

HOMBRES EN CAMBIO

GUÍA DE NUEVAS MASCULINIDADES
PARA EL BUEN TRATO



MATERIAL PARA LA SENSIBILIZACIÓN Y LA PREVENCIÓN
EN MATERIA DE VIOLENCIA DE GÉNERO

MAYO 2023

Coordinación: **Ana Delso Atalaya**

Autoría: **Norma Ageitos Urain, Ana Regatero Labadía, Sara Salgado Quílez**

Maquetación: | Impresión:

Asociación TRABE

Financiado por el Ayuntamiento de Colmenar Viejo, con cargo a los créditos recibidos del Ministerio de Igualdad, Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género



ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN DE LA GUÍA “HOMBRES EN CAMBIO”	5
¿Qué es esta guía?	5
Objetivos de la guía	6
Motivos para el cambio	6
En palabras de las personas entrevistadas	7
2. CÓMO TRABAJAR CON CHICOS ADOLESCENTES Y JÓVENES PARA FOMENTAR EL BUEN TRATO	10
3 miradas teóricas sobre la mirada pedagógica	10
4 estrategias para interiorizar la propuesta pedagógica	11
3. ROLES Y MANDATOS DE GÉNERO Y PRIVILEGIOS DE LOS CHICOS	14
Roles de género tradicionales	14
Mandatos en la era digital	15
Dinámicas para desmontar estereotipos	16
4. ¿QUÉ TIPO DE CHICOS SON?	21
Masculinidades diversas: cuerpos, expresiones y características	21
Conductas de riesgo vs conductas de cuidado	22
Dinámicas para ser hombres en plural	24
5. RELACIONARSE DESDE EL BUEN TRATO	27
Desmontar mitos/timos del amor romántico	27
Desmontar creencias erróneas sobre la erótica y la sexualidad	29
Dinámicas para gustarnos bien	30
6. CONSTRUIR FRATRIAS COMPROMETIDAS CON EL BUEN TRATO	36
La manosfera para los más jóvenes	36
¿Cómo podemos acompañar la transformación?	37
Dinámicas para ser otros	38
RECOMENDAMOS	41
Series	41
Películas	42
Proyectos a pie de calle	43
Masculinidades en instagram	43
Lecturas para profundizar	44



1

PRESENTACIÓN DE LA GUÍA "HOMBRES EN CAMBIO"

PRESENTACIÓN DE LA GUÍA “HOMBRES EN CAMBIO”

¿QUÉ ES ESTA GUÍA?

El Ayuntamiento de Colmenar Viejo lleva años trabajando a favor de la igualdad entre mujeres y hombres al igual que otras administraciones públicas españolas. Esta Guía está enmarcada dentro de las políticas públicas financiadas con cargo a los fondos del Pacto de Estado contra la Violencia de Género.

La desigualdad entre mujeres y hombres tiene un impacto directo en la sociedad. Todas las personas se ven afectadas por las construcciones socioculturales en cuanto al sexo y al género, viéndose en mayor medida perjudicadas las mujeres. En esta ecuación, son ellas las que quedan en una posición de subordinación por los mandatos de género y se ven continuamente violentadas de formas diversas por ser mujeres, padeciendo discriminaciones basadas en diferencias de género justificadas como “naturales”.

Sin embargo, en el contexto local y español llevamos décadas de transformaciones en cuanto a la concepción de “mujer” en diferentes ámbitos: en el mundo laboral, el mundo rural, en el ámbito doméstico, en la familia, dentro de los movimientos sociales, etc. Este cambio avanza en pro de la igualdad de géneros y busca poner fin a las violencias machistas. No obstante, este movimiento no puede avanzar de forma aislada, debe estar acompañado de la movilización conjunta de toda la población.

Es por ello que, de forma paralela, se debe trabajar también la construcción tradicional de “hombre”, cuestionando el concepto de masculinidad e implicándoles de forma específica a ellos para contribuir al fin de las violencias de género.

En contra de lo que en ocasiones se piensa, este cambio sigue siendo necesario incluso en las generaciones más jóvenes, por poner de muestra un dato, en el estudio “La situación de la violencia contra las mujeres en la adolescencia en España”, hasta un 6% de los chicos jóvenes encuestados reconoció haber insultado y controlado el móvil alguna vez o más. En base a los datos del estudio, si atendemos a las chicas que respondieron a la encuesta, algunas de las proporciones duplican o triplican las respuestas de los chicos.

Es decir, no solo es preocupante el nivel reconocido o expresado de conductas de violencia, también la desigualdad entre la percepción de ellos y ellas. Esta desigualdad es clara muestra de una posible incapacidad para identificar y reconocer sus propias conductas violentas.

Por ello, es imprescindible dotar de herramientas para la transformación hacia identidades y expresiones igualitarias a profesionales del ámbito de la educación formal y no formal.

Para este fin, se han realizado diversas entrevistas a profesionales de la educación formal y no formal, así como a la coordinadora del Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género y personas jóvenes de Colmenar Viejo. Mediante las mismas se han detectado las necesidades locales y las claves para futuras intervenciones, aplicando estas propuestas al desarrollo del presente documento y de las actividades sugeridas en el mismo.

De esta manera, se ha desarrollado una guía dando respuesta a la necesidad de transformación social en cuanto a la igualdad entre mujeres y hombres. En definitiva, esta guía pretende reunir análisis teóricos y propuestas prácticas que sirvan de ejemplo e inspiración para intervenciones en el contexto del Ayuntamiento de Colmenar Viejo.

OBJETIVOS DE LA GUÍA “HOMBRES EN CAMBIO”

OBJETIVO GENERAL

- ▾ Contribuir a los programas de prevención y sensibilización abordados con jóvenes para la construcción de relaciones de buen trato.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ▾ Ofrecer herramientas para la reflexión sobre los modelos de hombre
- ▾ Compartir técnicas que permiten la toma de conciencia sobre los privilegios y la importancia de renunciar a los mismos.
- ▾ Facilitar herramientas para la construcción de masculinidades igualitarias, diversas y libres de estereotipos.

MOTIVOS PARA EL CAMBIO

El proceso de creación de esta guía ha contado con entrevistas a profesionales relevantes del ámbito educativo y de prevención de violencias machistas de Colmenar Viejo. Así, en base a lo que nos han compartido, hemos reunido las necesidades que han detectado para el cambio y sus propias palabras.

Necesidades para el cambio

A continuación hemos reunido aquellos cambios clave y necesarios detectados. Según las personas entrevistadas, los hombres jóvenes aún necesitan...

- ~ Apertura emocional; poder expresar sus propias emociones, identificar las ajenas y actuar teniéndolas en cuenta.
- ~ Comprometerse en la asunción de responsabilidades y tareas de cuidados y de ámbito doméstico. Son tareas cotidianas que les incumben y les completan como personas.
- ~ Seguir desmontando estereotipos y mitos relacionados a los roles de género.
- ~ Referentes masculinos que se relacionen desde los buenos tratos.
- ~ Apertura a la escucha: desarrollar más la empatía para la escucha activa.
- ~ Mejorar la relación corporal con uno mismo y con el resto de personas para obtener relaciones basadas en el buen trato.
- ~ Integrar la importancia del lenguaje inclusivo como herramienta para concebirse a sí mismos y también para nombrar a las realidades existentes sin poner el foco en un género.
- ~ Construir relaciones desde el buen-trato.
- ~ Asesoramiento y acompañamiento en la ruptura de las ideas hegemónicas ligadas a la masculinidad.
- ~ Profesionales con competencias necesarias para tratar todas estas temáticas.

EN PALABRAS DE LAS PERSONAS ENTREVISTADAS

A continuación, recogemos algunas de las frases más significativas que reflejan las ideas ya señaladas:

“Estaría bien que la guía hablara de los conceptos que queremos que lleguen a los chavales, de cómo acompañar en el feminismo, de cómo intervenir con jóvenes -por qué cómo, para qué, qué lugar ocupan las jóvenes cuando se está interviniendo con los chavales.”

“Conceptualización sexo-género, cómo te enseñan a ser hombre, desmontar los mitos, esa es la idea que tengo de guía (...) de lo más básico; cómo acompañarles, cómo trabajar con ellos, nuevas masculinidades.”

“Un espacio de reflexión, se siguen cuestionando, de revisión propia, de piña con otros para informarse, reformarse, de escuchar más sobre todo; ponerse en los zapatos de sus madres, de sus novias.”

“Lo más importante es: trabajar el desapego emocional, los mandatos de género, qué es, porque nadie les ha explicado qué son, porque generan malestares, malestares de género... en el caso de los chicos, que a lo mejor no puedan expresar sus emociones.”

“Lo que veo es que necesitan desmontar privilegios,
hablar de conceptos muy básicos.”

“Uno de los principales problemas es que no hay referentes, un referente con nombre y apellidos, aunque sea mayor que ellos, un futbolista, un nadador...referentes que conozcan que sean modelos reales.”

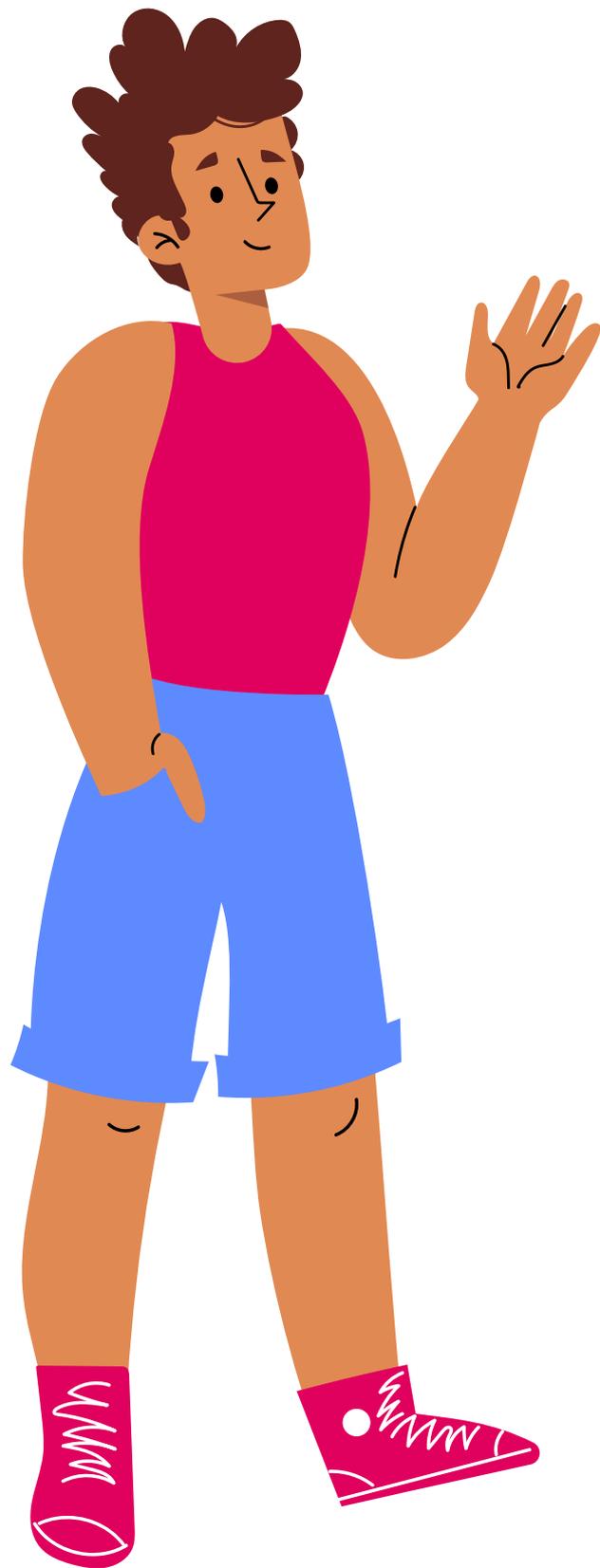
“El mensaje debe ser: “eres más guay si eres de esa manera”. Ellos se identifican con lo que es más guay, tiene que ser dar valor a eso, más moderno, más guay.”

“Las políticas de Igualdad llevan a la comodidad y a estar cómodo haciendo lo que te dé la gana, que es de lo que se trata y de ser feliz.”

“Resumido en: trabajar los cuidados, trabajar el respeto corporal en todos los sentidos y la comunicación, o sea el lenguaje inclusivo. Si tú todo esto lo mantienes, esta manera de estar en el aula, esta filosofía y lo vas subiendo, el día en que estén en cuarto de primaria y a una niña le venga la regla o a un niño le pase otra cosa, el respeto que voy a tener sobre tu cuerpo, va a ser diferente y además he aprendido a comunicarme contigo, a expresar lo que siento, a escuchar lo que tú sientes.

“Por otro lado, el lenguaje es clave, porque el lenguaje determina nuestro mundo. Entonces, cuando tú te refieres a un colectivo con determinados pronombres, pues estás silenciando a otro.”

2



CÓMO TRABAJAR CON ADOLESCENTES Y JÓVENES PARA FOMENTAR EL BUEN TRATO

CÓMO TRABAJAR CON CHICOS ADOLESCENTES Y JÓVENES PARA FOMENTAR EL BUEN TRATO

Al igual que los contenidos y las actividades, es imprescindible reflexionar sobre la actitud a incorporar en procesos de intervención social y educativa que tienen por objetivo la transformación social. Por ello, recomendamos partir de un punto de partida mixto en cuanto a tres miradas teóricas que van más de la mano de lo que inicialmente pudiera parecer:

3 MIRADAS TEÓRICAS SOBRE LA MIRADA PEDAGÓGICA

Pedagogía centrada en el alumnado de Carl Rogers

Esta propuesta nace de la inversión del foco en el proceso educativo. Así, del modelo de lecciones magistrales lideradas por el profesorado, pasamos a un modelo educativo donde el alumnado está en el centro. En esta educación para el desarrollo la no directividad es la clave. Esta propuesta es especialmente interesante en el trabajo de actividades de medio y largo plazo donde el propio alumnado se empodere de su proceso.

Pedagogía de la liberación con una mirada interseccional de bell hooks.

“El aula, con todas sus limitaciones, sigue siendo un escenario de posibilidades” compartió la célebre feminista en su obra *Enseñar a transgredir* (2021). El aula es el km 0 para la creación de nuevas realidades, el lugar donde pueden aparecer nuevos modelos relacionales y nuevas realidades a favor de una sociedad basada en el buen trato. Desde esta premisa la motivación se vuelve una compañera imprescindible en el proceso.

Actitud de cultivo de Efigenio Amezúa

La propuesta del Doctor en Sexología aunque nace como propuesta para la Educación Sexual Integral es íntegramente trasladable a la propuesta metodológica en la materia que nos atañe en esta guía.

La propuesta se basa en comprender a quienes participan en los procesos educativos como personas con cualidades que pueden ser acompañadas mediante la información y el conocimiento a aportar desde un prisma profesional. Potenciando así la toma de decisiones y la propia agencia de los sujetos sin imponerles una ruta cerrada de desarrollo.

Propuesta de mirada para la intervención



4 ESTRATEGIAS PARA INTERIORIZAR LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

Para evitar extendernos demasiado en la exposición teórica de esta propuesta pedagógica, proponemos para finalizar este apartado 3 estrategias para el proceso educativo:

Conocer al grupo

Para poder desarrollar una pedagogía centrada en el alumnado es imprescindible saber dónde está el alumnado; cuáles son sus reflexiones, posicionamientos y resistencias.

Si una evaluación directa o indirecta (a través de lo que sepan quienes más intervienen con el grupo) previa es inviable, habrá que valorar incorporar dinámicas que ayuden a esta evaluación inicial.

Ejemplo: las dinámicas que preguntan por opiniones y reflexiones pueden ser de gran ayuda, además, permiten un amplio abanico de adaptación según el contexto y el grupo.

Ofrecer ideas, dar información

Una educación marcada por verbos en imperativo es poco atractiva y más cuando hablamos con población adolescente. Ofrecerles información sobre las diversas posibilidades y situaciones a las que se haga referencia en el aula es importante.

Ejemplo: muchas ideas preconcebidas, mitos y bulos pueden ser desmontados con el contraste con información fruto de fuentes relevantes y diversas.

Uso estratégico de las emociones y los sentimientos

Afirmar que las emociones y los sentimientos quedan fuera del aula sería ilógico. El alumnado no puede desprenderse de esta dimensión. Por eso, es especialmente interesante que se haga un uso estratégico e incluso se invite a la aparición de emociones y sentimientos a través de diversas dinámicas.

Ejemplo: la empatía a menudo es un sentimiento clave en la movilización de nuestras conductas. Trabajarla en el aula de manera indirecta puede ser una clave importante de la transformación social.

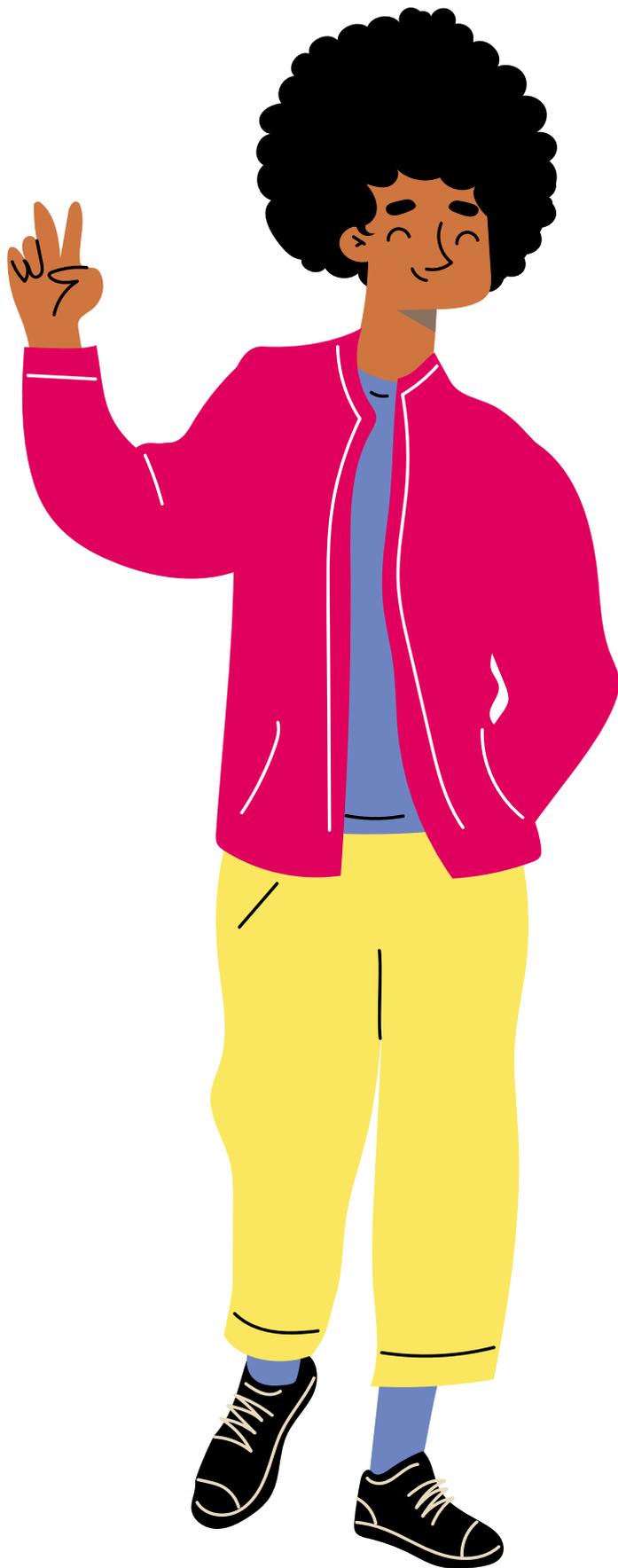
Preguntarnos por qué se dice lo que se dice en el aula

Aun cuando parezca que las actividades y dinámicas no estén funcionando por las reflexiones compartidas en el aula o por expresiones puntuales siempre debemos preguntarnos sobre la función social de ese tipo de interacciones o comentarios.

Cuando hablamos de adolescencia hablamos de un momento clave para encontrar límites propios y ajenos pero también de un momento en el que los valores sociales del grupo de iguales son especialmente relevantes. Parte del posicionamiento puede ser un mero mecanismo de búsqueda de validación social.

En estos casos es realmente importante que cuestionemos los valores sociales existentes sin cuestionar los hechos o comentarios concretos ni a quien los dice. En algunas ocasiones incluso será relevante invitar a la reflexión colectiva desde una actitud no enjuiciante.

3



ROLES Y MANDATOS DE GÉNERO Y PRIVILEGIOS DE LOS CHICOS

ROLES Y MANDATOS DE GÉNERO Y PRIVILEGIOS DE LOS CHICOS

ROLES DE GÉNERO: UNA HEGEMONÍA QUE PERDURA

Se entienden por roles de género el conjunto de normas sociales y comportamientos generalmente percibido como apropiado para los hombres y las mujeres. Tradicionalmente han sido construidos como mutuamente complementarios. El fin último de estos roles era poder perpetuar la división sexual del trabajo, promoviendo valores idóneos para el mundo productivo entre los hombres y los del mundo reproductivo entre las mujeres:

ROLES PRODUCTIVOS	ROLES REPRODUCTIVOS
Participación en esfera pública: empleo y participación social y política	Participación en esfera privada: cuidados y labores domésticas, tradicionalmente trabajo no remunerado
Emprendimiento	Pasividad
Agresividad	Ternura
Autoridad	Vulnerabilidad
Individualidad	Empatía relacional
Fuerza	Debilidad
Liderazgo	Docilidad
Seguridad	Agrado
Razón	Emoción
Sujeto autorreferencial: centrado en el "Yo"	Sujeto heterorreferencial: centrado en el "Tú" (atención al resto)

Además, las cualidades adscritas a las mujeres, comúnmente denominadas y entendidas como "femeninas" han recibido siempre menor y peor valoración social. Así, mientras que son esenciales para sostener la vida, han sido entendidas como las menos valiosas.

MANDATOS EN LA ERA DIGITAL: NUEVOS ESPACIOS DE REFERENCIA

Aunque vivamos un periodo donde el cuestionamiento de los roles y de las maneras hegemónicas de ser mujeres y hombres sea seguramente más obvio que en otros momentos históricos, es cierto que también vivimos una época donde se refuerzan muchos contradiscursos.

En la actualidad, las redes sociales virtuales son un espacio de gran relevancia para la interacción social pero también son una fuente de neomachismos que refuerzan con argumentarios vagamente renovados antiguos postulados hegemónicos.

Según Amparo Rubiales, el neomachismo no es más que “una nueva ideología que se va extendiendo por tener miedo a la igualdad equiparando machismo con feminismo. Nueva manera de sostener las posiciones machistas de siempre, pero con nuevos discursos y nuevos contenidos”¹.

Así, ya no son los habituales espacios masculinos desde los cuales se construyen estos discursos, como los espacios públicos, sino que son sustituidos por nuevos espacios digitales, algunos de ellos públicos, pero otros también más privados o de acceso limitado, donde los discursos más tradicionales y desigualitarios son presentados como nuevos objetivos a conseguir o incluso a recuperar.

De este modo, el machismo se “disfraza” para dar acceso a nuevas generaciones a las que convence con discursos menos evidentes y más sutiles. A menudo incluso estos mecanismos consisten en mostrarse como “los perdedores” o “las víctimas” de la transformación social hacia la igualdad.

A grandes rasgos, podríamos decir que ha habido cierta flexibilidad hacia la “feminización” de algunas características masculinas. Sin embargo, la gran mayoría de las mismas consisten en la admisión de que son sujetos que requieren cuidados, pero sigue habiendo mayores reticencias en cuanto a la admisión de que son sujetos responsables de ofrecer cuidados también.

En este sentido, es imprescindible no solo saber lo que sucede a grandes rasgos sino conocer de primera mano y en conversación con adolescentes quiénes son los y las referentes que validan en redes, cuáles son los espacios en los que interactúan y socializan. También es importante aprovechar estas situaciones para promover una actitud crítica.

A su vez, es importante ofrecer alternativas, poner en valor contenidos mínimamente críticos e incluso referentes que no alimenten estas ideas no igualitarias y desde las cuales no se fomenta el buen trato.

1. <https://cienciagandia.webs.upv.es/2021/02/neomachismo-en-las-redes-sociales/>

DINÁMICAS PARA DESMONTAR ESTEREOTIPOS

1. HISTORIAS DE AYER Y DE HOY

OBJETIVOS

- ▾ Ser conscientes de los estereotipos integrados.
- ▾ Desmontar estereotipos.

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Como mínimo 2 historias/acertijos en los cuales no aparezca el género y que se impriman a proporción de 1 copia por grupo. Se recomienda usar incluso 1 por grupo y a continuación se ofrecen dos casos de ejemplo.
- ▾ Una sala habilitada para debatir en pequeños grupos y en grupo grande.

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 30 minutos

DESCRIPCIÓN

- ▾ Se reparten las historias/acertijos neutrales en cuanto al género, a continuación mostramos dos ejemplos:
 - ▾ “El último fin de semana me encontré con una vieja amistad, sabía que tenía pareja, aunque no conocía su nombre. Le pregunté sobre su trabajo como piloto de avión y me dijo que seguía trabajando en la misma empresa que siempre. Era la primera vez que le veía con su hija, así que también le pregunté por el nombre que habían elegido finalmente, a lo que me contestó: <se llama como su madre>. Le dije que Clara me parecía un nombre muy bonito.” ¿Cómo pudo acertar su nombre? [Clara es su amiga y es piloto]
 - ▾ “Un padre y su hijo viajan en coche y tienen un accidente grave. El padre muere y al hijo se lo llevan al hospital porque necesita una compleja operación de emergencia, para la que llaman a una eminencia médica. Pero cuando entra en el quirófano dice: <No puedo operarlo, es mi hijo>.” ¿Cómo se explica esto? [Es la madre]
- ▾ Se ofrecen 10 minutos para la resolución de los acertijos.
- ▾ Tras este trabajo en grupos pequeños se comparten los acertijos, las soluciones y se debate sobre estas preguntas:
 - ▾ ¿Conocíamos los acertijos antes?
 - ▾ ¿Cuánto hemos tardado en resolverlos?
 - ▾ ¿Qué otras respuestas han aparecido?
 - ▾ ¿Qué estereotipos tenemos aún por desmontar en vista de la actividad?

2. EL BINGO DE SER HOMBRE

OBJETIVOS

- ▾ Visibilizar los privilegios de ser hombre y a la vez, la imposibilidad de tenerlos todos.
- ▾ Reflexionar sobre la imposibilidad del ideal de hombre/masculinidad y sus efectos.
- ▾ Repensar sobre el doble filo de los privilegios.

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Hojas y cartulinas (o cartones de bingo)
- ▾ Rotuladores
- ▾ Una sala para jugar al bingo
- ▾ Bolas de plástico “abre fácil” (que permitan abrirse e introducirse los papeles pequeños) o bolas de bingo

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ Desde 30 hasta 90 minutos

DESCRIPCIÓN

La variabilidad de la actividad dependerá en función de los materiales de los que partamos. Como ya se ha indicado en los objetivos, el fin último de esta actividad es repensar sobre el doble filo de los privilegios. Así, se puede visibilizar que en la masculinidad, como en el bingo, hay una promesa de optar al premio pero no siempre se consigue. En ocasiones, la persecución del presunto privilegio/premio solo consigue el empeoramiento de quien los persigue.

Por ello, si no contamos con un bingo ya fabricado o si queremos hacer todo el proceso reflexivo, podemos partir por la construcción del propio bingo. Para ello, necesitaremos:

- ▾ Cartulinas para crear cartones de bingo
- ▾ Bolas de plástico abre-fácil en las que introducir pequeños papeles en los que se escriban privilegios.
- ▾ Papel, rotuladores y celo: para crear los papeles de privilegios, numerar las bolas y utilizarlos durante el bingo.
- ▾ Un bol o una caja en el que volcar las bolas de plástico para ir sacando las bolas con una mano inocente o algún sistema similar al del bingo, de ser posible.

Para la reflexión de manera conjunta, se pueden utilizar diversas actividades, como por ejemplo, cualquiera de las descritas en este capítulo.

Si tuviéramos ya el juego de Bingo creado de antemano, el debate sobre los privilegios sería pertinente para crear un listado de equivalencias entre números y privilegios.

Una vez organizado el bingo, consiste en realizar una partida al bingo. Al final, quienes hayan conseguido cantar bingo, línea y quienes no reflexionarán sobre las siguientes preguntas:

- ▾ ¿Cómo de fácil o de difícil ha resultado conseguir beneficios? ¿Cuánto tiempo de espera ha supuesto? En la vida real, ¿sería igual de factible o menos?
- ▾ ¿Qué se siente al invertir y no obtener beneficios o resultados? ¿Se ha experimentado esto con algún mandato masculino que era la puerta a los privilegios?

3. MI VIDA, PERO COMO MUJER

OBJETIVOS

- ✎ Tomar conciencia sobre la situación de las mujeres.
- ✎ Reflexionar sobre los privilegios y el impacto de los mismos en la vida de las mujeres.
- ✎ Tomar conciencia de la dimensión estructural y simbólica de las violencias.
- ✎ Desmontar la idea de malos hombres vs buenos hombres; hombres que tienen que cambiar vs hombres que tienen que cambiar.

RECURSOS MATERIALES

- ✎ Sala amplia
- ✎ Pizarra y rotuladores
- ✎ Papeles y bolígrafos

DURACIÓN APROXIMADA

- ✎ 40 minutos

DESCRIPCIÓN

- ✎ Tras repartir papeles y bolígrafos se les pide a quienes asisten al taller que piensen en los hitos relevantes de su adolescencia y juventud: primeras fiestas, relaciones, aventuras... También pueden pensar en su organización semanal: qué hacen cada día, dónde van, cómo se mueven a los sitios... La idea es hacerles pensar sobre su cotidianidad.
- ✎ Tras unos 15 minutos, se les pide que repiensen sobre su cotidianidad en base a las siguientes preguntas: ¿Habría sido igual si fuesen mujeres? ¿Qué riesgos, peligros y situaciones temerían enfrentar? ¿Qué cambios habría en sus conductas?
- ✎ Finalmente, se procede al debate de las situaciones vividas vs las modificaciones que tendrían en el caso de ser mujeres y se profundiza en la reflexión sobre los privilegios.

4. ¿SOY AUTÓNOMO?

OBJETIVOS

- ↘ Sustituir la idea de autonomía por la de interdependencia: hacer ver que gran parte de la noción de autonomía se debe a la interdependencia con otras personas que toman el rol de cuidadoras.
- ↘ Visibilizar roles de cuidados y ponerlos en valor.
- ↘ Promover la responsabilidad de los hombres en cuanto a cuidados como un valor.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Sala amplia con suelo en el que se pueda dibujar con tiza
- ↘ Tizas

DURACIÓN APROXIMADA

- ↘ 40 minutos

DESCRIPCIÓN

- ↘ En primer lugar se preparará la sala con diversos círculos concéntricos dibujados con la tiza. Tanto como frases sobre las que se quiera preguntar.
- ↘ Una vez estén preparados los círculos, el alumnado se pondrá en el centro creando un círculo concéntrico mirando hacia fuera.
- ↘ Una vez ahí se harán referencia a situaciones de su cotidianidad para ver si las resuelven sin ayuda, guía ni compañía ni nadie: hacer los deberes, llegar al centro educativo o irse de él, trámites de matriculación en el centro y otros similares, asistir al centro de salud a sus citas regulares, asistir a sus extraescolares...
- ↘ Al final, se reflexionará sobre qué han entendido como autonomía para dar el paso o no y se redefinirá el concepto o sustituirá por el de interdependencia, visibilizando así muchos esfuerzos y cuidados cotidianos que quedan invisibilizados.

4



¿QUÉ TIPO DE CHICOS SON?

¿QUÉ TIPO DE CHICOS SON?

MASCULINIDADES DIVERSAS: CUERPOS, EXPRESIONES Y CARACTERÍSTICAS

El relato del patriarcado es el que permea los roles de género como una realidad ineludible. Es decir, a menudo crecemos creyendo que no hay más maneras de ser que la hegemónica. Se pierde la conciencia de que esto es un ideal de unos valores no basados en el buen trato y, por tanto, un modelo bastante difícil, por no decir imposible.

En realidad, los hombres tienen miles de maneras de ser, incluyendo los más jóvenes de quienes estamos hablando en esta guía. Sus cuerpos, sus expresiones y sus características sexuadas son todas específicas creando su **única manera de ser hombres**.

Es decir, **no es que haya una sola manera, sino que cada una de las maneras de ser hombre es irrepetible**. Sin embargo, la adolescencia es una etapa especialmente difícil para tener esta realidad presente e incluso para conocerla, ya que a veces la imitación de modelos facilita una voluble seguridad que puede resultar muy seductora. Frente a esta propuesta, nuestra invitación es trabajar en quienes realmente son mediante **la metáfora de la pared de ladrillo**.

“El hombre completo y la mujer completa son en realidad sólo formas imaginarias que tenemos que llamar en nuestra ayuda para poseer un punto de partida para los estadios intermedios.”

Magnus Hirschfeld

La metáfora de la pared de ladrillo

Cuando vamos por la calle (o cualquier otro lugar) y vamos cruzándonos con gente desconocida, nos es inevitable al menos, de entrada, leerles como hombres o mujeres. Es decir, utilizando los colores estereotípicos, pensar si son casas rosas o azules.

En ocasiones, puede que nos encontremos con personas que, salvo que hayamos trabajado el sesgo previamente citado nos supongan una incógnita. Esa incógnita puede ser vivida desde la curiosidad respetuosa pero incluso desde lugares menos amables. Sin embargo, si en lugar de observar “las casas” nos fijásemos en “sus ladrillos”, nuestra incógnita cambiaría mucho.

Cuando atendemos no a la imagen que tenemos de alguien, sino a la totalidad de sus características, rápido sabemos que todas las personas contienen características que entenderíamos por más bien femeninas (más comunes entre las mujeres) o más bien masculinas (más comunes entre los hombres).

Es decir, todo el mundo está compuesto por ladrillos que entendemos son más rosados, más azules, más morados... Todo dependerá también del punto desde el que observemos y de los criterios de referencia de los que partamos. Pero esta realidad no es motivo de tristeza, más bien de celebración, porque mediante esta diversidad de tonalidades y colores conseguimos ser las personas irrepetibles que somos.

Como vemos, esta metáfora nos permite poner en valor las características, ya nos parezcan más hegemónicas o no, simplemente por lo que son. Desde esta mirada, evitamos generar nuevos estigmas, ponemos en valor la diversidad y facilitamos que se piense en el potencial de las características.

Además, esta metáfora nos permite contemplar cómo son cada uno de nuestros ladrillos a lo largo de nuestra **biografía**. Entender los cambios que se dan en los mismos y la necesidad que tenemos de adaptarnos a cada momento.

“El proceso de articulación y la toma de conciencia de cada sexo no puede explicarse como un hecho puntual, ni producido de una vez por todas mediante la acción de uno u otro de los elementos sexuales; sino que se trata de un proceso, de una serie de pasos concatenados. [...] La sexuación no es sólo biológica sino biográfica.”

Efigenio Amezúa

CONDUCTAS DE RIESGO VS CONDUCTAS DE CUIDADO

Según Téllez (2017), el machismo y la masculinidad hegemónica perjudican la salud de diversas maneras entre las cuales se pueden subrayar:

- ~ No aceptación ante las expresiones emocionales vinculadas a la debilidad (amor, duda, miedo, tristeza...).
- ~ Obligación de demostración de la hombría: exaltación de la virilidad más tradicional asumiendo riesgos innecesarios y/o mediante comportamientos sexistas.
- ~ Sexualidad masculina como siempre activa (en ocasiones incluso irrefrenable).
- ~ La obligatoriedad de ser el “varón proveedor”

Todos estos postulados generan un impacto directo e indirecto en el bienestar emocional y, además, configuran sujetos incapaces de expresar sus emociones de manera satisfactoria y no dañina (para sí y/o para el entorno).

Así, sugerimos el trabajo como punto de partida con la rueda emocional y su correspondiente círculo de palabras emocionales que ayudará a poner palabras a los sentimientos detectados. Además, también se recomienda trabajar en cuáles son las maneras de expresar los sentimientos, las dificultades encontradas y la reflexión sobre el impacto del mandato de masculinidad hegemónica en ello: ¿expresamos muchas cosas a través de la agresividad? ¿conectamos con la ira cuando la emoción subyacente es la tristeza? ¿Qué siento si intento ser vulnerable?

DINÁMICAS PARA SER HOMBRES EN PLURAL

1. LADRILLOS DIFERENTES, LADRILLOS DIVERSOS

OBJETIVOS

- Poner en valor características femeninas y masculinas de cada participante.
- Poner en valor lo femenino y lo masculino.
- Visibilizar la diversidad de maneras de ser hombre en el grupo.
- Desmontar la idea de la masculinidad hegemónica.

RECURSOS MATERIALES

- Hojas de papel o cartulinas de colores
- Celo o alguna otra manera de pegar las hojas o cartulinas a la pared o las prendas.
- Bolígrafos
- Pinturas rosas, azules y moradas

DURACIÓN APROXIMADA

- 45 minutos

DESCRIPCIÓN

Se les pide que dibujen en un papel una pared de ladrillo, de manera que en cada ladrillo quepa una palabra. Una vez acabado el dibujo, se pide que escriban en cada ladrillo una característica personal que conozcan o que personas de su entorno les señalen con frecuencia.

Una vez escritas las palabras se les pedirá que reflexionen sobre si son características socialmente más castigadas en hombres o en mujeres. En función de sus respuestas, las pintarán en tonos rosados (las castigadas en hombres), azulados (las castigadas en mujeres) y violetas (las aparentemente neutrales).

Finalmente se realizará un debate intentando visibilizar el impacto del castigo, la inexistencia de paredes completamente azules, es decir, la inexistencia del modelo de hombre hegemónico en la vida real y sobre las desigualdades y complejidades que estas situaciones generan.

2. EL ABANICO DE LAS POSIBILIDADES DE GÉNERO - COLLAGE

OBJETIVOS

- ▾ Nombrar las diferencias corporales

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Cartulinas
- ▾ Pegamento
- ▾ Revistas/ periódicos viejos/catálogos/telas
- ▾ Tijeras

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 50 minutos

DESCRIPCIÓN

Nota: Se recomienda hacerlo después de la sesión o de otras dinámicas, para que se pueda generar un espacio de expresión que permita liberar todo lo que se ha pensado durante el desarrollo de la misma

Realizar un collage sobre cuerpos masculinos diversos que no responden a lo normativo. Para ello, se podrán llevar revistas y periódicos o bien se podrán seleccionar imágenes a imprimir. Una vez presentadas las imágenes de base o de partida, que se propone que sean masculinidades hegemónicas, se les propone construir los collages diversos donde transformar la representación de punto de partida.

3. EL DISFRAZ DE LAS EMOCIONES

OBJETIVOS

- ▾ Ser conscientes del cuerpo y de las emociones que a veces no pueden notarse
- ▾ Reconectar para comprender
- ▾ Desarrollo de mecanismo de la empatía y el autoconocimiento

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Aula
- ▾ Internet
- ▾ Música relajante
- ▾ Ordenador
- ▾ Altavoces

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 50 minutos

DESCRIPCIÓN

Pensar en situaciones conflictivas con familia amistades y con otros contextos:

- ▾ Generar cuestiones como: ¿qué sintieron? ¿cómo lo sintieron? ¿en qué parte del cuerpo lo sintieron? ¿qué pensaron? A través de la meditación guiada.
- ▾ Más tarde, exponer el cuento de la ira y la tristeza: <https://www.youtube.com/watch?v=G-JdgEBkpF4M>

Explicar las diferencias entre las diferentes emociones y cómo al trabajarlas podemos distinguir las para ampliar el abanico y con ello la adaptación a las situaciones.

5



RELACIONARSE DESDE
EL BUEN TRATO

RELACIONARSE DESDE EL BUEN TRATO

Para facilitar relaciones desde el buen trato es imprescindible que se cuestionen los mitos/timos o creencias erróneas y dañinas que aún perduran sobre el amor y la sexualidad.

Una de las primeras ideas erróneas es pensar que el amor y la sexualidad son cosas tan fácilmente divisibles. Fruto de ello son expresiones como “¿prefieres sexo con o sin amor?”; por un lado, confundiendo y equiparando toda emoción relacionada con la vinculación con el amor y, por otro lado, como si fuese posible desvincular las emociones de cualquier hecho vivido en nuestras vidas, y eso incluye la sexualidad.

Por ello, proponemos otro lenguaje para poder escapar de esta expresión (sexo/amor) que tenemos tan enraizada en nuestra cotidianidad:

Los encuentros y las relaciones se construyen de manera simultánea. Sin embargo, según nuestra vivencia, **pondremos el acento** en que tenemos encuentros puntuales o en que estamos construyendo una relación. La propuesta más interesante en este sentido es promover que tanto los encuentros como las relaciones **pueden ser contruídos desde los cuidados, la honestidad y la reciprocidad** sin que eso implique nada más (y nada menos). Promover interacciones donde la persona con quien este-mos sea el fin en sí mismo y no un medio para otro fin.

DESMONTAR MITOS/TIMOS DEL AMOR ROMÁNTICO

Además de los valores generales ya mencionados, es importante que analicemos cuáles son los discursos sobre el amor que aún llegan a las generaciones más jóvenes, repensar sobre cuál es el mensaje dirigido a ellos y pensar en posibles alternativas.

MITO/TIMO	IDEA TRAS EL MITO	ALTERNATIVA	IDEA TRAS LA ALTERNATIVA
La media naranja	El amor como algo predestinado, irrenunciable y “esa persona” como la que nos hace seres completos. Los chicos pueden pensar que “sin ellos, ellas no son nada”.	La compartibilidad	Las relaciones son sostenibles por lo que se comparte, no por la compatibilidad ni dependencia.
El emparejamiento	La pareja como marco natural y universal de relacionarse. En ellos, se fomenta la idea de que es un “mal menor” y que sus parejas han debido tener pocas parejas.	La elección de la pareja	Tener pareja es una opción tan válida como no tenerla. El valor de las personas se mide por lo que nos aportan.

MITO/TIMO	IDEA TRAS EL MITO	ALTERNATIVA	IDEA TRAS LA ALTERNATIVA
La exclusividad	<p>La pareja como marco natural y universal de relacionarse.</p> <p>En ellos Equiparar fidelidad y exclusividad.</p> <p>Exigir e imponer exclusividad (social, sexual...) ha sido un mandato masculino que empieza a desmontarse.</p> <p>Facilita la admisión del control como mecanismo de interacción., se fomenta la idea de que es un “mal menor” y de que sus parejas han debido tener pocas parejas.</p>	Definir la (in) fidelidad	<p>Promover la idea de que negociar términos y acuerdos propios no es solo necesario sino beneficioso.</p>
Los celos	<p>El mito consiste en equipararlos al amor.</p> <p>Así se convierten en otra excusa para dar rienda suelta a dinámicas de control.</p>	Los celos como emoción	<p>Dentro del trabajo con y sobre las emociones es importante dar un espacio a reflexionar sobre los celos sin estigmatizarlos pero sin excusar conductas.</p>
Equiparar amor y enamoramiento	<p>Pensar que todo el rato el amor debe vivirse de manera intensa y que cuando el enamoramiento decae o desaparece ya no hay amor.</p> <p>A los chicos se les puede hacer difícil identificar sus sentimientos y más si socialmente equiparamos etapas.</p>	Amor y enamoramiento son dos cosas y no una	<p>Desidealizar el enamoramiento y entenderlo como lo que es: una posible fase pero que sería insostenible a largo plazo.</p> <p>Resignificar y poner en valor el amor y la calma.</p> <p>Erotizar la construcción de las relaciones.</p> <p>No equiparar rutinas (beneficiosas) con monotonía (no beneficiosa).</p>
La omnipotencia	<p>La idea de que el amor todo lo puede.</p> <p>Esta idea puede favorecer los privilegios tradicionalmente ostentados por hombres y justificar las renuncias de las mujeres como muestra de amor.</p>	El amor no es motivo suficiente	<p>Ni la cantidad ni la calidad del amor pueden hacer que una relación perdure.</p> <p>Las relaciones dependen del esfuerzo que ponemos en ellas y un esfuerzo desequilibrado no suele dar experiencias satisfactorias.</p>
El matrimonio o la convivencia	<p>La convivencia como un futuro a desear y objetivo de todas las parejas.</p> <p>En el caso de los hombres, se ha presentado como una inevitabilidad pero una prueba de que “todo va bien”.</p>	No por convivir/casarte es una mejor relación	<p>Desmontar la idea de las relaciones como algo lineal y ascendente (Cada vez más compromisos).</p> <p>Promover la reflexión sobre deseos relaciones propios y los cambios que viven.</p>

MITO/TIMO	IDEA TRAS EL MITO	ALTERNATIVA	IDEA TRAS LA ALTERNATIVA
La unidad	<p>Pérdida de los individuos frente al “nosotros” que pasa a ser la nueva unidad.</p> <p>En este caso, se normaliza que “la nueva unidad” sea más bien una adhesión de las chicas a la vida de los chicos.</p>	“Tú + Yo = 3”	<p>Promover la pareja como una tercera entidad.</p> <p>Cada quien y el espacio compartido conjunto frente a la idea de que una de las dos partes incorpora una pieza más en su puzzle vital.</p>
La pasión	<p>Idea por la que se idealiza la continua intensidad emocional como algo positivo.</p> <p>Habitualmente se justifican conductas impulsivas, incluyendo las dañinas, mediante este mito.</p>	La calma como necesaria	<p>Desidealización de la pasión y puesta en valor de la calma.</p> <p>Promoción de la idea de las aventuras compartidas con ternura.</p>
La atracción de polos opuestos	<p>Creencia que alimenta pensar que personas con intereses opuestos son quienes deben unirse.</p> <p>En el caso de los chicos, puede llegar a llevarles a desresponsabilizarse de sus conductas.</p>	Lo común como valor	<p>Desmontar la equiparación de diferencia con opuesto</p> <p>Visibilizar que la diferencia puede atraer pero no necesariamente es lo opuesto, dado que también se requiere de lo común para construir encuentros y relaciones.</p>

DESMONTAR CREENCIAS ERRÓNEAS SOBRE LA ERÓTICA Y LA SEXUALIDAD

MITO/TIMO	IDEA TRAS EL MITO	ALTERNATIVA	IDEA TRAS LA ALTERNATIVA
El sexo como necesidad, las ganas como irrefrenables	<p>Creencia de que los encuentros eróticos son imprescindibles en pareja y que justifica desde la insistencia hasta las violencias.</p>	Nadie ha muerto por no tener encuentros	<p>Desmontar la idea de que es una necesidad fisiológica.</p> <p>Diferenciar conceptos: deseo, excitación, eyaculación, orgasmo, satisfacción.</p>
La primera vez duele	<p>Seguir utilizando esta expresión promueve más el cópula-centrismo o coitocentrismo.</p> <p>Genera tensión para los primeros encuentros.</p> <p>Dificulta la identificación de violencias y daños.</p>	Hay muchas primeras veces	<p>“La primera vez” hay que sustituirla en el imaginario por “las primeras veces”.</p> <p>Ofrecer información sobre las realidades de las primeras experiencias eróticas y las primeras experiencias de penetración.</p> <p>Entrenar estrategias y herramientas para asegurar bienestar y saber actuar en caso de malestares y/o violencias.</p>
El sexo es una muestra de amor y deseo	<p>Esta idea genera una obligatoriedad sobre cómo debería actuar una pareja.</p> <p>Puede ser utilizada para coaccionar a las parejas.</p>	Hay muchas maneras de expresar amor y deseo	<p>No todas las parejas, relaciones ni personas muestran su amor y su deseo igual.</p> <p>Lo importante no es que haya unas prácticas u otras, lo importante es que haya una intimidad compartida.</p>

MITO/TIMO	IDEA TRAS EL MITO	ALTERNATIVA	IDEA TRAS LA ALTERNATIVA
El sexo cuanto más mejor	Esta mirada introduce presión y prioriza la cuantificación y los objetivos concretos frente a la exploración recíproca. Justifica coacciones y refuerza la idea de que “los hombres tienen mucho deseo”	El foco en el camino: placeres y satisfacciones	Los encuentros eróticos son el espacio para compartir desde la vulnerabilidad y la sinergia. La satisfacción posterior a la experiencia así como los placeres encontrados durante la misma son los centrales.

De esta manera, ampliando la comprensión del conjunto: amores, deseo, sexualidades, es más fácil entender al resto de personas y a una misma y construir poco a poco, relaciones de buen trato. Entendiendo que éstas permiten la capacidad de apertura y el descubrimiento de los cuerpos desde la empatía, fomentando uno de los puntos que nos comentaban las personas entrevistadas como necesidad a trabajar.

DINÁMICAS PARA PARA GUSTARNOS BIEN

1. OTRAS IDEAS, OTRAS FRASES

OBJETIVOS

- ▾ Ser conscientes de los mitos del amor y la sexualidad
- ▾ Hacer posibles otras ideas que los contrasten y se acerquen a la extensa realidad

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Aula
- ▾ Pizarra

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 30 minutos

DESCRIPCIÓN

Los mitos/timos sobre el amor y la sexualidad tienen tanta vigencia que en el día a día utilizamos infinidad de frases para justificar nuestras conductas poco cuidadosas basadas en estos valores. En ocasiones, incluso encontramos un montón de estas expresiones en canciones, poemas y otros artefactos culturales que no hacen más que retroalimentar la mirada que tenemos sobre estas realidades.

En este espacio se propone hacer un listado de estas frases relacionándolas con cada frase y luego, por grupos pequeños, crear tantas alternativas como sea posible a cada una de esas frases. Por ejemplo, tenemos el clásico “Sin Ti no soy nada”, que fue transformada en canción por el grupo Amaral y que muchas veces ha sido revisado y mencionado.

Tras 15 minutos de trabajo grupal, se propone a los pequeños grupos que compartan las propuestas en grupo grande.

2. TEATROS PARA EL CAMBIO

OBJETIVOS

- ▾ Dar a conocer realidades que ayuden a desmontar mitos.
- ▾ Reflexionar sobre las posibilidades de cambio en las relaciones hacia aquellas de buen trato
- ▾ Promover la importancia de la implicación personal y grupal en la creación y promoción de las relaciones

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Aula

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 45 minutos

DESCRIPCIÓN

Se recomienda comenzar por un coloquio que ayude a detectar cuáles son las situaciones conflictivas o disruptivas en su día a día en las que perciben que los mitos/timos interfieren (ligoteos, primeras citas, relaciones, rupturas...).

Así se podrán detectar diferentes realidades y situaciones.

Una vez detectadas, dividiendo el grupo en pequeños grupos, se les invitará a teatralizar las situaciones siendo uno de los miembros del equipo el hombre joven implicado con el cambio, ¿qué final le darán a la escena?

Mediante esta técnica basada en dinámicas de teatro-foro los chicos jóvenes podrán reflexionar sobre las realidades cotidianas que no siempre analizamos con perspectiva de género y transformarán las narrativas mediante su propia performance.

Finalmente se puede realizar un debate sobre las dificultades y los retos para la existencia de esas masculinidades comprometidas con sus iguales y críticas con los valores sociales que hacen alusión a las relaciones eróticas. A menudo la amenaza o dificultad no es otra que el cuestionamiento de la propia masculinidad y virilidad, por lo que el debate nos ayuda también a incorporar una actitud crítica frente a posibles respuestas o reacciones a sus actuaciones a favor del cambio.

3. DESEOS COMPARTIBLES

OBJETIVOS

- ▾ Tomar conciencia del estilo de resolución de conflictos
- ▾ Nuestros deseos pueden convivir aunque no parezcan compatibles

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Aula
- ▾ Papeles para explicar las dos situaciones

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 45 minutos

DESCRIPCIÓN

Para este ejercicio habrá que dividir la clase en dos equipos o dos roles diferentes. De manera que, quienes sean el grupo A representarán el papel A con su correspondiente pareja del grupo B que representará el papel B. Este diálogo se hará por parejas, de manera que haya un mínimo de distancia entre parejas para evitar interferencias ajenas en los diálogos.

La actividad consiste en “conseguir el limón” o eso es lo que se les presenta. Sin embargo, tal como se ha señalado en los objetivos, la finalidad última del ejercicio es revisar las habilidades sociales de resolución de conflictos y tomar conciencia sobre el nivel de compartibilidad de los deseos y necesidades que a menudo quedan olvidados por las tendencias competitivas puestas en valor por la sociedad.

Una vez hechos los grupos, se repartirán los papeles donde se informe a cada persona de cual es su rol. Los textos tendrán una parte común y una segunda parte diferente:

Parte común: Hoy tienes cena con los colegas. Tú y tu compi de piso os habéis comprometido a llevar “el broche final de la cena”. Ya has pensado en cuál será tu aportación a la cena, es tu “plato estrella”. Pero cuando llegas a casa, solo queda un limón y el limón es imprescindible para lo que quieres hacer.

Parte diferente Grupo A: Vas a coger el limón y B te lo impide. También quiere el limón. ¡No puede ser! La última vez también tuviste que cederle algo para un plan grupal y tuviste que improvisar. Obviamente, te salió mal porque no era algo que dominases. Esta vez quieres tener el limón, especialmente, su corteza, porque es imprescindible para darle un toque diferencial al arroz con leche y que no quede soso ni empalagoso. Siempre estás renunciando y siempre priorizas a B. Esto no puede ser, ¡ese limón es tuyo!

Parte diferente Grupo B: Vas a coger el limón y A te lo impide. También quiere el limón. ¿Otra vez? Te dice que la última vez te saliste con la tuya, pero es que siempre das el brazo a torcer y porque la última vez no lo hiciste, ¿ahora tiene que quedárselo él? El cocktail digestivo que quieres hacer necesita el zumo de un solo limón, ¿en serio es tan innegociable? ¿tan imposible? A no puede salirse con la suya, tiene que empezar a cambiar sus costumbres. ¡Ese limón es tuyo!

Tras dejarles unos 10 minutos (máximo) para tener la “negociación” se recogerán en gran plenario los resultados de la resolución y se verá cuántas personas han llegado a darse cuenta que sus deseos eran compartibles. El aprendizaje final de la actividad es que a menudo cuando hablamos de manera explícita y concreta es más sencillo construir acuerdos o, al menos, aclarar cuáles son las dificultades de cada situación.

4. LA GALAXIA DE LA SEXUALIDAD

OBJETIVOS

- ▾ Reconocer dónde y cómo se construye nuestra sexualidad y deseo
- ▾ Ver que hay otras sexualidades que se construyen de forma diferente y son válidas todas

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Hojas o pizarra
- ▾ Bolígrafos/rotuladores

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 40 minutos

DESCRIPCIÓN

En primer lugar, se pedirá a los chicos que definan de manera individual los siguientes conceptos: deseo, orgasmo, placer, excitación, satisfacción, consentimiento/consenso, respeto, reciprocidad.

Una vez las hayan definido se les pide que se pregunten cuál de estas palabras hace alusión a lo que para ellos es imprescindible en un encuentro. Aunque sea una elección difícil, se les pide que prioricen una sobre las demás.

Tras la pregunta, se les pone en grupos pequeños y entonces tendrán que dibujar una “galaxia” común. Es decir, establecer cuál es el núcleo y el centro y cuáles son los conceptos periféricos que se construyen a su alrededor.

La finalidad no es establecer un solo modelo, sino tomar conciencia de la dificultad de compaginar diferentes prioridades, de que cada quien prioriza aquello que le es realmente relevante y clave para acceder a las demás...

Nota: si algún grupo preguntara, también pueden establecer una galaxia o un sistema solar donde haya más de un núcleo en torno al cual orbiten el resto de conceptos. No se aconseja hacer esto parte de la exposición inicial del enunciado para que entren en el debate.

5. LA FÓRMULA DEL PLACER

OBJETIVOS

- ▾ Reconocer que las fórmulas para el placer son múltiples

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Pizarra y rotuladores/tiza

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 40 minutos

DESCRIPCIÓN

Nota: Es importante no poner los títulos de las columnas hasta que no se agrupen todas las palabras que surjan.

Se dibujan cuatro columnas sin título en la pizarra y un posible quinto espacio aparte, como un cuadrado o un “cajón de sastre”. A continuación se les pregunta “¿qué cosas dan placer?” y se realiza un brainstorming durante unos 15 minutos. Todas las palabras son bienvenidas, pero habrá que definir las acciones de manera exacta y criticar las palabras que no tienen lugar en la ecuación (por ejemplo, las vinculadas a la violencia, pero también el “orgasmo” porque es un tipo de placer en sí mismo).

Quien dinamice clasificará las palabras sabiendo que las columnas corresponden a las siguientes categorías: partes del cuerpo (cuello, pie, cabeza...), acción (lamer, besar...), sentidos (poca luz, con música...) y extras (información añadida pero no descrita por las sensaciones que genera).

Finalmente, se les pregunta cómo titularían cada columna. Es frecuente que la columna de los sentidos quede vacía y es muy positivo porque permite, precisamente, ponerla en valor y desmitificar la idea de que las acciones son buenas en sí mismas. Además, la actividad tiene también como objetivo visibilizar que hay múltiples fórmulas para el placer y que dependen de las combinaciones que cada persona vea deseables y le resulten satisfactorias.

6



CONSTRUIR FRATRÍAS
COMPROMETIDAS CON EL BUEN TRATO

CONSTRUIR FRATRÍAS COMPROMETIDAS CON EL BUEN TRATO

Una vez trabajados los modelos de masculinidad posibles y acompañadas las propias realidades existentes en el grupo con el que trabajemos, es imprescindible que afiancemos su compromiso con el cambio. Que se dé el salto del cambio individual al colectivo y que el compromiso adquirido con la transformación social sea mayor.

Trasladar sus reflexiones y sus críticas ante el modelo hegemónico de masculinidad al diálogo social y al ámbito público es una herramienta imprescindible para animar al cambio a más chicos que aún no hayan podido reflexionar sobre la cuestión.

Cada vez más campañas, proyectos y estrategias van dirigidas a esta línea de trabajo que permite la capacitación de hombres ya implicados con el cambio.

Aunque más adelante se hablará de actividades y dinámicas en este sentido, es importante también conocer a grandes rasgos algunas de las claves de la estructuración de los discursos neomachistas que llegan a las personas jóvenes a través de internet. Hablamos de conocer la “manosfera”.

LA MANOSFERA PARA LOS MÁS JÓVENES

Por “manosfera” entendemos los espacios web (blogs, foros, redes sociales virtuales...) que promueven la masculinidad hegemónica, el sexismo hostil, la misoginia y el machismo. Además, a menudo justifican su actitud refiriéndose a sí mismos como “víctimas del feminismo”

Diversos streamers y youtubers difunden estos mensajes a los que fácilmente pueden llegar los hombres jóvenes por difundirse dentro de uno de los medios de socialización más relevantes en la actualidad: internet.

Los hombres con estos posicionamientos se caracterizan por acciones que podemos contemplar en diversos perfiles conocidos:

- ~ Hablar de los hombres como víctimas del feminismo.
- ~ Difundir noticias falsas y bulos.
- ~ Ejercer violencia digital y, en ocasiones, incluso física.

- ~ Reivindicar las relaciones desiguales y tradicionales entre mujeres y hombres como legítimas.
- ~ Promover o validar, incluso impartir, formaciones sobre la “seducción” en las que realmente se normalizan valores perjudiciales.
- ~ Promover creencias erróneas y dañinas sobre la sexualidad desde una perspectiva machista.

Entre quienes difunden este tipo de discursos existe una extensa variabilidad en cuanto a la hostilidad explícita en su discurso y cada vez se realizan más investigaciones y etnografías virtuales para mantener el conocimiento actualizado. Sin embargo, sí que es interesante hablar de dos de las categorías más comunes y que, en cierto sentido, menos lesivas pueden llegar a parecer:

- ~ Troles: se habla de troles cuando, habitualmente desde una cuenta anónima, se publican mensajes provocadores. En la actualidad no es de extrañar encontrarse con troles machistas, si bien puede haber este tipo de cuentas de diverso tipo de contenido.
- ~ Incels: se autodenominan así los hombres que consideran que están en una situación de “celibato involuntario”. El propio nombre da cuenta de su valoración sobre la sexualidad y la potestad de las mujeres para ejercer sus derechos en cuanto al consentimiento.

Estas realidades parecen no ser aún muy frecuentes, pero en vista del aumento del machismo entre las generaciones más jóvenes en algunas de las últimas investigaciones* no está de más ser conscientes de dónde se originan algunos de los discursos que reproducen y hacen suyos.

¿CÓMO PODEMOS ACOMPAÑAR LA TRANSFORMACIÓN?

Acompañar en el camino hacia unas masculinidades comprometidas e implicadas con el buen trato es una labor que va más allá de una intervención educativa a corto-medio plazo. Supone también incorporar la mirada propuesta en esta guía, pero también seguir desarrollando proyectos que resulten transversales a los espacios educativos (formales y no formales) de los hombres adolescentes y jóvenes.

DINÁMICAS PARA SER OTROS

1. CONSUMO CRÍTICO

OBJETIVOS

- Desarrollar criterio interno para el consumo crítico de películas, series y otros productos culturales.
- Generar una actitud crítica ante determinados discursos viralizados a través de redes sociales y otras herramientas de socialización.
- Facilitarles tomar conciencia sobre el impacto de estos mensajes en sus vidas y en sus malestares.

RECURSOS MATERIALES

- Aula
- Ordenador
- Altavoces

DURACIÓN APROXIMADA

- 90 minutos por cada sesión

DESCRIPCIÓN

Nota: El espacio de debate que aquí proponemos puede desarrollarse de muy diversas maneras, por lo que a continuación se pondrán algunos ejemplos concretos mencionando previamente que se propone como proceso a medio y largo plazo. De esta manera, para realizar una actividad o dinámica más concreta centrada en esta propuesta, habría que optar por una actividad más directiva y definida.

El objetivo de esta actividad es, en lugar de ofrecerles recursos donde hay una actitud abiertamente crítica a las masculinidades hegemónicas, poder analizar con una mirada crítica aquellos a los que ya recurren. Por ejemplo, en lugar de ver una película sobre masculinidades, hacer un cine-forum sobre el cine basado en súper héroes.

A continuación se ofrecen algunos posibles formatos para trabajar en este sentido:

- **Cine-fórum.** En este caso podríamos proponer hacer un ciclo centrado en alguna temática o género donde la masculinidad cobre un papel de especial relevancia (acción, terror...). También podemos proponer el visionado de series actuales.
- **Club de lectura.** Se propone que sean lecturas motivadas por el propio grupo. Entendiendo que no siempre hay una pasión por la lectura y que a veces parecería difícil organizarlo, se puede valorar la utilización de lecturas breves como los cómics, las revistas...
- **Show and tell.** En este caso, se les propone un encuentro o varios en los que puedan presentar una película, una serie, un libro... que sea de su preferencia y al que le hagan una crítica con perspectiva de género, especialmente en cuanto a masculinidades.

Tal como se ha establecido, el objetivo final no es relatar el propio contenido, sino su revisión crítica.

2. INFLUENCER DEL BUEN TRATO

OBJETIVOS

- ▾ Generar otros discursos para redes sociales.
- ▾ Visibilizarse como hombres jóvenes comprometidos con el cambio.
- ▾ Animar a otros jóvenes a sumarse a la actitud crítica.

RECURSOS MATERIALES

- ▾ Aula
- ▾ Ordenadores
- ▾ Altavoces
- ▾ Smartphones
- ▾ Valorar la necesidad de otras herramientas para mejorar la grabación: luces y micrófonos

DURACIÓN APROXIMADA

- ▾ 50 minutos por cada sesión

DESCRIPCIÓN

Este taller se compondrá por una parte guiada, otra libre y un cierre final.

En la parte guiada se construirán guiones y propuestas de grabación de vídeos para redes sociales virtuales (Instagram y TikTok). Se pueden imitar los modelos que actualmente resulten virales, como por ejemplo, hacer quiz y concursos que promuevan masculinidades comprometidas con los buenos tratos.

En la parte libre, se realizarán las grabaciones pertinentes y decididas con las herramientas señaladas previamente.

Finalmente, se realizará un cierre compartiendo los vídeos realizados.

Nota: En la parte final de cierre se podrá decidir, en caso de que el proceso también se desarrolle en la línea de publicaciones en redes sociales, cuáles son los vídeos que se publican en redes sociales y las estrategias para masificar su difusión.

3. REFLEXIONANDO DE LA MANO

OBJETIVOS

- ↘ Reflexionar sobre la masculinidad en el día a día.
- ↘ Deconstruirse entre iguales.
- ↘ Construir un espacio de acompañamiento.

RECURSOS MATERIALES

- ↘ Aula
- ↘ Papeles
- ↘ Pizarra
- ↘ Rotuladores y bolígrafos

DURACIÓN APROXIMADA

- ↘ Entre 60 y 90 minutos de duración para cada sesión (dependerá del aforo)

DESCRIPCIÓN

En cada sesión se realizarán diferentes dinámicas que faciliten hablar de cómo ha transcurrido la última semana o el último mes (dependiendo de la temporalidad) y poder reflexionar sobre qué impacto han tenido los mandatos de la masculinidad hegemónica en su cotidianidad.

Las premisas básicas para quienes participen serán:

- ↘ Lo que se habla en el grupo se queda en el grupo.
- ↘ No doy consejos ni opiniones no solicitadas.
- ↘ Soy importante para mis compañeros porque mis compañeros son importantes para mí.

El objetivo es generar un espacio de autocrítica, deconstrucción y desarrollo de valores y conductas vinculadas al buen trato partiendo de sus inquietudes y necesidades actuales y situadas.

RECOMENDAMOS

SERIES

En este último apartado queremos recomendar series, películas y referentes que en mayor o menos medida hacen alusión a la promoción de nuevas masculinidades por los buenos tratos.

- ~ Abbott, P., (2011). Shameless. Warner Bros Productions. #adolescencia #familia #análisismasculinidades #masculinidadesdisidentes #lgtb #cuidados #paternidades #cambiossociales
- ~ Aguirre-Sacasa, R., (2017) Riverdale. CBS Studios #adolescencia #analizarmasculinidades #masculinidadesdiferentes
- ~ Álvarez, B. (2018). Skam. Zeppelin Tv. #adolescencia #analizarmasculinidades #lgtb
- ~ Duffer, M, Duffer, R., (2016). Stranger Things. 21 Laps Entertainment. #adolescencia #análisismasculinidades #familia #masculinidadesdisidentes #paternidades
- ~ Folgelman, D. (2016). This is us. Rhode Island Productions. #coral #masculinidadesreferentes #buenostratos #lgtb #adolescencia #infancia #intergeneracional #trabajoemociones #paternidades
- ~ Heald, J., (2018). Cobra Kai. Netflix. #masculinidadyartesmarciales #competitividad #relacioneshombres #intergeneracional #paternidad
- ~ Jenkins, D., (2022). Nuestra bandera significa muerte. HBO Max. #masculinidadesdiversas #masculinidadesdisidentes #lgtb
- ~ Kroll, N., (2017). Big Mouth. Netflix. #sexualidades #identidades #violencias #cuerpos #desarrollosexual
- ~ Meriwether, E. (2011). New Girl. 20th Century Fox. #análisismasculinidades #masculinidadesdisidentes #cuidados
- ~ Lawrence, B.,. (2020). Ted Lasso. Apple TV+. #masculinidadesdiversas #deportemasculino #repensarfútbol #entrenardesdeloscuidados #repensarcompetitividad
- ~ Levinson, S. (2019). Euphoria. A24 Television. #adolescencia #masculinidadesjóvenes #lgtb #rolesdegénero
- ~ Levitan, S., Lloyd, C., (2009). Modern Family. 20th Century Fox. #análisismasculinidades #masculinidadesdisidentes #lgtb #cuidados #paternidades #intergeneracional #masculinidadesreferentes
- ~ Oseman, A. (2022). Heartstopper. Netflix. #masculinidades #lgtbi #primerosamores #relacionesentrechicos

PELÍCULAS

Películas centradas en temáticas relacionadas con las masculinidades:

- ~ Balagueró, J.(2022). Venus. Pookepsie Films. #análisismasculinidad
- ~ Cregger, Z., (2022). Barbarian. Regency Enterprises. #análisismasculinidad
- ~ Chbosky, S. (2012). Las ventajas de ser un un marginado. Mr. Mudd. #análisismasculinidad #masculinidadesdisidentes #lgtb #relaciones #adolescencia
- ~ Daldry, S. (2000). Billy Elliot. BBC Films. #análisismasculinidad #rolesdegénero #lgtb #emociones
- ~ Guadagnino, L. (2017). Call me by your name. La Cinéfacture #masculinidadesdiferentes #lgtb #trabajoemociones #masculinidadesjóvenes #relaciones #paternidades
- ~ Miller, G. (2015). Mad Max Fury Road. Village Roadshow Pictures. #análisismasculinidad #relaciones #feminismo #estereotipos #rolesdegénero
- ~ Nolan, C. (2014). Interstellar. Paramount Pictures. #paternidad #análisis masculinidades #cuidados #trabajoemociones #intergeneracional
- ~ Spike, J. (2013) Her. Annapurna Pictures. #analisismasculinidad #relaciones
- ~ Weir, P. (1998) El show de Truman. Scott Rudin Productions. #análisismasculinidades #relaciones #trabajoemociones

Películas mainstream con otras masculinidades:

- ~ Curtis, R. (2013). Una cuestión de tiempo. Working Title Films. #masculinidadesdiferentes #análisismasculinidad #paternidades #cuidados #trabajoemociones #intergeneracional #buenostratos #masculinidadesreferentes
- ~ De la Orden, D. (2013). Barcelona nit d'estiu/nit d'hiver. El Terrat. #análisismasculinidades #masculinidadesdisidentes #lgtb
- ~ Flanagan, M. (2019). Doctor Sueño. Warner Bros. #análisismasculinidades #cuidados
- ~ Gerard. B., Renz, C. (2020). Antebellum. QC Entertainment. #análisismasculinidad #racismo #paternidades
- ~ Kwan, D. (2022). Todo a la vez en todas partes. AGBO. #análisismasculinidades #masculinidadesdiferentes #masculinidadesreferentes #lgtb #intergeneracional #trabajoemociones #paternidades
- ~ Ross, M. (2016). Captain Fantastic. Electric City Entertainment. #masculinidadesdiferentes #análisismasculinidad #paternidades #intergeneracional #cuidados #trabajoemociones

PROYECTOS A PIE DE CALLE

En la Comunidad de Madrid podemos encontrar los proyectos que desarrolla Fundación Luz Casanova con hombres jóvenes para la transformación de las masculinidades. Para más información te recomendamos consultar [su web](#).

MASCULINIDADES EN INSTAGRAM

~ @hombres_por_la_igualdad



hombres_por_la_igualdad Siguiendo Enviar mensaje +& ...

323 publicaciones 6417 seguidores 7476 seguidos

Hombres por la Igualdad. Jaén
Cuestionamos el mandato de masculinidad tradicional y buscamos modelos más igualitarios junto a AHIGE Andalucía.
www.facebook.com/Espacio-de-Hombres-por-la-Igualdad-109692833895195
monicarabadan, javierlopez, abegarni y 39 más siguen esta cuenta

~ @hombrescontraelpatriarcado



masculinidadsubversiva Siguiendo Enviar mensaje +& ...

442 publicaciones 36,3 mil seguidores 1246 seguidos

MasculinidadSubversiva
Raúl MG
Masculinidades y sexualidad!!!
Reflexiono en @machoalfalfaelpodcast con Guille @damepistachos
Relatos eróticos en @eroticasubversiva
open.spotify.com/episode/4m2LgEsnxWzksCWbp6I5dH7si=EymaBRizRgeDW0Mwid8nig
marialacano, abegarni, laia_abril y 204 más siguen esta cuenta

~ @masculinidadesbeta



masculinidadesbeta Siguiendo Enviar mensaje +& ...

155 publicaciones 3049 seguidores 535 seguidos

Masculinidades Beta
Organización no gubernamental (ONG)
ONG mixta dedicada al trabajo con hombres para la igualdad.
masculinidadesbeta.org/hola
monicarabadan, javierlopez, interseccionalytransversal y 30 más siguen esta cuenta

~ @masculinidadsubversiva



hombrescontraelpatriarcado Siguiendo Enviar mensaje +& ...

142 publicaciones 28,8 mil seguidores 996 seguidos

Hombres contra el patriarcado
Difusión de contenido antipatriarcal
💡 "Cuando estás acostumbrado al privilegio, la igualdad se siente como opresión"
[#hombrescontraelpatriarcado](#)
kkllllljooyy, interseccionalytransversal, pollamorchile y 87 más siguen esta cuenta

LECTURAS PARA PROFUNDIZAR

Si quieres seguir profundizando en el ámbito de las masculinidades para el buen trato, te recomendamos las siguientes lecturas:

