

ASECEDI

Educación de las **M**asculinidades en el siglo XXI

MASCULINIDAD Y ADICCIONES EN CENTROS DE DÍA

GUÍA METODOLÓGICA

PARA TRABAJAR EN CENTROS DE DÍA DE ADICCIONES

ASECEDI 2009

DIRECCIÓN

ASECEDI: Manuel Rodríguez (psicólogo), Domingo Calderón (psicólogo), Juan Carlos Oria (psicólogo), J. Francisco López y Segarra (sociólogo), María Gutiérrez-Cortines (trabajadora social).

DIRECCIÓN TÉCNICA

J. Francisco López y Segarra. Sociólogo-Criminólogo. Patim. Castellón.

EQUIPO DE REDACCIÓN

Antonio Jiménez Sánchez. Formador en perspectiva de género y masculinidades.
Patricia Martínez Redondo. Educadora social y antropóloga.
Jordi Lores Peña. Psicólogo.
J. Francisco López y Segarra. Sociólogo-Criminólogo.

EQUIPO TÉCNICO

Inma Galmés Monferrer. Coordinadora de programas y responsable de calidad. Patim.
Vicent Escorihuela Roig. Técnico informático. Patim.
Javier Grau Palomar. Responsable de comunicación. Patim.
Marco Schiralli. Psicólogo.
Antonio Beltrán Pueyo. Coach Olos Consejeros.

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Centro de Inserción Socio-laboral Eurolan.

DVD "UN HOMBRE DE VERDAD"

Andrea Gautier y Juan Gautier (Guión y dirección).
Macarena López y Andrea Gautier (Producción).
Juan Gautier (Montaje).
Roberto Fernández (Postproducción de sonido).
Jacobo Jr. y Enrique Castro (Actores).

Diseño inspirado en la colección de cuadros del artista Luis Bolumar. Imágenes cedidas por la Fundación Patim de la Comunidad Valenciana.

D.L. XXXXXXXXXXXX



Índice

Presentación.....

Introducción.....

Parte I: teoría y análisis de las masculinidades, adicciones y violencia.....

- 1. Marco teórico: la perspectiva de género.....
- 2. Los movimientos de hombres.....
- 3. Masculinidad.....
- 4. Masculinidad y adicciones.....
 - Modelos de análisis de las adicciones.....
 - Salud.....
 - Sexualidad.....
- 5. Masculinidad y sus implicaciones en la violencia de género.....
- 6. Motivación para el cambio.....

Parte II: metodología para trabajar en grupos.....

- 1. Metodología.....
- 2. Dinámicas.....
 - Sesión 1. La realidad que construimos.....
 - Sesión 2. ¿O era la realidad la que nos construye?.....
 - Sesión 3. Esta película ¿me suena de algo?.....
 - Sesión 4. Reproduciendo guiones predeterminados, aprendidos.....
 - Sesión 5. No fui yo, fue la sustancia.....
 - Sesión 6. Buscando posibles soluciones al conflicto.....
 - Sesión 7. Tod@s somos protagonistas.....

Bibliografía.....



Presentación

Presentación

Este manual forma parte, junto al DVD, de un programa formativo subvencionado por el Plan Nacional sobre Drogas, cuya denominación es "Educación de las masculinidades en el siglo XXI". ASECEDEI, como plataforma que aglutina a 22 centros de día en más de siete comunidades autónomas, se ve obligada a contribuir a la paliación de la violencia de género por medio de programas que contribuyan al crecimiento personal de todos los afectados por las distintas adicciones que acuden a nuestros recursos. Apostamos por una nueva educación en el concepto de "masculinidad", siendo conocedores de las aún muchas barreras (ideológicas, afectivas, laborales, arquitectónicas...) que tienen los hombres para desarrollar en plenitud una igualdad de género. Así, no podemos pasar por alto el tratamiento que los medios de comunicación realizan de la información, de la publicidad y de los programas de entretenimiento.

En los años de existencia de ASECEDEI se han planificado y realizado distintas acciones encaminadas a la formación. La calidad, baluarte de la entidad, ha sabido dar paso a encontrar dos temas, que pueden y deben tratarse desde los centros de día: la integración y el tratamiento de género. Somos conscientes que la drogodependencia femenina permanece "invisibilizada" y que es necesaria "una revisión integral de los protocolos y programas de inserción sociolaboral" así como una formación mínima en enfoque de género para todos los y las profesionales que trabajan en estos centros¹, como apuntan algunos estudios. Todo ello sin olvidarnos de cuestiones tan importantes como las personas privadas de libertad y sus medidas alternativas así como el viejo tema del VIH, que cada día cobra más protagonismo.

Comenzamos en 2003 a abordar violencia dentro de nuestros centros de día. Fue entonces cuando nos dimos cuenta que encontramos agresores, agresoras, agredidos y agredidas. Viendo esta realidad, en junio de 2005 nos centramos en esta a través del

¹ Martínez Redondo, P. Investigación sobre las dificultades de acceso al tratamiento y carencias en la intervención con mujeres drogodependientes en los centros de UNAD. 2007.

segundo seminario “Diagnóstico y atención de la violencia de género en las personas en tratamiento por drogodependencias”; continuamos con esta iniciativa en 2006/07 con el tercer seminario “Diagnóstico y atención de la violencia de género en las personas en tratamiento en Centros de Día”. Como resultado de este programa se realizó la investigación “Violencia de género y adicción a drogas en Centros de Día (Amor, Corral, Bohórquez, Oria, Rodríguez, López y Segarra, Calderón), ambos subvencionados por la DGPNSD. Además, en el año 2008, pusimos en marcha el sexto seminario de formación en ‘Perspectiva de Género Aplicada a las Drogodependencias’. Como resultado se redactó la guía ‘Perspectiva de Género Aplicada a las Drogodependencias’ y el DVD ‘Una historia de amor’.

Este trabajo ha sido dirigido por un equipo multidisciplinar de ASECEDI², el cual nos encargó el seguimiento técnico, para el que contactamos con los autores del manual y del DVD que os presentamos. No conformándonos con esta amplia ratio profesional, extendimos el trabajo al equipo humano de Patim³, que ha colaborado en su elaboración, y una empresa externa para perfilar el diseño y difundirlo⁴. De forma periódica realizamos distintas reuniones de trabajo para ir dando forma a este manual en la sede del Consejo de la Juventud de Madrid, donde nos cedieron de forma gratuita sus instalaciones.

En 2009 nos acercamos a una nueva perspectiva, rechazada en muchas ocasiones por colectivos arraigados a formas caducas de pensamiento. Hoy, de una forma consensuada se han unificado diferentes visiones de lo que hace muchos años voces masculinas abogan, un pro-feminismo que hoy se está convirtiendo en igualitarismo.

No debemos identificar masculinidad con violencia de género. Del mismo modo, no siempre se debería identificar consumo de drogas con conductas violentas, aunque un alto número de nuestros pacientes han ejercido violencia de género o han sido víctimas de ella.

2 Manuel Rodríguez (psicólogo), Juan Carlos Oria (psicólogo), J. Francisco López y Segarra (sociólogo-criminólogo), María Gutiérrez-Cortines (trabajadora social) y Domingo Calderón (psicólogo).

3 Inma Galmés (psicóloga), Jordi Lores (psicólogo), Vicent Escorihuela (informático), Borja de Mingo López (técnico en inserción), Javier Grau (periodista), Marco Schiralli (psicólogo) y Tania Serrano (estudiante).

4 Digitalescrig.

Este manual se compone de una parte teórica y otra práctica. Dentro de la parte teórica se introducen los temas relacionados con la masculinidad: los primeros movimientos de hombres, así como las relaciones entre masculinidad y diferentes ámbitos como son las adicciones, la sexualidad, la salud y la violencia.

Relacionada con esta parte introductoria y teórica se han planificado un total de siete unidades prácticas. Se trata de llevar a cabo estas prácticas utilizando una metodología basada en una participación activa cooperativa, fomentando la motivación del grupo como motor principal para la realización de los talleres. Estos talleres están dirigidos a todos los profesionales que trabajan en los Centros de Día. Con esta formación se pretende facilitar nuevas técnicas y herramientas que permitan mejorar el trabajo diario con los usuarios. El objetivo es que los profesionales transmitan a los beneficiarios las enseñanzas desde la perspectiva de la igualdad entre las personas.

Como material complementario, se ha editado el DVD titulado "Un hombre de Verdad" que trata la historia de Óscar, un niño de 8 años que una noche su padre le desvela un gran secreto: en realidad es un superhéroe. A partir de este momento Óscar escudriña cada movimiento de su padre, descubriendo decepcionado que en realidad todo es mentira.

Agradecemos al Plan Nacional sobre Drogas que haya posibilitado el desarrollo de esta iniciativa.

*Manuel Rodríguez Álvarez
Francisco López y Segarra*



Introducción

Introducción

Las sociedades están en continua transformación. Los modelos económicos, políticos y sociales evolucionan para dar respuesta a nuevas inquietudes. Se adaptan a las realidades de una sociedad que exige la renovación de ideas que han caducado y que necesita sabia nueva para progresar. Pero la renovación lleva implícita una revisión de las relaciones humanas y, en especial, la reasignación de los roles funcionales.

Una definición estereotipada de la masculinidad y feminidad lleva consigo roles de dominio y sumisión. Pero la visión sobre estas identidades está cambiando. Asistimos a una evolución asimétrica: para las mujeres está en proceso; para los hombres, acaba de empezar. A partir de nuevas literaturas y de las teorías ya conocidas, se ha explorado el desarrollo de nuevos modelos de masculinidad, más igualitarios y orientados hacia la alianza, opuestos a las expectativas tradicionales y estereotipadas, que aceptan el dominio, el control, la agresividad y la violencia.

Tradicionalmente, la sensación masculina de superioridad ha contribuido a legitimar la violencia de género contra las mujeres. Si los varones jóvenes ven que sus padres descargan su ira sobre sus madres, pueden crecer con la idea de que esta violencia sea legítima y esté justificada.

El poder que los hombres puedan alcanzar depende, en gran medida, de esta legitimación cultural de su autoridad. En las sociedades patriarcales tradicionales, los padres eran los “cabezas de familia” y representaban la voluntad de Dios en el ámbito familiar, por lo que su palabra era ley, además eran los legisladores de la ley moral y consideraban que su deber era instruir a sus hijos en el cumplimiento de la misma. Los hijos aprendían a escuchar las órdenes de sus padres para obedecer, preguntar porqué equivalía a desafiar la autoridad del padre, pero también aprendían que sus deseos y sus

emociones eran erróneas, no se podían exteriorizar públicamente. Ocultando esta parte era como defendían su masculinidad, aprendiendo a sentirse valiosos ante los demás, reforzando el autocontrol, factor decisivo para sus identidades de género.

El tema homofóbico es a menudo una forma de autoprotección, ya que las identidades heterosexuales se establecen por medio de un rechazo interior del deseo homosexual. Es mediante la negación del "ser blandos" por la que los hombres siguen afirmando sus identidades masculinas heterosexuales.

También pueden asociarse, en algunos casos, la masculinidad y la violencia: reconocerlo no significa que todos los hombres sean violentos, ni que sean naturalmente violentos. El sexo biológico no explica nada: las diferencias biológicas no están relacionadas con los esquemas de la violencia, que pueden analizarse desde una perspectiva de carácter psicológico y sociológico.

La idea del "rol masculino" ayuda a entender el aprendizaje social del género y los estereotipos mediante los cuales los medios de comunicación y la cultura ofrecen sólo modelos agresivos y pobres en términos de masculinidad. Las masculinidades, por lo tanto, no están pasando sólo de lo tradicional a lo moderno. La globalización en algunos casos introduce como modelos universales mujeres que se dedican al trabajo doméstico y hombres competitivos y agresivos y pone en crisis el sistema patriarcal y la identidad de género, que normalmente es causa de violencia.

Las convenciones sociales generalmente ponen los medios de la violencia en manos de los hombres y no de las mujeres. Muy a menudo la formación y los medios de comunicación promueven la relación directa entre ser hombre y la práctica del dominio. Una posición que suele repetirse en las relaciones personales y que acentúa sus connotaciones en contacto con determinadas conductas, como es el caso de las adicciones. Cuando los hombres se dan cuenta de poseer naturalmente el poder y el "status", sufren una crisis si no consiguen alcanzar los títulos que se les reconocen. Mantener una masculinidad hegemónica requiere el desprecio por otras formas de masculinidad y por las mujeres.

Las masculinidades agresivas y dominantes pueden ser una fuente directa de violencia. En muchos casos, las ideologías sobre la superioridad de género son causas de conflictos.

A menudo se nos sugiere que reformar los géneros y las relaciones entre ellos significa convertir los hombres en mujeres, "castrarles" y convertirlos en débiles e incapaces de competir o estar en el mundo con orgullo. Solucionar el problema de la violencia y desarrollar una cultura de paz requiere, por supuesto, cambios al modelo hegemónico de masculinidad, pero no significa que los hombres se conviertan en débiles e incapaces.

El concepto de masculinidad supone una renovación. Un cambio que genera en algunos casos rechazo ante la sensación de perder un referente heredado. De ahí que, hoy en día surjan respuestas agresivas en comunidades que están o se sienten en peligro. Estamos en las primeras fases de esta evolución pero algunos principios significativos ya han surgido: los programas deben aunar las voluntades tanto de hombres como de mujeres. Es importante romper el aislamiento de género.

Los nuevos proyectos sobre la educación para la masculinidad ofrecen una amplia variedad de itinerarios alcanzables y permiten a los hombres desarrollar un espectro más amplio de sus capacidades emocionales, comunicativas y sociales: demostrando que existe una variedad de formas de ser hombre y permitiéndoles vivir una experiencia directa de su propia diversidad.

Hay muchos hombres no violentos en el mundo y muchos entre ellos están comprometidos de manera activa en el esfuerzo hacia la eliminación de la violencia.

Las investigaciones llevadas a cabo alrededor de la masculinidad son relativamente recientes y su relación con la paz es aún más nueva. Moverse hacia la equidad de género es un elemento importante para desarrollar la cultura de la paz, en la que el diálogo entre hombres y mujeres cree conocimientos nuevos y cambios positivos. Los programas dirigidos a los hombres no deben competir de ninguna manera con los dirigi-

dos a las mujeres, no deben ser parte de un “contraataque” a la presión feminista para una equidad de género.

Es necesario continuar investigando sobre la sexualidad y las emociones, las identidades y las formas de comunicación, las formas de producción económica, el poder y la autoridad.

Jordi Lores y Marco Schiralli
Psicólogos



Parte I

Teoría y análisis de las masculinidades, adicciones y violencia

Teoría y análisis de las masculinidades, adicciones y violencia.

1. MARCO TEÓRICO: LA PERSPECTIVA DE GÉNERO.

Existe suficiente bibliografía en la que se explica el 'género' y qué significa⁵. Sin embargo, sigue sin ser un concepto y perspectiva de análisis que se haya incorporado efectivamente a los medios de intervención en las adicciones.

Como exponíamos en la presentación, desde ASECEDI hemos editado el material: 'Perspectiva de Género Aplicada a las Drogodependencias', una guía manejable y accesible que explica el sistema de sexo/género, y que se centra en el trabajo con mujeres drogodependientes. Es por ello que no nos extenderemos mucho en volver a explicarlo, pero sí haremos una pequeña introducción necesaria si queremos poder avanzar sin olvidar un marco básico desde el que partir (esta introducción es el apartado que hemos denominado 'Unas premisas básicas', y que recogemos más adelante). Porque en esta ocasión hemos decidido continuar el trabajo centrándonos en el análisis de las implicaciones de la construcción del género masculino y su relación con la drogodependencia. Nuestro objetivo principal es analizar esas implicaciones para poder ofrecer modelos de referencia positivos en la construcción de masculinidades alternativas a la hegemónica tradicional. Pero, ¿por qué centrarnos en drogodependencias en un análisis de la masculinidad?...

Es curioso, pero con el género ha venido sucediendo que, en un trabajo (aún necesario, puesto que la perspectiva androcéntrica persiste en nuestro sistema social-cultural, de valo-

⁵ Las referencias son muchas, sobre todo en el ámbito académico. También existen manuales editados desde los ámbitos técnicos de intervención en lo social, pero para un acercamiento más riguroso, recomendamos la lectura de libros como: Feminismo para principiantes. Nuria Varela. Ediciones B, 2005. Feminismos: Debates teóricos contemporáneos. Virginia Maquieira et al. Alianza Editorial, Ciencias Sociales, 2001

res, relaciones, etc.) de visibilización de 'lo femenino' y 'las mujeres', se ha dado como natural el proceso por el cual los hombres "son lo que son". La perspectiva de género viene a poner de relieve la necesidad de analizar también el contenido de 'lo masculino', y en este caso, ponerlo en relación con la 'drogodependencia', ya que ésta es un problema considerado eminentemente 'masculino'⁶, pero casi ningún estudio o publicación centra su atención en por qué esto es así, o en qué elementos de la masculinidad (hegemónica o tradicionalmente entendida) guardan relación con las drogodependencias en los hombres.

Y esto es lo que pretendemos también con este manual: contribuir a desnaturalizar los contenidos de la masculinidad, y dejar de ver como 'normal' los comportamientos asociados al riesgo, la no asunción de límites, uso de la violencia, etc. porque éstos provengan de un hombre. Es claro que, en nuestra sociedad, cuando una mujer es violenta, o arriesgada, o contestataria, o tiene problemas de adicción, etc. se vive de forma menos "natural", no nos resulta "lo normal". ¿Por qué de un hombre no nos extraña tanto? ¿Podemos tratar de cambiar los contenidos asociados a la masculinidad-ser hombre?

Debemos también señalar que el sistema de género ha puesto de relieve la necesidad de acabar con la dicotomía de género 'hombre/mujer'. El paso de los años demuestra que el contenido de ambos géneros va cambiando (desde en las formas de vestir a cómo expresarse, o qué trabajos desempeñar...), pero su base principal: la dicotomía hombre/mujer (y la heterodesignación⁷), no desaparece. Realidades presentes también en nuestros centros: personas transexuales y transgénero, así como realidades biológicas como la intersexualidad⁸, no caben en un sistema rígido polarizado en dos. Por tanto, buscar contenidos para esas "nuevas masculinidades" pasa también por desmontar la

6 Las estadísticas de personas en tratamiento en los Centros de Día de ASECEDI -consultar las memorias de los diferentes centros-, y en las redes de atención en general, se sitúan en un 80-85% de varones frente a un 15-20% de mujeres. Estos datos se pueden obtener del Instituto de la Mujer hasta el año 2002.

7 Este término se explica en el capítulo 4 Masculinidad y Adicciones, en su apartado dedicado a la sexualidad.

8 Como ya se señala en el trabajo anterior ('Perspectiva de Género Aplicada a las Drogodependencias' páginas 21 y 22, y nota a pie de página número 9), es necesario observar que la categoría 'sexo', dicotomizada en hombre/mujer, no deja de ser una lectura sociocultural, que pasa por la decisión humana de designarla como tal. Anne Fausto-Sterling propone un nuevo paradigma científico que rompa con esta dicotomía, entendiendo que la realidad biológica humana va más allá de los dos sexos: 'hombre'- 'mujer', y que género/sexo – cultural/biológico son otras dicotomías que limitan las posibilidades de desarrollo humano y no dan cuenta de la variabilidad humana tan amplia que existe.

Siguiendo sus análisis, el 'sexo' de una persona vendría a ser designado en base a tres niveles principales: gonadal (testículos/ovarios); genital (pene/vagina) y cromosómico (XY/XX). Además, estaría la cuestión hormonal, que regula la presencia de

misma 'masculinidad' y qué es 'ser hombre', igual que se ha hecho con la 'feminidad', qué es 'ser mujer'.

Unas premisas básicas...

Como ya señalábamos, haremos sólo una pequeña introducción al sistema sexo/género y la perspectiva de género, ya que este punto está recogido en la guía 'Perspectiva de género aplicada a las drogodependencias'.

Hablar de género es hablar de un *sistema de relación entre los sexos*: hombres y mujeres, en una concepción dicotómica de la realidad y las posibilidades del ser humano en dos pares *opuestos/complementarios*. Es un sistema de organización social⁹ que produce subjetividad. Es también hablar de minusvaloración de lo asociado al género femenino-las mujeres, en una sobrevaloración de lo asociado a lo masculino-los hombres. Esto no significa que no haya hombres que no sufran la discriminación de género: homofobias, transfobias. La sufren aquellos que se alejan de los roles normativos designados para el género masculino. Pero las mujeres sufren de discriminación de género por el hecho de "ser mujeres". Esto no quiere decir que las mujeres sean exclusivamente 'víctimas', ya que forman parte del sistema de género, y reproducen muchas veces los complejos mecanismos de discriminación.

El género forma parte de los procesos por los que una persona se convierte precisamente en persona, y nos atraviesa a todos y todas. De esta forma, dentro de las vivencias subjetivas de cada quién, encontramos dos modelos de socialización, diferenciada en función del género al que se te asigne: masculino o femenino. Estos modelos de socialización diferenciada en base a tu sexo marcarán un proceso de adquisición de habilidades, tareas a desempeñar, capacidades, actitudes, emociones, etc. Esto no significa que una mujer no pueda hacer (ser, trabajar, etc.) lo que un hombre y viceversa, pero, según nues-

pelo en el cuerpo, etc. Muchos bebés nacen con características de ambos sexos, y cuando esto sucede (un clítoris "excesivamente" largo, por ejemplo), los médicos les someten a una operación quirúrgica para adscribirlo a uno de los dos sexos definidos: hombre o mujer. Entender que hay un "algo biológico" inamovible e inmutable choca frontalmente con la posibilidad humana de modificación de ese biológico, como de hecho se hace (y no sólo con la cuestión transexual de cambio de sexo o tratamiento hormonal, sino con las operaciones estéticas, por ejemplo). Además, Anne Fausto-Sterling y otros autores/as como Thomas Lacqueur (*La construcción del sexo. Cuerpo y género desde los griegos hasta Freud*, Cátedra, Madrid, 1994) han puesto de manifiesto cómo el 'hermafroditismo' era asumido como "normal" en otras épocas históricas, en vez de ser catalogado como enfermedad o falla genética.

⁹ Como puedan serlo otras categorías tales como la etnia y el color de la piel, la edad, etc.

tro contexto sociocultural actual, hagas lo que hagas, estará marcado por el hecho de ser hombre o mujer (hasta para 'salirse' de ese marco normativo¹⁰). Es importante señalar además que el género se define (también) en las esferas de relación más íntima de las personas, con lo que éstas son agentes activos en su (re)producción.

Aplicar la perspectiva de género a la intervención en las drogodependencias supone, por tanto, identificar qué representaciones socioculturales y psíquicas están interviniendo en las conductas de las personas para que se den toda una serie de factores de riesgo y permanencia en el consumo específicos por rol de género, más allá de exponerlo como *características* del sexo femenino o masculino en su consumo de sustancias. Y en este caso, supone identificar qué afecta a los varones que acuden a nuestros centros por el hecho de ser 'hombres' (como categoría social y cultural que genera identidad y subjetividad), entendiendo cómo afecta eso en sus procesos de drogodependencia.

Para terminar, señalar que muchas publicaciones de las masculinidades se han centrado en examinar la identidad masculina y explorar sus posibilidades de cambio. Pero si nos quedamos en el ámbito de las identidades, en la búsqueda de nuevas masculinidades, no estaremos cuestionando de base la estructura, el sistema social que se sustenta en la existencia del género...

2. LOS MOVIMIENTOS DE HOMBRES¹¹

Creemos necesario introducir este punto antes de abordar las ideas del manual y dinámicas de trabajo con varones, porque consideramos que va a ayudar a ubicar la perspectiva teórica de la que partimos, englobándola en un marco de referencia.

La línea de pensamiento en la que nos situamos es la 'profeminista', y consideramos bási-

¹⁰ Cuando se pregunta qué lugar tiene la transexualidad y el transgénero dentro de esta dicotomía, en una argumentación de que hay más de dos géneros, es necesario señalar que precisamente esas realidades forman parte de la ruptura de la dicotomía, pero el 'sistema de género' se ha encargado de señalarlos como 'alteraciones' 'enfermedades' y/o 'trastornos'. Así, precisamente al no darles cabida en el estatus de 'lo normal', los coloca en un sistema de discriminación, de nuevo, en base al género, que sigue dicotomizado. Ver nota a pie de página número 8 al respecto.

¹¹ Las líneas que siguen son un resumen y trabajo desarrollado a partir de diferentes documentos que hemos encontrado en las redes de hombres, accesibles en Internet, principalmente trabajos de Luis Bonino y Chema Espada Calpe. Algunas frases

co aclarar el surgimiento de esta perspectiva teórica (a partir de los llamados “grupos de hombres profeministas-igualitarios-antisexistas”), entendiendo a la vez la dimensión política, social y de “movimientos” que los diferentes grupos de hombres tienen.

Lo primero que hay que aclarar es que no existe “el movimiento de los hombres”; es tal la diversidad de grupos, temas, formas de trabajo y perspectivas desde las que se sitúan, que no podemos hablar de la única existencia de un movimiento. Son grupos que existen en varios países del mundo (entre ellos España) y cuyo porcentaje de participación activa de varones es pequeño, pero a pesar de esto, tienen gran importancia puesto que se desarrollan en diversos ámbitos formadores de opinión y teoría (académico, asociacionista, educativo, sociopolítico, etc.).

Podemos establecer una serie de puntos iniciales que los aglutinarían dentro de lo que denominamos “movimientos de hombres”:

1. Los participantes pertenecen a la categoría “Hombres”.
2. Exploran temas y cuestiones relacionadas con la “Masculinidad” y la igualdad entre sexos.

Aunque no existe una única clasificación dentro de la diversidad que los caracteriza, hemos optado por seguir aquella en la que más autores y autoras podían más o menos coincidir, estableciendo tres grandes grupos o movimientos:

- Espirituales o mitopoéticos
- Por los derechos de los hombres
- Antisexistas o profeministas

No son los únicos que existen, pero permiten una aproximación teórica a su diversa naturaleza, clarificadora en cuanto a movimientos organizados.

Espirituales o mitopoéticos

“Este movimiento surge en EE.UU. a finales de los años 80, y tuvo su apogeo a principios de la década de los 90. Coincide la época conservadora del presidente Reagan en Estados Unidos, y

están directamente extraídas de: Bonino, L. “Los varones ante el problema de la igualdad con las mujeres”, en Lomas, C. (Ed) ¿Todos los hombres son iguales? Identidad masculina y cambios sociales. Barcelona: Paidós, 2002.

con la aparición de reacciones de rechazo al avance de las luchas feministas" de las mujeres (que se desarrollaron fuertemente en los años 70). Con un alto contenido espiritualista y naturalista, está enraizado en el psicoanálisis (Carl Jung) y el mito y la poesía (Robert Bly).

"Propician el trabajo introspectivo para reencontrar "la energía masculina" en estos tiempos de "ausencia del padre", "poderío de la madre" y "feminización de los varones", partiendo de la base de la experimentación de pérdida de poder por parte de los hombres. Para ellos, la masculinidad está fundamentada en profundos patrones inconscientes y arquetipos que son revelados mediante mitos, historias y rituales: los chicos deben ser iniciados en la hombría por hombres mayores. Realizan "grupos de fin de semana (exclusivamente masculinos), dando gran relieve a los ritos de iniciación a la 'hombría' y a la figura del mentor".

Este movimiento está más bien dirigido al trabajo terapéutico (sus teóricos son autores de muchos de los manuales de auto-ayuda para varones). *"Quienes pertenecen a este movimiento no se oponen a los cambios de las mujeres pero tampoco los apoyan, no se ocupan de los problemas de las desigualdades, y avalan muchos aspectos de los roles tradicionales masculino-femenino".*

Por los derechos de los hombres

"En este movimiento se entremezclan grupos de varones defensores de derechos igualitarios con otros antifeministas, defensores de derechos patriarcales. Comenzaron a aparecer a la luz pública primero en EE.UU. y luego en Europa a partir de fines de los años 80, alertados por lo que consideraban el aumento de situaciones sociales favorables a las mujeres y adversas hacia ellos".

Existe así una minoría que está a favor de la igualdad entre géneros. Algunos de ellos parten de la idea de que "la masculinidad tradicional es un factor de riesgo para la salud", explorando la idea de que los roles masculinos son dañinos, negativos y, de hecho, letales para los hombres; así mismo niegan que los varones ostenten poder o que ejerzan la dominación masculina, y defienden que son, en realidad, las víctimas. Otros, defensores de las "nuevas paternidades", proclaman el derecho de los padres a estar en casa. Si hay algo que les aglutina es que se sienten excluidos del movimiento de liberación feminista.

La otra gran mayoría (y que es por lo que más se conoce a este movimiento) es la que se aglutina en torno a ideas antifeministas y defensoras de derechos patriarcales. Atacan la política de discriminación positiva hacia las mujeres y lo que ellos consideran privilegios hacia estas últimas en detrimento de los derechos de los hombres: custodia de los/as hijos e hijas, centros específicos de la mujer, etc. Gran parte de su energía está puesta en la crítica al feminismo, al que algunos llaman 'feminazismo' u 'hembrismo', y al que acusan de crear una atmósfera cultural 'antimasculina'. Se ha desarrollado en su seno lo que constituye el llamado "movimiento de *defensa de los derechos de los padres*", *constituidos por varones padres separados o divorciados que reclaman contra los obstáculos legales que limitan el ejercicio de su paternidad. Este tipo de grupos son los que más han aumentado su número, su activismo social y su presencia en Internet, llegando incluso a federarse, y desplazando al movimiento mitopoético, hegemónico a mediados de los 90*". Un grave problema añadido, es que muchos de estos grupos dan cobijo a hombres que han sido maltratados con sus parejas e hijos/as.

Antisexista o profeminista

"Es un movimiento de crítica y de-construcción de la masculinidad tradicional hegemónica, que surgió en los países anglosajones y escandinavos a principios de los años 70 asociado a los movimientos por los derechos civiles". El presupuesto básico de esta corriente es que los modelos habituales y dominantes de masculinidad son opresivos para las mujeres, así como restrictivos para los hombres. Se reconocen como hombres socialmente construidos y por tanto, detentadores de poder y dominación sobre las mujeres. Los hombres deben responsabilizarse de su propio comportamiento y actitudes sexistas y trabajar para cambiar el sexismo de los hombres en general. Los grupos en la línea anti-sexista se nutren de las ideas del feminismo de la igualdad y de la perspectiva de género. Se concibe la sociedad como atravesada por injusticias y desigualdades basadas en el género. Desde mediados de los noventa sus integrantes suelen denominarse "profeministas", respetando la autonomía del movimiento de mujeres y la exclusividad del término "feminista" para las mujeres.

En España, una de las redes más activas de hombres 'profeministas': Heterodoxia, ha incorporado desde mediados de 2007 el nombre 'igualitarios' para definirse. Explican,

entre muchas otras cosas¹², que han optado por este término porque la palabra ‘feminismo’ parece que siga provocando “alergia” a muchos varones que serían susceptibles de acercamiento a un movimiento como el suyo. Nos situamos en esta línea de pensamiento, que no rechaza los feminismos, sino que a través de un espíritu crítico, se nutre también de ellos.

Los grupos y redes de homosexuales masculinos merecen una mención aparte, no estando dentro de lo que hemos venido denominando “movimientos de hombres”, ya que han desarrollado la lucha contra el heterosexismo y la heteronormatividad¹³, así como actos discriminatorios hacia ellos por su homosexualidad: los derivados de la homofobia. Un crítica principal que se les puede dirigir es que en su condición de dominados no asumen la dominación sobre las mujeres (invisibilidad del movimiento lesbiano, por ejemplo).

3. MASCULINIDAD

No existe un único modelo de masculinidad. Sin embargo, existe en nuestra sociedad toda una serie de atribuciones, ideas, emociones, comportamientos, etc. respecto a lo que un hombre *es* o *debe ser*, y que forman el modelo de masculinidad más ampliamente aceptado, extendido, y considerado como ‘lo normal’. Éste vendría a ser el modelo hegemónico de masculinidad¹⁴. Todo aquello que se salga de ‘lo normal’, puede ser atacado, aceptado, etc. (como es el caso con la homosexualidad masculina, por ejemplo) pero en cualquier caso: es *diferente* y está inmerso en todo un sistema de jerarquización en base a esa categorización.

Haciendo un repaso a la bibliografía existente, encontramos que el término ‘masculinidad tradicional’ (en este caso, además, hegemónica) hace referencia a un conjunto de atribuciones que, en aras de los análisis efectuados por muchos autores, van a contribuir a la práctica machista, sexista y violenta (en general), y que construye una identidad masculina basada en las siguientes características:

12 Texto disponible en <http://heterodoxia.net>

13 Estos términos se ven aclarados también en el capítulo 4.

14 Connell (1987) utilizó el término “masculinidad hegemónica” para referirse a la forma de masculinidad prevalente, más alabada, idealizada y valorada en un determinado contexto histórico.

1. poder-dominación sobre las mujeres y sobre otros hombres (con la contradicción precisamente de que muchos hombres no experimentan que sean poderosos, antes al contrario);
2. necesidad de demostrar la 'hombría';
3. la violencia como forma de resolver conflictos;
4. la fuerza física;
5. la no expresión de las emociones ("un hombre no llora");
6. el endurecimiento como forma de afirmación masculina;
7. pasar por "rituales" que le convierten en "hombre";
8. la agresividad;
9. la competitividad;
10. el mito del ganador: hacer, lograr, actuar...;
11. el control (de las situaciones, las emociones, etc.).

Este término es además una categoría útil en oposición a la búsqueda de nuevos modelos de masculinidades, que permitan el desarrollo personal y social más allá de estos patrones, a la par que se acercan a un modelo más igualitario en las relaciones entre los sexos. Pero como señalábamos anteriormente, es necesario seguir ubicando esta búsqueda de nuevos modelos¹⁵ en una crítica al sistema de relaciones y de organización social que se sustenta con la existencia del género, problematizando en todo momento la cuestión de la 'dominación masculina' (de los hombres sobre las mujeres y de los hombres sobre otros hombres), con lo intrincado y complejo de sus mecanismos de reproducción sociosubjetiva.

Además, si nos centramos exclusivamente en los modelos e identidades, podemos encontrarnos con un problema que Luis Bonino ha identificado como 'la retórica de las nuevas masculinidades':

"Hace ya bastantes años ha surgido en los países desarrollados una serie de discursos sociales (académicos y populares) que muchos varones rápidamente

¹⁵ Es más, desde este manual, apostamos por la no construcción de modelos y sí por la diversidad de la experiencia, la múltiple identidad, ya que, aunque se hable en plural: 'las masculinidades', el problema es que se sigue hablando de modelos, sin entrar a cuestionar lo nocivo que resulta el propio sistema de referentes prefijados de antemano (por muy diversificado que se encuentre). En esta línea, podríamos encontrar todo el conjunto de las teorías 'Queer', que aunque no resuelve de forma práctica los problemas derivados de la violencia material de los hombres, apunta líneas interesantes de pensamiento.

están haciendo propios. Estos discursos interpretan los lentos y pequeños cambios masculinos como prueba del "Gran Cambio", dando por garantizado que el varón igualitario y también la "familia simétrica" serán muy pronto una realidad mayoritaria. Formando parte de una "retórica optimista" (McMahon, 1999), una importante función de estos discursos ha sido la construcción y difusión de una tipología de "nuevos" varones que han derivado en la construcción de modelos/mitos que indican/prescriben el camino masculino hacia el cambio. El *Nuevo Varón Sensible* es uno de ellos: presentado como progresista, legitima el lado "femenino" de los varones (entendido como emocional y receptivo). Otro modelo es el del *Nuevo Padre*, que encarna lo más optimista que se enuncia en los discursos modernos sobre el cambio masculino. Este modelo presenta a un varón que puede ligarse emocionalmente a sus hij@s y dedicarse a ell@s. Un tercer modelo es el del *Varón Familiar*, que revalora el hogar, desencantado de la vida laboral productora de tensiones deshumanizantes.

Más allá que en determinados varones o grupos selectivos de varones estos modelos reflejen aproximadamente sus prácticas, la retórica optimista ha surgido no tanto por la proliferación de estos "nuevos" varones, sino por una serie de operaciones mediáticas sobre el imaginario social, basadas más en la autoglorificación masculina, los deseos femeninos, las estrategias de "modernización" del patriarcado, o las necesidades del mercado, que por el deseo de los varones por la igualdad o los datos de la realidad."

Luis Bonino Méndez (2002) "Los varones ante el problema de la igualdad con las mujeres", en Lomas, C. (Ed) ¿Todos los hombres son iguales? Identidad masculina y cambios sociales. Barcelona: Paidós.

Tomando de referencia los análisis de Daniel Welzer-Lang (2002), *el grupo de los hombres* está estructurado de la misma manera que lo están las relaciones sociales de género. De esta forma, la educación de los niños y adolescentes en lugares *monosexuados* estructura *lo masculino* e inculca a los jóvenes varones objeto de esa socialización, una serie de valores entre los que destaca que para ser un *auténtico hombre* deben combatir los aspectos que podrían asemejarlos a las mujeres. Este autor muestra cómo se construye, cómo se

socializa la masculinidad (que no es innata). Utiliza la expresión “*La casa de los hombres*”, siguiendo la idea de Godelier¹⁶, para explicar el conjunto de lugares y espacios donde los niños varones se socializan. En esta casa, cada una de las habitaciones se corresponde con etapas de *construcción de lo masculino*. Welzer-Lang explica que cuando los chicos abandonan el mundo de las mujeres es cuando comienzan una etapa de homosociabilidad durante la cual emergen fuertes tendencias de homo-sexualidad (existen multitud de situaciones presentes en la socialización de los chicos: en los juegos, los deportes, espacios comunes de exploración de la sexualidad, etc. detectados en diversos estudios sociológicos). Y la máxima parece que sea “aprender a sufrir para ser un hombre, a aceptar la ley de los mayores”: en esas primeras etapas de la socialización, el pequeño varón debe aprender a estar con los hombres, esto implica disociarse del mundo femenino, pero no disociarse/separarse, sino conseguir no ser asimilado a una mujer. Lo femenino se convierte en el elemento de rechazo central, en el enemigo interior a combatir. Debemos ver ese aprender a ser hombre como un rito de iniciación en el que el niño deberá ser sumiso al modelo para conseguir unos privilegios y entrar en el círculo de hombres.

4. MASCULINIDAD Y ADICCIONES

Para poder introducir el análisis de la masculinidad y sus implicaciones en las adicciones, nos situamos en el denominado modelo multidimensional o multisistémico (Carrón y Sánchez, 1995) para el análisis e intervención sobre las drogodependencias.

Existen cuatro modelos anteriores, que siguen actuando con fuerza en la intervención (entendida en sentido amplio, con los muy diversos agentes sociales que la componen) en drogodependencias. Estos modelos son:

- El ético-jurídico, que sitúa la atención en la intervención policial y el control de la oferta y la demanda por parte del Estado. Legaliza unas sustancias e ilegaliza otras, abordando el problema como una cuestión de orden social.
- El médico-sanitarista, que concibe la drogodependencia como una enfermedad, y atien-

¹⁶ La producción de grandes hombres (The Making of Great Men: Male Domination and Power Among the New Guinea Baruya, Cambridge University Press, Cambridge, 1986.)

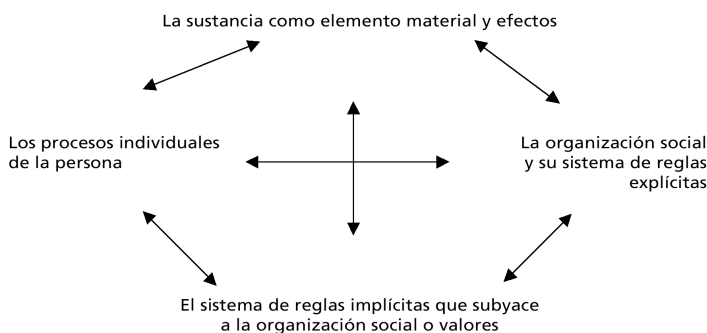
de a los efectos sobre el organismo de quien consume, estableciendo una diferencia entre drogas "duras" y drogas "blandas".

- El psicologista, que se centra en la persona y en su falta de recursos personales para enfrentar el consumo. La intervención es individual y olvida el entorno-contexto de la persona. Se centra en habilidades sociales, intervención psicológica, etc.

- El sociocultural, que surge al entender que la relación 'sustancia/individuo/patología' no explicaba en su totalidad el fenómeno del consumo de drogas. No daba cuenta de los factores ambientales que estaban en la génesis y el desarrollo de la drogodependencia. Se centra en las desigualdades del sistema social, y establece que las causas de la drogodependencia son de carácter estructural.

Siguiendo el análisis del Grupo Interdisciplinar de Drogas (GID)¹⁷ (1995), el modelo multidimensional tiene en cuenta los aspectos positivos de los otros modelos de análisis e intervención: entiende que sustancia, procesos individuales, estructura social y valores (explícitos -en forma de leyes-, e implícitos -valores-) se conjugan de forma distinta en el tiempo-espacio, produciendo una problemática distinta y específica en cada caso; de hecho, el consumo no está penalizado en sí mismo en este modelo. Su penalización (o no) formaría parte del sistema a analizar.

Propone entonces establecer un sistema cuyas partes están interconectadas e interrelacionadas, ofreciendo un mapa desde el que realizar el análisis de la drogodependencia:



¹⁷ Actualmente "Fundación Atenea".

Cada situación se diferencia de las demás en función de los parámetros que la definen. Será necesario atender a cada uno de estos elementos y a las dimensiones que presentan en cada momento para comprender el plano global. Además, no establece un modelo explicativo estático, sino que el sistema es dinámico y está en continua redefinición. Todos los ámbitos y agentes sociales: persona consumidora, familia, amigos/as, empleo, etc. deben ser tenidos en cuenta para cada situación concreta.

Como señala Beatriz Moral (2008), el contexto en el cual se consume la sustancia, moldea la experiencia subjetiva del consumo de una sustancia específica. Así mismo, ese contexto sociocultural, también va a configurar un escenario concreto según la persona que consuma sea hombre o mujer.

En el caso de los varones (siguiendo con las propuestas de análisis de esta autora), encontramos que el consumo de sustancias entronca directamente con las características que asociábamos al modelo tradicional – hegemónico de masculinidad: “El consumo de drogas es una actividad que, por muchas razones, podemos considerar de riesgo. Su consumo, en edades tempranas, representa un desafío a la autoridad parental, una forma casi ritualizada de romper con la niñez, una prueba a la que someter al cuerpo. Más tarde también puede representar una medida de resistencia, de capacidad de control, de atreverse a probar sustancias eventualmente peligrosas, de demostrar la despreocupación con respecto a la salud, de demostrar la fortaleza e invulnerabilidad de su cuerpo, de entrar en ambientes delictivos, incluso violentos, con lo que ello supone de entrar en contacto con círculos donde se trafica, eventualmente incorporarse a esos círculos, etc.”.

Sustancias ilegalizadas, que conllevan un riesgo añadido por esta razón en su consumo, son mayoritariamente consumidas por los varones. Y el sistema de género explicaría también por qué son ellos mayoritariamente los que, para financiarse el consumo, recurren a robos o actos violentos. El uso de la fuerza, la violencia, la capacidad de resultar agresivo, etc. forman parte de la identidad masculina tradicional, que en determinados *campos sociales* encuentra facilidades de desarrollo.

Salud y masculinidad

En torno a los años 90 se desarrollan toda una serie de estudios sobre la influencia de la masculinidad en la salud. Se adopta un enfoque que establece la 'masculinidad tradicional' como un factor de riesgo para la salud (Sabo, 2000):

“Se ha establecido un vínculo entre la identificación con la masculinidad tradicional y las tres primeras causas de muerte, es decir, las lesiones no intencionales, el homicidio y el suicidio en los hombres de 15 a 34 años de los Estados Unidos (*Morbidity and Mortality Weekly Report* 1994). Stillion (1995) señaló que los esfuerzos de los hombres jóvenes por parecer fuertes suelen llevarlos a ignorar las normas de seguridad en el trabajo, mientras que otros conducen de manera arriesgada como demostración de valentía. La fascinación y el respeto de los hombres por la violencia suelen estar ligados a la demostración de su hombría, (...) Courtenay (2000, 1998a, 1998b) observa que algunos comportamientos de riesgo son definidos culturalmente como “masculinos” y, además, que los hombres utilizan los comportamientos no saludables para definir su virilidad. (...) En muchos deportes tradicionalmente masculinos como el rugby, el boxeo o el fútbol americano, el código masculino glorifica el dolor y las lesiones, incitando a los jugadores a sacrificar sus cuerpos para ganar a toda costa (Sabo 1994). Los guiones tradicionales de género de los hombres podrían contribuir a sus comportamientos poco saludables. Como escribe Courtney (2000):

Un hombre que actúa correctamente con arreglo a su género debe estar poco preocupado por su salud y por su bienestar general. Simplemente, debe verse más fuerte, tanto física como emocionalmente, que la mayoría de las mujeres. Debe pensar en sí mismo como en un ser independiente, que no necesita del cuidado de los demás. Es poco probable que pida ayuda a otras personas. Debe estar mucho tiempo en el mundo, lejos de su hogar. La estimulación intensa y activa de sus sentidos debe ser algo de lo que termine por depender. Debe hacer frente al peligro sin miedo, asumir riesgos a menudo y preocuparse poco por su propia seguridad.”

Dentro de estos enfoques, la masculinidad tradicional se consideraba un ‘factor de riesgo’ para el consumo y abuso de sustancias. Pero es necesario ir más allá y establecer la dimensión relacional del género, así como una **dimensión global de la salud** que permita dicho acercamiento. En el siguiente cuadro, adaptado¹⁸ de una elaboración realizada por Catep Intervención Social, s. Coop. Mad., vemos un análisis de dos modelos de intervención en materia de salud: el hegemónico médico, y una propuesta de modelo liberador o emancipatorio.

	MODELO MÉDICO	MODELO LIBERADOR O EMANCIPATORIO
¿Qué entiende por Salud?	Ausencia de enfermedad desde una perspectiva biológica. La salud es un estado biológico.	Una de muchas alternativas a través de las cuales las personas se adaptan a su ecosistema en un momento dado de la historia y ese ecosistema se adapta a las personas. Salud como proceso . No está tan definida ya que es la propia comunidad la que debe definirlo en cada caso.
¿Qué entiende por enfermedad?	Alteración anatómica o fisiológica.	Dificultad de la persona en su conjunto o de alguno de sus subsistemas para adaptarse al entorno. Se manifiesta en forma de queja. Incapacidad del entorno para adaptarse a las personas. Existe una interdependencia de la responsabilidad entre la persona y el sistema.
¿Cuáles son sus objetivos y su objeto de intervención?	Conseguir que las personas que tienen problemas de salud dejen de tenerlos. <i>Es imposible abarcar a toda la población de esta forma.</i> Individuos con problemas: “enfermos”.	Desarrollar comportamientos y estilos de vida saludables. Desarrollar comunidades y organizaciones que promuevan la salud. Modificación y mejora de situaciones y contextos del entorno y de los repertorios conductuales.

18 Adaptado por Patricia Martínez Herranz, en su trabajo: La violencia contra las mujeres en el ámbito doméstico y su construcción como problema social. Evidenciando la influencia de la teoría y práctica feminista y la desapropiación de su poder en los discursos oficiales. 2005. Inédito.

	MODELO MÉDICO	MODELO LIBERADOR O EMANCIPATORIO
¿Qué tipo y nivel de Intervención plantea?	A nivel individual, clínico. Tipo curativo: tratamiento.	A nivel individual, grupo y comunidad. Promoción, Prevención y Tratamiento. Educación y desarrollo de los grupos sociales y acciones legales de defensa de la salud.
¿Qué disciplinas se relacionan con este modelo?	Medicina, Psicología clínica, Psiquiatría.	Psicología Social, Psicología Social Comunitaria, Psicología de la Salud, Animación Sociocultural, Educación Popular.
¿Cuál es el papel de las personas?	Ser pasivo, ser un/una paciente.	Prima la capacidad de las personas para aumentar el control y mejora sobre su salud y la de la comunidad. Ser activo y participativo.
¿Cuál es el papel del profesional?	Es el experto, el "gurú". Receptor de las demandas: espera a l@s usuari@s.	Es una tarea interdisciplinaria. Hace de "matrona", facilita. Ayuda en la definición de los problemas, toma de decisiones y actividades encaminadas a promover la Salud.
¿Tiene en cuenta el contexto ambiental y el contexto social?	Difícil o poco probable que los tenga en cuenta.	Sí, con la intención de cambiar el propio contexto ambiental y social.
¿A qué nivel se contempla la participación de la comunidad?	Se delega la solución en l@ especialistas por tanto la participación es a nivel de recibir las informaciones que dan est@s.	La participación de la comunidad se contempla a nivel de informar, consultar y debatir. Además, participa en decidir, controlar, gestionar y actuar en aspectos relacionados tanto con el proceso propio de salud, como con el proceso comunitario de salud (de forma "micro", individual, y de forma "macro", comunidad).

	MODELO MÉDICO	MODELO LIBERADOR O EMANCIPATORIO
Tipo de comunicación que plantea desde el proceso de educación.	Comunicación Unidireccional. Educación convencional relacionada con la transmisión de conocimientos y con el mantenimiento del orden social establecido. Pretende controlar a las personas. Asistencialista.	Comunicación en Diálogo. Multidireccional. Educación transformadora y liberadora que pretende cambiar a la sociedad para que sirva a las necesidades de la gente. Trabaja para efectuar un cambio social controlando tanto los factores internos como externos a la salud. Capacitador y transformador.

El modelo médico ha incorporado otras disciplinas, como la psicología o la sociología, de forma que muchas veces aborda la salud desde un marco 'bio-psico-social', que trata de dar un enfoque más global y relacional (entre las tres dimensiones: lo biológico, lo social y lo personal-psicológico) sobre la persona y su salud. Sin embargo, este modelo sigue ofreciendo un supuesto enfoque 'neutral-objetivo', que sitúa el conocimiento profesional por encima del de las personas 'pacientes', 'usuarias', etc. así como se dirige en muchas ocasiones a controlarlas antes que a contribuir a su cambio y transformación como agentes de su propio desarrollo. Entender que la salud es un proceso, como lo es el género, nos permite un acercamiento relacional, de forma que los elementos de intervención y análisis se hacen más complejos; como señala Don Sabo en el documento anteriormente citado (2000; 07): "Es este último aspecto relacional entre la salud de los hombres y las mujeres el que recibe menos atención por parte de los que investigan género y salud. Hasta ahora, gran parte del trabajo relativo a la forma en que género influye en la salud y la enfermedad se hizo dentro de cada sexo, más que entre los sexos: una grieta en la investigación y en la teoría que se refleja en las etiquetas separadas de "salud de la mujer" y "salud del hombre" (Sabo y Gordon 1995). Como señalaron Rathgeber y Vlassoff (1993), "un enfoque de género en la enfermedad examina tanto el impacto diferencial en las mujeres y los hombres como los contextos sociales, económicos y culturales en los que viven y trabajan." Los enfoques del feminismo crítico aceptan este punto de vista, pero también apuntan hacia un análisis capaz de explorar las interrelaciones entre los comportamientos y los resultados de salud en mujeres y hombres."

Surge de esta forma el concepto de '**sinergias positivas y negativas de salud por cuestiones de género**'. La salud, como tantos otros aspectos de la vida del ser humano, se compone de relaciones. Un sistema determinado funciona de determinada manera por cómo se interrelacionan y componen sus elementos. En cuanto uno de esos elementos cambia en alguna de sus dimensiones, cambia el sistema. Así, optamos por pensar en la salud de los hombres en clave de sinergias, esto es: "la acción de dos o más causas cuyo efecto es superior a la suma de los efectos individuales"¹⁹.

Los hombres, como las mujeres, se ven inmersos en sinergias positivas y sinergias negativas en lo que a su salud se refiere; la manifestación concreta de una conducta, acción, etc. es producto de un sistema de relaciones más amplio. La propia dinámica de formación de la masculinidad y la femineidad es una sinergia: los hombres construyen su identidad de género también en relación con la mujer-lo femenino; por ejemplo: los adolescentes y hombres jóvenes aprenden (Sabo, 2000): "que la adopción de formas "femeninas" de comportamiento puede llevarlos al ridículo o a ser estigmatizados y a veces desarrollan comportamientos riesgosos con el fin de evitar ser considerados femeninos o afeminados".

Esconder el dolor, no aceptar las limitaciones del cuerpo, las lesiones, el no poder, el necesitar ayuda... Podemos trabajar con los varones acerca de los componentes de su identidad de género que tienen que ver con los comportamientos riesgosos, autodestructivos, violentos, etc., pero no debemos perder de vista que ellos se encuentran en un sistema relacional de género, que favorece unas dinámicas y no otras según se trate de una mujer o un hombre. A esta persona le cabe su capacidad de acción y agencia personal, desde luego, pero va a ser más difícil para un varón, por ejemplo, optar por reducir su jornada laboral para encargarse de sus hijos más tiempo que su pareja mujer... y para esa mujer, hacerse cargo en solitario -o con mayor carga de tiempo- de las tareas derivadas del cuidado de los hijos y el hogar, a la par que de su jornada laboral, va a redundar en un peor cuidado de su salud. Otro ejemplo de sinergia negativa lo encontramos en la forma en que muchas personas "cierran negocios-hacen un trato". En consumidores de cocaína es habitual encontrar personas que sienten el empleo como un espacio de ries-

18 Primera acepción, vigésimo primera edición Diccionario de la Lengua Española R.A.E.

go, al haberse encontrado en muchas dinámicas donde tras una reunión, o durante, el consumo de alcohol y/o cocaína se ha dado de forma totalmente integrada en las relaciones establecidas. Muchos sienten que no van a poder estar en una reunión de negocios, por ejemplo, sin entrar en esas dinámicas de consumo.

Una sinergia positiva de salud sería empezar a crear las estructuras necesarias para el ejercicio de una paternidad responsable y comprometida, empezando por aumentar el tiempo que un padre puede pedir de 'baja por paternidad', equiparándolo a la 'de maternidad'. El salario no debería verse reducido en absoluto, y las empresas deberían integrar los cuidados como una cuestión de responsabilidad social, no como algo a resolver de forma individual-privada por las trabajadoras. Igualmente, para el segundo ejemplo, las campañas de sensibilización que sacan a la luz el consumo en ese tipo de contextos, y alejan la imagen de 'drogodependiente' del estereotipo de 'heroinómano delincuente', contribuyen a crear sinergias positivas de salud. Elegir hacer un tratamiento, participar en grupos de trabajo de masculinidad, grupos de terapéuticos, etc. es otra sinergia positiva de salud, porque en otros espacios, los varones con los que vamos a trabajar, se verán envueltos en dinámicas que, a pesar de sus esfuerzos personales y motivación para el cambio, van a favorecer las sinergias negativas.

Se hace así, pues, imprescindible el trabajo de lo relacional. También en la sexualidad...

Sexualidad

La sexualidad es un tema que necesitaría todo un manual de desarrollo en sí misma. Baste echar un vistazo a las publicaciones de personas especializadas en sexología²⁰, para ampliar nuestra visión más allá de lo físico/sanitario y abordarla desde un enfoque 'integral' que abarcaría en general toda la experiencia humana (al igual que sucede con elementos como la 'salud'). Desde esta publicación sólo pretendemos sentar unas bases desde las que aproximarnos a la intervención, desde la de-construcción de la dicotomía de género que venimos proponiendo, y su desarrollo en lo relacional.

20 Instituto de Sexología-INCISEX, Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología, Fundación Sexpol, etc. todas ellas organizaciones con páginas disponibles en la Internet.

El sistema de género se sustenta en una determinada concepción de la sexualidad. Establece dos papeles diferenciados para hombres y mujeres, construyendo todo un sistema de significados y erótica en torno a esa dualidad. Podemos examinar esta cuestión en base a la dicotomía fundamental: activo/pasiva. A los varones les atribuye un deseo sexual explícito (e incontrolable), mientras que en las mujeres no “queda bien” esa demanda explícita, e incluso se afirma que “a ellas les importa menos el sexo”, y son las ‘receptoras’ de la demanda sexual. Vuelve a establecer un sistema ‘naturalizado’ (esto es: invisibilizado), por el que designa lo que es ‘normal’ en un ‘hombre’, y lo que lo es en una ‘mujer’. Con respecto a las mujeres, a su vez establece la dualidad: mujer buena (esposa, recatada, sexo decente) – mujer mala (prostituta, explícita, sexo sucio).

Además, y siguiendo de nuevo los análisis de Daniel Welzer-Lang (2002), encontramos en la heterosexualidad (convertida en heteronormatividad) un sistema y marco naturalista que mantiene la dominación masculina sobre las mujeres y sobre otros hombres. La heterosexualidad -heteronormatividad no sólo divide a hombres y mujeres en tanto que géneros fisiológicamente opuestos, sino que establece una división también en las relaciones intragénero.

Daniel Welzer-Lang utiliza la siguiente definición de heterosexismo: “Discriminación y opresión, basadas en la distinción establecida respecto a la orientación sexual.” “Promoción continua por parte de las *instituciones* y/o de los individuos, de la superioridad de la heterosexualidad y de la subordinación simultánea de la homosexualidad. El heterosexismo da por hecho que todo el mundo es heterosexual, salvo que se demuestre lo contrario.”

Parece que esa fisiología y naturaleza que define a los sujetos, se traslada como categoría social al deseo sexual, que queda fijado hacia la heterosexualidad como “forma natural” ya que queda inmediatamente ligado a la reproducción humana. Es de destacar el papel del hombre fecundador, penetrante, que le reafirma en su masculinidad y le eleva sobre otros hombres, reforzando la dominación masculina.

El hombre, mientras que mantenga su preeminencia de dominación y de penetrador manteniendo el simbolismo de lo masculino, puede incluso transgredir ciertas normas

de la heterosexualidad (ya sea con mujeres, con varias mujeres a la vez como macho dominante, o con hombres –ejerciendo de ‘Gran Hombre’²¹). Es un sistema de subordinación de otros hombres que muestran sexualidades distintas y que se ven asimilados y tratados “como mujeres”. Una vez en pareja, los varones no dejarán de visitar aquella “casa de los hombres”: los espacios de sociabilidad masculina, donde las relaciones entre varones también están jerarquizadas.

El paradigma naturalista divide a hombres y mujeres en grupos jerarquizados y las relaciones entre hombres están estructuradas reflejando esa imagen jerarquizada de las relaciones hombres/mujeres. Así, de la misma forma que el paradigma naturalista otorga privilegios a los hombres en detrimento de las mujeres, también retira privilegios a los hombres que no deseen reproducir la tendencia masculina hegemónica. Así, expone que los que no pueden demostrar su masculinidad *corren el riesgo de verse marginados y asimilados a las mujeres* y define la homofobia como “la discriminación de cara a las personas que demuestran, o a las que se les atribuye, algunas cualidades (o defectos) atribuidos al otro género; convirtiéndose la homofobia en un aspecto que cimienta las fronteras de género y que es provocado por la dominación masculina. La homofobia permitirá estructurar las relaciones entre los hombres, reafirmando los auténticos valores masculinos”.

La dominación masculina y la homofobia se aplican y se extienden a toda forma ‘sospechosa’ de sexualidad, y no exclusivamente a las homosexuales. El heterosexismo se convierte así en un medio más de opresión y discriminación respecto a la orientación y prácticas sexuales, que regula las relaciones también entre los hombres.

En escenarios de consumos de sustancias, encontramos múltiples experiencias en que los varones unen el consumo (sobre todo cocaína) con episodios sexuales cargados de

21 El término “Grandes Hombres” lo empleó para referirse a los cabecillas de la cárcel, donde las jerarquías masculinas eran evidentes. En el texto del que hemos tomado sus ideas, Welzer-Lang lo emplea para explicar que por muy hombre que uno sea no deja de estar sometido a las jerarquías masculinas. Los “Grandes Hombres” serán aquellos que dentro de la estructuración funcional de lo masculino, gozan de unos privilegios a costa de las mujeres y de otros hombres. El hecho de que un hombre vaya en compañía de bellas mujeres, tenga dinero... hace que se le clasifique como Gran Hombre. Todo hombre tiene, o puede tener, si acepta los códigos de la virilidad, poder sobre las mujeres y sobre otros hombres, y es en torno a este doble poder en torno a lo cual se estructuran las jerarquías masculinas. Como señala: el estudio de los Grandes Hombres nos proporciona otros medios para analizar la distribución de los poderes masculinos sobre las mujeres y sobre los hombres.

prácticas de riesgo, y donde la excitación se fundamenta en un imaginario basado en la concepción del sexo como algo apasionado, explosivo, incontrolable, impulsivo, 'sucio'... alejado de toda idea de reproducción. De esta forma, sobre la sustancia recaen las expectativas de 'descontrol', 'desenfreno', y se convierte en un vehículo para la experiencia fuera de la normal social en torno a la sexualidad "segura", esto es: asimilada a lo aburrido, no excitante, unido a la idea de la 'mujer buena-esposa'.

Esto no dejan de ser estereotipos, pero actúan con fuerza en el imaginario colectivo y el simbólico prevaleciente.

5. MASCULINIDAD Y SUS IMPLICACIONES EN LA VIOLENCIA DE GÉNERO

"La violencia contra las mujeres designa todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que causa o es susceptible de causar a las mujeres daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, e incluye amenazas de tales actos y la restricción o privación arbitraria de la libertad, tanto en la vida pública como en la privada".

**Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Art. 1.
Asamblea General de las Naciones Unidas, 1993.**

Si queremos realizar un cuestionamiento de la masculinidad, debemos realizar una reflexión sobre la violencia, ya que, como señala Lorente Acosta, M. (2006): "al contrario de cómo muchas veces se presenta, la violencia no ha estado ahí como un recurso alternativo, sino como un instrumento activo para el mantenimiento, guarda y custodia de esa posición [la de los hombres] de poder. Por eso tampoco ha sido posible una masculinidad diferente al todo, habría sido un elemento de equiparación a lo femenino, a lo de las mujeres, y, sobre todo, un signo de debilidad."

Si concebimos la violencia de género ligada exclusivamente a los malos tratos a mujeres en cualquiera de sus manifestaciones, pondremos en marcha acciones sesgadas, que dirigen el punto de atención en "lo urgente", pero no van a ir a la raíz y comprensión del problema... Como hemos visto a lo largo de este manual, tradicionalmente la violencia aparece como 'norma' en las relaciones entre los sexos. Cuestiones como la violación, malos tratos, etc. son "excesos" de esa norma. Existe un maltrato *sutil*, inscri-

to en la pertenencia (asignación, adscripción...) al género femenino-cuerpo mujer. A su vez, aquellos hombres que resulten asimilados a lo femenino ('afeminados', 'poco hombres', 'homosexuales', 'transexuales', etc.) sufrirán de la violencia derivada del sistema sexo/género. Sin embargo, las mujeres son objeto de esa violencia por el hecho de ser 'mujeres'. Por eso se habla de la violencia contra las mujeres específicamente como de género.

Las mujeres son 'lo otro', las no sujeto, las no suficientes por sí mismas. La otra cara de una misma moneda se encarna en la protección. 'Un hombre no pega a una mujer'. Mientras las mujeres sigan siendo susceptibles de protección, seguirán siendo susceptibles de agresión.

Se trata pues de una violencia estructural que se manifiesta y reproduce a muy diversos niveles. Empezar a cuestionarla pasa por un análisis del contenido de la masculinidad/feminidad, tal como venimos haciendo...

Hasta ahora, la violencia contra las mujeres permanecía invisibilizada y silenciada. La problemática de malos tratos en el ámbito de lo doméstico, ha pasado de ser considerado un asunto 'privado', y por tanto invisible a ojos de la sociedad, a ser abordado como problema social (se han hecho eco los medios de comunicación, se ha desarrollado una Ley específica, etc.) Esto es un avance muy necesario, desde luego, pero se sigue manteniendo una falta de análisis para desmontar la organización social que subyace: dicotomía público/privado; sesgo androcéntrico; valoración de 'lo masculino' (*aunque* lo desempeñen mujeres), etc. Por ejemplo, es necesario trabajar la construcción del amor, de las relaciones heteroafectivas y la sexualidad. *Parecen* procesos totalmente *naturales, y como tal se vivencian*. Pero como venimos viendo a lo largo del manual, son susceptibles de análisis y reelaboración.

El 'Amor', tal como está concebido en nuestra sociedad, permite y ofrece el escenario necesario para que se establezca un vínculo afectivo fundamentado en la desequivalencia y en el no cuidado, el mal trato. En muchas ocasiones es bidireccional (y más en el ámbito de las drogodependencias, donde vemos a muchas mujeres comportarse vio-

lentamente con sus parejas) pero: el género establece un modelo dicotómico de pares opuestos, en el que aquellas características atribuidas a lo masculino sitúan al sujeto en una posición de poder y autoafirmación (por muchas *exigencias* que eso conlleve también para esa persona). Además, si esas mismas características son desarrolladas por una mujer, inmediatamente se la descalifica, estableciendo el continuo: 'buenas-malas' y 'estrechas-zorras/guarras'.

El 'amor como entrega' forma parte del contenido del ideal género para las mujeres. Tanto de afectos y cuidado (concepto patriarcal de familia) como de una misma. Las mujeres se construyen como 'seres relacionales, seres-para-otros'. No están completas si no es con una pareja, otorgando al varón el lugar central. Y en ese lugar es donde se construyen los varones: son el centro, el eje, receptores de cuidados y atención. Suficientes por sí mismos, sujetos, pero con la expectativa interiorizada de que tienen derecho a los privilegios derivados del amor, a ser receptores de esos cuidados y atención. Por eso pueden *exigirlos*. Así pues, la construcción del amor sitúa una vez más dos papeles en relación, que se nutren y alimentan en base a los siguientes mitos: 'amor universal' (el amor no sería una construcción socio-cultural, sino un sentimiento universal y por tanto: *natural*); 'alma gemela' (estamos destinados y destinadas a encontrar nuestra alma gemela, aquella idéntica a nosotras/os. Eso significa que nunca podremos amar a la persona en realidad, si no a un ideal); 'príncipe azul' (que rescatará a la princesa. Tanto uno como otra tienen su papel en esta historia); y otros mitos: la 'media naranja', que 'amar es sufrir', que debemos soportar y dar 'todo por amor', etc.

Luis Bonino (1995) utiliza el término 'micromachismos' para referirse al conjunto de "los comportamientos "invisibles" de violencia y dominación, que casi todos los varones realizan cotidianamente en el ámbito de las relaciones de pareja (...) si pensamos que la violencia de género es toda acción que coacciona, limita o restringe la libertad y dignidad de las mujeres, podemos comprobar que quedan ignoradas múltiples prácticas de violencia y dominación masculina en lo cotidiano, algunas consideradas normales, algunas invisibilizadas y otras legitimadas, y que por ello se ejecutan impunemente". Como bien advierte este autor, toma como referencia la pareja heterosexual compuesta por un hombre y una mujer en convivencia y con hijos/as, pero eso no sig-

nifica que en otras formas de pareja no existan dichos micromachismos (como hemos visto, muchos varones se ven asimilados - adscritos al género femenino devaluado y tratados como tal).

La prevención de la violencia de género pasa por la sensibilización, pero no puede quedarse ahí; pasa también por un cambio ideológico y de valores, por un cambio del sistema de organización social que genera desigualdad y discriminación, y que exige una profunda comprensión de las complejas dinámicas que construyen nuestra realidad... Incluida "la subjetiva".

Para cerrar este apartado, recomendamos leer íntegro el texto de Luis Bonino (1995) al que hacemos referencia, ya que emplea muchos ejemplos de la vida cotidiana, trasladables a las relaciones de muchas parejas...

6. MOTIVACIÓN PARA EL CAMBIO

Nos parece oportuno, por todo lo expuesto con anterioridad, encontrar en la población masculina la motivación mínima necesaria para que se involucren en procesos que favorezcan el cambio personal, pero también el estructural. De lo contrario pudiera ocurrir que, en lugar de favorecerlo, éste se viera ralentizado o incluso bloqueado.

Como venimos reflexionando a lo largo de esta guía, creemos que el enfoque ha de tender a la integración de todos los agentes sociales.

Es por ello que, en el diseño de las dinámicas que acompañan a la parte teórica del manual, hemos querido plasmar la necesidad de suscitar en la población masculina la conciencia autocrítica acompañada siempre de la perspectiva de una mejora en su calidad de vida y por ende en la de sus relaciones.

Si bien pudiera parecer una obviedad, llegados a este punto, la propuesta que se deriva del análisis de las repercusiones del género en la salud de los varones redundará en la mejora de la calidad de vida de las mujeres.

Consideramos que para llegar a la equidad en la salud, hay que reconocer que diferentes grupos tienen diferentes necesidades que deben ser identificadas para darles una respuesta adecuada.

Valoramos en la intervención con población masculina drogodependiente la capacidad movilizadora y generadora de posibilidades que los aspectos vivenciales de las dinámicas conllevan.

Por último, invitamos a hacer uso de este manual como herramienta facilitadora de procesos de transformación en donde la motivación sea, ante todo, una vivencia que se renueve en la experiencia cotidiana, siempre en movimiento; nutriéndose y expandiéndose a través de los encuentros entre personas con potencialidades latentes.



Parte II

Metodología para trabajar en g rupos

Metodología para trabajar en grupos

1. METODOLOGÍA

El siglo XXI nos está llevando a la apertura hacia nuevos modelos y visiones de las relaciones humanas como organismo creador de riqueza social y material. Bajo la influencia de las nuevas ciencias y adelantos técnicos del ser humano, surge de manera imperante una nueva inquietud: el papel que desempeñamos los hombres y las mujeres en los resultados finales de todo contexto de trabajo en el que intervienen redes de personas.

El enfoque de estos talleres busca desde el primer momento, la toma de contacto de cada una de las personas asistentes con sus inquietudes (personal, profesional, etc). A partir de la combinación de herramientas para la gestión del talento y dinámicas basadas en los nuevos paradigmas de gestión de las relaciones humanas, buscamos integrar los conocimientos de todos los/las participantes, de un modo fluido, vivido y secuencial. En definitiva, generar espacios de reflexión.

Estas metodologías incluyen prácticas de autoconocimiento y dinámicas de relaciones personales. Todas ellas buscan la forma de alinear las inquietudes personales y profesionales de cada participante con la de los objetivos que pueda marcarse tanto a nivel individual, como parte de un grupo, y en definitiva, de la sociedad.

Por otro lado, mediante la estimulación de la participación activa y comprometida, pretendemos que se desarrolle de modo vivencial y con criterios propios, las diversas técnicas que se tratan a lo largo de los talleres y de acuerdo a las metas marcadas para cada sesión. Además, se puede combinar la experiencia práctica en el proceso de integración de los contenidos expuestos a lo largo de la intervención.

Comprender la trama que enlaza las relaciones y el lenguaje que emplean para entablarlas nos lleva a una especie de reencuadro del contexto de trabajo, generando así nuevas interacciones colectivas. Peter Senge en este sentido defiende que captar el sentido profundo del comportamiento de un grupo nos acerca a un despertar a la realidad. Algunas cosas dejan de ser lo que eran no porque han cambiado, sino porque las vemos desde un prisma diferente.

*Antonio Beltrán Pueyo
Coach Olos Consejeros*

2. DINÁMICAS

Las dinámicas y su desarrollo apuntan hacia una intervención integral. No obstante conviene tener en cuenta que si bien abordaremos la temática desde distintos puntos de vista, planos o focos, la mirada del equipo formador y, por tanto, su proceder, habrán de tener en cuenta la diversidad de la población destinataria, así como la de sus experiencias de vida, vivencias y aprendizajes respecto al género que les determina como varones. Dicho esto pasaremos a puntualizar algunas cuestiones a considerar dependiendo de los aspectos a trabajar en cada sesión:

- Las sesiones comienzan por plantear una mirada general sobre la realidad, sin embargo, ya desde un primer momento y de manera gradual, comenzamos con una dinámica que propone un primer sondeo en la disponibilidad actitudinal de los participantes. Por ello y metodológicamente hablando, recordemos que el primer contacto con el grupo es importante cuidarlo, el lugar desde el que lanzamos nuestra primera propuesta será cercano. **(No somos nosotr@s quienes tenemos el conocimiento y ellos meros receptáculos carentes de éste).**

- Las dinámicas que sirven para analizar el contexto social, las que aparentemente no precisan de un posicionamiento claro respecto al tema tratado, pueden albergar valor informativo en función de donde pongamos la atención como formador@s. Las aportaciones que la información no verbal nos brinda, pueden sernos de gran utilidad a la hora de ser más precis@s en la intervención personalizada. Por tanto invitamos a **pres-**

tar atención a la actitud corporal del grupo en general y de cada uno de sus participantes en particular. (¿Están corporalmente atentos?, su columna vertebral está erguida o se recuestan en el respaldo de la silla. ¿Miran directamente a los ojos?, entre ellos y con la/el formador/a. ¿Escuchan las opiniones de sus compañeros, las valoran, o están esperando su turno de palabra?...).

- La toma de conciencia de este aspecto, el gestual corporal, puede también, en la medida que aumenta el grado de confianza con los participantes, compartirse con éstos. **Invitarles a que sean más conscientes de cómo ocupan los hombres los espacios.** Que tengan mayor conciencia de su corporeidad, de los mensajes que inconscientemente reproducen.

- Será relevante para los participantes la experiencia si conseguimos que se modifique, aunque sea ligeramente, la propiocepción. Que conecten con su mundo emocional e identifiquen sensaciones físicas relacionadas con las emociones. En este sentido **cualquier aportación**, por parte del monitorado, que favorezca la vivencia, que les implique personalmente, **que contribuya al reconocimiento y aceptación de su vulnerabilidad, creará inercias de desidentificación con la masculinidad hegemónica.**

- Del mismo modo, el monitorado propiciará una manera de relacionarse que tenga en cuenta la bidireccionalidad en la forma de tratarse. Asumiéndose en situación de poder, pero intentando en la medida de lo posible, abrir vías de comunicación horizontales.

- Aunque queda explicado más detenidamente en el apartado de dinámicas, debemos señalar que desde el diseño del manual se intenta propiciar el aspecto lúdico optando por sugerir el juego cinematográfico en la mirada. Vamos mirar al exterior, pero también hacia adentro. En este juego de miradas invitaremos a los participantes, más o menos a partir de la tercera sesión, a entrenar la capacidad de mirar su interior sin “desconectar” de lo externo, del contexto social en el que nos movemos, de las relaciones que establecemos. Para ello será de vital importancia que se tenga siempre presente, sobre todo a la hora de ahondar en “Las heridas de género de los varones”, no perder nunca de vista el aspecto relacional (y sus consecuencias también para las mujeres). Podríamos resumir este aspecto recordando que metodológicamente no nos interesa una intervención sin perspectiva, de género en este caso. Siendo premisa inseparable el aspecto relacional de ésta.

- Las dinámicas finales, más concretamente las pertenecientes a las sesiones 6ª y 7ª,

están pedagógicamente diseñadas para estimular los procesos de cambio. Como premisa metodológica fundamental para ambas sesiones invitamos a que tanto población destinataria como monitorado se impliquen en la tarea como si de un juego o regalo se tratase. La búsqueda de las herramientas que nos van a llevar a generar procesos de cambio es un motor constante en el modelo de intervención que proponemos. Por tanto, si estas dinámicas propuestas no nos resultasen del todo apropiadas para determinados grupos, valoramos conveniente que otras posibles aportaciones tengan en cuenta que, por su especificidad de "cierre", interesa dejar en los participantes una sensación de posibilidad real. No creemos ser redundantes al recordar que ya resulta el contexto de cada cual lo suficientemente perpetuador en cuanto a roles tradicionales y sinergias negativas se refiere, como para obviar la necesidad de insuflar e insuflarnos aire nuevo. Éste será determinante a la hora de fortalecernos ante los posibles contextos que van a dificultar tanto los cambios personales como los colectivos.

- Consideramos que aunar la capacidad autocrítica con la motivación para el cambio es de vital importancia, siendo ambas juntas un binomio pedagógico relevante y transformador.

A continuación se presentan siete sesiones de trabajo de entre una hora y hora y media de duración cada una. Como herramienta metodológica que vertebré todas las sesiones y sirva de hilo conductor, propondremos una mirada "cinematográfica". Partiremos de un plano general sobre la realidad social en la que estamos inmers@s, continuando por "cerrar foco" hacia los participantes del taller y sus guiones de vida y los roles o personajes que representan como varones, experiencias personales. Continuaremos en "plano secuencia" hacia las relaciones que establecen desde los guiones marcados por el género y las posibles modificaciones de éstos.

Como objetivo final subyace la búsqueda de la motivación para llegar a ser los protagonistas de sus propias vidas, más allá de los mandatos de género y las relaciones dicotómicas y jerarquizadas (masculino/femenino).

Estos talleres están diseñados para que cada uno en sí mismo tenga sentido. No obstante, el modelo ideal de intervención sería aquel que siguiese el orden que hemos

diseñado. Si no pudiese trabajarse toda la secuencia creemos necesario tener en cuenta que al menos la primera sesión debiera acompañar a cualesquiera de las opciones o combinaciones posibles. Al ser ésta la que asienta las bases mínimas del planteamiento de la intervención, pensamos que el resto de las intervenciones quedarían inconsistentes sin haber planteado un marco teórico referencial (plano general) que nos ubique en el Género, o la perspectiva de género.

Por ello nuestra propuesta propone el juego cinematográfico a la hora de reflexionar sobre el tema que nos atañe. La mirada que comienza con el plano general a modo de presentación, y que desarrolla su mirar yendo de lo macro a lo micro.

Comenzar llevando directamente nuestro foco o atención al primer plano o elegir iniciar el visionado de la problemática desde el “Nudo de la historia. Contraplano”, podría resultar útil. Sin embargo, estaríamos hablando más bien de una de esas historias en donde nos veríamos obligados a rebobinar constantemente con el ánimo de comprender qué le está pasando a sus personajes. Esta opción es posible, pero no nos parece la más aconsejable. Sobre todo si tenemos en cuenta que es bastante probable que la población destinataria, si se nos permite el juego, tal vez no conozca la película o ni siquiera haya oído hablar de ella.

Para una mayor profundización en la materia a tratar, creemos más que oportuno tender a hacer intervenciones integrales que contemplen realizar todos los talleres en el orden que aparecen. Sin embargo esto queda supeditado, somos conscientes de ello, a los condicionantes de cada centro y sus situaciones particulares.

Todas las sesiones cuentan con al menos dos dinámicas. Aunque establecemos unos tiempos orientativos de duración de cada sesión, conocer bien el material nos permitirá jugar con los tiempos necesarios para su desarrollo. Algunas de las sesiones tienen fichas de trabajo complementarias (textos, poemas, etc.).

1ª SESIÓN
(Plano general)
“La realidad que construimos”

En esta primera sesión nos dirigiremos a los participantes de una manera coloquial y cercana para exponerles la perspectiva de género. Desde el primer contacto, la metodología a desarrollar será de horizontalidad en el trato. Para ello disponer al grupo en círculo puede ser una buena forma de **comenzar a practicar las relaciones de buen trato**. Esta sencilla disposición espacial facilita la comunicación visual y permite que los miembros del grupo vayan estableciendo su primer contacto desde la equidistancia y el respeto mutuo, asentando de esta manera las bases para una buena comunicación.

Dinámicas:

- La bola de nieve
- Las dos caras de la misma moneda

Fichas:

- No hay fichas anexas

LA BOLA DE NIEVE ¿Qué nos evoca género?	
OBJETIVOS	<p>Presentación de los participantes.</p> <p>Presentar la temática a desarrollar en el total de las sesiones y conocer al grupo, así como sus opiniones al respecto.</p>
DESARROLLO	<p>El monitorado se presenta y propone al grupo la dinámica para comenzar los talleres e ir conociéndose. Para ello se les pedirá que escriban en una hoja de papel lo que se les ocurra, aquello que les viene a la cabeza cuando se les nombra(s) la palabra género.</p> <p>La primera parte habrán de hacerla individualmente. Se incidirá en que no importa si no se les ocurre nada. No se trata de dar una definición académica sino, más bien, de ver qué conocimientos colectivos maneja el grupo sobre el tema a tratar.</p> <p>Tras haber escrito cada uno sus definiciones se les pide que, colocados previamente en círculo, uno a uno vayan diciendo su nombre y leyendo lo que han escrito. Cuando el primero lo hace, le diremos que arrugue su papel haciendo una bola y que, mirando a los ojos de uno de los miembros del grupo, se la tire para que haga lo propio y con su papel envuelva el papel anterior y así sucesivamente.</p> <p>De esta manera, al finalizar las lecturas de todos, habremos obtenido una bola colectiva que habrá ido incrementando su tamaño gracias a las aportaciones individuales de cada miembro del grupo. Es importante devolverles esta idea de manera que perciban, metodológicamente hablando, que la forma en que se van a desarrollar los talleres será en todo momento participativa y que se precisará y valoraremos las aportaciones de todos por igual.</p> <p>El conocimiento colectivo se nutre con cada uno de nosotros y es importante para la sociedad que lo sujetemos entre tod@s. Que la bola no caiga al suelo mientras nos la vamos pasando. (Simbólicamente este juego nos da pie a establecer el concepto de compromiso al tiempo que valora a cada individuo como necesario para la construcción de lo social).</p>
MATERIALES	<p>Folios.</p> <p>Bolígrafos.</p>
DURACIÓN	<p>20 minutos.</p>

EL EXTRATERRESTRE (O las dos caras de la misma moneda)

OBJETIVOS	Establecer un marco propiciatorio desde el que reflexionar sobre el género y sus consecuencias en la construcción de las identidades. Visualizar la discriminación del género femenino.
DESARROLLO	<p>Se dibujan dos amplias columnas separadas por una línea, presididas por los símbolos femenino (en una de ellas)/ masculino (en la otra). A continuación se plantea que hemos de definir lo femenino y lo masculino y para ello vamos a comenzar a decir todo lo que se nos ocurra que tiene que ver con cada concepto. El monitorado irá trasladando a las columnas lo que corresponda a cada una.</p> <p>Es bastante conveniente dejar claro que, en principio, no tenemos por qué estar de acuerdo con todas las cosas que se vayan diciendo. Se trata, más bien, de una lluvia de ideas sin entrar en debates ni mucho menos en disputas. Comentamos que el debate vendrá después y que, para agilizar, se limiten a aportar todo aquello que relacionan con las definiciones o conceptos: masculino y femenino.</p> <p>Una vez hechas ambas definiciones y teniendo en cuenta que si ciertos aspectos que nos conviene sacar a relucir no los han dicho (Ámbito doméstico, ámbito público, cuidados, aspectos relacionados con los sentimientos, formas de relacionarse, sexualidad...) será el monitorado quien los exponga, procederemos a "borrar" los símbolos que encabezan ambas listas y les haremos la siguiente pregunta: "¿Qué creéis que está más valorado actualmente en nuestra sociedad?"</p> <p>Posteriormente, iremos pasando por cada adjetivo-atribución-característica en cada lista, poniendo un símbolo '+' a lo valorado y un '-' lo que no se valora. La decisión sobre la valoración de cada adjetivo será consensuada en diálogo con los participantes.</p> <p>Es importante que hayamos sacado el máximo posible de asignaciones con anterioridad, para ahora comprobar con mayor certeza la discriminación: generalmente nos encontraremos con un mayor número de signos '-' del lado de la lista de adjetivos asociados a lo femenino (débiles, histéricas, vulnerables, emotivas, manipuladoras, complicadas...), y '+' en la masculina (inteligencia-razón, fortaleza, competitivos, trabajadores, valientes..).</p> <p>Tras visibilizar que casi todo lo asociado a "lo femenino" no corresponde con aquello que goza de mayor valoración social, y por tanto se considera discriminado, quedará planteado el marco referencial sobre el que trabajaremos el resto de las sesiones. Es importante señalar que muchas de las cosas que se valoran en uno y otro género van</p>

	<p>a mantener el status-quo (por ejemplo, si sale valorada la intuición –tradicionalmente asignada a lo femenino–, junto a ‘madre’, ‘sensible’, etc. veremos que corresponde a un modelo determinado de ‘ser mujer’)</p> <p>El género es una estructura social que crea dicotomías enfrentadas y discrimina casi todo lo asignado al género femenino. Jerarquiza las relaciones y favorece la desigualdad y el desequilibrio de poder entre los sexos. Sin embargo, al ser algo creado por el ser humano, es susceptible de transformación.</p>
MATERIALES	Folios. Bolígrafos.
DURACIÓN	20 minutos.

2ª SESIÓN
(Plano medio)
“¿O es la realidad la que nos construye?”

Ya hemos comenzado a mirar la realidad. Ahora, se cierra el foco y la cámara se acerca a nosotros. La mirada se vuelve mas cercana, se interioriza y penetra en nuestro cuerpo. Comenzamos planteando una duda. Si bien pareciera que somos parte activa en la creación de la realidad social en la cual vivimos, ahora, la cercanía provocada por la lente del objetivo de nuestro mirar hace que se difuminen los límites entre el adentro y el afuera. Lo que parecía caer por su propio peso, se convierte en terreno difuso, susceptible de reconsiderar.

Por tanto cabe preguntarse: ¿la realidad social en la cual vivimos es construida por nosotr@s o es la sociedad quien nos construye y modela? ¿Hasta qué punto somos parte activa en este proceso?

Consideramos que el ideal sería establecer una bidireccionalidad en el proceso de construcción de identidades, donde los sujetos de las sociedades fueran parte activa y eje sobre el que éstas girasen.

Dinámicas:

La casa que habito
Decorando mi casa

Fichas:

Ficha nº 1: La casa azul.

LA CASA QUE HABITO	
OBJETIVOS	Acercar la perspectiva de género al plano personal para analizar su influencia en la salud de los varones. Conectar con nuestro mundo interior, nuestras emociones.
DESARROLLO	<p>Los participantes se sientan en las sillas con los ojos cerrados y se les invita a escuchar un breve relato en el que se verán inmersos. Pasarán a ser los protagonistas de éste, como en un sueño, viviéndolo y prestando mucha atención a todo cuanto sienten que les ocurre.</p> <p>Leemos el pequeño relato de la visualización (ficha nº 1). Podemos poner una música de fondo que ayude a crear el ambiente propicio para que los participantes se impliquen en la dinámica o simplemente leerlo sin más. El tono de la lectura será importante para facilitar a los participantes que se “metan” en el espacio imaginario. No hacen falta grandes dotes interpretativas, tan sólo cierta predisposición para evocar un viaje interior, para el juego. Bastará una lectura sosegada con un tono de voz relajado y suave.</p> <p>Durante la lectura del relato o al final de ésta, el monitorado habrá dibujado un gran símbolo de masculino en la pizarra. El ideal sería que, al abrir los ojos, los asistentes vean lo descrito durante la visualización: un llavero con la forma del símbolo masculino y unas tres o cuatro llaves colgando.</p> <p>A continuación se pedirá a los participantes que escriban o compartan brevemente lo experimentado durante la visualización.</p>
MATERIALES	Ficha nº 1: “La casa azul”. Bolígrafos.
DURACIÓN	30 minutos.

FICHA Nº 1:
LA CASA AZUL

Siéntate con la espalda recta. A continuación cierra los ojos y toma contacto con tu respiración. Inhala lento y profundo llevando el aire a la parte baja de tus pulmones, a la zona del ombligo. **Exhala el aire que ya no te sirve** muy, muy lentamente, largo, como si el mugido de una vaca estuviese sujeto a tu respiración. (Repetir el ciclo unas 5 o 6 veces, dependiendo del grado de concentración de los participantes. Tener en cuenta que a lo largo de la visualización la respiración será un puente imaginario a través del cual entrar y salir de la casa para **limpiar y renovar el interior.**)

Con cada exhalación vas retrocediendo en edad, cada vez que exhalas retrocedes cinco años, llegando a quedarte en la edad de un niño de unos 5 añitos.

Ahora imaginas que tu cuerpo es una casa, una pequeña casa. Sí, has oído bien, tu cuerpo se ha transformado en una casa...aunque, tal vez nunca dejó de serlo. Una casa que será "tu casa" para el resto de la vida.

Es una casa como tantas otras casas, de un solo color: azul. Con líneas rectas que delimitan su contorno, su estructura. Líneas rectas y angulosas, pronunciadas esquinas. Observas bien y caes en la cuenta que **las ventanas están enrejadas**, protegidas del exterior, ¿Por qué será?, te preguntas.

Imagina ahora que te han concedido unas llaves, ¡¡las llaves de la que va a ser tu casa para toda la vida!! A penas comenzaste a caminar te dieron un llavero de juguete, ¡¡para que comenzases a jugar!!

¿A jugar a qué? te preguntas...Bueno, de cualquier manera es un objeto interesante, recuerda que ahora tienes cinco años y, a esa edad, cualquier cosa te

parece novedosa, ¿verdad?. Comienzas pues a jugar con ella y, al poco de empezar a investigarla, percibes que hay una forma curiosa, distinta a las demás.

Te entretienes jugando con ella, descubriéndola.

Es una arandela redonda, un círculo de plástico duro...en uno de los puntos del redondel hay una especie de flecha... **¡¡un círculo y una flecha!!** ¿Qué significarán?

Descubres que el llavero que te dieron es algo muy especial, **aún desconoces las puertas que te abrirá, pero ya lo asumes como tuyo**. Es tu llavero, te lo dieron de pequeño junto con unas cuantas palmaditas en la espalda y ni tan siquiera un triste beso.

Por mucho que lo miras no consigues averiguar para qué servirán las llaves.

Inhala y exhala con lentitud y profundidad e imagina que al inhalar creces 5 años, ¡Ahora tienes 10!. Sigues dándole vueltas al llavero y de pronto ¡¡Eureka!! Repentinamente comprendes. Si mi cuerpo es mi casa...y las llaves abren puertas, puertas de edificios, de casas...Estas llaves me permitirán entrar en mi cuerpo, mi casa, la de toda la vida.

Pero, ¿Por qué puerta entrar a mi cuerpo?

Imagina tu cuerpo, todo tu cuerpo parte por parte: tus pies, tus rodillas, tus piernas, tus manos, el corazón, el estómago... (El listado es sólo un ejemplo. Hay que dar un tiempo para que visualicen su corporeidad. Se les puede ir guiando haciendo un repaso de las partes del cuerpo comenzando por los pies y en ascendente hasta llegar a la cabeza. Podemos optar por quedarnos en el plano "superficial" al nivel de las extremidades, articulaciones...pero sería ideal conectarles con sus órganos vitales también: pulmones, médula espinal, estómago, intestinos, **corazón**, hígado, páncreas....).

Elige un lugar por donde entrar, ¿Estas preparado?....

Se interrumpe la voz que narra la visualización y, de manera progresiva aunque apremiante se les indica que:

Las personas que os dieron los llaveros cuando erais pequeños han irrumpido en la historia reclamando que: ¡¡¡absolutamente todos!!! Tenéis que entrar en vuestros cuerpos por el mismo sitio....: EL CEREBRO.

¡Que a nadie se le ocurra bajo ningún concepto entrar por algún otro sitio!

¿Acaso pudisteis imaginar alguna otra entrada?, ¿es que no sois lo suficientemente inteligentes para comprender que a la casita azul tan sólo se puede entrar por el órgano más importante? El resto no importan.... No, si sois hombres...

¡Se acabaron los juegucitos! Ahora tenéis que comenzar a decorar la casa y recordad: hay cuartos a los que jamás podréis acceder, bajo ningún concepto. No, si sois verdaderos hombres...

(Durante la lectura de la visualización o al final de ésta, el monitorado habrá dibujado en la pizarra un gran símbolo de Masculino...el ideal sería que, al abrir los ojos, los asistentes vean el símbolo descrito durante la visualización... **un llavero con la forma del círculo y la flecha, con unas tres o cuatro llaves colgando**).

DECORANDO MI CASA	
OBJETIVOS	Sacar a relucir aspectos nocivos relacionados con la masculinidad, desentrañando el proceso por el cuál los hemos aprendido.
DESARROLLO	<p>A continuación, tras la lectura de la visualización realizada en la anterior dinámica, se propone a los asistentes que de manera individual escriban en un folio todas las habitaciones que crean que este llavero puede o no puede abrir (Todo aquello que te pierdes por seguir uno de los mandatos de género para los hombres: la racionalidad y no conexión con las emociones).</p> <p>Se trataría de darse cuenta de todas aquellas cosas que, por el mero hecho de ser hombres, se les ha dicho que no pueden integrar en “su casa” (ejemplos: capacidad de pedir ayuda, expresar miedo, reconocerse vulnerables...) y por contra, todo “el mobiliario” que sí te vas a encontrar por el mero hecho de habitar esa casa (ejemplos: tienes que ser fuerte, los hombres no lloran, activo en las relaciones afectivo-sexuales, etc.).</p> <p>De la misma manera, en otra hoja, escribirían todo aquellos muebles o aspectos de la decoración que ya no nos gustan, que queremos cambiar. Cosas que quisiéramos sacar a la calle a airear: fuera de nuestro mundo interior.</p> <p>Este ejercicio se trata de “sacar a la calle” las cosas que se han quedado viejas u obsoletas, estableciendo un paralelismo entre los sentimientos que han hecho que nos relacionemos con nosotros mismos como “auténticos hombres”. Desentrañando aquellas actitudes y comportamientos que han dañado nuestra integridad como personas, las relacionadas estrechamente con la masculinidad hegemónica: competitividad, agresividad, individualismo, ambición, poder sobre los demás, dureza, falta de empatía, atracción por el riesgo, independencia, homofobia...</p>
MATERIALES	Folios. Bolígrafos.
DURACIÓN	40-50 minutos.

3ª SESIÓN
(Primer plano)
"Esta película... ¿me suena de algo?"

Una vez expuestos los temas de los dos primeros talleres y habiendo acercado la mirada a las experiencias personales de cada uno, se trataría ahora de poner sobre la mesa que cualquiera de nosotros se puede haber visto "metido" en una película semejante e incluso, estar inmersos en una historia o guión de vida similar. **Habitando una casa que me es hostil.**

En esta sesión introduciremos algunos de los conceptos de "**Ecología emocional**" como **responsabilidad personal** respecto a nuestro mundo interior. En este sentido, los "siete principios para la gestión ecológica de las relaciones de pareja" expuestos en el libro *Juntos pero no atados* de J. Soler y M. M. Conagla serán un buen material de referencia para trabajar la sexualidad y las relaciones de buen trato.

Dinámicas:

¿Y si meto la basura debajo de la alfombra?
Atendiendo a las visitas.

Fichas:

No hay fichas anexas.

¿Y SI METO LA BASURA DEBAJO DE LA ALFOMBRA?	
OBJETIVOS	Desnaturalizar los valores masculinos tradicionales aprendidos guiando la reflexión hacia la de-construcción de lo aprendido e interiorizado como pautas de comportamiento.
DESARROLLO	<p>Teniendo en cuenta lo trabajado en el taller anterior: "Decorando mi casa", retomáramos el trabajo ubicándonos ante la posibilidad de no haber hecho el cambio de mobiliario y encontrarnos con la casa sin barrer.</p> <p>En este sentido trataríamos de situarnos en la posibilidad de no avanzar. (La sociedad progresa La sociedad progresa y yo con estos pelos. Si la sociedad en al cual vivimos evoluciona hacia modelos de relaciones más igualitarias y nosotros no nos hacemos eco de estos cambios, al menos sería interesante dejar la pregunta abierta de como creemos que nos podemos sentir estando "fuera se honda", "chapados a la antigua")</p> <p>Formularíamos a los participantes las siguientes preguntas: ¿Qué consecuencias directas puede tener sobre mi salud el hecho de seguir manteniendo una relación con mi cuerpo/ casa de no cuidado? ¿Qué ocurre cuando voy acumulando "objetos/ sentimientos" que no contribuyen a sentirme mejor, que obstruyen mi mundo interior, que no me dejan espacio vital dentro de la casa?</p> <p>Para una mayor profundización en el trabajo se pueden hacer en pequeños grupos o de manera individualizada. Posteriormente se compartirían las conclusiones resultantes de las dos preguntas formuladas con el resto del grupo y se recogerían en un papel continuo.</p> <p>Pegamos este papel en la pared de forma que podamos visualizar de una mirada todos los efectos nocivos que permanecerán ciñéndose sobre nuestro cuerpo/ mente/ corazón, de no hacer algo para transformarlos. Para un mayor efecto sobre los participantes, se puede invitar a que se posicionen delante del mural, de manera que éste quedaría por detrás de ellos (Nunca por delante).</p> <p>Simbólicamente se muestra que ya están en otro lugar, que todo lo expuesto, de alguna manera, por haber comenzado a sacarlo a la luz, ya están iniciando un proceso de transformación.</p>
MATERIALES	Folios. Bolígrafos. Papel continuo.
DURACIÓN	40 minutos.

ATENDIENDO A LAS VISITAS	
OBJETIVOS	<p>Identificar los estados emocionales que favorecen la comunicación así como aquellos que posibilitan las relaciones de mal trato.</p> <p>Ampliar el espacio reflexivo hacia lo relacional, reflexionando sobre la relación con uno mismo y con los demás.</p>
DESARROLLO	<p>En el papel continuo dibujaremos dos siluetas de nuestro cuerpo/casa. En uno iremos escribiendo todo aquello que consideramos que no queremos mostrar a las visitas. Siguiendo con el juego imaginario de no haber limpiado la casa...</p> <p>Pondríamos todos aquellos cuartos cerrados, no aireados, que almacenan cosas que van a interferir en el trato hacia las personas que nos visiten.</p> <p>Por ejemplo:</p> <p>¿Que pasaría si recibo a alguien con la puerta de la rabia abierta?</p> <p>¿Que pasaría si recibo a alguien con la puerta de los celos abierta?</p> <p>¿Que pasaría si recibo a alguien con la puerta de: el miedo, el resentimiento, el aburrimiento, la desconsideración, el egoísmo, la superioridad, la violencia, el desprecio, la soberbia, el nerviosismo...?</p> <p>Con cada palabra uno de los participantes se posicionará delante de la silueta, que portará un determinado sentimiento, y tratará de ponerle palabra a lo que sentiría una persona frente a alguien que "abra su casa" con ese sentimiento habitándole.</p> <p>De la misma manera, en la otra silueta, colocaríamos todos aquellos sentimientos que estime el grupo que favorecen la comunicación respetuosa y no violenta. Dependiendo del tiempo empleado en la anterior silueta, se podrá hacer de la misma manera, posicionándose delante de ésta e imaginado como se sentiría la persona/ visita que se relaciona con alguien al que le habitan: la alegría, la ternura, la generosidad, el buen humor, el cariño, la dulzura, la generosidad, el aprecio, la igualdad de trato... o simplemente aunando todos los sentimientos que posibilitan la comunicación no violenta y valorando que cada uno no es favorecedor por sí mismo, sino que todos en su conjunto aumentan la capacidad comunicativa.</p>
MATERIALES	Papel continuo.
DURACIÓN	50 minutos.

4ª SESIÓN
(Nudo de la historia, contraplano)
“Reproduciendo guines predeterminados, aprendidos.”

“La violencia de los hombres contra las mujeres no ocurre de manera aislada, sino que está vinculada a la violencia de los hombres contra otros hombres y a la interiorización de la violencia; es decir, la violencia de un hombre contra si mismo.”

Michael Kaufman

Dinámicas:

La pirámide de la violencia

Las siete P's de Kaufman

Fichas:

Ficha nº 2: Las siete P's de la violencia de los hombres. Michael Kaufman.

LA PIRÁMIDE DE LA VIOLENCIA

OBJETIVOS

Ahondar en las repercusiones que la construcción de la masculinidad tradicional tiene en la salud de las mujeres, llevando la mirada, el foco, desde uno mismo (primer plano) hacia las relaciones afectivo sexuales (Contraplano).
Visibilizar la violencia normalizada.

DESARROLLO

Se propone a los participantes una reflexión grupal sobre la violencia y el contexto en el que se desarrolla. Para ello, el monitorado habrá dibujado previamente en la pizarra una pirámide señalando el vértice superior con un punto y presentándola al grupo como "La pirámide de la violencia".

Se les puede hacer la pregunta de por qué creen que hemos dibujado una pirámide y no un círculo o un cuadrado. Acto seguido (no hace falta que se haya alcanzado una respuesta común para la pregunta anterior) se señala el vértice superior y, ahora sí, se les pregunta que, considerando la forma piramidal, qué acto de violencia creen que podría ocupar el punto álgido: ¿qué acto de violencia máximo puede hacerle un ser humano a otro? Una vez contestada a la pregunta, el monitorado guiará la reflexión hacia todo lo que queda por debajo del vértice, resaltando la posibilidad de intervención antes de que se desarrolle la escalada de violencia.

Deberá sacarse a relucir todos aquellos aspectos que constituyen el sustrato que "permite" que la violencia se haya normalizado, nombrando los gestos invisibilizados de la violencia en las relaciones de género: celos, desconfianza, insultos, piropos, empujones, amenazas, reproches, chantajes emocionales, no valoración, exigencias, que una chica tenga miedo de verse agredida...

Todo esto se irá escribiendo en el interior de la pirámide al tiempo que se va profundizando en la reflexión. Una sociedad que "permite" todos estos actos violentos, que normaliza la violencia como una manera de relacionarse, propicia que los individuos lleguen a permitirse ascender en el nivel de violencia ejercido hacia otras personas.

Es muy importante hablarles del exterior de la pirámide como otras formas posibles de relacionarse (Introducir el **buen trato** como concepto a desarrollar en los dos últimos talleres). Hacer la distinción entre conflicto y violencia subrayando la posibilidad de resolver los conflictos de manera no violenta.

El conflicto es inherente a la vida, a las relaciones y, dependiendo como se aborde, una fuente de crecimiento personal y aprendizaje. Respecto a la violencia de género en particular es importante resaltar que la violencia ejercida contra las mujeres se debe a una minusvaloración de todo aquello asignado a lo femenino por tanto se hace

	necesario volver a incidir en la idea desarrollada en el primer taller. El género discrimina e infravalora todo aquello que tradicionalmente ha estado ligado a lo femenino generando una sociedad que ejerce violencia estructural hacia las mujeres y coloca en un lugar de poder a los varones (Enlazar luego con la "Paradoja del poder" de Kaufman, ficha n 2).
MATERIALES	Pizarra o papel continuo.
DURACIÓN	45 minutos - 1 hora.

LAS SIETE P'S DE KAUFMAN

OBJETIVOS

Dotar a los participantes de herramientas de análisis para establecer conexión entre el comportamiento violento individual y la sociedad que lo fomenta.

DESARROLLO

Trabajaremos con el texto que se adjunta en materiales "Las siete P's de la violencia de los hombres" de Michael Kaufman. (Ficha nº 2).

El texto aporta siete claves para comprender la violencia en los hombres. La dinámica consiste en repartir esas siete claves por separado (que habremos recortado y pegado a una cartulina cada una) en pequeños grupos de debate (si tenemos 14 participantes: 7 grupos de dos personas cada uno).

Cada grupo no conoce las otras seis claves, y debe centrarse en la suya.

El monitorado expone algunas preguntas para que trabajen sobre el texto que se les ha dado:

¿Que aspectos veis en el texto que os parece interesante compartir con los demás?

¿Consideráis que lo que habéis leído guarda relación con vuestra experiencia de vida como hombres?

Tras un tiempo de debate en cada grupo se expondrían las conclusiones sacadas de la lectura de cada texto al resto de grupos, hasta llegar a exponer las siete P's que propone Kauffman. En el caso de no haber suficientes personas en el grupo, el monitorado se encargaría de exponer aquellas que no se haya podido hacer, o se pueden hacer individualmente en vez de por grupos.

¿Qué pasaría si nos centráramos exclusivamente en una de las siete claves para analizar la violencia masculina? Que el análisis sería sesgado e insuficiente. Esta es una idea que debe quedar muy clara: lo enriquecedor del texto es unir todas las P's, todas las claves.

Una vez hecho el trabajo de análisis previo, o tal vez durante, conviene introducir en la mirada, en el espacio reflexivo, la constante reseñada ya en otras dinámicas. ¡Ojo!, nos estamos acercando al dolor de los varones y por ello se hace necesario refrescar que, pese al trabajo imprescindible con el colectivo de hombres desde la perspectiva de género no debemos de perder de vista la discriminación del género femenino. El aspecto relacional ha de estar siempre muy presente en las y los formadoras/ es. La mirada crítica se ampliará a la estructura para no perdernos en la herida, evitando en todo momento caer en el victimismo.

Finalmente, (hacia donde pedagógicamente tenemos puesta la mirada), sería interesante plantear, tanto en la población destinataria

DESARROLLO	<p>como en el cuerpo docente, que el objetivo deseable como propuesta para la disolución de la violencia de género sería el de la previa disolución de la dicotomía de género masculino/femenino y también la de sexo hombre/mujer.</p> <p>Es bastante importante en esta dinámica tener en cuenta el total del análisis, de manera que no perdamos la mirada crítica a la totalidad de la estructura que sustenta la violencia masculina.</p>
MATERIALES	Ficha nº 2: Las 7 P's de la violencia de los hombres.
DURACIÓN	45 minutos - 1 hora.

FICHA Nº 2:

LAS 7 P'S DE LA VIOLENCIA DE LOS HOMBRES

1ª P- El Poder Patriarcal:

“La violencia de los hombres contra las mujeres no ocurre en aislamiento, si no que está vinculada a la violencia de los hombres contra otros hombres y a la interiorización de la violencia; es decir, la violencia de un hombre contra sí mismo”.

“Niños y hombres aprenden a utilizar selectivamente la violencia y a transformar una amplia gama de emociones en ira, la cual, ocasionalmente se torna en violencia dirigida hacia sí mismos, como ocurre, por ejemplo, con el abuso de sustancias y las conductas autodestructivas”.

“Las sociedades dominadas por hombres no se basan solamente en una jerarquía de hombres sobre las mujeres, si no de algunos hombres sobre otros hombres”.

2ª P- Los Privilegios:

“La experiencia individual de un hombre que ejerce violencia puede no girar en torno a su deseo de mantener el poder...tal violencia es a menudo la consecuencia lógica de la percepción que ese hombre tiene sobre su derecho a ciertos privilegios”. (El hombre que ataca sexualmente a una mujer durante una cita; esto tiene que ver con su percepción del derecho a placer físico, aún cuando el placer sea enteramente unilateral).

3ª P- El Permiso:

“Indiferentemente de las complejas causas sociales y psicológicas de la violencia de los hombres, ésta no prevalecería si no existiera en las costumbres sociales, los códigos legales, la aplicación de la ley y ciertas enseñanzas religiosas, un permiso explícito o tácito para ejercerla”.

“Los actos de violencia de los hombres o la agresión violenta (en este caso, usualmente contra otros hombres) son celebrados en los deportes y el cine, en

la literatura y la guerra. La violencia no sólo es permitida también se 'glamoriza' y se recompensa".

4ª P- La Paradoja:

(Las experiencias contradictorias del poder entre los hombres").

"Las formas en que los hombres hemos construido nuestro poder social individual son, paradójicamente, la fuente de una fuerte dosis de temor, aislamiento y dolor para nosotros mismos. Si el poder se construye como una capacidad para dominar y controlar, si la capacidad de actuar en formas "poderosas" requiere de la construcción de una armadura personal y de una temerosa distancia respecto de otros, si el mundo mismo del poder y los privilegios nos aparta del mundo de la crianza infantil y el sustento emocional, entonces estamos creando hombres cuya propia experiencia del poder está plagada de problemas incapacitantes".

"Las inseguridades personales otorgadas por la incapacidad de pasar la prueba de la hombría, o simplemente la amenaza del fracaso, son suficientes para llevar a muchos hombres, en particular cuando son jóvenes, a un abismo de temor, aislamiento, ira, auto castigo, auto repudio y agresión.

Dentro de tal estado emocional, la violencia se convierte en un mecanismo compensatorio".

"Esta expresión de violencia usualmente incluye la selección de un blanco que sea físicamente más débil o más vulnerable".

"La violencia de los hombres en sus múltiples formas es, entonces, el resultado tanto del poder de los hombres como de la percepción de su derecho a privilegios, el permiso para ciertas formas de violencia y el temor (o la certeza) de no tener poder."

5ª P- La armadura Psíquica:

“La violencia de los hombres es también el resultado de una estructura de carácter típicamente basada en la distancia emocional respecto de otros”.

“Las estructuras psíquicas de la masculinidad son creadas en tempranas pautas de crianza que a menudo son tipificadas por la ausencia del padre y de hombres adultos. O, al menos, por la distancia emocional de los hombres”.

“La masculinidad es codificada por la ausencia y construida al nivel de la fantasía”.

“El resultado de este complejo proceso de desarrollo psicológico es una habilidad disminuida para la empatía. Una disminuida capacidad para leer y comprender los sentimientos de otra persona”.

6ª P- La olla a presión:

“Muchas de nuestras formas dominantes de masculinidad dependen de la interiorización de una gama de emociones y su transformación en ira”.

“Los mecanismos usuales de la respuesta emocional, desde la vivencia real de una emoción hasta la expresión de los sentimientos, sufren un corto circuito a variados grados entre muchos hombres. Para muchos hombres la única emoción que cuenta de alguna validación es la ira”.

“El sentimiento de no tener poder exacerba las inseguridades masculinas. Si la masculinidad es una cuestión de poder y control, no ser poderoso significa no ser hombre. De nuevo, la violencia se convierte en el medio para probar lo contrario ante sí mismo y ante otros”.

7ª P- Pasadas experiencias:

“Demasiados hombres crecieron presenciando conductas violentas hacia las mujeres como la norma, como la manera de vivir la vida. Para algunos, esto

tiene como consecuencia una repulsión hacia la violencia, mientras que en otros produce una respuesta aprendida (Los guiones aprendidos). En muchos casos son ambas cosas: hombres que utilizan la violencia contra las mujeres a menudo experimentan un profundo repudio por sí mismos y por sus conductas”.

“Las experiencias pasadas de muchos hombres también incluyen la violencia que ellos mismos han padecido. En numerosas culturas, aunque los niños pueden tener la mitad de probabilidades de experimentar abuso sexual, para ellos es doble la probabilidad de ser objeto de abuso físico”.

“La mera supervivencia requiere, para algunos, aceptar e interiorizar la violencia como una norma de conducta”.

5ª SESIÓN
(Plano secuencia)
“No fui yo, fue la sustancia.”

Para el desarrollo de esta sesión será necesario haber estudiado previamente la guía didáctica que se adjunta en la Ficha 4. Es igualmente interesante trabajar con *El guión escrito* (Ficha nº 3). En ambas se dan indicaciones sobre como trabajar los contenidos del taller, antes y después del visionado del DVD.

Dinámicas:

¿Qué está pasando en esta historia?

Material audiovisual:

DVD “Un hombre de verdad”

Fichas:

Ficha 3: Guía didáctica del DVD “Un hombre de verdad”

LAS SIETE P'S DE KAUFMAN

OBJETIVOS

Relacionar los comportamientos violentos con los escenarios de consumo, desmontando la idea que atribuye la violencia a los efectos de la sustancia tomada.

Capacitar a los asistentes de profundidad de observación y análisis, guiando la mirada hacia aquello que subyace tras las conductas violentas.

DESARROLLO

PREVIO A LA PROYECCIÓN

Se les indica que deben contestar-reflexionar sobre las siguientes cuestiones (haciendo una **puesta en común**):

Puesta en común:

- Piensa en alguna situación en la que ser hombre te haya perjudicado.
- Piensa en una situación en la que te haya beneficiado.
- ¿Cuáles crees que son los estereotipos masculinos más predominantes?
- ¿En qué crees que consiste ser un hombre? ¿Cómo definirías a un hombre de verdad?
- ¿Crees que existe alguna relación entre ciertas conductas de riesgo con el hecho de ser educado como un varón?
- ¿Cuáles dirías que son los modelos más habituales en el cine y la televisión?
- ¿Recuerdas alguna película en la que se presente algún modelo alternativo?
- ¿Crees que los medios de comunicación nos influyen a la hora de configurar nuestras identidades? ¿De qué manera?
- ¿Qué características tienen los personajes masculinos y femeninos típicos de los cuentos?
- ¿Cómo definirías un superhéroe? ¿Qué características deben de tener?
- Piensa en la dualidad de los superhéroes, ¿qué diferencias existen entre ellos cuando están enmascarados y cuando no?
- Elaborara lista de inicio frases hechas sobre tópicos para que completen y sondear los estereotipos compartidos.

POSTERIOR A LA PROYECCIÓN

- ¿Con cuál de los dos personajes principales te sientes identificado? ¿En qué puntos sí y en cuales no? ¿Por qué?
- ¿Cómo crees que se sienten en los momentos de conflicto cada uno de ellos? ¿Qué crees que piensan? ¿Por qué reaccionan así?
- Identifica cada uno de los estereotipos descritos en el video.
- ¿Cuál es la evolución de Óscar? ¿Por qué?
- Escribe tu propia carta.

MATERIALES	Ficha nº 3: Guía Didáctica del DVD "Un hombre de verdad".
DURACIÓN	1 hora y media.

FICHA N° 3:
GUÍA DIDÁCTICA DEL DVD "UN HOMBRE DE VERDAD"

Ficha Técnica**Título:** Un hombre de verdad**Duración del material:** 5 minutos**Fecha de producción:** Marzo 2009**Tema:** Masculinidades

Sinopsis: Óscar es un niño de 8 años. Una noche su padre le desvela un gran secreto: en realidad es un superhéroe. A partir de este momento Oscar escudriña cada movimiento de su padre, descubriendo decepcionado que en realidad todo es mentira.

Este material educativo está compuesto por un video que reflexiona acerca de las identidades masculinas normativas, y una guía didáctica con orientaciones y sugerencias para su uso.

Los protagonistas

Óscar: La voz principal y la que guía el relato es la de Óscar, un niño de 8 años que narra las experiencias que va viviendo con su padre, al que él ve como un "superhéroe". Poco a poco Óscar va descubriendo que aquellas cosas que siempre le habían parecido fascinantes de los "superhéroes" ahora carecen de sentido. Por eso un día toma la firme decisión de que él nunca será un "superhéroe" u hombre de verdad. En este sentido Oscar rechaza los estereotipos masculinos que representan a su padre e intenta huir de ellos.

Padre: Decidimos jugar con la idea del superhéroe como estereotipo que engloba todas las demás conductas asociadas a la masculinidad convirtiendo al protagonista, un padre de familia, en ese superhéroe representante de lo masculino. Descubierta por su hijo en una situación incómoda decide hacerse pasar por un superhéroe para ocultar sus verdaderos patrones de comportamiento.

Guía didáctica:

Objetivo: Reflexionar sobre la construcción de la identidad masculina en base a estereotipos normativos.

Objetivos secundarios:

1. Aprender a distinguir conductas de riesgo vinculadas a estereotipos masculinos.
2. Tomar conciencia de lo limitado de los estereotipos sexistas.
3. Aprender a leer las imágenes: Tomar conciencia del alcance de los medios de masas.

Este material audiovisual pretende servir como complemento didáctico para grupos que trabajen la relación entre los modelos masculinos con las conductas de riesgo vinculadas a las adicciones.

Introducción

Tener presente en todo momento nuestro objetivo: hablar de las masculinidades para favorecer una reflexión que permita la ruptura de estereotipos, y el desarrollo de historias de vida propias.

El video es una herramienta para trabajar las "masculinidades" y la carta, el hilo de ese video. Una vez que controlamos la herramienta (el video), nuestro esfuerzo se centra en el hilo de ese video, la carta.

Esa carta va a ser nuestro recurso narrativo, el método que nos servirá para establecer los referentes del tema, y los puntos de inflexión sobre los que trabajar. No es cualquier carta, es la que permite crear un referente teórico sobre el que empezar a hablar. Ha de ser capaz de poner nombre, sin evidenciar, las circunstancias que han condicionado todas aquellas trayectorias de vida en una sociedad polarizada en géneros.

Si parte de nuestro objetivo es la reflexión, han de quedar muy claros cuales son los puntos que facilitarán esa tarea. Queremos agitar pero debemos acompañar la reflexión, estableciendo un marco de seguridad. No hacerlo sería irresponsable profesionalmente e irrespetuoso a un nivel más personal. Vamos a intentar poner nombre a todas aquellas sensaciones y sentimientos que han podido tener a lo largo de sus trayectorias. Sólo entendiendo puedo deconstruir para volver a construir/ me.

A lo largo de la carta observamos desde la mirada “inocente” de un niño ciertos comportamientos del padre, que nos van desvelando una serie de estereotipos de la masculinidad:

- Ser hombre es ser más que ser mujer/niño/homosexual: la idea misma del padre como superhéroe refuerza esta idea (algo a lo que su madre y el mismo no pueden aspirar).

- Superhéroe: una vez que comenzamos a mirar al padre desde la mirada del protagonista como un superhéroe, éste se convierte en representante del modelo hegemónico masculino, o más concretamente, en una serie de estereotipos asociados a una “verdadera” masculinidad. El descubrimiento del personaje viene en dos sentidos:

- 1) Por un lado descubre que lo que se asocia al superhéroe (comportamiento ejemplar) no es gratificante siempre sino limitador y frustrante.
- 2) Que los superhéroes no existen (súper hombres)

- Conductas de riesgos asociadas a la masculinidad: en un primer momento el padre llega borracho a casa. Más tarde le vemos consumiendo cocaína y conduciendo a gran velocidad como algo que “mola”.

- A un hombre de verdad (superhéroe) todo el mundo le hace caso, es importante y tiene éxito con la vida y con las mujeres.

- Un hombre no se relaciona con las mujeres de igual a igual, y las sitúa en opuestos dicotómicos irreconciliables: el hecho de que trate de forma diferente a su mujer y al resto de mujeres.
- Un hombre recurre a la violencia para resolver los problemas y para posicionarse entre el grupo de iguales: cómo defiende a los amigos.
- Los hombres (superhéroes) deben de ser valientes, arriesgados y duros: reprimenda cuándo el chico llora.
- Al igual que la mujer no nace sino que se hace, el hombre se define por su comportamiento y lo que va aprendiendo a lo largo de su proceso de socialización como verdaderamente masculino. Aprendizaje del chaval a través del antifaz.
- Peligro ante relaciones con el otro (mujeres y homosexuales): advertencias ante los juegos que mantiene con su amiga Luisa

El padre, en un principio se erige como modelo a seguir, hasta que una serie de acontecimientos desembocan en la necesaria elección del niño por diferentes modelos de masculinidad dentro de un patrón (superhéroe), que a fuerza debe asumir en la construcción de su identidad masculina: El niño finalmente se prueba diferentes trajes, sin sentirse cómodo con ninguno. Podemos rebelarnos ante los modelos y cambiar la forma en la que somos/nos sentimos hombres. Esta es la puerta que se abre con el final de la historia, que nuestras identidades masculinas no son innatas sino que las vamos aprendiendo a lo largo de la vida, y que tenemos la oportunidad de cambiarlas y evolucionar hacia otros modelos. Finalmente al niño no le convence ninguno de los modelos (disfraces) que le ofrecen, y rechaza así mismo el de su padre como verdadero (Devuelve a su dueño el traje de súper poderes de su padre):

Actitudes que se quieren fomentar (positivas):

1. Modelos masculinos positivos.
2. "Rebeldía masculina" frente a los modelos normativos impuestos.
3. Reflexión positiva de lo que implican los roles de género en las relaciones sociales.

Actitudes que se quieren evidenciar (negativas):

1. Roles tradicionalmente asignados a los varones.
2. Presión social para "comportarse" como un hombre.
3. Actitudes y comportamientos violentos en situaciones de frustración.
4. Actitudes negativas en el ámbito familiar VS actitud positiva en el ámbito social.

CONSULTAR EL DVD "UN HOMBRE DE VERDAD"

6ª SESIÓN

Buscando posibles soluciones al conflicto.

“¡¡Se buscan guionistas, actores y actrices para una nueva película!!”

“Sólo si aprendemos a cuidarnos y asumimos la responsabilidad de desplegarlos como seres humanos podremos llegar a cuidar y favorecer el desarrollo positivo de otras personas. Cuando uno no se ayuda a si mismo suele esperar que la pareja le salve, que le facilite todo, le evite los problemas, le solucione los conflictos, esté pendiente de sus necesidades y deseos, y le procure la felicidad que ansía. Esta demanda excesiva e injusta acaba cansando incluso a la persona más generosa y puede llegar a destruir la relación. Para ser ayudado, uno debe empezar por ayudarse a si mismo haciendo lo que debe hacer. Entonces, hallará personas dispuestas a darle apoyo en lo que necesite. En caso contrario sólo conseguirá que la gente huya de su lado, porque vivir con una persona tan dependiente acaba cansando, a no ser que uno también sea un necesitado”.

Fuente: Jaume Soler y Maria Mercè Conangla. *Juntos pero no atados. Ecología Emocional*. RBA de bolsillo. 2008 (1ª edic. 2005).

Dinámicas:

Cuídate compa.

Los círculos del buen trato.

Fichas:

Ficha nº 4: Cuídate compa.

CUÍDATE, COMPA...	
OBJETIVOS	Visibilizar un panorama de cambio cercano generador de inquietud y motivación para seguir el camino ya iniciado.
DESARROLLO	<p>A modo de guión de vida se les entregará la ficha de "Cuídate compa" con las diez recomendaciones o pautas de interpretación de este nuevo personaje.</p> <p>Primero leeríamos la ficha de las diez recomendaciones para jugar estas nuevas situaciones vitales. Tras una primera lectura se trataría de escoger individualmente una o dos pautas e intentar reflexionar acerca de los beneficios que nos puede aportar introducir esta pauta concreta y de los cambios que tengo que ir haciendo que me permitan encaminar el proceso hacia este lugar.</p> <p>También, y si el tiempo lo permite, podríamos reflexionar sobre los posibles factores que podrían dificultar la incorporación de esta faceta concreta a nuestro nuevo guión de vida.</p> <p>Por último añadiríamos la posibilidad de introducir todas las pautas, una por una, visualizándonos en la situación imaginaria.</p> <p>Ahora que he aprendido a cuidarme tal vez pueda ponerme en juego con otro/a personaje... Entrar al diálogo.</p>
MATERIALES	Ficha nº 4: "Ficha de las 10 recomendaciones para un nuevo guión de vida, CUÍDATE COMPA".
DURACIÓN	45 minutos.

FICHA N° 4:
CUIDATE COMPA

1. Viviremos más y mejor. Aprendiendo a cuidarnos evitaremos no pocos riesgos asociados a la masculinidad que acortan nuestra esperanza de vida.
2. De valientes es ser prudente. Poner en peligro tu vida y la de los/las demás no es sinónimo de hombría, si no de estupidez.
3. Cuida y aprenderás a cuidarte; si te cuidas, sabrás cuidar. Las tareas de cuidado (Hijos, familiares...) nos proporcionan una excelente oportunidad de aprender cómo satisfacer necesidades ajenas, ponernos en lugar de la otra persona, y mostrar cariño sin temor al ridículo.
4. Conoce tu cuerpo. Obsérvate y escucha tu organismo, de esta manera podrás saber cuando algo falla, es la mejor garantía para prevenir enfermedades. Tu cuerpo te lo agradecerá y tu bolsillo también.
5. Cultiva tus amistades cotidianamente y pídeles ayuda. No te aisles y soportes tu dolor en soledad. No te creas que puedes aguantar todo lo habido y por haber tú solito. Contar y compartir lo que nos pasa relaja, tranquiliza, y nos permite tener otros puntos de vista.
6. Cuando te enrolles, protégete. Utiliza siempre preservativo en las relaciones sexuales. Es el único método que previene embarazos no deseados e infecciones. No dejes tu salud en manos de alguien que quizás no sepa cuidarse.
7. Aliméntate equilibradamente, cuida tu higiene personal y la de tu hogar. Un estilo de vida y espacios saludables te proporcionan un excelente marco protector para tu salud. Tómate el tiempo necesario para ello, es prioritario y no accesorio para tu salud.

8. En el deporte no todo son medallas. Realizar actividades físicas con moderación es muy saludable, enfocarse a la competición y al máximo esfuerzo en el menor tiempo no siempre es lo mejor para ti.

9. Refugiarte en las adicciones no resolverá tus problemas. No contarlos, no solicitar ayuda, y no afrontarlos es camino seguro para caer en ellas.

10. Acude a los servicios sanitarios a las primeras de cambio. No esperes a utilizarlos cuando el dolor o la situación se torne insoportable, así te curarás con más facilidad y te saldrá más barato.

Fuente original: díptico “De Hombre a hombre: cuídate”. Programa de Hombres por la Igualdad. Grupo de Hombres de México.

LOS CÍRCULOS DEL BUEN TRATO

OBJETIVOS

Ampliar el espectro de la sexualidad entendiéndola fundamentalmente en su ámbito relacional. Relaciones de buen trato. Reflexionar sobre los modelos de pareja y los roles que desempeñamos en ellos mujeres y hombres.

DESARROLLO

Se dibujan los cuatro modelos de relación que propone esta técnica: Dos círculos separados entre sí. Del mismo tamaño pero sin tocarse, tan siquiera se rozan, más bien hay distancia entre ambos.

(Egoísmo a dos.)

En este modelo ambos miembros de la pareja funcionarían por separado. Podrían compartir gastos de alquiler, etc. pero mantendrían una relación aséptica sin un proyecto común.

Dos círculos en donde se ve claramente que uno de ellos ha quedado absorbido por el otro. (El externo se dibujaría más grande que el interno). **(Yo vampirizado.)**

En este modelo una de las personas queda anulada o supeditada por entero al mundo de otro y por tanto no se desarrolla ella misma como persona independiente. Genera una relación de dependencia en donde el mal trato sería muy probable.

Dos círculos solapados uno sobre el otro. **(Amor fusión.)**

Este modelo es también llamado "amor romántico. Interesa reflexionar sobre la opción de estar completamente fusionado a otra persona en todos los aspectos y tiempos de tu vida.

Dos círculos entrelazados que comparten el espacio que resulta de unirlos hasta llegar a tener exactamente el mismo radio. **(Modelo igualitario.)**

Este modelo sería el más sano, el ideal si hablamos de relaciones de buen trato. Sería interesante reflexionar sobre qué creemos que tenemos que desarrollar para llegar a construir este tipo de relaciones. Donde la otra persona es un igual, con los mismos derechos que yo. **No comentar la explicaciones de cada círculo.**

A continuación se explica que piensen en una relación afectivosexual que quisieran tener o que hayan tenido. Considerando cada círculo como las personas que se van a poner en relación, se trataría de imaginarnos como dibujaríamos (dentro de estas cuatro posibilidades o cualesquiera que se les ocurran pero preferiblemente que se centren en estos cuatro modelos), nuestra relación para después explicar los

DESARROLLO	<p>cuatro modelos y el "Ideal igualitario" o "Pareja emocionalmente ecológica". (que corresponde al modelo 4 de relación)</p> <p>Explicaríamos que en una misma relación es posible estar en las cuatro fases. No obstante, la permanencia en la primera o segunda, sobre todo esta última, nos llevaría a una relación en donde el mal trato se establecería como modelo de relación. (Durante la reflexión sobre el segundo modelo, 'yo vampirizado', será importante que el monitorado tenga en cuenta cuál es la tendencia respecto a los roles de género en la que se cae en este tipo de relación. ¿Quién correspondería al círculo que queda absorbido por el otro, la mujer o el hombre? Porque generalmente es la mujer, y debemos poder visibilizar esta realidad, independientemente de que encontremos casos de varones que se puedan ver/sentir en esa situación).</p> <p>Cabe explicar previamente a la realización de la dinámica que cada persona en sí misma es un círculo completo. Que hemos de entender que cuando imaginamos la esfera en su completitud, nos referimos a todos los aspectos de la vida de una persona....por tanto cabrían preguntas del tipo: ¿Hasta donde quieres compartir tu vida con la otra persona?, ¿Qué espacios de tu vida tienes para ti y cuales compartes en la relación?, ¿Tienes un proyecto de vida propio?, ¿Tenéis un proyecto de vida compartido?</p>
MATERIALES	FOLIOS. BOLÍGRAFOS.
DURACIÓN	45 minutos.

7ª SESIÓN
(Creando otras historias)
“Tod@s somos protagonistas.”

Cuando hablamos del cambio como proceso, no nos referimos a un proceso lineal si no, más bien, discontinuo, circular o en espiral. Según el modelo transteórico de Prochaska y Diclemente (1984) **en los procesos de cambio podemos distinguir cinco fases: Precontemplación, Contemplación, Preparación, Acción y Mantenimiento.**

En el estado de Precontemplación una persona no percibe su problema como tal; en el de contemplación es consciente de ese problema pero existe una gran ambivalencia ante la posibilidad de cambio. En el estadio de Preparación esta persona toma una decisión de cambio y se compromete con ella; si continúa avanzando, en los dos estadios siguientes es capaz de **iniciar el cambio y consolidarlo**. El modelo incluye la posibilidad de un retroceso, en cualquier momento, a cualquiera de los estadios anteriores; de ahí que no sea un proceso lineal.

Dinámicas:

Reconociéndonos en el camino.
Ni héroe ni villano si no otra cosa.

Fichas:

Ficha nº 5: Proceso de cambio. Para la realización de las sesiones prácticas se debe escribir cada proceso en una hoja.
Ficha nº 6: Poema “A ti”.

RECONOCIÉNDONOS EN EL CAMINO.

OBJETIVOS	<p>Mostrar la posibilidad de sumarse a las sinergias positivas como factor que facilita su proceso de cambio. Reconocer su derecho a una vida más sana y libre en donde se conviertan en protagonistas de sus propias vidas.</p>
DESARROLLO	<p>Constará de 5 partes: Precontemplación-Contemplación- Preparación-Acción-Mantenimiento. Hacemos un círculo con las sillas y nos sentamos alrededor de la hoja que pone PROCESO DE CAMBIO. Tratando de establecer el centro del círculo sobre este enunciado. El resto de hojas, las cinco restantes, las pondríamos de manera que conformen la circunferencia que gira en torno al Proceso de cambio. De esta forma estaríamos facilitando visualizar las fases del proceso de una manera no lineal, si no circular. Ello se debe a la idea de que el cambio nunca se establece de manera lineal, a veces retrocedemos, otras nos podemos sentir frenados, otras impulsados hacia la siguiente fase... Lo que proponemos ahora es que los participantes se posicionen en alguna de las fases, en la que crean estar en el momento actual. Tras haberse posicionado les invitamos a que comenten. ¿Por qué creen que están en esa fase? ¿Como han llegado hasta ahí? ¿Creen que podrían retroceder? ¿Que cosas hago para avanzar? ¿Que cosas podrían hacerme retroceder? El monitorado tendrá presente que las personas que intervengan deben ser: - Reforzadas por haber tomado la decisión consciente de un cambio. - Valoradas por compartir tanto aquellas cosas que les ayudaron a progresar, (y) como aquellas otras que sienten que dificultaban y dificultan el avance.</p> <p>La idea principal es que todos estamos en constante cambio y, respecto al proceso que nos incumbe con las adicciones, es interesante subrayar que hacer las cosas con mayor conciencia facilita que el cambio se efectúe y se mantenga. Por tanto es importante aprender a reconocer, reconocernos en el camino y saber en que parte del camino estamos.</p>
MATERIALES	<p>Ficha 6: Procesos de Cambio (para el desarrollo de la dinámica, escribir cada proceso de cambio en una hoja).</p>
DURACIÓN	<p>45 minutos.</p>

NI HÉROE NI VILLANO, SINO OTRA COSA	
OBJETIVOS	<p>Dotar a los participantes de herramientas y motivación para auto percibirse como posibles sujetos del cambio social que se está desarrollando.</p> <p>Ampliar el espectro de identidades constreñido por el rol del hombre, ofreciendo un panorama constructivo sobre el que proyectarse y evolucionar.</p>
DESARROLLO	<p>Leemos el poema como si de una visualización se tratase. Nos podemos apoyar con una música de fondo (Canon de Pachelbel o cualquier otra que nos pueda servir de apoyo) mientras leemos el texto. Previa a la lectura se les invita a cerrar los ojos y hacer unos ciclos respiratorios completos, inhalando y exhalando plenamente, para ponerse en situación de escucha (Escucha con uno mismo y con la voz que nos lee).</p> <p>Una vez comenzada la lectura, el monitorado habrá de prestar atención al poema y enfatizar aquellos versos que, por su contenido, queremos resaltar (Pongo sobre ti mis manos para que seas mi poema; encuentras en ti recursos inagotables; yo soy el único que no aceptará tu servidumbre...). La idea fundamental que subyace dentro del poema es la importancia de creer en el potencial interno de todo ser humano, en la capacidad de reconstrucción de nuestras vidas.</p> <p>Se nos esta invitando a creer en nosotros como posibles agentes activos en ese cambio. "Encuentra en ti recursos inagotables".</p> <p>Como dinámica final de cierre de los talleres está pensada para potenciar la motivación al cambio que durante el desarrollo de toda la intervención hemos venido subrayando. La necesidad de sabernos susceptibles de mejora es ya un paso, aceptarnos como somos y seguir construyendo desde ahí.</p> <p>El titulo de la dinámica hace referencia a la tendencia en el comportamiento masculino a convertirse en lo contrario del ideal, como hombres en este caso, si este nos resulta imposible de alcanzar.</p> <p>Podemos construirnos como realmente queramos ser transformándonos en agentes activos en la composición de sinergias positivas que favorezcan el cambio individual y el colectivo.</p> <p>Sobre todo si somos cada vez mas conscientes e identificamos todas aquellas sinergias negativas, vinculadas con la masculinidad hegemónica, que nos impiden relacionarnos con notros mismos y con las y los demás de manera sana y respetuosa.</p>
MATERIALES	Ficha nº 7: Poema de Walt Whitman. A Ti.
DURACIÓN	45 minutos.

FICHA N° 5
PROCESOS DE CAMBIO

PRECONTEMPLACIÓN

CONTEMPLACIÓN

PREPARACIÓN

ACCIÓN

MANTENIMIENTO

FICHA N° 6
POEMA DE WALT WHITMAN

A TI (Walt Whitman)

Quienquiera que seas, sospecho con temor que caminas por
los senderos de los sueños,
Temo que estas realidades ilusorias se desvanezcan bajo tus
pies y entre tus manos,
Desde ahora tus facciones, alegrías, lenguaje, casa, negocio,
modales, molestias, locuras, traje, crímenes, se separan
de ti.
Se me aparecen tu alma y tu cuerpo verdaderos,
se apartan de negocios, comercio, tiendas, trabajo, granja,
casa, compra, venta, comer, beber, sufrimiento, muerte.

**Quien quiera que seas, pongo sobre ti mis manos para que seas
Mi poema.**

Te murmuro al oído;

**He amado a muchas mujeres y a muchos hombres, pero a nadie
he amado tanto como a ti.**

Oh, he sido tardo y mudo,
debí haberme abierto camino hacia ti hace mucho tiempo,
no debí haber proclamado a nadie sino a ti, no debí haber
cantado a nadie sino a ti.

Lo abandonaré todo y vendré, y cantaré himnos en tu honor.
Nadie te ha comprendido, pero yo te comprendo,
nadie te ha justificado, y tú no te has justificado tampoco,
no hay nadie que no te haya encontrado imperfecto, sólo yo
no encuentro en ti imperfecciones .

No hay nadie que no haya querido esclavizarte, **yo soy el
único que no aceptará tu servidumbre,**
yo soy el único que no te impone señor, ni dueño, ni superior,
ni Dios fuera de los que hay intrínsecos en ti mismo...

....¡Oh, yo podría cantar de ti grandezas y glorias!
No te has conocido a ti mismo, tu vida entera sólo ha sido un
sueño interior.

Tus párpados han estado cerrados casi siempre
tus actos vuelven a ti para escarnecerte
(si tu trabajo, tu saber, tus plegarias no vuelven a ti para
Escarnecerte, ¿para qué vuelven?).

El escarnio no te pertenece,
debajo de él y dentro de él te veo en acecho.
Te he seguido hasta donde nadie te ha seguido,
si el silencio, la mesa de trabajo, la expresión petulante,
la noche, la rutina diaria **te ocultan de los demás o de ti mismo,**
no te ocultan de mi.

Si el rostro rasurado, el ojo inquieto, la tez impura engañan
a los demás, a mi no me engañan.
Yo aparto el vestido llamativo, la actividad vergonzosa, la
embriaguez, la codicia, la muerte prematura.

**No hay don alguno en el hombre o en la mujer que no se adapte
a ti,**
**no hay virtud, ni belleza en el hombre o en la mujer que no
estén también en ti,**
y ningún placer les espera que no te espere también a ti....

.....**Las trabas caen de tus tobillos, ENCUENTRAS EN TI RECURSOS
INAGOTABLES,**
Viejo o joven, hombre o mujer, grosero, bajo, rechazado por todos,
Lo que tú seas te proclama.
A través del nacimiento, vida, muerte, entierro, **los medios
abundantes, nada te será escatimado.**

A través de cóleras, pérdidas, ambiciones, ignorancia, hastío,
lo que tú eres, se abrirá paso.



Bibliografía

Bibliografía

- Almeida, C; Gómez M. *Las huellas de la violencia invisible*. Barcelona: Ariel, 2005. 341 p. ISBN 84-344-7482-4.
- Amor, P.; De Corral, P.; Bohórquez, I.; Oria, J.C.; Rodríguez, M.; López y Segarra, F.; Calderón, D. "Violencia de pareja y adicción a drogas en Centros de Día". En XXXVI Jornadas Nacionales de Socidrogalcohol. (Salamanca, 25, 26 y 27 de marzo de 2009), pág. 43.
- Bonino, L. *Los varones ante el problema de la igualdad con las mujeres*, en Lomas, C. (Ed) ¿Todos los hombres son iguales? Identidad masculina y cambios sociales. Barcelona: Paidós, 2002.
- Bonino, L. "Los micromachismos en la vida conyugal", en Corsi, J.: Violencia masculina en la pareja. Buenos Aires: Paidós. 1995.
- Cárdenas, I.; Ortiz, D. *Entre el amor y el odio*. Madrid: Síntesis, 2005. 221 p. ISBN 84-9756-348-4.
- Carrón, J. y Sánchez, L. *Los servicios sociales generales y la atención a drogodependientes*, Grupo Interdisciplinar Sobre Drogas (G.I.D.) Madrid. 1995.
- Connell, R. W. *Gender and power*. Stanford, CA: Stanford University Press. 1987.
- Connell, R. W. *An iron man: The body and some contradictions of hegemonic masculinity*. In M. A. Messner & D. F. Sabo (Eds.), *Sport, men and the gender order*. Champaign, IL: Human Kinetics Books, 1990.
- Grupo Interdisciplinar Sobre Drogas (G.I.D.) *El educador social y las drogodependencias*. Edita: GID. Madrid, 1995.
- Echeburúa, E.; Fernández-Montalvo, J. *Celos en la pareja: una emoción destructiva: un enfoque clínico*. Barcelona: Ariel, 2001. 154 p. ISBN 84-344-1228-4.
- Echeburúa, E.; De Corral, P. *Manual de violencia familiar*. Madrid: Siglo XXI, 2006. 213 p. ISBN 84-323-0971-0.

- Echeburúa, E.; Amor, P. J.; Fernández-Montalvo J. *Vivir sin violencia*. Madrid: Pirámide, 2002. 179 p. ISBN 84-368-1642-0.
- Echeburúa, E. *Personalidades violentas*. Madrid: Pirámide, 2003. 301 p. ISBN 84-368-0829-0.
- Echeburúa, E. *Superar un trauma: el tratamiento de la s víctimas de sucesos violentos*. Madrid: Pirámide, 2005. 215 p. ISBN 84-368-1900-4.
- Frutos Frutos, I. y Olmeda Valle, A. Asociación de Mujeres Jóvenes. *Teoría y Análisis de Género. Guía metodológica para trabajar con grupos*. Edita: Mujeres Jóvenes, 2001.
- González M., R.; Santana H, J. D; *Violencia en parejas jóvenes: Análisis y prevención*. Madrid: Pirámide, 2001. 103 p. ISBN 84-368-1615-3
- Gutmann, M.C; Prieto P. (trad.) *Annual Review of Anthropology*, núm 26, 1997, pp. 385-409 *Traficando con hombres: la antropología de la masculinidad*. Annual Review Inc. 1997.
- Hirigoyen, M. F. *Mujeres Maltratadas: los mecanismos de la violencia en la pareja*. Barcelona: Paidós, 2006. 186 p. ISBN 84-493-1868-8.
- Kaufman, M. *Las siete P's de la violencia de los hombres*. Revista de la Asociación Internacional para Estudios sobre Hombres, vol. 6 nº 2, junio de 1999.
- Labrador, F. J; Paz Rincón, P; De Luis, P; Fernández-Velasco, R. *Mujeres víctimas de la violencia doméstica: programa de actuación*. Madrid: Pirámide, 2005. 252 p. ISBN 84-368-1846-6.
- Lorente Acosta, M. *Masculinidad y violencia. Implicaciones y explicaciones*. Donostia, 2006.
- Martínez Herranz, P. *La violencia contra las mujeres en el ámbito doméstico y su construcción como problema social. Evidenciando la influencia de la teoría y práctica feminista y la desappropriación de su poder en los discursos oficiales*. 2005. Documento inédito.
- Martínez Redondo, P. *Investigación sobre las dificultades de acceso al tratamiento y carencias en la intervención con mujeres drogodependientes en los centros de UNAD*. 2007.
- Martínez Redondo, P. *Perspectiva de género aplicada a las drogodependencias* Pamplona: ASECEDI, 2008.
- Moral, B. (Farapi, s.l.) "Marco teórico" en *Cómo introducir la Perspectiva de Género en los proyectos de drogodependencias*. 1ª Jornada de la Comisión de Género del Gobiernos Vasco, 2008.

- Montesinos, R. *Las rutas de la Masculinidad: ensayos sobre el cural y cambio cultural y el mundo moderno*. Barcelona: Gedisa, 2002. 270 p. ISBN 84-7432-348-7.
- Prochaska y Diclemente (1984), referenciado en capítulo 10 “Mujeres drogodependientes y maltratadas” p.149, Castaños Izquierdo, Mónica et al, *Intervención en Drogodependencias con Enfoque de Género*. Colección Salud nº 10. Instituto de la Mujer, 2007.
- Sabo, D. *Comprender la salud de los hombres. Un enfoque relacional y sensible al género*. Organización Panamericana de la Salud. 2000.
- Sanmartín, J (coord.) *El laberinto de la violencia: causas, tipos y efecto*. 2ª ed. Barcelona: Ariel, 2004. 369 p. ISBN 84-344-7475-1.
- Sarasua, B; Zubizarreta, I. *Violencia en la pareja*. Málaga: Aljibe, 2000. 106 p. ISBN 84-95212-87-0.
- Segarra, M.; Carabí, À. (eds.) *Nuevas Masculinidades*. Barcelona: Icaria, 2000. 189 p. ISBN 84-7426-485-5.
- Seidler, V.J; Sarret, J. (trad.) *Masculinidades: culturas globales y vidas íntimas*. Londres: Ediciones de Intervención Cultural, 2006. 262 p. ISBN 978-84-96356-98-6.
- Soler, Jaume y Conangla, Maria Mercè. *Juntos pero no atados. Ecología Emocional*. RBA de bolsillo. 2008 (1ª edic 2005).
- United Nations INSTRAW. *Violencia por razones de género*. 2004.
- Welzer-Lang, D. *La violencia domestica a través de 60 preguntas y 59 respuestas*. Madrid: Alianza Editorial, 2007. 222 p. ISBN 978-84-206-6146-9.
- Welzer-Lang, Daniel (2002) “Las crisis de las masculinidades: entre cuestionamientos y críticas contra el heterosexismo”, *Actas del Congreso Los hombres ante el nuevo orden social*: 51-76. Victoria-Gasteiz, EMAKUNDE-Instituto vasco de la mujer.
- SGS, Referencial de Centros de Día ASECEDI. Madrid: ASECEDI, 2002. www.asecedi.org

