

# Guía práctica

“Las nuevas  
masculinidades a  
ambos lados del  
océano”

**Si!**  
Nazioarteko Elkartasuna  
Solidaridad Internacional

**ADES**

**Bizkaia**  
foru aldundia  
diputación foral



Nazioarteko Elkartasuna  
Solidaridad Internacional

Autor: **Ander Arcos Alonso**  
Diseño gráfico: **OCR Branding**  
**1 de septiembre de 2021**

Esta guía ha sido publicada por Solidaridad Internacional / Nazioarteko Elkartasuna (Organización No Gubernamental de Desarrollo, declarada de Utilidad Pública con sede social en Bilbao), cuyo fin de apoyar y dar voz a las personas más empobrecidas de La Tierra, en el marco de la Carta Internacional de los Derechos Humanos.

Las constataciones, conclusiones e interpretaciones recogidas en esta guía no representan necesariamente los puntos de vista de entidades solidarias y personas empleadas de Nazioarteko Elkartasuna / Solidaridad Internacional. El contenido de este material no refleja necesariamente las opiniones o las políticas de la Diputación Foral de Bizkaia.

**Guía práctica “Las nuevas masculinidades a ambos lados del océano”**



© 2021 is licensed under *Attribution-NonCommercial 4.0 International*

# Índice

<b>Presentación</b> .....	3
<b>Introducción</b> .....	4
<b>Parte 1. Marco teórico</b> .....	5
Masculinidad .....	6
Masculinidad hegemónica .....	6
Masculinidad positiva, nuevas masculinidades y/o masculinidades alternativas .....	7
<b>Parte 2. La experiencia de ADEES y Solidaridad Internacional en Nicaragua</b> .....	8
<b>Parte 3. Consejos, lecciones aprendidas y buenas prácticas para trabajar las masculinidades</b> .....	11
Antes del proceso .....	12
Durante el proceso .....	13
Al final del proceso .....	15
<b>Parte 4. Recursos prácticos</b> .....	16
Actividades para la reflexión sobre la masculinidad, los roles y estereotipos de género .....	17
Actividades para la reflexión sobre el poder, la competitividad y la violencia .....	21
Actividades para trabajar el silencio emocional .....	26
Actividades sobre el trabajo doméstico y uso del tiempo .....	27
<b>Bibliografía</b> .....	29

# Presentación

En 1989 se funda Solidaridad Internacional - Nazioarteko Elkartasuna (Organización No Gubernamental de Desarrollo, declarada de Utilidad Pública con sede social en Bilbao), con el fin de apoyar y dar voz a las personas más empobrecidas de La Tierra, en el marco de la Carta Internacional de los Derechos Humanos. Durante estos años hemos sido el cauce para hacer llegar la solidaridad de nuestra sociedad a miles de personas que habitan en las regiones más desfavorecidas del mundo. Y hemos incidido en la concienciación en nuestro entorno sobre las causas de la pobreza y las desigualdades.

Solidaridad Internacional lleva desde hace más de una década trabajando por la igualdad de género a través del programa de coeducación, "Tolerancia 0: rompiendo con las desigualdades ante la discriminación y los estereotipos de género" y a través del programa de Derechos Humanos "Derechos Humanos SI", como parte de su estrategia de Educación para la Transformación Social. Los objetivos que perseguimos a través de estos programas son:

**Objetivos de la coeducación igualitaria y transformadora a través del programa "Tolerancia 0: rompiendo con las desigualdades ante la discriminación y los estereotipos de género":**

**Promover un aprendizaje crítico y transformador** en relación con los objetivos de igualdad, libertad y solidaridad en todas las acciones y programas.

**Apojar la igualdad socioeducativa** mediante el empoderamiento de las personas, respetando y potenciando la diversidad personal y social.

**Realizar programas y acciones encaminadas a romper con las desigualdades**, las discriminaciones y estereotipos de género, creando espacios de formación y análisis y previniendo la violencia de género desde la escuela.

**Objetivos de la Educación en Derechos Humanos, a través del programa "Derechos Humanos ¡Sí!":**

**Promover espacios de análisis y reflexión** sobre la conculcación de los Derechos Humanos, a través de acciones innovadoras y participativas.

**Crear espacios para promover conocimientos y redes de apoyo con países del Sur**, como estrategia para empoderar a la ciudadanía en su papel de agentes fundamentales para lograr un Desarrollo Humano, Equitativo y Sostenible.

**Poner en marcha acciones con el fin de educar y sensibilizar** sobre los Derechos Humanos para favorecer la fraternidad, el conocimiento y el desarrollo sostenible de todas las comunidades.

La presente ficha es una actividad de Educación para la Transformación Social (EPTS) del proyecto "Acompañando procesos para la promoción del ejercicio pleno y respeto a los derechos humanos y empoderamiento de mujeres y personas jóvenes, para el combate a la violencia machista y por orientación sexual en 6 municipios del Norte de Chinandega - Nicaragua" financiado por la Diputación Foral de Bizkaia.

# Introducción

El objetivo de esta guía es ofrecer pautas teóricas y metodológicas que permitan el trabajo de las nuevas masculinidades, principalmente con personas que se identifican como masculinas. Con ella se pretende fomentar la coeducación, entendida como una metodología educativa cuyo objetivo es eliminar las desigualdades, rompiendo con el sexismo presente tanto en las estructuras escolares como sociales, e impulsar nuevas formas de hacer respetuosas con la diversidad humana.

La educación para la transformación social acompaña los procesos en países donde se coopera, pero también permite tomar aprendizajes de experiencias realizadas en países cooperados y por organizaciones de estos mismos países, dando sentido a la misma cooperación en un diálogo igualitario de aprendizajes. Por ello, esta guía toma como base y adapta el trabajo realizado por la Asociación para el Desarrollo Ecosostenible (ADEES) y Solidaridad Internacional en Chinandega Norte (Nicaragua) para deconstruir la masculinidad tradicional y construir nuevas masculinidades basadas en el respeto a la igualdad y la no violencia.

Concretamente el objetivo de esta guía didáctica es inspirar y aportar herramientas prácticas a las organizaciones y personas bizkaínas interesadas en trabajar este tema. Para ello, este documento se divide en cuatro apartados:

## Parte I. Marco teórico.

En este primer capítulo se incluye la fundamentación teórica sobre la que se basa esta guía, alrededor de la masculinidad y sus posibles modelos, como el hegemónico, o el positivo

## Parte II. La experiencia de ADES y Solidaridad Internacional en Nicaragua.

Este segundo capítulo se trata la experiencia de Solidaridad Internacional y su socio nicaragüense Asociación por el Desarrollo Eco-sostenible en trabajando la igualdad de género en Nicaragua; experiencia sobre la que se asienta esta guía.

## Parte III. Recursos prácticos.

En el tercer capítulo se ofrecen una serie de consejos a modo de buenas prácticas basados en lecciones aprendidas desarrolladas durante años en Nicaragua, adaptados al contexto bizkaíno y complementados con otras experiencias e investigaciones en el ámbito de la masculinidad.

## Parte IV. Recursos prácticos.

Esta guía concluye ofreciendo una batería de recursos prácticos para trabajar la masculinidad positiva con grupos de hombres desde una perspectiva inclusiva y en clave de educación para la transformación social.

Esta guía se nutre de los aportes teóricos y metodológicos de diversas pensadoras, pensadores, organizaciones, instituciones sociales y administraciones públicas, las cuales se referencian debidamente.



# Parte 1

Marco teórico

Los Estudios denominados de hombres o de masculinidades, tal y como se menciona en el documento recomendado por Emakunde en su iniciativa Gizonduz titulado "Masculinidades: un acercamiento a los grupos de hombres por la igualdad en el Estado español", surgen a finales de la década de los 70 y principios de la década de los 80. Entre sus principales aportes, están la visualización y la recuperación de modelos alternativos masculinos, de masculinidades positivas que pusieran en entredicho a los modelos masculinos tradicionales, modelos que ocasionaban una violencia estructural hacia las mujeres así como otro tipo de violencias.

Estos estudios nacen dentro del movimiento feminista y parten de estudios sobre mujeres, género y coeducación, así como de movimientos LGBTI y asociaciones y grupos de hombres por la igualdad. Grupos que, siendo conscientes su posición, de la discriminación y de la desigualdad, llevan su reflexión al análisis de su propio papel en la sociedad hetero-patriarcal.

## Masculinidad

La masculinidad se caracteriza por ser múltiple (existen diferentes modelos); **jerárquica** (no todas tienen el mismo reconocimiento e incidencia); por estar construida mediante la práctica; por ser reconocida colectivamente; y por tener que ser demostrada, ser dinámica y tener, en ocasiones, fisuras y contradicciones (Connell, 1995). Por tanto, existen modelos diferentes de masculinidad, que pueden cambiar según el momento histórico y la cultura (Gilmore, 1994), existiendo diferentes construcciones de masculinidad a lo largo del mundo (Aguilar-Cuny, 2016), aunque se llega a reconocer la existencia de un modelo hegemónico que comparte ciertos rasgos.

## Masculinidad hegemónica

Según Connell (1995), la masculinidad **hegemónica** "encarna una estrategia habitualmente aceptada, se puede definir como la respuesta apropiada y aceptada al problema de la legitimidad del patriarcado, la que garantiza la posición dominante de los hombres y la subordinación de las mujeres" y está relacionada con otras categorías como la etnia, la clase social, la edad y la

orientación sexual. Se asienta en el proceso de socialización secundaria que ocurre en la última etapa de la adolescencia, está asociada a la agresividad, la dominación, e implica legitimar el poder masculino a través de las organizaciones sociales y la cultura (Flecha, et al, 2013; García Sáez, 2019). Sin embargo, no toda masculinidad hegemónica es violenta, dado que está más asociada al poder y a la oposición a la mujer (Connell, 2012).

Aunque este modelo de masculinidad no sea a la que responden la mayoría de los hombres, a lo largo de la historia se ha convertido en el ideal de ser hombre. Gómez (2004), vinculó la masculinidad al atractivo sexual, de tal modo que los hombres violentos tendrían un atractivo para las mujeres y para otros hombres. Deborah S. David y Robert Brannon definían en 1993 los cuatro imperativos de la masculinidad (tradicional):

1. No ser afeminado, sin renunciar expresamente a cualquier expresión de afecto.
2. Tener éxito en la vida.
3. Ser duro, sólido, autónomo, independiente, seguro de sí mismo y ocultar emociones.
4. Ser una persona agresiva, fuerte y hacer uso de la violencia si es necesario (en Martín Vidaña, 2019, p.91).

Esta masculinidad es asumida tanto por hombres como por mujeres, por lo que tiene efectos en ambos. Aunque son bien conocidas las consecuencias de la masculinidad hegemónica para las mujeres, ésta también supone a los hombres mantener comportamientos que no siempre son aceptables para ellos, como por ejemplo, correr riesgos en su vida, demostrar la fuerza y reprimir sus emociones. Según Ayllón (2020) las principales causas de fallecimiento entre los hombres se pueden vincular a este tipo de masculinidad; explica que mueren 7 veces más hombres que mujeres a causa de la violencia interpersonal (sobre todo asesinatos); que por accidentes mortales de coche, mueren 3 veces más hombres y más del doble por cirrosis hepática (consumo excesivo de alcohol). Es claro que diversas conductas de riesgo forman parte de la construcción de la masculinidad, obstaculizando el desarrollo de los hombres (Saavedra, 2018).

Este modelo masculinidad está relacionado con los estereotipos de género y responde a los siguientes mandatos: los hombres son (hetero) sexualmente activos, padres de familia y su obligación es producir (Olavarría, 2004). Ello corresponde al rol del hombre en la sociedad hetero-patriarcal: la función progenitora (paternidad), la función proveedora (patrimonio y sustento) y la función protectora (defensa y seguridad) (Gilmore, 1994).

## Masculinidad positiva, nuevas masculinidades y/o masculinidades alternativas

Los hombres **NAM** (News Alternative Masculinities) mantienen relaciones afectivo-sexuales igualitarias, atractivas social y sexualmente, emotivas, no violentas ni agresivas. Y lo que para este movimiento es muy importante, demuestran fuerza y coraje ante las situaciones provocadas por las masculinidades hegemónicas (Nuñez, 2017); y Sailard (2010), propone recoger las aportaciones del feminismo antimilitarista y de la no violencia para poder construir modelos alternativos de masculinidad. Considera que para ello se debe desnaturalizar la violencia y las personas violentas, promover la desobediencia con los mandatos de género y eliminar aquellos

comportamientos que responden de forma inconsciente a estos; además de aceptar la vulnerabilidad y también la ayuda necesaria para poder tener una masculinidad más sana para hombres y mujeres.

No obstante, según Sanfelix (2020), la masculinidad NAN es aún minoritaria y considera que lo más habitual es encontrar hombres “desubicados” frente a una transformación social que “resquebraja los cimientos sobre los que se sustenta la dominación masculina”. Una vez los hombres sean conscientes de los privilegios que tienen, tendrán más recursos y estrategias para poder renunciar a ellos, por lo que esto, exige una profunda revisión crítica y reflexiva. Lo anterior, hace necesario trabajar con los hombres –además de con las mujeres– de forma crítica, provocando procesos de reflexión-acción, en contextos y espacios cómodos para ellos, pero que les motiven a problematizar su situación de poder. Sanfelix & Tellez (2014-2015) también plantean la necesidad de recuperar las voces de los hombres en estos procesos, ya que no acostumbran a expresar sus sentimientos, sus preocupaciones y sus dificultades. Uno de los mandatos que tiene la masculinidad hegemónica es precisamente el silencio/neutralidad afectiva, lo que cercena las formas de expresión naturales. El estudio de Meschi (2018) sobre masculinidad y emociones, confirma esta realidad, aunque abre un punto de esperanza y oportunidad ya que, concluye que se detecta una tendencia en los jóvenes a reconocer sus emociones, a atender y cuidar de otros, así como a expresar emociones.





## **Parte 2**

La experiencia  
de ADEES y  
Solidaridad  
Internacional  
en Nicaragua

**ADEES es una ONG nicaragüense que fue constituida en el año 2004, por un equipo interdisciplinario conformado por profesionales comprometidos con el desarrollo sostenible y el mejoramiento de las condiciones de vida en Chinandega Norte. Desde entonces, han dirigido sus esfuerzos a impulsar el desarrollo sostenible en la zona, a través de diversas estrategias, basadas todas ellas en el desarrollo de capacidades en la población y la equidad de género. Desde sus inicios ADEES y Solidaridad Internacional han trabajado de la mano para reducir las brechas de desigualdad entre los hombres y las mujeres con los que impulsa iniciativas para el desarrollo.**

De manera particular, desde el año 2012, ADEES y Solidaridad Internacional llevan a cabo procesos de reflexión vivencial para la igualdad de género con hombres, del área semiurbana y rural en el Departamento de Chinandega, Nicaragua. Estos procesos persiguen que los hombres, de manera individual y colectiva, se cuestionen sobre la construcción de su masculinidad-heteronormativa y cómo ésta está presente en todas las etapas de su vida. ADEES, como organización local comprometida, considera que estos espacios formativos son necesarios como alternativas de reflexión entre hombres sobre las afectaciones que producen y reproducen las brechas de género y su relación directa con las desigualdades sociales, sustentadas en relaciones de poder a favor de los hombres. Esta reflexión deriva de la participación de ADEES en varios procesos sobre el modelo de masculinidad hegemónica en Nicaragua y la coordinación con otros actores y organizaciones de la sociedad civil que también trabajan el tema.

Estos procesos han permitido reflexionar sobre el modelo de masculinidad hegemónica y unificar metodologías, experiencias y aplicar buenas prácticas. De manera particular, se destaca la alianza establecida desde el año 2012 con la ONG salvadoreña Centro Bartolomé de las Casas - CBC, el cual es un espacio formativo y de investigación dedicado a las personas jóvenes que viven en zonas marginadas, articulando esfuerzos con movimientos y organizaciones que ya realizan un trabajo de base en la educación ética,

para establecer un modelo de prevención de la violencia y fortalecer una cultura de la paz.

En este contexto, las intervenciones de desarrollo llevadas a cabo en Nicaragua entre NESI y ADEES, analizan cómo los hombres se están relacionado socialmente con mujeres, niñas/os y también con otros hombres. Este análisis se lleva a cabo independientemente de qué ámbito se trabaje, ya sea en proyectos de Seguridad Alimentaria con mujeres productoras organizadas, o en proyectos de Agua Potable y Saneamiento donde el análisis se particulariza en la gestión comunitaria del Agua con enfoque de género y aquellos otros que de manera específica están dirigidos a erradicar la violencia de género. El análisis se acompaña de un trabajo específico con grupos de hombres que se vinculan al entorno familiar y social de las mujeres de los grupos meta de los proyectos (hijos, parejas, padres, hermanos...), llevando con ellos procesos en los que se ofrecen alternativas y se muestran vías de relacionamiento con las mujeres para que los hombres sean partícipes y colaboradores de los esfuerzos y avance de las mujeres en su proceso de empoderamiento personal y colectivo. La metodología llevada a cabo en estos procesos se ha basado en la educación popular, llevándose a cabo de forma participativa, constructivista, lúdica, vivencial y reflexiva; y especialmente orientada a trabajar sobre las emociones y la corporalidad de los hombres, debido a que éstas tradicionalmente han sido reprimidas y negadas.

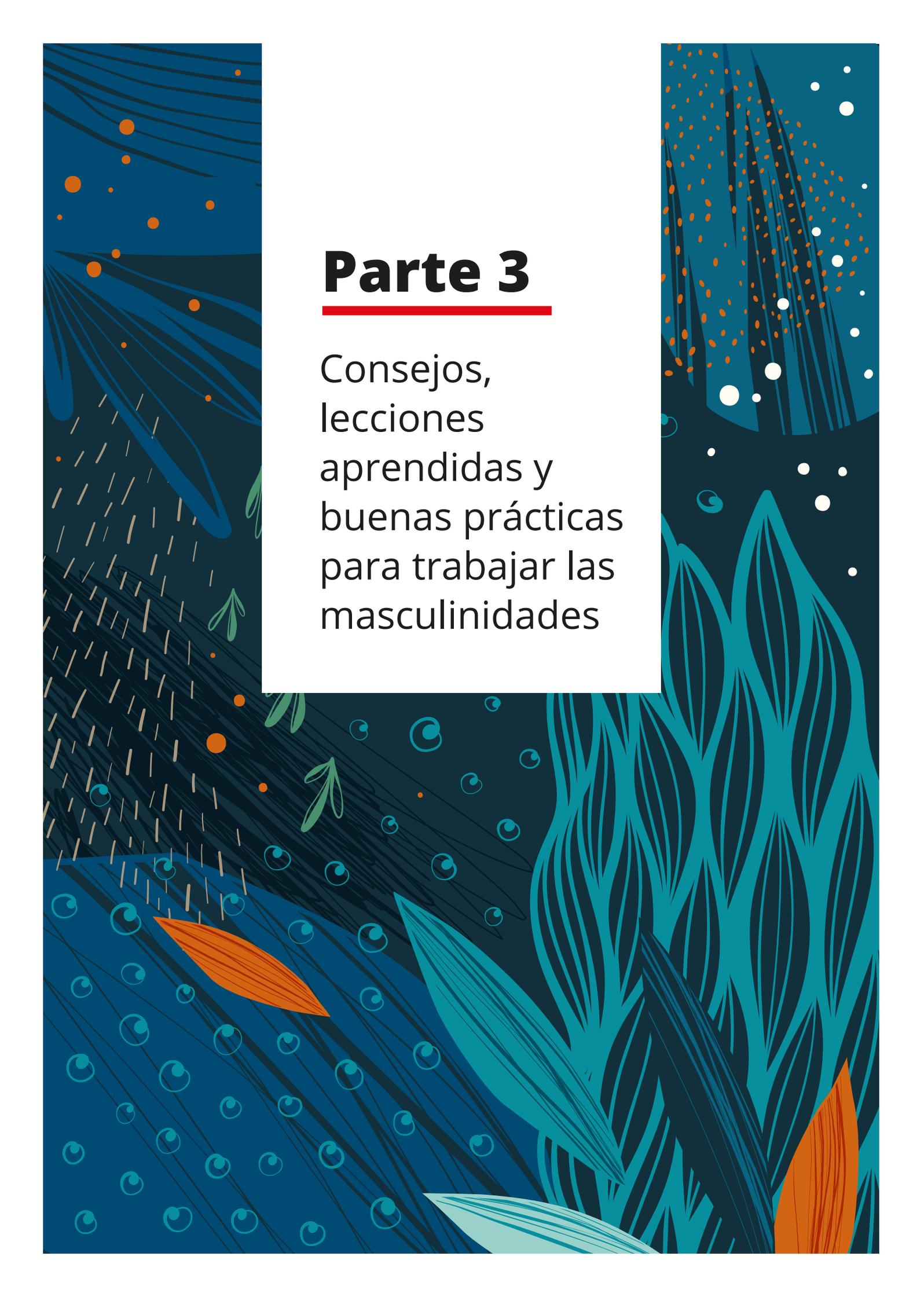


El cambio personal con el cual los hombres se comprometen da paso a la transformación de su realidad desde la experiencia de vida partiendo del aprendizaje, sin generar culpas, ni acusaciones, o provocar estados de ansiedad y depresión. Se trabaja desde la motivación para que se abran y asuman responsabilidades en un proceso de sensibilización dirigido a una interiorización basada en la sanación y el cambio de prácticas. También para que las propuestas asumidas de cambio, generen una nueva actitud y comportamiento, animándoles a llevar a la práctica lo interiorizado para lograr mejores vínculos con su familia, comunidad y su entorno, logrando posicionarse para fortalecer su ser.

De manera práctica, estos esfuerzos han permitido la eliminación de obstáculos al trabajo de las mujeres organizadas en redes para trabajar desde la prevención de la violencia machista, a lideresas, quienes actualmente ocupan más cargos de dirección en estructuras para la gestión comunitaria del agua CAPS, con poder de decisión. Asimismo, los hombres, en su papel de aliados, reconocen a día de hoy que las mujeres han adoptado responsabilidades en total desventaja viendo limitada su participación: Esto se debe a la asunción de un triple rol; en la casa / productivo, llevando

ingresos económicos complementarios, con la familia (reproductivo), en la administración y gestión del agua para la comunidad (comunitario). Estos procesos de capacitación han resultado en espacios colectivos de reflexión masculina sobre los estereotipos de género y de las formas como se han relacionado con las mujeres y con su entorno, planteándose modelos alternativos de masculinidad.

Mediante estos procesos se ha logrado una revisión de lo que significa ser hombre, promoviendo una mirada sobre la actuación diaria entre los hombres y cómo varía su comportamiento en el ejercicio de su masculinidad, logrando comprender que existen masculinidades diferentes, con rasgos comunes condicionados por el patriarcado. La generación de cambios sustanciales a corto y mediano plazo fue uno de los principales resultados, logrando que los hombres analizaran sus pensamientos, emociones, y sensaciones vitales en el marco de una transformación gradual voluntaria y dar paso hacia prácticas diferentes en su relacionamiento, más justas equitativas e igualitarias de género.



## **Parte 3**

---

Consejos,  
lecciones  
aprendidas y  
buenas prácticas  
para trabajar las  
masculinidades

Diversas organizaciones llevan años trabajando con mujeres tanto sus necesidades prácticas como sus intereses estratégicos pero cuando todo esto se lleva al plano comunitario y familiar, si no se ha trabajado adecuadamente con los hombres, aparecen barreras y resistencias que obstaculizan e impiden avanzar los procesos de igualdad. La experiencia en Nicaragua muestra que el empoderamiento de las mujeres no es suficiente si no se trabaja de forma paralela con los hombres, por tanto, se deben llevar a cabo procesos de sensibilización y capacitación con éstos. Se trata de lograr que los hombres que sean aliados y partícipes en el avance hacia la igualdad de género.

Trabajar nuevos modelos de masculinidad alternativos y positivos construyendo espacios de debate en los que se aporte formación sobre masculinidad y violencia de género permite formar a los hombres para que puedan tomar medidas ante cualquier situación de discriminación que puedan sufrir y observar a su alrededor (tanto a mujeres como hombres). Estos espacios deben facilitar el dialogo igualitario, por lo que deben darse entre grupos de iguales; para lo cual el modelo dialógico de convivencia y superación de conflictos, basado en los planteamientos de la pedagogía crítica y liberadora de Freire es especialmente útil (1997). Trabajar en los centros educativos también es importante y asegura una mayor posibilidad de cambio en las nuevas generaciones. Pero no hemos de olvidar que es también importante pensar en otros espacios educativos, donde es necesario trabajar en las nuevas masculinidades, si queremos avanzar hacia una sociedad justa e igualitaria.

Para que ello funcione, es imprescindible lograr una participación activa por parte de éstos, para lo cual, a continuación se enumeran una serie de consejos basados en lecciones aprendidas y buenas prácticas desarrolladas en Nicaragua:

## Antes del proceso

Los cambios en prácticas, actitudes e incluso emociones deben partir de la voluntad. Diversas experiencias de trabajo de masculinidades positivas con hombres, tanto en Euskadi como en

Nicaragua, muestran que abordar la igualdad de género desde el señalamiento y culpabilización a los hombres no hace más que generar rechazos y resistencias en éstos. Por ello, es importante que el proceso no sea impuesto ni abrumar a los hombres llenándolos de culpabilidad. Hay que recordar que la masculinidad hegemónica es muchas veces aprendida e impuesta, por lo que no se trata de establecer culpabilidades ni de juzgar, sino de lograr cambios positivos y reflexiones.

Trabajar este tipo dinámicas de forma aislada y anecdótica, en general, tendrá también resultados anecdóticos. Por ello, es importante visualizar que el cambio a prácticas positivas e igualitarias es un trabajo de recorrido, que requiere tiempo y cuidado. No es recomendable, por tanto, que el trabajo de masculinidades sea puntual, sino más bien proponer procesos de cambio. Procesos que duren varios días y que se realicen en diferentes momentos espaciados en el tiempo son lo ideal. Esto se debe a que el proceso como cambio gradual se interioriza poco a poco y este cambio de comportamiento se relaciona con la decostrucción de roles y estereotipos de género.

La construcción de la masculinidad es algo que se aprende y desarrolla lentamente, por lo que su decostrucción debe ser igualmente pausada. De esta forma, será importante identificar lo que cada hombre quiere cambiar en su vida y no exigirle que haga un cambio total de un día para otro. Comenzar por pequeños cambios, pequeños compromisos abre la puerta a cambios mayores. Introducir momentos en las dinámicas en los que cada hombre diga públicamente que va a cambiar en su vida para tener relaciones de género más igualitarias, buscando que haya un compromiso de parte de éste (ya sea verbal, o simbolizarlo mediante un escrito), es muy efectivo. Con esto además, se ayuda a la interiorización de éstos cambios, algo que la experiencia ha demostrado muy importante.

También es importante garantizar espacios alejados de los entornos donde los hombres ejercen generalmente su masculinidad, para facilitar la ruptura con todos esos roles y estereotipos que los presiona. Esto, debe ser preferiblemente ambientes naturales, libres de distractores (sonidos, físicos...). Que las dinámicas duren varios días (alrededor de 3) es algo que

también es muy efectivo, dado que permite la reflexión e interiorización durante la noche de todas las emociones y reflexiones tenidas durante el día, además de que genera un ambiente de relacionamiento y confianza entre el equipo facilitador y el grupo de hombres basado en la búsqueda de una masculinidad positiva. Esto también permite introducir dinámicas como juegos e incluso salidas en grupo que permitan distender el ambiente.

Generalmente, los hombres se limitan cuando una mujer participa en este tipo de dinámicas, ya sea por la "culpabilidad" de ser asociados a una masculinidad hegemónica, ya sea por no querer aparentar debilidad frente al género femenino; ya sea por prejuicios hacia el feminismo; o ya sea sentir o pensar que este tipo de discusiones pertenecen a las mujeres. Por ello, habrá que tener mucho cuidado a la hora de involucrar mujeres en este tipo de dinámicas y si es así, la mujer o mujeres que participen deberán conocer bien el proceso o la dinámica de trabajo aprovechando sus aportes en base a la experiencia generada con las mujeres.

Una de las prácticas más efectivas en Nicaragua ha sido trabajar la igualdad en el ámbito familiar, con toda la familia, tanto en espacios diferenciados como en espacios comunes, en vez de trabajar de forma separada con hombres, mujeres, hijos e hijas. Esto permite lograr cambios a otro nivel dado que las desigualdades de género toman su mayor expresión en el ámbito doméstico y de pareja. Introducir actividades diferenciadas para el trabajo de la igualdad con mujeres y con hombres, así como con sus hijos e hijas es una buena práctica. Actividades que se recomienda combinar más adelante con actividades en las que todos y todas confluyan.

Trabajar la masculinidad positiva con hombres puede ser duro para éstos, ya que supone remover recuerdos, sentimientos y hacer catarsis reflexionando sobre su identidad de género. Por ello, la incorporación de Psicólogos en el proceso de facilitación, puede ayudar a que afloren emociones, sentimientos y acompañarlos en el proceso y después de concluido en el seguimiento con la familia.

## Durante el proceso

Según Flecha et al (2013) dentro de la Masculinidad tradicional se pueden distinguir dos tipos de hombres: los Dominantes (DTM) y los oprimidos (OTM). Los primeros, legitiman y desean el poder masculino sobre todo lo femenino, débil o romántico; mientras que los segundos, son los chicos buenos, que tienen poco atractivo para las chicas y para los otros chicos, pero que se avienen a tener un papel subordinado. Muchas veces la masculinidad se construye mediante un protagonismo y liderazgo basados en relaciones sociales de subordinación entre ambos tipos de hombres; como se ha podido observar en varias dinámicas realizadas en Nicaragua, lo cual se relaciona directamente con el dominio y la competitividad. El protagonismo y el liderazgo pueden ser aprovechados para introducir al grupo en las dinámicas, por lo que es importante identificarlos (quien los ejerce), logrando que se sumen a las dinámicas y apoyen el proceso, de tal forma que puedan inspirar al resto del grupo y motivarlo a participar.

Igualmente, es importante que cada participante hable desde el "yo", o desde lo personal, de tal forma que no externalice las desigualdades de género como algo entre "hombres buenos" y entre "hombres malos", sino que sea consciente de que es algo que se construye entre toda la sociedad.

Mantener una red de apoyo para cuando los hombres sientan que se debilitan en su propósito es otra estrategia muy valiosa. Esta red de apoyo se puede construir entre los mismos grupos de hombres que participen en las dinámicas, ya sea mediante grupos de whatsapp para "hablar de la masculinidad positiva" o "hablar de sentimientos", dejando las puertas abiertas de los facilitadores y facilitadoras para conversar sobre ello, o motivando su participación en grupos feministas y de hombres por la igualdad.

## Cómo abordar los privilegios masculinos

Dedicar un espacio a revisar los privilegios masculinos es imprescindible, sobre todo al iniciar talleres, capacitaciones y dinámicas. Sin embargo, se debe tener cuidado con esta parte y buscar ejemplos claros, prácticos, que no estén basados en teorías o supuestos, especialmente si se trabaja con personas jóvenes que han vivido relaciones de género más igualitarias. Indicar a los hombres que son privilegiados sin explicar claramente en qué, puede llegar a ser contraproducente, dado que muchos de ellos pueden no ser conscientes de éstos, o pueden no estar de acuerdo con que tengan algunos privilegios. Para ello se recomienda que los ejemplos partan, sobre todo, de la familia y de las tareas del hogar. Es importante comenzar en la forma en la que fueron educados, en los diferentes roles de su padre y madre.

Durante el proceso, también se recomienda que los hombres pongan en práctica roles y situaciones tradicionalmente asignados a las mujeres, como pueden ser los relacionados al ámbito doméstico, o la empatía hacia situaciones de acoso y discriminación. Generar espacios en los que los hombres asuman estos roles durante el taller es sumamente efectivo, así como espacios en los que se reflexione sobre cosas como los chistes machistas, el “piropo”, las imposiciones de modelos estéticos e incluso discriminaciones derivadas del embarazo.

Además, la sociedad patriarcal se construye, en gran medida, desde la figura paterna. Dinámicas como las que se describen en esta misma guía orientadas a reflexionar sobre el rol paterno, tanto el propio como el de sus padres, permiten llevar las reflexiones a otro nivel. El uso de audios que cuentan sucesos de violencia contra los hijos e hijas, mostrar estadísticas de violencia contra éstos y éstas son complemento para la reflexión, sensibilización e interiorización.

Otra práctica interesante es juntar personas mayores con jóvenes de tal forma que éstas puedan cruzar experiencias. Esto se debe a que generalmente, las nuevas generaciones han crecido en sociedades y contextos más igualitarios. La masculinidad hegemónica también se basa en la idea del “patriarca” y esto, exalta la

figura de la madurez masculina. Darle la vuelta a esto, haciendo que aquellos hombres maduros aprendan de las personas jóvenes y se den cuenta de que éstas tienen una visión y unas prácticas sobre las relaciones de género diferente, más igualitaria, puede ayudar a romper prejuicios, barreras y motivar reflexiones.

## Cómo trabajar los efectos nocivos de la masculinidad hegemónica sobre los hombres

A pesar de ser la masculinidad el género dominante en una sociedad patriarcal, ejercer ésta supone fuertes cargas emocionales y generalmente, ha sido desarrollada mediante una serie de experiencias traumáticas en el plano emocional. Interiorizar el modelo de masculinidad hegemónica es generalmente traumático, dado que requiere pasar por un proceso de competitividad e imposición, auto-represión emocional e incluso a veces violencia y agresividad, en el que se adquieren los rasgos principales de dicha identidad de género. Esto, deja heridas, obviamente, que luego se pueden manifestar en actitudes violentas. Por ello, uno de los primeros ejercicios que se recomiendan para lograr reflexiones que permitan la deconstrucción de los mandatos históricos de lo que es ser hombre, es comenzar la liberación de las cargas que cada hombre lleva y con las que ejerce su masculinidad.

Se aconseja comenzar con una liberación mediante símbolos que permitan introducir todas estas experiencias traumáticas en recipientes físicos donde introducir esos elementos simbólicos escritos en papeles, o en forma de objetos. Para ello se puede utilizar un bolso, una mochila o un recipiente de otro tipo. Posteriormente y previa reflexión e identificación de traumas y bloqueos emocionales, se llevará a cabo una liberación emocional simbólica ya sea mediante la meditación, o mediante un debate que mediante la catarsis, que haga que los hombres expresen sus sentimientos y esas situaciones que les hayan generado traumas.

Otra de las cosas más visibles de la masculinidad hegemónica, es la falta de autocuidado. Esto se

puede observar en el uso y abuso de alcohol y drogas, la asunción de riesgos y de prácticas de riesgo (en deportes, sexuales, laborales), en la violencia, o en el miedo a demostrar debilidad y tomar actitudes de “rudeza” o “fortaleza”. Reflexionar sobre el autocuidado y promoverlo facilitará el cambio en la forma de vivir la masculinidad, así como promover la responsabilidad en el cuidado de niños y niñas. Para los jóvenes, cruzar experiencias con mensajes que no aceptan de sus padres también puede llevar a una catarsis y una reflexión sobre el aprendizaje de la masculinidad, muchas veces impuesta. Además, desarrollar procesos intergenéricos cuando se trabaja con líderes y lideresas, ayuda a facilitar la puesta en marcha de acciones afirmativas que favorecen la participación de las mujeres en favor de relaciones más igualitarias.

La infancia y la adolescencia pueden ser traumáticas para muchos hombres, dado que es en éstas se construye la identidad masculina que en ocasiones se ha desarrollado cargada de episodios violentos y represión emocional. Sin embargo, la infancia también está cargada de experiencias positivas, ya que es en ésta donde las personas aprenden mediante el juego y es donde están más liberadas respecto a sus roles de género. Identificar un juego de la infancia común para los hombres puede ayudarles a reconectar con esa etapa donde los mandatos de género no estaban tan presentes y donde no se diferenciaban tanto de las mujeres. Además, los juegos de la infancia muchas veces requieren ejercicio y diversión, por lo que realizar con los hombres juegos de su infancia es una buena forma para distender el ambiente y preparar el camino para que reflexionen sobre rol masculino y las implicaciones que esto tiene.

## Al final del proceso

El seguimiento y la evaluación del proceso llevado a cabo será sumamente importante. Sólo de esta manera se podrá ver que efectivamente se han logrado cambios y se podrá ver si es necesario hacer cambios metodológicos y/o reforzar los procesos llevados a cabo.

La experiencia en Nicaragua ha mostrado que visitar, aproximadamente, un mes después a la familia o comunidad y revisar cambios de comportamiento y actitud es algo efectivo. Sin embargo, esto debe hacerse con cuidado, a fin de que no sea invasivo y no generar una “acción con daño” que acabe en el deterioro de las relaciones comunitarias y/o familiares, así como en situaciones de violencia. En estos casos, es recomendable trabajar mediante historias de vida narradas por familiares y/o vecinos y vecinas. En este sentido, los siguientes serán indicadores de cambio:

- Se produce un comportamiento positivo hacia la familia.
- Aprende a ver con lentes de género.
- Se comprometen a replicar un tema del proceso en la comunidad.
- No rehúyen al contacto físico con los miembros de la familia.
- Se compromete a adoptar una masculinidad positiva.





# Parte 4

Recursos  
prácticos

Cada actividad debe entender como parte de un pequeño recorrido, teniendo un inicio, un desarrollo y un final. Si hay una apertura, también debe haber un cierre, de tal forma que cada dinámica alcance los resultados que se esperan. Con esto se espera no dejar abiertas interpretaciones subjetivas que no tengan que ver con el proceso y los objetivos buscados.

Lo ideal, es combinar espacios en los que se lleven a cabo varias dinámicas, articuladas en función del tiempo y de los aspectos que se considera más importantes fortalecer. Para conocer estos aspectos, se recomienda realizar un diagnóstico previo con el grupo de hombres, ya sea mediante grupos focales, encuestas o entrevistas. Si el tiempo y los medios son limitados, una primera actividad de debate servirá para identificar fortalezas y debilidades del grupo de hombres respecto a prácticas igualitarias, pudiendo reorientar las actividades planteadas.

Si es un proceso que dura uno o varios días, se recomienda promover cambios de comportamiento desde reflexiones críticas al sistema patriarcal al final del día, de tal forma que la noche sirva de reflexión y permita revisar planteamientos y enfoques abordados en los momentos de reflexión y retroalimentación del próximo encuentro. Para ello son útiles los materiales audiovisuales como la música, los videos, las películas entre otros; medios con gran influencia en la construcción de significados.

Además, cada grupo debe establecer sus normas de convivencia, como por ejemplo; pedir la palabra, respetar opiniones, participación activa, empatía, cumplir horarios, promover la solidaridad, la socialización, el compañerismo...

A continuación se exponen una serie de dinámicas que se pueden combinar para el trabajo de las nuevas masculinidades con grupos de hombres:

## Actividades para la reflexión sobre la masculinidad, los roles y estereotipos de género

Las actividades descritas en este apartado tienen como objetivo que las personas participantes reflexionen sobre los roles y estereotipos de género más marcados en la sociedad y reflexionen sobre la masculinidad hegemónica, dando los primeros pasos para deconstruir la misma y proponer modelos alternativos e igualitarios de la misma.





## La agenda de citas

Los hombres no suelen mantener relaciones interpersonales en las que discutan o compartan temores, emociones, inquietudes, dudas o muestren signos de debilidad. Con esta actividad, se pretende concertar diferentes momentos en los que los participantes puedan hablar de éstos temas. Para ello se deberán definir una serie de temas o preguntas relacionados con lo antes expuesto en cada cita, como por ejemplo:

- 09:00 ¿Que es la masculinidad? ¿Que significa para vosotros?
- 11:00 ¿Por qué hay hombres que no asumen sus responsabilidades en el hogar?
- 13:00 ¿Qué pensarían mis amistades si se enteraran que participo en este taller de género masculinidad?
- 15:00 Abrazo colectivo y darse de la mano.
- 17:00 ¿Alguna os habéis sentido vulnerables? ¿Por qué? ¿tiene algo de malo?
- 19: 00 ¿Por qué los hombres no suelen hablar de sus sentimientos? ¿alguna vez has querido expresar tus sentimientos y te has cohibido?

Recursos	Tiempo	Personas
Un reloj. Una cartulina grande.	Transversal a un taller.	Indiferente.



## El valor de la palabra

Esta actividad debe realizarse una vez hayan reflexionado sobre el comportamiento masculino, como en las actividades antes descritas o en alguna otra similar. Para comenzar, se recurre a los valores y principios positivos asociados al género masculino, como el valor de la palabra, la honestidad y la lealtad. Se sigue con valores y principios asociados al género femenino, como la bondad, el amor y la confianza. Se les pide escribirlos en una cartulina o pizarra, pero mezclados; y se les da 5 minutos para reflexionar sobre los mismos.

Posteriormente, se les muestran unos papeles en los que se describen algunas actitudes y comentarios observados en las actividades anteriores y que responden a la “masculinidad hegemónica” o al “macho dominante” para que lo comprendan mejor. Se les pregunta si se dan por aludidos y se les pide compararlo con los valores y principios escritos antes. Les pide explica que esas actitudes han sido observadas entre ellos, sin mencionar de quien y se les pide reflexionar en grupos sobre ello y exponer sus conclusiones al resto.

Recursos	Tiempo	Personas
Papeles y/o cartulinas de colores. Rotuladores y/o bolígrafos de colores.	1 hora.	A partir de 7.



## El “Gafete” (la identificación)

A partir de los nombres se asignan los roles de género. El propósito de la actividad es reconocer de qué manera se construyen los nombres, en función de qué o de quienes y que consecuencias tiene esto. La elaboración del gafete (identificación) además de identificarles, permite que los hombres conozcan la historia de su nombre y apellidos vinculada a recuerdos de sus antepasados o al poder de los hombres que le precedieron; como reconocimiento del papel que la masculinidad a lo largo de la historia y como ha ido afianzando la dominación masculina mediante el nombre.

El nombre es la primera representación de género y es a partir de ahí que se inicia la desfragmentación y reconfiguración de los constructos sociales asignados hasta el momento.

Para ello, primero se les propone identificar su propio nombre con hojas de colores, rotuladores, lana o bolígrafos de colores. Una vez hecho, se les pide escribir el origen y que opinan sobre su propio nombre y sus propios apellidos en función de las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es mi nombre y cómo me siento con él?
2. ¿Cómo me reconocen socialmente y qué siento con cada seudónimo?
3. ¿Qué significa mi nombre y quien me lo asignó?
4. ¿En qué contexto socio ambiental y cultural fue dado mi nombre?

Se les pregunta sobre que pensaría sus apellidos se pierden en las generaciones futuras y se hace analogía con esto al patriarcado, donde los apellidos de las mujeres se han perdido durante generaciones. Además, en aquellos nombres más comunes, se les explica su significado, como por ejemplo “Fernando” que significa “hijo de Fernández”. Se les pregunta si en esos casos, la persona fue hijo también de una mujer, que sin embargo, su nombre quedó en el olvido.

Recursos	Tiempo	Personas
Post-it, pegatinas o cartulinas. Celo y/o cinta. Lana. Rotuladores y/o bolígrafos de colores.	1 hora y 30 minutos.	A partir de 7.





## La reconstrucción del mundo

Se propone al grupo de hombres escoger 4 personas que salvaría entre 12 personas ficticias con profesiones y vidas diferentes, elección que deberán defender, justificando en función de su vivencia y percepción propia. Los perfiles de estas personas deben responder a roles y estereotipos de género y a la división sexual del trabajo. Entre los perfiles, debe haber una o dos personas que representen al colectivo LGBTI.

Una vez terminada la actividad, se les pregunta porqué escogieron a esas personas, haciendo referencia a los estereotipos y actitudes discriminatorias que hayan mostrado y reflexionando sobre las mismas.

Recursos	Tiempo	Personas
Fichas de personas ficticias que respondan a roles y estereotipos de género y a la división sexual del trabajo con una o dos personas que representen al colectivo LGBTI.	1 hora.	A partir de 7.



## Reconfigurando imaginarios

En esta actividad se pretende iniciar una breve “deconstrucción” del rol de género masculino. Dado que esta actividad requiere mucho respeto y compromiso, es importante recordar los criterios de convivencia establecidos para estas actividades.

Se pedirá a los hombres dibujar en una figura cómo quiere la sociedad que sean las mujeres en su comunidad, describiendo características físicas, psicológicas y emocionales. Después, se les pedirá hacer lo mismo pero con una figura de hombre. Una vez terminado se tomará como modelo la figura de hombre y uno por uno se colocará a los hombres al lado de ella, analizando en grupo si responden a ese modelo y una vez realizado el análisis, se preguntará, uno por uno a cada participante, cómo se han sentido al ser comparados con dicho modelo.

Una vez terminado, se analizará la figura de la mujer y se preguntará a los hombres si ha cambiado su perspectiva respecto a los estereotipos femeninos descritos. La conclusión que se espera alcanzar es que los hombres reflexionen sobre los estereotipos de género, la presión social sobre los mismos, así como los modelos establecidos por los mandatos de género. Se debe hacer una reflexión sobre cómo estos modelos no son justos ni consensuados y también se hablará de emocionalidad, que seguramente haya quedado en rol femenino. Después se pedirá al grupo clasificar las características de ambas figuras en dos categorías: poder, dominio o control; subordinación y dependencia. Lo que ocurrirá es que las características del rol masculino quedarán en su mayoría en el primer grupo, mientras que las del rol femenino en el segundo. Una vez clasificadas, se les pedirá explicar los resultados y se hará una reflexión sobre las desigualdades de género en función de los roles de género.

Recursos	Tiempo	Personas
Bolígrafos y rotuladores de colores. Cartulinas grandes (1 por cada 5 personas).	1 hora y 30 minutos.	A partir de 5.



## Las mentiras de ser padre - máscaras

Primero se pedirá a los hombres describir el papel de una buena madre, que seguramente lo harán haciendo referencia a sus propias madres. Se les pedirá escribirlo en conjunto en una cartulina o pizarra.

Una vez realizado, se les pedirá describir lo escrito y explicar porqué consideran eso ser una buena madre. Posteriormente, se les preguntará, a los que sean padres, si su actitud se puede asimilar a la de una buena madre y a los que no sean padres, si la actitud de su padre se asemeja a la de una buena madre. Se les preguntará que porque no, porqué un padre no debe tener la misma actitud que una mujer para ser un buen padre y les explicará que aunque existen roles de género diferenciados en cuanto a maternidad y paternidad, en una sociedad igualitaria debe ser compartido e igualitario.

Posteriormente, se les pedirá hacer lo propio con el papel de un buen padre y una vez hayan terminado, se analizará si han mostrado un rol igualitario y les pedirá reflexionar sobre el rol del padre.

Recursos	Tiempo	Personas
Hojas de papel. Bolígrafos de colores. Cartulina y/o pizarra. Tizas de colores y/o bolígrafos de colores.	1 hora.	A partir de 5.

## Actividades para la reflexión sobre el poder, a competitividad y la violencia

Las actividades de este apartado se dirigen a que las personas participantes reflexionen sobre las consecuencias dañinas del poder y la dominación, propios de la masculinidad hegemónica, así como de la violencia, muy ligada al poder y la dominación.





## La telaraña cooperativa

Con esta actividad se espera que los hombres reflexionen sobre las desigualdades, las relaciones de dominación, así como el trabajo cooperativo e igualitario, ya que es imposible formar la telaraña sin cooperar, así mismo, revisar liderazgos si es aplicado al entorno comunitario o grupal.

Mediante el uso de una cuerda los participantes deben decir su nombre, mencionar sus expectativas del taller. A continuación se organiza al grupo por parejas y a un hombre de cada pareja se le venda los ojos y se le entrega un vaso con agua. Por parejas, cada pareja deberá conectarse con otra pareja, evitando derramar el vaso de agua y formando una telaraña. Se inician actividades sin dirección y luego se nombra a una persona para que la guíe. Se analizará el cambio de actitud y comportamiento para la consecución de los objetivos en los dos momentos.

Una vez terminada la actividad, se hace una reflexión sobre las emociones que han sentido los hombres. Se pregunta quienes y por qué seleccionaron para liderar y por qué es menos común ver mujeres en cargos de dirección y en la toma de decisiones o bien en otros espacios de participación. Se hace una analogía con la familia y la comunidad, contextualizando sobre las relaciones de poder (persona que guía) y la dificultad e injusticia de avanzar para la persona sometida (persona vendada). Se habla concluyendo la necesidad del trabajo igualitario, el reparto de tareas y la solidaridad.

Para finalizar, se hace el ritual de la siembra, que tiene por objeto ubicar a los hombres en un momento de conexión con la madre tierra, reflexionar sobre la importancia de preservar los recursos naturales y la comunidad; así como la importancia de avanzar de forma pacífica en la sociedad.

Recursos	Tiempo	Personas
1 cuerda o hilo largo. 1 vaso de agua.	1 hora.	A partir de 5.



## La ensalada de frutas

En esta actividad se organiza a los hombres en círculos sentados en sillas y cuando se dice “ensalada de frutas”, se les pide cambiar de silla, mientras se retira una de las sillas. De esta forma, cada vez que se dice “ensalada de frutas” un hombre queda de pie. Una vez realizado el ejercicio 7 u 8 veces, se pide a los hombres que quedaron fuera explicar cómo se han sentido.

Se invita a los hombres a interiorizar los comentarios del grupo, relacionándolos con su comportamiento y recordándoles que no se les está evaluando, sino que se trata sobre un juego. Se reflexiona sobre la competencia, sobre las actitudes bruscas o agresivas para quedarse en la silla, sobre el dejar a las personas fuera, sobre que le se siente cuando se quedan fuera. Se reflexiona de nuevo haciendo referencia a las mujeres de su familia, de la comunidad, a sus amistades.

Recursos	Tiempo	Personas
Sillas (suficientes para las personas asistentes.	1 hora.	A partir de 5.



## La X, la Y con el oleaje

En este ejercicio se pretende reflexionar sobre la impulsividad, la agresión y la competencia de los hombres y su proceso de construcción/deconstrucción. Este ejercicio pretende identificar la violencia en sus diferentes manifestaciones, propia de la construcción machista de la masculinidad hegemónica, que en consecuencia, se ha convertido en algo común dentro de las interacciones sociales (la diversión, el deporte, el baile, ...), las instituciones y las estructuras socioeconómica.

En círculo, los participantes son nombrados de forma intercalada con una X o una Y. Después se les pide pasarse un objeto de tal forma que se salte al hombre que sea X y se rodee al hombre que se Y, una vez agachados formando un camino serpenteante. El que falle será eliminado. Después se les pide sentarse en sus sillas (debe faltar una silla, quedando un hombre de pies) y una vez sentados, se movieran simulando el oleaje, sin caer de la silla. Al hombre que no pudo sentarse, se le pide dirigir el oleaje, como si de una orquesta se tratara. El ejercicio se repite varias veces, de tal forma que el papel de "director" cambie de hombre a hombre. Se espera provocar risa, diversión, golpes, enojo, trampa, estrategia, violencia, acoso, satisfacción, pérdida del respeto e ira; por lo que una vez terminada la actividad, se reflexiona sobre las actitudes y se les explica que no se trataba de una competición, sino de una prueba de habilidad. Se reflexiona sobre incidentes que hayan ocurrido, como caídas, daños y otras consecuencias de la competitividad y la agresividad.

Recursos	Tiempo	Personas
Objeto pequeño que pueda pasarse (sirve un vaso, un reloj, un teléfono, una cinta de clo o una grapadora, por ejemplo). Sillas (suficientes para las personas participantes).	1 hora.	A partir de 5.



## Hipnosis

Se propone al grupo de hombres formar parejas, donde uno de ellos será quien guíe al otro, como si estuviera hipnotizado. Al guía, se le entregarán 5 preguntas, referentes a emociones y cuestiones personales que puedan demostrar debilidad. Luego se le pide al director, que de las órdenes que desee al hipnotizado durante 5 minutos. Una vez terminado, se les pide cambiar de papel, siendo el guía ahora hipnotizado y al revés. Durante este tiempo, se pone una música que corresponda con la atmósfera de hipnosis.

Una vez finalizada la actividad, se hace un debate en dos partes. La primera, cómo se sintieron al ser guiados y dominados por los "guías", haciendo énfasis en cómo se sintieron al cambiar de rol y hablando sobre el poder y la dominación. Después, se pasará a hablar de la parte de las preguntas, reflexionando cómo se sintieron y si se sintieron más vulnerables al ser guiados después de responder sobre preguntas emocionales.

Recursos	Tiempo	Personas
Bandas o telas para tapan los ojos.	1 hora.	A partir de 5.



## Dispositivo de los juegos

Con esta actividad se abordará el proceso de aprendizaje e interiorización de los roles, estereotipos e identidades de género, así como comprender el aprendizaje de la violencia.

Para ello, se dividirá al grupo en dos. El primer grupo deberá dibujar y describir en una cartulina o papelógrafo los juegos y juguetes con los que los niños jugaban y aún juegan. El segundo, hará lo mismo con los de las mujeres. Después, se escogerán dos juegos de niños y dos juegos de niñas para jugarlos con el grupo. Tras haber jugado a ellos, se les entregarán unas gafas de papel o cartón, que serán "las gafas de género" y con las que, una vez puestas, se hará un análisis de ambos juegos. Se identificarán las pautas que determinan los diferentes comportamientos, con las siguientes preguntas como orientación:

- ¿Cuáles son los juegos más competitivos?
- ¿Cuáles son los juegos más agresivos?
- ¿Qué tipo de expresiones y gestos corporales se han hecho en cada juego?
- ¿Que enseña cada tipo de juego?

Para que la reflexión funcione se debe prestar atención a las emociones y sentimientos vividos durante la realización de los juegos.

Recursos	Tiempo	Personas
Cartulina o papelógrafo grande (1 por cada 7 personas). Rotuladores y bolígrafos de colores.	1 hora.	A partir de 7 personas.

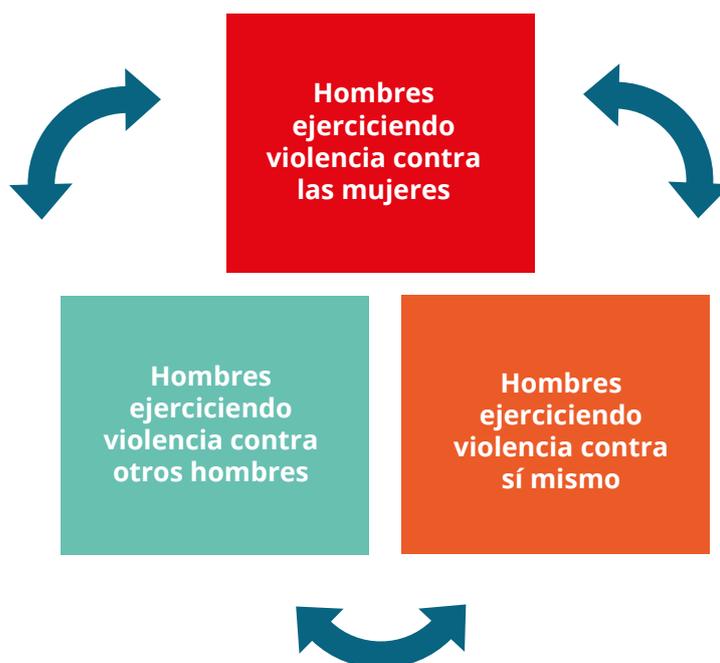




## La tríada de la violencia

Dentro del rol masculino, se incluye la dominación como eje central. Y para ello, los hombres primero deben controlarse a sí mismos y luego a las mujeres. Es por ello que se asimilan constantemente conductas agresivas y violentas dirigidas a la constante reafirmación del poder de la masculinidad.

En esta actividad, primero se explicará al grupo la tríada de la violencia de Michael Kaufman (1989), la cual se manifiesta de la misma forma que el modelo de masculinidad hegemónico:



Estos tres escenarios serán analizados con el grupo de hombres en primera persona, pidiendo voluntarios para ello. Se les pedirá explicar cada parte y poner al menos 2 ejemplos de violencia física para cada una de las partes de la tríada; y dos de violencia psicológica. Luego deberán explicar si se sienten identificados con esos ejemplos, si los han vivido, ejercido y/o si los ven habitualmente a su alrededor. Para que esta actividad funcione, es importante guiar a los hombres con preguntas que les puedan llevar a identificar los ejemplos y situaciones que se requieren y también, generar un clima de respeto y confianza recordando las reglas de comportamiento para este tipo de talleres.

Los ejemplos serán escritos en unos post-it, en unos papeles pequeños o en unas cartulinas pequeñas. Una vez terminada la actividad, se quemarán los post-it, papeles pequeños o en cartulinas pequeñas simbolizando el dejar de lado la tríada de la violencia.

Recursos	Tiempo	Personas
Cartulina o papelógrafo pequeña o mediana (1 por cada 5 personas). Rotuladores y bolígrafos de colores. Post it.	1 hora y 30 minutos.	A partir de 5.

## Actividades para trabajar el silencio emocional

El silencio emocional es la dificultad para identificar y comunicar emociones un problema común en muchos hombres que es consecuencia directa del aprendizaje de la masculinidad hegemónica. Las actividades descritas en este apartado tienen como objetivo que las personas participantes reflexionen en grupo sobre sus emociones, al mismo tiempo que profundizan en ellas y logran iniciar la apertura emocional.

### Pasando por el aro

Esta actividad se dirige al contacto entre los hombres, porque requiere que estén tomados de las manos para recibir apoyo y asistencia recíproca. Para ello, se propone a los hombres pasar por un aro de uno en uno, ayudando a sus congéneres a pasar por el mismo y sin soltar las manos requisito indispensable. El aro debe pasar por todos los hombres.

Una vez terminada la actividad se reflexiona sobre las emociones, sentimientos, recuerdos o apreciaciones del momento vivido. Se motiva la reflexión sobre el contacto físico, sobre la competitividad y se espera llegar a la conclusión de que la actividad no se puede culminar sin vencer el temor al contacto físico entre los hombres y sin cooperar.

Recursos	Tiempo	Personas
1 aro.	1 hora	A partir de 5.

### Marcas y fisuras

Se les pide a los hombres escribir en un papel las marcas y fisuras que tienen en cuanto a debilidades. Después se les pide escoger otro hombre al que entregárselo, quien deberá leerlas (sin mencionar el autor, sólo lo sabrá él) al resto del grupo. Según se van leyendo las debilidades de los papeles, se juntan en un montón. Una vez hecho, se pedirá a cada hombre, uno por uno, que escoja una debilidad que no sea la suya y otra debilidad que no sea la que haya leído. Deberá quedarse una y entregar la otra a otro hombre, justificando porqué lo hace.

Una vez realizado, se espera haber removido sentimientos y frustraciones. Asimismo, puede haberse generado cierto conflicto, pero se motivará una reflexión conjunta sobre la debilidad, sobre cómo son naturales y cómo se deben asumir. Se preguntará, a aquellos hombres que hayan manifestado sentirse incómodos el porqué de ese sentimiento, tras lo que se hablará del estereotipo masculino de hombre fuerte, sin debilidades y protector. Finalmente, se les pedirá pensar en silencio durante 3 minutos sobre el ejercicio, a modo de espacio para el procesamiento de las emociones.

Recursos	Tiempo	Personas
Hojas de papel. Bolígrafos de colores.	1 hora	A partir de 5.

## Actividades sobre el trabajo doméstico y uso del tiempo

Finalmente, las actividades aquí descritas tienen como objetivo que las personas participantes reflexionen sobre el uso del tiempo y el trabajo doméstico con perspectiva de género, algo muy importante para conectar el proceso de reflexión que se plantea en esta guía con el día a día de las personas participantes.

### El reloj de actividades

Esta actividad, pretende que los hombres reconozcan la distribución del tiempo de hombres y mujeres, reconociendo, especialmente, el trabajo doméstico que habitualmente hacen las mujeres. Para ello, se dibujarán dos relojes de 24 horas, en cada uno de los cuáles deberán dibujar y/o escribir las actividades que realizan hombres y mujeres. Si el grupo es extenso, se pueden elaborar varios relojes para luego compararlos y complementarlos. Una vez finalizado, se genera un espacio de reflexión y debate entorno a las siguientes preguntas:

- ¿Por qué las mujeres realizan mayores actividades de trabajo doméstico?
- ¿Qué importancia tendría el trabajo doméstico para los hombres si realizaran las actividades (roles) que se les impone a las mujeres?
- ¿Si el trabajo que realizan las mujeres fuese pagado, cuánto sería su contribución económica al hogar? Este pregunta debe desarrollarse de manera general.

Recursos	Tiempo	Personas
Bolígrafos y rotuladores de colores. Cartulinas grandes (2 por cada 7 personas).	1 hora	A partir de 7.



## Mimetizando las enseñanzas

Esta actividad tiene como objetivo interiorizar y reflexionar sobre el trabajo doméstico, mediante la expresión corporal y la mímica. Para ello, se divide el grupo en dos: uno de ellos tendrá que enseñar al otro cómo hacer las tareas del hogar, pero no podrán hablar, no podrán saltarse ningún paso y todos los hombres deberán participar en la representación. Una vez termine un grupo de enseñar al otro, se cambiará el rol, pasando a escenificar el grupo que antes no lo hizo. Finalmente, se hace una reflexión mediante las siguientes preguntas y se anotan en una cartulina o papelógrafo los resultados:

- ¿Las tareas del hogar son más fáciles de lo que parecen? ¿o son más difíciles? ¿Por qué?
- ¿Ha sido fácil o difícil escenificarlo? ¿Por qué?
- ¿Soléis realizar esas tareas? ¿Por qué?

Recursos	Tiempo	Personas
Cartulina o papelógrafo grande. Rotuladores de colores.	1 hora	A partir de 5.



# Bibliografía

- Ayllón, R. (2020). De hombres y machos: el género y las masculinidades en la vida cotidiana. *Revista Digital Universitaria (rdu)*, 21(4). doi: <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2020.21.4.5>
- Congreso Iberoamericanos de Masculinidades y Equidad (CIME) (2011) Agenda de los hombres por la igualdad. Disponible en <http://www.cime2011.org/home/cime2011DeclaracionDeBarcelona.pdf>
- Connell, R.W.(1995). *Masculinities*. University of California press
- Connell, R. W.(2001). Educando a los muchachos: Nuevas investigaciones sobre masculinidad y estrategias de género para las escuelas. *Nómaditas*, 14, 156-171.
- Connell, R.W. (2012). Masculinity research and global change. *Masculinities & Social Change*,1(1): 4-18. <http://dx.doi.org/10.17583/msc.2012.157>
- Flecha, Ai., Puigvert, L.,& Redondo, G. (2005). "Socialización preventiva de la violencia de género". *Feminismo/s*. 6. 107-120. Disponible en <http://hdl.handle.net/10045/3184> | <http://dx.doi.org/10.14198/fem.2005.6.08>
- Flecha R., Puigvert, L. & Ríos, O. (2013). The New Alternative Masculinities and the overcoming of gender violence. *RIMCIS: Revista Internacional y Multidisciplinar en Ciencias Sociales*, 2(1), 88-113.
- García Sáez, J. (2019) Filosofía del Derecho Internacional, Violencia y Masculinidad Hegemónica. *Universitas*, N° 30, 65-87 doi: <https://doi.org/10.20318/universitas.2019.4836>
- Gilmore, D. (1994). *Hacerse hombre: Concepciones culturales de la masculinidad*. Barcelona: Paidós.
- Kaufman, Michael (1989). *Hombres: Poder, placer y cambio*. Santo Domingo: CIPAF.
- Lomas, C. (ed) (2003). *La vida en las aulas*. Memoria de la escuela en la literatura. Barcelona: Paidós.
- Lomas, C. (ed) (2004) *¿Los chicos también lloran? Identidades masculinas, igualdad entre sexos y coeducación*. Paidós
- Lomas, C. (2007). ¿La escuela es un infierno? Violencia escolar y construcción cultural de la masculinidad. *Revista de Educación*, 342, 83-102.
- Martín Vidaña, D. (2019). Nuevas masculinidades. Una mirada retrospectiva en el estudio de la igualdad de género. (85-97) en Carmona, R y Sanfélix, J. (coord.) (2019) *En busca de buenas prácticas de masculinidades igualitarias desde la Universidad*. Universitas Miguel Hernández
- Meschi Pizarro, A. (2018). *Masculinidad y emociones*. El caso de jóvenes estudiantes del Liceo de Aplicación. Tesis para optar al título de Sociología. Universidad de Chile
- Núñez, P.H. (2017). Agentes socializadores de masculinidades alternativas: profesores, familiares y voluntarios como ejes del cambio en el contexto de comunidades de aprendizaje. *Revista Perspectivas*. 29, 129-144
- Olavarría, José (2003). "¿En qué están los varones adolescentes? Aproximaciones a estudiantes de enseñanza media", en Olavarría, José (ed.) (2003) *Varones adolescentes: género, identidades y sexualidades en América Latina*. FLACSO/ UNFPA y Red de Masculinidades. Santiago, Chile.
- Olavarria, J. (2005) La masculinidad y los jóvenes adolescentes. *Docencia. Reflexiones pedagógicas*. 27, 47-55
- Padrós, M. (2012). Modelos de Atractivo Masculinos en la Adolescencia. *Masculinities and Social Change*, 1(2), 1 65 - 1 83. doi:10.4471 /MCS.201 2. 1 0
- Ríos, O. (2015). Nuevas masculinidades y educación liberadora. *Intangible Capital*, 11, 3, 485-507
- Saavedra, L.D. (2018). Trabajos precarizados en varones adolescentes, conductas de riesgo y construcciones de la masculinidad. X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV *Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología -Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aaacademica.org/000-122/111>

Sailard, D. Oreka Sarea S.L. (2010) Los derechos humanos de las mujeres y la construcción de la masculinidad hegemónica. En GIZONDUZ (2010) *Masculinidad e Igualdad*. Análisis multidisciplinar. Emakunde

Sanfelix, J. (2011). Las nuevas masculinidades. Los hombres frente al cambio de las mujeres. *Prisma Social. Revista de Investigación Social*. 7, 220-247.

Sanfélix, J- (2017). *Demostrando ser hombres. Una aproximación socioantropológica a la construcción y reproducción de las identidades masculinas en las comarcas orientales de la provincia de Valencia*. Colección Tesis Doctorales. Universitas Miguel Hernández. <http://hdl.handle.net/11000/3571>

Sanfélix, J. (2020). *La brújula rota de la masculinidad*. Valencia: Tirant Humanidades

Sanfélix, J & López-Amorós, A, (2019) Sobre la necesidad de estudiar la masculinidad en tiempos de incertidumbre. *Asparkia: Investigación feminista*, 35 (Ejemplar dedicado a: Ser hombre en tiempos de incertidumbre: repensando la identidad masculina), 15-22

Sanfélix, J., & Téllez, A. (2021). Masculinidad y privilegios: el Reconocimiento como Potencial Articulador del Cambio, *Masculinities and Social Change*, 10(1)1-24. <https://doi.org/10.17583/MCS.2021.4710>



**Si!**

Nazioarteko Elkartasuna  
Solidaridad Internacional



**ADES**



**Bizkaia**

foru aldundia  
diputación foral

**Nazioarteko Elkartasuna  
Solidaridad Internacional**

C/ Conde Mirasol 7 bajo. 48003 Bilbao-Bizkaia  
Tel. 944 792 258  
solidaridad@sol-inter.org