- Esto ha traído consecuencias para los hombres (retome aquí la producción del grupo).
- Y todo esto ha traído problemas, tanto para los hombres como para las mujeres.
- Aproveche este espacio para explicar brevemente qué es el machismo y la masculinidad hegemónica. Destaque cómo a los hombres se les han enseñado estereotipos de género y cómo, para demostrar que son hombres, deben acudir a la fuerza si es necesario. Señale que este es el molde en que nos han "fabricado" a los hombres.
- Cierre con alguna canción alusiva al tema y que sea significativa para el grupo.

Cada ejercicio tiene una duración variable, depende del grupo con el que se trabaje y sus características. El facilitador debe adaptar las consignas, tiempo y materiales de los ejercicios a las condiciones del lugar.



A continuación se presentan los diversos ejercicios para que sean elegidos por el facilitador.

## EJERCICIO 1: ¿CÓMO NOS HICIMOS HOMBRES?

Este ejercicio tiene como objetivo revisar los procesos de socialización y conformación de la masculinidad, así como los encargos, mandatos y depositaciones que los hombres reciben a lo largo de su vida.

Se forman subgrupos de cinco hombres. Cada subgrupo va a responder las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo nos enseñaron a ser hombres? ¿Qué nos decían en la casa, en la calle, en la iglesia, en la escuela, los amigos, acerca de qué es un hombre y cómo debían de comportarse los hombres?
2. Recuerden alguna frase, mensaje, anécdota, refrán o chiste que resuma lo que a ustedes les decían acerca de cómo es un verdadero hombre.
3. Específicamente los hombres... (indicar aquí las características del grupo: indígenas, campesinos, obreros de construcción, adolescentes, etc.) cómo demuestran que son hombres...?

Cada subgrupo debe nombrar a un relator que cuente a todo el grupo la conversación que tuvieron.

Además, se les pide que traten de representar la conversación a través de un dibujo, una canción o una dramatización.

### Tiempo recomendable:

30 minutos en subgrupos  
30 a 45 minutos en el plenario, con preguntas generadoras incluidas.

Recuerde ser flexible en el tiempo, pues de eso depende la producción del grupo.

### Materiales:

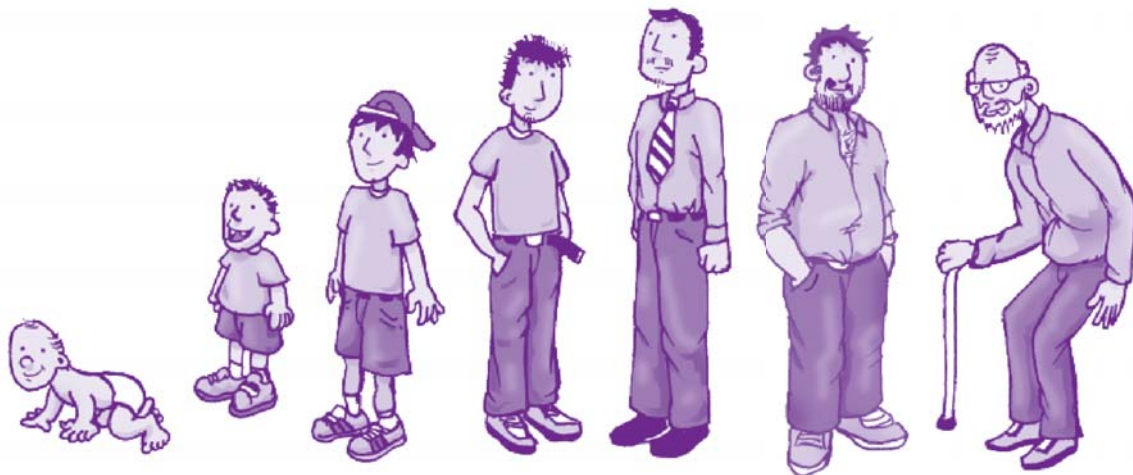
- a) Hoja con el ejercicio para cada participante
- b) Papelógrafos para que los participantes escriban sus respuestas y comentarios, o hagan los dibujos

## EJERCICIO 2: EL HOMBRE A LO LARGO DE LA VIDA

Este es otra versión del ejercicio 1. Se trabaja de la misma manera, pero la primera pregunta varía.

**1.** ¿Cómo nos enseñaron a ser hombres? ¿Qué nos decían en la casa, en la calle, en la iglesia, en la escuela, los amigos, acerca de qué es un hombre y cómo debían de comportarse los hombres?

- a) Cuando éramos niños
- b) Cuando éramos adolescentes o muy jóvenes
- c) Ahora que somos adultos



**2.** Se les solicita a los hombres que recuerden alguna frase, mensaje, anécdota, refrán o chiste que ilustre lo que a ellos les decían acerca de cómo es un verdadero hombre.

Cada subgrupo debe nombrar un relator que cuente a todo el grupo la conversación que tuvieron. Además, se les pide que traten de representar la conversación a través de un dibujo, una canción o una dramatización.

## EJERCICIO 3: LA SILUETA

### Materiales:

Tres papelógrafos grandes y marcadores para cada subgrupo



Se forman subgrupos de cinco hombres. Cada subgrupo va a dibujar la silueta de un hombre sobre los papelógrafos. Es importante que sea la silueta de algún compañero del subgrupo, el cual se va a acostar sobre los papelógrafos para que su silueta sea dibujada.

Una vez que se ha hecho el dibujo, dentro de la silueta cada hombre va a escribir aquellas características (ideas, conductas) que según la sociedad debe tener un hombre. Y fuera de la silueta van a anotar las características (ideas, pensamientos) que según la sociedad un hombre no debe tener o manifestar. Luego cada subgrupo expone su silueta leyendo lo que escribieron. Todas las siluetas se colocan en la pared.

Este ejercicio es muy importante para que los hombres puedan identificar los mandatos de la masculinidad en la sociedad en que viven, así como las prohibiciones sociales que reciben.

Como facilitador, trate de que todos los hombres participen y anoten palabras dentro y fuera de las siluetas.

Este ejercicio puede tener una variante, y solicitar a cada grupo que también dibujen la silueta de una mujer y hagan el mismo procedimiento. Así se facilita comparar la socialización y estereotipos para cada género.



## EJERCICIO 4: HISTORIA DE UN HOMBRE, HISTORIA DE UNA MUJER

### Materiales:

- Papelógrafos y marcadores
- Una bola de trapo o de hule

El grupo forma dos círculos concéntricos, de tal manera que quede un grupo afuera y un grupo adentro. El grupo de adentro va a iniciar la historia de una mujer. Cada integrante va agregando fragmentos a la historia. El que comienza la historia le lanza la bola a otro compañero de su círculo, éste la continúa y le lanza la bola a otro. Lo hacen durante algunos minutos (3 o 4). Los del grupo externo únicamente observan hasta que les llega su turno. Luego cambian, el grupo que estaba afuera pasa al centro y empieza a construir la historia de un hombre de la misma manera. El facilitador anota en papelógrafos las ideas centrales de cada historia.

Luego se les hace a los dos grupos las siguientes preguntas:

1. ¿Qué piensan de las diversas historias? ¿Qué les llama la atención?
2. ¿Cómo ven las diferencias de la historia del hombre y de la historia de la mujer?
3. ¿Cómo se sintieron con el ejercicio?



## EJERCICIO 5: HISTORIAS DE HOMBRES

PAUTAS

Construyan entre todos la historia de un hombre típico en nuestra sociedad (aclarar si se trata de un hombre campesino, indígena, policía, obrero de construcción, estudiante, etc.) Indiquen edad, trabajo, características, cómo se relaciona con las mujeres y con otros hombres, cómo vive su sexualidad, sus relaciones de pareja y familia, cómo maneja su vida afectiva, su vida cotidiana, cómo se divierte, cuáles son sus preocupaciones.

En esa historia deben quedar claros los mensajes que ese hombre ha recibido a lo largo de su vida en torno a qué significa ser hombre.

Luego comentan y presentan la historia al resto de los compañeros.



## EJERCICIO 6: LA LEYENDA DE UN HOMBRE

Imaginen que en la tumba de un hombre vienen escritos los hechos más importantes de la vida de este hombre. Construyan entre todos la leyenda de esa tumba. Supongan que se trata de un hombre típico en nuestra sociedad. (Indicar de qué tipo de hombre se trata : taxista, mecánico, campesino, profesional)

a) En la leyenda indiquen la edad, trabajo, su forma de ser, relaciones con otros hombres y mujeres, cuáles fueron sus problemas más frecuentes, cómo manejó su sexualidad, cuáles fueron sus temores, cómo murió.

b) En esa historia deben quedar claros los mensajes que ese



CON HOMBRES

hombre recibió a lo largo de su vida en torno a qué significó ser hombre. Luego comentan y presentan la historia al resto de los compañeros, como si lo estuvieran recordando en un ambiente típico de hombres.

## EJERCICIO 7: EL MUNDO DE LOS HOMBRES

**Materiales:** Una hoja con el ejercicio para cada participante del grupo.

En subgrupos, van a imaginarse un escenario o ambiente de hombres. Contesten:

- ¿Qué hacen los hombres en ese lugar, cómo se espera que se comporten?
- ¿De qué cosas hablan?
- ¿Cómo expresan sus sentimientos?
- ¿Cómo se relacionan con las demás personas.
- ¿Cuáles frases son típicas de los hombres en esos ambientes o escenarios?

Los ambientes o escenarios son los siguientes:

1. El estadio.
2. En la casa, con la pareja.
3. En la casa, con los hijos.
4. En el trabajo.
5. En la cantina.
6. En un baile, donde hay muchas mujeres bonitas.
7. Trabajando en una construcción, al frente van pasando mujeres.
8. Otra situación.

Después de responder las preguntas, se les motiva para que dramaticen una situación típica de los hombres en ese ambiente y preséntenla al grupo.

Este ejercicio es importante, ya que intenta retratar las escenas de los hombres en sus ambientes cotidianos. Como facilitador insista en que durante la dramatización se expresen con las mismas palabras que se expresan diariamente, y que traten de hacer exactamente lo mismo que hacen los hombres en esos ambientes.



## EJERCICIO 8: RECUERDOS\*

Este ejercicio tiene un objetivo adicional: que los hombres identifiquen figuras masculinas que han sido significativas en sus vidas, con el propósito de que compartan cómo han sido los modelos de identificación masculina que los han marcado como personas.

Para iniciar el ejercicio, se requiere disponer de espacio suficiente en el salón. Se les pide a los hombres que se pongan de pie y que caminen lentamente en diversas direcciones. La consigna es la siguiente:

*De pie, vamos a pensar en un hombre que haya sido significativo en nuestras vidas. Puede ser un familiar o un amigo, alguien cercano. Puede estar vivo o no. Pensemos en ese hombre. Visualízelo, mírelo, imagínelo. Ahora piense: ¿Cómo es o cómo era ese hombre? ¿En qué me gustaría parecerme a él? ¿En qué no me gustaría parecerme a él? ¿Qué enseñanzas me ha dejado?*

*Se les brinda unos minutos para que caminen y piensen en esta persona. Se puede colocar música instrumental de fondo.*

*Luego se les pide que escojan a una persona y que compartan lo que reflexionaron a solas. Posteriormente se les solicita a las parejas que escojan a otra pareja y que compartan entre todos lo que conversaron. Se les da para ello 10 minutos.*

*Para finalizar, se les pide a todos los cuartetos que compartan con el grupo en el plenario lo que conversaron.*

Durante el plenario, pedir a los cuartetos que se hagan las siguientes preguntas:

- ¿Quién era ese hombre?
- ¿Qué características tenía?
- ¿En qué me gustaría parecerme a él?
- ¿En qué no me gustaría parecerme a él?





e) ¿Qué enseñanzas me ha dejado?

f) ¿Hay conductas de esa persona que yo repito en mi vida actual?

El facilitador anota en la pizarra o en papelógrafos las respuestas. Luego procede a preguntar al grupo acerca de sus reflexiones.

Es muy importante en este ejercicio preguntar a los hombres cómo se sintieron al recordar a esa persona.

Al cerrar este ejercicio, devuelva al grupo las siguientes ideas:

- Aprendemos la masculinidad a partir de figuras de identificación.
- Señale que la aprendemos a partir del afecto que le tenemos a esas figuras.
- Señale que a veces copiamos o repetimos patrones de esas personas.
- Indique que en las características mencionadas se describen características de la masculinidad hegemónica.
- Señale las características positivas que esas figuras han dejado a los hombres, y a la vez mencione cuáles son menos positivas.
- Haga esta síntesis a partir de lo que el grupo produjo.
- Cierre con la siguiente reflexión: "Nosotros también somos modelos para las nuevas generaciones, para los niños y jóvenes".



\* Este ejercicio es una adaptación de una técnica psicodramática que llevó a cabo el psicólogo argentino Guillermo Villaseca en un taller en Costa Rica.

## EJERCICIO 9: MI ARQUETIPO

Para hacer este ejercicio, usted debe explicarle a los hombres los cuatro arquetipos de la masculinidad, comentados en el primer tomo de esta serie.

Luego, introduzca el ejercicio. Necesita cuatro cartelones, cada uno debe contener el nombre y dibujo de cada arquetipo. Coloque los cuatro cartelones, cada uno en una esquina del salón.

La consigna que se da a los hombres es la siguiente:

*“Todos los hombres aprendemos varios arquetipos, sin embargo hay uno que predomina en cada uno de nosotros.*

*Piense cuál es el arquetipo con el cual usted más se identifica, el que más lo ha marcado a usted en su vida. Una vez que ha pensado en esto, colóquese al lado del cartelón que representa ese arquetipo”*

MAGO



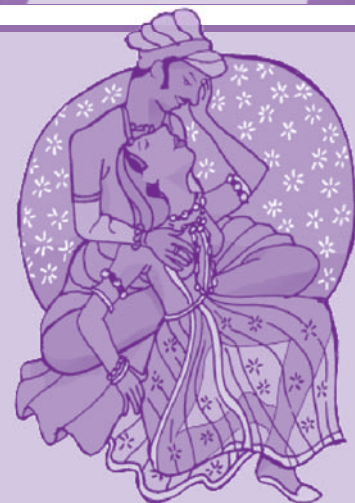
REY



GUERRERO



AMANTE





Permita que todos los hombres se coloquen en un arquetipo. Una vez que todos lo han hecho, haga a los hombres las siguientes preguntas:

- Los que se ubicaron en el lugar del Rey, cuenten al grupo qué los hizo ubicarse en ese lugar. Pida que den ejemplos. Y lo mismo se lleva a cabo con los otros arquetipos. No es necesario que todos los hombres hablen, eso depende de la cantidad de participantes.
- Después de que los hombres han dado las razones de su ubicación, pida que cada grupo se reúna unos minutos por aparte y conteste la siguiente pregunta: "¿Vivir ese arquetipo, qué consecuencias positivas y negativas nos ha traído?"

Posteriormente permita que cada subgrupo comparta en plenario sus conclusiones. En la síntesis del ejercicio, recuerde los siguientes elementos para hacer el cierre:

- Los arquetipos nos marcan a los hombres.
- Vivir el arquetipo trae consecuencias y nos limita otras posibilidades de acción.
- Para muchos hombres el arquetipo es como su cárcel. Si se le derrumba el arquetipo y ya no puede cumplirlo, el hombre experimenta una crisis importante en su vida.
- Muchos hombres acuden a la violencia hacia las mujeres para demostrar su arquetipo.
- Es necesario que nos demos la oportunidad de revisar los arquetipos y que introduzcamos los cambios necesarios, aún si resulta indispensable renunciar a estos arquetipos.

## EJERCICIO 10: ANÁLISIS DE CANCIONES

PAL

Escoja algunas canciones cuya letra se refiera a las características de la masculinidad hegemónica. Es importante que escoja canciones que el grupo de hombres conozca y que se identifique con ellas. Asegúrese de estarlas actualizando.

Algunas canciones que nos han funcionado en Centro América son las canciones rancheras, cumbias, música salsa, merengues, como las siguientes:



Canción	Intérprete
El Rey	Vicente Fernández (México)
El aventurero	Pedro Fernández (México)
El Pípiribao	Jaque Mate (Costa Rica)
Pedro y Pablo	Los Tigres del Norte (México)
La celosa	Carlos Vives (Colombia)
Maruja	Sonora Dinamita (Colombia)
El Santo Cachón	Los embajadores del Vallenato (Colombia)
El hombre que yo amo	Myrian Hernández (Chile)
Habemos hombres buenos	Alfredo Escudero (Panamá)

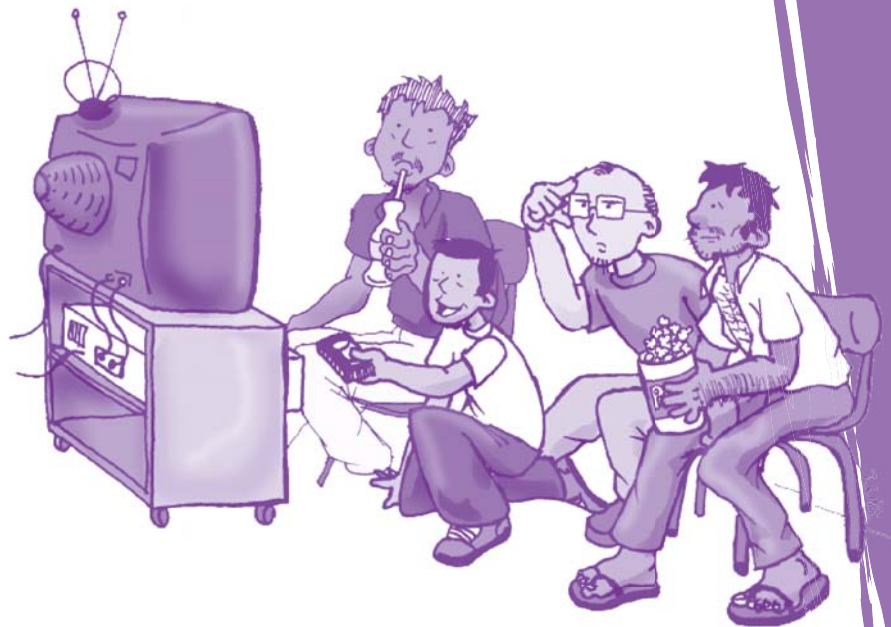
Le recomendamos la siguiente técnica para el análisis de canciones:

- Escuchar la canción sin tener la letra a mano (impresa) o si es posible observar el video de la canción.
- Preguntar a los hombres: ¿qué sensaciones y deseos les provocó la canción?
- Volver a escuchar la canción, pero esta vez leyendo la letra.
- Preguntar: ¿qué es un hombre según la canción?
- Preguntar: ¿qué opinan de la letra de la canción?, ¿están de acuerdo con ella o no?
- Preguntar: ¿qué imagen de hombre se trata de transmitir en la canción?

## EJERCICIO 11: ANÁLISIS DE PELÍCULAS Y VIDEOS

Los videos y películas son una excelente oportunidad para que los hombres revisen sus mandatos de masculinidad y puedan adoptar una actitud crítica ante su propia manera de ser hombres. A continuación, recomendamos algunas películas que hemos utilizado en talleres, las cuales han sido aceptadas por grupos diversos y han servido para "deconstruir" los estereotipos de género.

**1. La letra escarlata** (1995), del director Roland Joffé. Se desarrolla a finales del siglo XVIII, en los tiempos de la llegada de los puritanos al Nuevo Mundo, en Boston. Trata de la historia de una mujer de ideas progresistas, cuyo marido ha desaparecido en un naufragio. La película muestra muchos estereotipos de género, ilustra la discriminación hacia las mujeres y los prejuicios sexuales.



**2. Osama** (2003), del director afgano Siddiq Burmak. Es una película que muestra la situación de las mujeres y de los hombres en la época de los talibanes. Ilustra no solo los estereotipos de género, sino también la discriminación y violencia que sufren las mujeres. La película muestra los procesos de socialización de los hombres en esa cultura.

**3. Jinete de Ballenas, Full Monty y La oveja negra** (ya fueron descritas en el tomo I de esta serie)

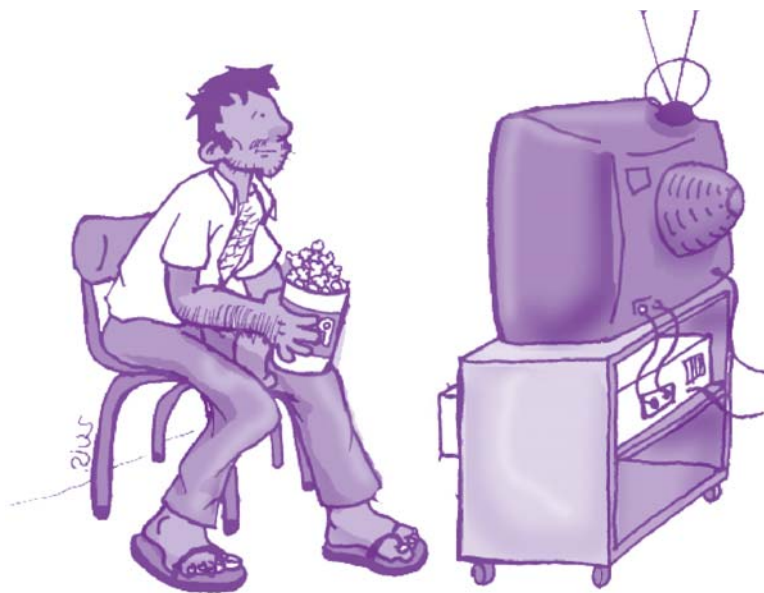
**4. Billy Eliot** (2000), del director inglés Stephen Daldry. Esta película trata de un niño que desea aprender ballet, contrariamente al deseo de su padre, el cual quiere que aprenda a boxear. Ilustra los estereotipos de género y los roles rígidos que se asignan a los hombres. También muestra los problemas que viven los hombres en el medio laboral y las dificultades para manifestar las emociones.

**5. Las uvas de la ira** (1940), de John Ford. Esta película es especial para proyectarla con hombres de comunidades campesinas. Trata del fenómeno de la migración/desplazamiento de familias campesinas pobres, la pérdida de la tierra, la lucha por sobrevivir. Ilustra los roles de los hombres y las mujeres, y cómo ambos enfrentan las crisis. Aporta un gran mensaje de esperanza.

Es muy importante que usted como facilitador esté atento a observar y buscar películas y videos en donde se presenten temáticas que puedan emplearse para que los hombres puedan revisar sus estereotipos de género y su problemática.

La técnica que recomendamos para el análisis de películas y videos es la siguiente. Pregunte a los hombres:

- ¿Qué sensaciones o sentimientos les despertó la película?
- ¿Qué escenas los impactó o llamó su atención?
- ¿Qué mandatos, encargos, arquetipos y características de la masculinidad hegemónica se expresan en los personajes?
- ¿Con qué personajes se identifica?
- ¿Cómo creen ustedes que se sentían algunos de los personajes?
- ¿Qué papel se le da a la mujer en la película? ¿Cómo son las relaciones entre hombres y mujeres?
- ¿Ha vivido situaciones parecidas a las de los personajes?



**EJERCICIO 12: YO COMO PADRE...**

En ocasiones se puede iniciar la reflexión acerca de la masculinidad en torno al tema de la paternidad. Es posible aprovechar la celebración del Día del Padre, con la consigna de que para ser mejores papás hay que ser mejores hombres. Se sugieren algunas preguntas para reflexionar en subgrupos, como las siguientes:

1. Recuerden a su padre o a cualquier otro hombre que haya ejercido esa función en la familia: ¿qué enseñanza le dejó esta persona acerca de lo que significa ser papá?
2. Respecto a su papá o a la figura paterna que tuvo, ¿en cuáles aspectos le gustaría parecerse y en cuáles aspectos no?
3. ¿Cuáles problemas enfrentan los hombres a la hora de ser papás?
4. ¿Cómo le gustaría ser como padre?
5. ¿Qué esperan de usted como papá? (Su compañera, sus hijos, etc.)?

Un compañero toma nota de lo conversado en el grupo y lo expone luego al resto del grupo.



## EJERCICIO 13: CASOS DE HOMBRES

PAUTA

A continuación se presenta una serie de casos de hombres, son casos reales. Se le indica a los participantes que lean el caso, lo analicen y realicen una representación del mismo. En el análisis incorpora la pregunta: **¿cuál es el costo de vivir así la masculinidad?**

## Jorge

Jorge es un hombre de 35 años. Es comerciante. Está casado con Rosa desde hace 15 años. Desde hace 10 años tiene dos amantes: Elena y Ana. Recientemente conoció a Isabel, joven de 17 años, de quien dice estar profundamente enamorado. Jorge mantiene vida sexual activa con todas ellas, gasta dinero en todas y espera que todas le sean fieles. Él dice que tener cuatro mujeres "no le afecta para nada", "eso es lo normal, uno como hombre es como un gallo". Desde hace algunos meses viene muy tenso, todo se le olvida; está muy irritable y empezó a presentar problemas de hipertensión arterial. Su esposa Rosa se enteró de todo hace dos semanas y le pidió que se fuera de la casa. Jorge fue internado de emergencia porque presentó un infarto de miocardio.

## Daniel

Daniel, de 48 años, es un profesional exitoso. Muy controlador con su esposa Olga, quien hace algunos años se ha venido independizando de él y le planteó hace pocos meses que ya no lo quería y que prefería una separación. Daniel se fue a la casa de su madre, pero le insistía a Olga que volvieran. Al persistir ella en su posición, hace dos meses, Daniel se suicidó, disparándose con un revólver en el corazón.

## Carlos

Carlos es un hombre de 28 años, casado desde hace 3 años con María. Es mensajero. Es muy celoso. Llama por teléfono a María hasta 10 veces al día, le impide que salga con amigas y que visite a su madre. Espera tener sexo con ella todos los días, hasta dos veces al día. Si ella se niega él se enoja mucho. Hace dos semanas cometió agresión física contra ella (le fracturó algunas costillas y la cortó con un cuchillo). Ahora está encarcelado y tiene una orden judicial que le impide acercarse físicamente a ella.



## Adrián

Adrián es un joven agricultor de 29 años. Muy machista. Piensa que las mujeres no deben estudiar ni salir a trabajar fuera de la casa. Se casó con Adriana, de 20 años. Desde hace unos meses viene presentando problemas de erección, ante lo cual Adrián no consulta con un profesional. Se ha tornado muy agresivo y deprimido. No desea hablar de ello con su esposa ni con nadie. Decidió vender la parcela que tenía, andar indiscriminadamente con muchas mujeres, celar en forma excesiva a Adriana y últimamente inventó la idea de irse del país hacia los Estados Unidos. Piensa irse sólo, y le dijo a Adriana que lo hacía porque: "vos sos muy fría, ningún hombre se va a fijar en vos, a mí no se me para porque vos ni para la cama servís".



## Cristóbal

Cristóbal es un agricultor. Este año perdió mucho dinero con las cosechas debido a las fuertes lluvias. La semana pasada le robaron su caballo. Cuando llegó a su casa y se lo contó a su esposa, ésta le dijo: "Te lo dije, si me hubieras hecho caso eso no te hubiera pasado, eso te pasa por cabezón". Juan se puso muy enojado, quebró cosas y golpeó a su esposa.

## Freddy

Freddy es un obrero de construcción de 27 años de edad. Junto con su amigo Mario, quien tiene 35 años, compiten para ver quién puede cargar más sacos de cemento o más bloques de concreto. Así mismo, no usan casco ni guantes. Un día, compitieron para ver quién podía hacer una instalación eléctrica sin quitar la corriente: "De por sí, cualquier cosa que pase no es nada", decían. Pero sucedió que Freddy sufrió una gran descarga, producto de la cual tuvo varias lesiones en su cuerpo.

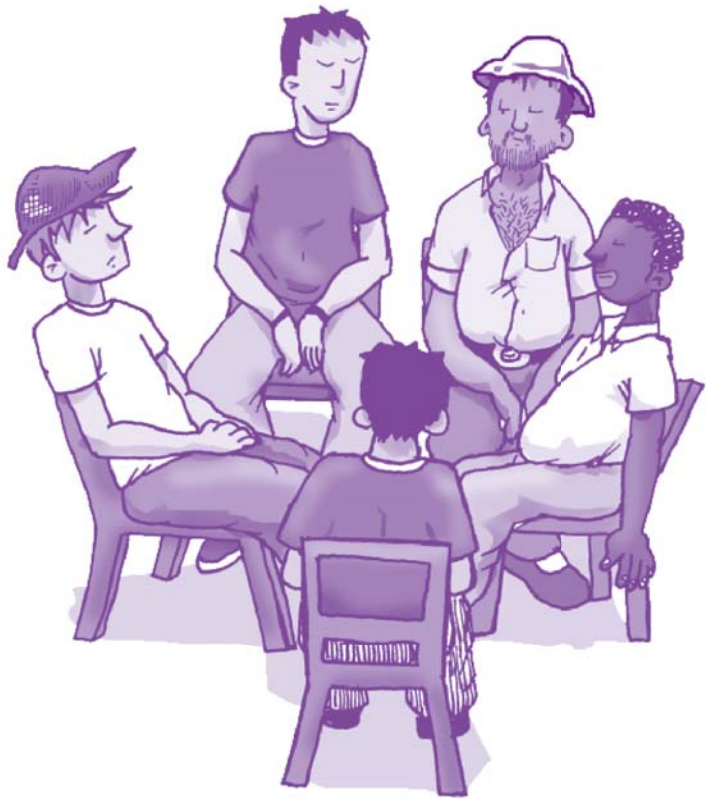
## EJERCICIO 14: EJERCICIO DE RELAJACION PARA HOMBRES

Los ejercicios de relajación se recomiendan preferiblemente, en un taller largo, de varias horas, después de que los hombres han llevado a cabo otros ejercicios. Se les motiva de la siguiente manera:

*“Los hombres estamos acostumbrados a hacer muchas cosas y a no sacar tiempo para nosotros mismos, para pensar, para meditar o para descansar. Vamos a aprender un ejercicio que nos puede servir para cuando estemos muy cansados, o muy tensos o muy angustiados”.*

Usted como facilitador puede emplear cualquier ejercicio de relajación que conozca. Aquí le damos las siguientes recomendaciones:

- 1.** Empiece el ejercicio con la respiración. Diga a los hombres que respiren profundo, que traten de conservar el aire por un ratito y que luego lo expulsen lentamente. Pídeles que traten de respirar con el abdomen, que el aire suba desde el abdomen hasta el pecho. Que hagan varias respiraciones de esta manera.
- 2.** Puede poner una música suave, preferiblemente de sonidos de la naturaleza.
- 3.** Dé las instrucciones muy despacio, con voz pausada.
- 4.** Díales que pongan su “mente en blanco”, que solamente sientan cómo el aire entra en su cuerpo.
- 5.** Lentamente lea el texto de la página siguiente u otro semejante.



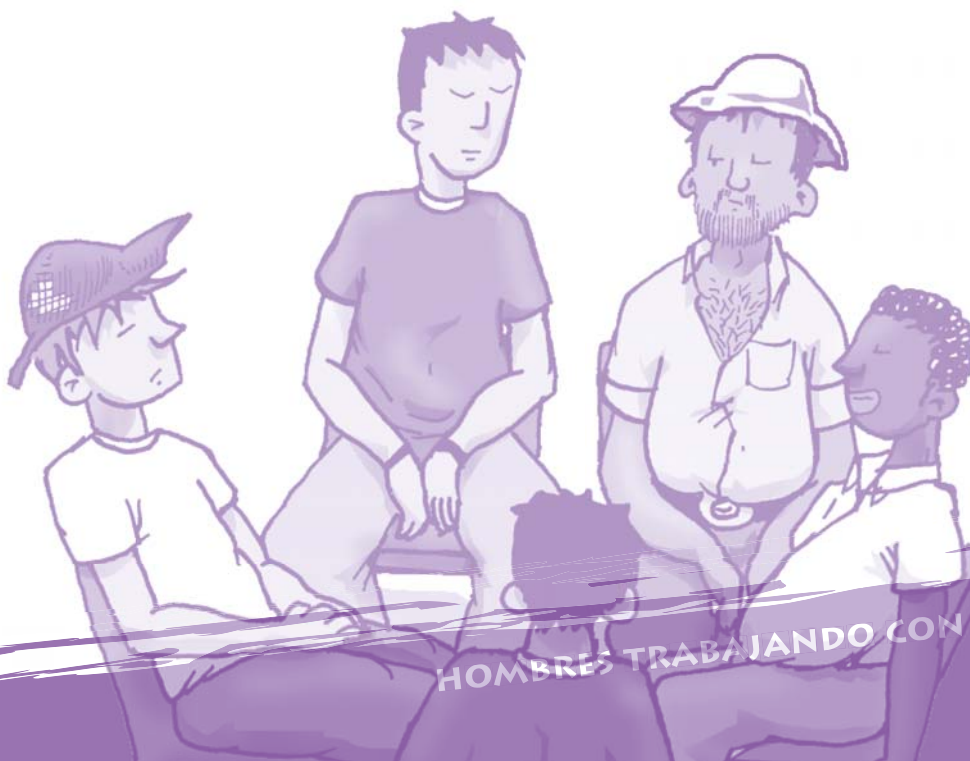
Este ejercicio puede tener variantes, por ejemplo, en el lugar ideal de descanso, los hombres pueden efectuar varias tareas:

- Meditar acerca de las cualidades que tienen como personas.
- Meditar acerca de los cambios que desean llevar a cabo en sus vidas.

*“Sienta como el aire entra en su cuerpo. Inhale despacio..., exhale muy despacio. Al exhalar, trate de aflojar sus hombros, su cuello, sus brazos. Imagine cómo el aire entra en su cuerpo...Sienta que es como una luz que entra en su cuerpo, una luz de un color que le da tranquilidad... Sienta como esa luz va relajando cada parte de su cuerpo.... Sienta como se va relajando su cabeza... su frente...sus párpados....su mandíbula. Sienta como se va relajando su espalda, sus hombros, su cuello, sus brazos. Sienta como esa luz llega a cada uno de los dedos de sus manos...Sienta como se va relajando su abdomen, sus piernas, sus rodillas, los dedos de sus pies...*

*“Se siente relajado, siente su cuerpo muy relajado, su brazo derecho se siente relajado..... su brazo izquierdo se siente relajado..... su pierna derecha se siente relajada.... su pierna izquierda se siente relajada....todo su cuerpo se siente muy relajado y tranquilo. ... Ahora, va a mirar a lo lejos un lugar agradable, una montaña hermosa que le inspira tranquilidad y seguridad. Un lugar que le agrada, y usted se dirige lentamente hacia ese lugar. Cierre sus ojos, y mire usted como se dirige a ese lugar. Poco a poco usted llega a ese lugar. Sienta ese lugar, sienta su brisa, sus aromas, sus sonidos, sus colores. Busque ahora un rincón que le inspire confianza y descanse allí por unos segundos. Este es su lugar seguro de descanso. (Se da alrededor de tres minutos) “. Ahora, se prepara para salir de ese lugar de descanso, al cual puede volver cuantas veces lo necesite cuando esté en su casa.*

*Vamos ahora a salir de ese lugar, cuando yo cuente tres. Uno...dos...tres... Abra los ojos. Si desea puede compartir su experiencia con los compañeros”.*



## EJERCICIO 15: IMÁGENES O DIBUJOS DE HOMBRES

Este ejercicio es útil cuando el grupo con el que se va a trabajar reacciona mejor a los dibujos e ilustraciones que a los textos escritos.

Consiste en que el facilitador le muestra al grupo varios dibujos de hombres y les pregunta lo siguiente:

*“¿Qué creen ustedes que está pasando aquí? ¿Qué estarán pensando, diciendo, haciendo, o sintiendo los personajes?”*

Podría además sugerir que a partir de los dibujos inventen o construyan la historia de ese hombre.

Ahora, a nivel personal, escoja uno de los dibujos con los que usted se identifica más, con el que usted cree que podría representar alguna característica suya. Trate de contestar a solas: **¿en qué me identifico con ese dibujo?, ¿en qué me afecta ser así?**

Si desea, puede compartir sus reflexiones con el resto del grupo.

En la carpeta de esta serie encontrará algunas tarjetas con dibujos, tomados del primer tomo.



## EJERCICIO 16: UN DÍA EN LA VIDA DE UN HOMBRE Y DE UNA MUJER.

Este ejercicio tiene como objetivo que los hombres puedan comparar las actividades que llevan a cabo los hombres y las mujeres, y reconocer diferencias y desigualdades en las conductas, en las tareas, en las obligaciones.

Usted como facilitador debe indicar el tipo de hombre del cual se está hablando.

- a) Hombre obrero de la ciudad
- b) Hombre profesional
- c) Hombre campesino
- d) Hombre indígena
- e) Otro tipo de hombre

Se les pide a los hombres que llenen los dos cuadros siguientes:

### 1. UN DÍA NORMAL EN LA VIDA DE UN HOMBRE Y UNA MUJER

Conversen entre ustedes lo que hacen hombres y mujeres durante el día, en un día normal. Traten de contestar con el mayor detalle posible.

Período del día	Hombre	Mujer
Al levantarse		
Durante la mañana, antes del almuerzo		
Durante la tarde, después del almuerzo		
Después de la cena o comida de la noche		
Antes de acostarse		

## 2. UN DÍA DE FIESTA EN LA VIDA DE UN HOMBRE Y UNA MUJER

(En caso de hombres de zona urbana, por lo general son fines de semana; en el caso de hombres de zonas campesinas o indígenas, por lo general se trata de fiestas patronales o de “chichadas” o “chicherías”)

Conversen entre ustedes lo que hacen hombres y mujeres durante el día, en un día de fiesta. Traten de contestar con el mayor detalle posible.

Período del día	Hombre	Mujer
Al levantarse		
Durante la mañana, antes del almuerzo		
Durante la tarde, después del almuerzo		
Después de la cena o comida de la noche		
Antes de acostarse		

Después de que los hombres han completado cada cuadro, presentan los resultados delante de todo el grupo. Usted como facilitador debe promover una conversación alrededor de las siguientes preguntas:

- a) ¿Qué les parece a ustedes lo que hacen los hombres y lo que hacen las mujeres en un día normal y en un día de fiesta?
- b) ¿Les parece equitativa y justa la división de tareas y funciones entre ambos géneros?
- c) ¿Quiénes hacen tareas más valiosas e importantes? ¿Los hombres? ¿Las mujeres? ¿Ambos?

**Nota:** Por lo general este ejercicio toma mucho tiempo (alrededor de 45 minutos en subgrupos). La discusión en plenario ofrece una excelente oportunidad para que usted como facilitador señale los roles y estereotipos de género, así como introducir elementos como la discriminación y los encargos sociales asignados a cada género.

## EJERCICIO 17: ESTE SOY YO: RELATOS DE HOMBRES

Para realizar este ejercicio utilice los relatos de hombres del primer tomo de esta serie: "Así aprendimos a ser hombres", que aparecen en las páginas 10 a 18.

Divida el grupo en subgrupos de 4 personas. Dele a cada subgrupo el relato de un personaje. Pídales que lo lean y que hagan una representación (sociodrama) de las características de este hombre, delante de todo el grupo.

Una vez que todos han representado al personaje, oriente la discusión grupal con las mismas preguntas que se señalan en la página 19 del primer tomo.

1. ¿Conocen o han conocido a hombres (familiares, amigos) que piensen o se comporten como estos personajes que los compañeros acaban de representar?
2. ¿Se identifican ustedes o se ven reflejados en algunas de las frases o situaciones que ellos cuentan?
3. ¿Qué piensan ustedes de estos hombres? ¿Reflejan situaciones de los hombres de su comunidad?



## BIBLIOGRAFÍA

Asociación de Pedagogos de Cuba (1998) **Selección de lecturas sobre metodología de la educación popular.** CIE "Graciela Bustillos" Publicación financiada por Pan Para el Mundo.

Campos, A. y Salas, JM. (2002e). **El Placer de la Vida. Sexualidad infantil y adolescente: su pedagogía a cargo de personas adultas.** San José, Costa Rica: publicación del Instituto Costarricense para la Acción, Educación e Investigación de la Masculinidad, Pareja y Sexualidad (Instituto WEM) y del Fondo de Población de las Naciones Unidas.

Conclusiones de Coronado (2002) En: Campos, A. y Salas, J. **Masculinidades en Centro América.** San José, Costa Rica: Instituto WEM.

Escalante, Ana C. (2002) Una visión del trabajo con hombres desde las mujeres. En: Campos, A. y Salas, J. **Masculinidades en Centro América.** San José, Costa Rica: Instituto WEM.

Guevara, R., Jiménez, R. (2002). Nuestra experiencia en un grupo de reflexión de hombres. En: Campos, A. y Salas, J. **Masculinidades en Centro América.** San José, Costa Rica: Instituto WEM.

Instituto Cooperativo Interamericano (1997) **Educación Popular: una metodología.** Panamá ICI.

Instituto WEM (2005) **Construyendo Nuevas Masculinidades. Objetivos estratégicos.** (Documento interno)

Ramellini, T. (2004) **Para sentir, pensar y enfrentar la violencia de género, intrafamiliar y sexual.** San José, Costa Rica. Publicación del Instituto Nacional de las Mujeres.

Stevens, J. (2003) **Darse cuenta. Sentir, imaginar y vivenciar.** Chile: Cuatro vientos editorial.

Viscarra, M. (2004) **Manual de técnicas para la paz.** El Salvador. YEK INEME.