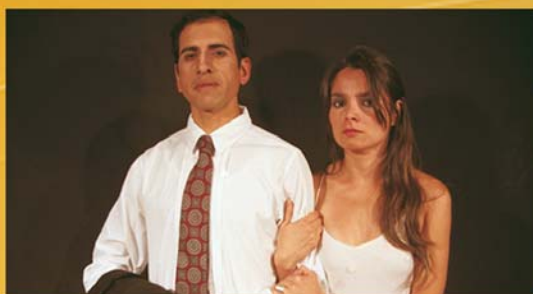


# Guía

para la Acción Preventiva

# Hombres

POR LA NO VIOLENCIA A LAS MUJERES



Ximena Rojas Bravo y José Olavarria









El presente material de circulación restringida corresponde a una versión preliminar de la “Guía para la Acción Preventiva Hombres por la No Violencia a las Mujeres”. Los autores incorporarán a la publicación que será lanzada próximamente, conocimientos y reflexiones surgidas en este Seminario Internacional “Hombres y Violencia hacia las Mujeres” y en el Coaching Modelo de Duluth. Asimismo se solicitará a exponentes internacionales que comenten el material desde la perspectiva teórica como de su utilidad práctica.

Autores: Ximena Rojas y José Olavarría  
Diseño: Antonio Pozo  
Fotografía: Rodrigo Astudillo y Constanza García

Ediciones DOMOS  
Octubre, 2009  
Santiago de Chile

La elaboración de esta guía contó con el apoyo del Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer, UNIFEM.





## INDICE

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Presentación                                                        | 9   |
| Introducción                                                        | 11  |
| Orientación metodológica y facilitación                             | 13  |
| El taller y sus sesiones                                            | 19  |
| Sesión 1: Apertura y encuadre del taller                            | 21  |
| Sesión 2: Qué significa ser hombre en esta cultura                  | 24  |
| Sesión 3: Masculinidades hegemónicas                                | 26  |
| Texto Qué significa ser hombre en esta cultura                      | 28  |
| Sesión 4: Hablemos de género y violencia                            | 31  |
| Sesión 5: Inequidades y derechos de los hombres                     | 33  |
| Texto Inequidad de género, violencia y derechos de los hombres      | 35  |
| Sesión 6: Masculinidades y acceso a recursos de poder               | 39  |
| Sesión 7: Masculinidades, poder y riesgos                           | 41  |
| Texto Masculinidades, recursos de poder y riesgos                   | 43  |
| Sesión 8: Creencias y prácticas abusivas                            | 47  |
| Sesión 9: Circuito abusivo y rol de l@s tercer@s                    | 50  |
| Texto Creencias, circuitos abusivo y rol de l@s tercer@s            | 53  |
| Sesión 10: Las mil caras de la violencia contra las mujeres         | 57  |
| Sesión 11: Estrategias de control con las mujeres                   | 59  |
| Texto Las mil caras de la violencia y sus estrategias de control    | 61  |
| Sesión 12: Efectos de la violencia en las mujeres                   | 65  |
| Sesión 13: Consecuencias de la violencia de pareja en hijas e hijos | 67  |
| Texto Efectos de la violencia en mujeres e hij@s                    | 69  |
| Sesión 14: Impactos de la violencia doméstica en hombres            | 73  |
| Sesión 15: Hombres y Violencia                                      | 75  |
| Texto Impactos de la violencia en los hombres                       | 77  |
| Sesión 16: Hombres, afectividad y vínculos                          | 80  |
| Sesión 17: Hombres y desafíos                                       | 82  |
| Texto Vínculos afectivos y desafíos                                 | 84  |
| Sesión 18: Paternidad y vida familiar                               | 87  |
| Sesión 19: Hombres y tiempos de cambios                             | 89  |
| Texto Hombres, paternidad y vida familiar                           | 91  |
| Sesión 20: Evaluación y cierre del taller                           | 93  |
| Bibliografía                                                        | 98  |
| Anexos                                                              | 100 |
| Anexo N° 1: Rueda del poder y control y Rueda de la Igualdad        | 101 |
| Anexo N° 2: Por qué los hombres deben poner fin a las mujeres       | 102 |





## PRESENTACIÓN

Las mujeres a diario están expuestas a diversas discriminaciones de género que operan como barrera a la realización de sus derechos humanos y dejan al descubierto un significativo déficit de nuestra democracia. La violencia sexista expresa el desbalance de poder entre mujeres y hombres, siendo una de las más habituales, la ejercida por varones en las relaciones de pareja.

DOMOS hace más de dos décadas trabaja sostenidamente en la erradicación de la violencia a las mujeres acudiendo a variadas estrategias con las mujeres que la padecen, los hombres que la ejercen y los terceros que la presencian. Desde su domicilio en la sociedad civil, busca mejorar el abordaje público y comunitario para avanzar a una respuesta coordinada en la provisión de servicios, la protección a las víctimas, el procesamiento de los responsables, la proactividad en redes y la prevención del abuso cualquiera sean sus manifestaciones.

Hablar de violencia a las mujeres nos lleva inevitablemente a preguntarnos ¿por qué los hombres se sienten con el derecho de violentar a sus parejas?, ¿cuál es el origen de estos comportamientos?, ¿qué ganan los hombres con sus actuaciones abusivas y qué costos representa para ellos sus conductas violentas?, ¿por qué la sociedad permite el abuso a las mujeres y qué rol juegan los terceros?, ¿será posible relacionarse desde el respeto y la equidad?

Esta Guía es una herramienta más que se suma al trabajo desarrollado desde el año 2000 por nuestra organización en la tarea de involucrar a los hombres en la eliminación de la violencia a las mujeres, siendo muy importante en las acciones educativas y campañas de bien público, la generación de conciencia acerca de la responsabilidad de los varones en la ocurrencia del abuso a las mujeres. Mediante esta propuesta pedagógica se busca motivar la reflexión y el compromiso de hombres de poner freno a la violencia hacia las mujeres, en particular y, aunque no exclusivamente, la que tiene lugar en las relaciones de parejas.

Si bien en Chile cada vez son más los hombres que se muestran contrarios y consideran la violencia a las mujeres total y absolutamente inaceptable, es importante que todos los varones examinen las formas en que se relacionan con las mujeres para que sus vínculos sean efectivamente equitativos y justos. No es fácil para los hombres renunciar a derechos, recursos de poder y privilegios otorgados por la cultura, las leyes, las costumbres, las religiones para apostar por la equidad y la justicia, se requiere estar alerta para evitar que la reproducción del poder masculino adquiera nuevas expresiones de abuso que pueden pasar fácilmente desapercibidas para quienes la sufren y para quienes la ejercen.

Es necesaria la creación de espacios para revisar aquellas verdades aprendidas como absolutas. Esperamos que esta Guía sea una herramienta útil para tales fines, una provocación que instale la duda y la interrogación sobre creencias culturales que están a la base de los comportamientos abusivos de los hombres con las mujeres, de modo de avanzar al necesario cambio cultural favorable a la equidad de género, por el cual DOMOS trabaja.



## INTRODUCCIÓN

La prevención tiene por finalidad evitar la ocurrencia de algo no deseado, ello supone la realización de actos específicos mediante los cuales intervenimos en una situación considerada negativa o nociva como es el caso de violencia que viven las mujeres. El sentido de la acción preventiva con varones apunta al cambio de mentalidad y conciencia de manera de ampliar las comprensiones, promover valores, y desde esta perspectiva, influir en las actitudes y prácticas cotidianas de los hombres.

La prevención de la violencia hacia las mujeres, se enmarca en un conjunto de acciones de control social que requiere ser coordinado desde la respuesta pública y la comunidad para hacer responsables de sus actos a los hombres que ejercen abuso, ética y jurídicamente.

No hay nada que justifique la violencia a las mujeres por más explicaciones que esgriman los hombres que la perpetran. Urge intervenir para detener el accionar de los agresores en serie que no se hacen cargo de sus comportamientos abusivos, y continúan abusando a diferentes mujeres a lo largo de sus vidas.

Todo lo que se pueda hacer para apoyar a las mujeres abusadas, es tremendamente necesario, sin embargo sabemos que no es suficiente para erradicar el abuso, de allí la importancia de trabajar con los hombres para que examinen sus sistemas de creencias, comportamientos, normas y las lecturas que hacen en torno a las violencias.

Revisar las ideas que sostienen las conductas abusivas permite ampliar la comprensión de la violencia para dejar de situarla como un problema privado, una patología mental, un instinto, o un acto irreflexivo producto del estrés económico, de la infancia o de la vida. No es fácil para los varones que abusan a su parejas renunciar a los derechos otorgados históricamente, por ello es necesario que el conjunto de los hombres y el entorno social intervenga y deslegitime la violencia y repudie a quienes la ejercen. Para lograr un cambio real -el primer paso- es que los hombres que la ejercen se reconozcan como agresores, una vez alcanzado esto, se requiere una profunda convicción de su parte para frenar sus actos abusivos.

Cambiar las formas de actuar y relacionarse con las mujeres, como dicen algunos hombres, equivale a aprender un nuevo lenguaje, es aprender a caminar hacia una forma igualitaria y respetuosa que reconoce las diferencias, pero no hace de ellas motivo de abuso o discriminación. Ser un hombre no abusivo, es un modo de ser en la vida, implica cuestionar profundamente los roles tradicionales asignados a hombres y mujeres y establecer relaciones horizontales basadas en el respeto, la valoración y la colaboración.

La sanción social de los comportamientos abusivos, es una rueda que empuja el cambio cultural. Los hombres deben reconocer que no tienen derechos sobre sus mujeres e hijos/as, que no son de su propiedad y que su responsabilidad es evitar la violencia. Deben entender que las mujeres son sujetos de derechos, persona, sobre las que no se puede ejercer dominio o posesión alguna.



## ORIENTACION METODOLOGICA Y FACILITACION<sup>1</sup>

*“Tan importante como lo que las personas aprenden, es la forma en que aprenden y generan conocimientos”*

### Enfoque metodológico

La metodología se basa en los principios de la educación popular que rompe la lógica tradicional de poder entre quienes educan y quienes son educados, vistos éstos últimos como meros depositarios/as de ese saber. Por el contrario, esta concepción educativa postula que la capacidad de aprender y enseñar se comparte y la relación se democratiza porque todas las personas tienen experiencias y un saber acumulado, y al mismo tiempo, todas las personas a su vez ignoran algo, incluido quienes facilitan el proceso de aprendizaje.

En tal sentido, las personas involucradas en el proceso educativo, somos seres históricos en desarrollo, con capacidades, potencialidades y el poder para transformarnos a nosotras/os mismas/os y para cambiar nuestra realidad.

La propuesta se implementa bajo la modalidad de laboratorio-taller, cuya puesta en escena articula dinámicamente en forma simultánea cuatro dimensiones para promover la de-construcción cultural y aprendizaje de los participantes en el marco de una experiencia colectiva.

- ✓ **Dimensión Participativa:** privilegia la inclusión de actividades destinadas a favorecer la participación de todos los asistentes. Entendiendo que en la medida que la persona hace, experimenta y reflexiona sobre su accionar, aprende.
- ✓ **Dimensión Vivencial:** atiende a lo que los participantes sienten, piensan, perciben y les ocurre en sus vidas cotidianas, haciendo una vinculación permanente entre los contenidos abordados y las experiencias de los asistentes al taller.
- ✓ **Dimensión Reflexiva:** estimula la conversación, el “escuchar-se” entre los participantes, haciendo de las experiencias y temáticas en discusión motivo de análisis crítico. Promueve la problematización y el intercambio de visiones y opiniones en dirección a generar conocimiento desde la dinámica colectiva.
- ✓ **Dimensión Lúdica-creativa:** incorpora la corporalidad, el juego, la creación y la interacción para favorecer el proceso educativo la generación de un clima de trabajo suelto y dinámico donde tiene cabida el humor y la risa.

---

<sup>1</sup> Este capítulo está basado en los Documentos “Programa Género y Violencias” y “Formación para la Acción”. Elaborados por Ximena Rojas Bravo. Corporación DOMOS. Santiago de Chile. 1996 y 1999.



El taller consta de 20 sesiones de una duración de 2 y ½ horas para un cupo de 10 a 16 participantes. A través de diversas técnicas de trabajo se busca que los participantes interactúen, reflexionen sobre los comportamientos abusivos de los hombres a las mujeres y la necesidad de frenar estas prácticas.

Para la ejecución del taller se requiere de un espacio físico en el que se pueda trabajar sin interrupciones, que posibilite el trabajo en grupos, ofrezca privacidad, buena iluminación, ventilación adecuada, acceso a servicios higiénicos y, en lo posible, cuente con red eléctrica para conectar equipos de música y data-show.

### **Facilitación o conducción del taller**

Entre los requisitos básicos para quienes faciliten las sesiones se encuentra una postura ética y un compromiso de fondo con la equidad de género y que se oponga rotundamente a la violencia que viven las mujeres. Es necesario que las personas que conducen el proceso cuenten con reflexión previa en la temática de taller y con un manejo teórico-práctico en este tipo de metodología.

Las personas que desarrollan acciones educativas por la no violencia, deben revisar sus creencias para que su trabajo sea realmente efectivo, su comunicación verbal y no verbal congruente, y para que los mensajes respecto de la comprensión de este problema lleguen claramente a sus destinatarias/os.

Cuando se trata de realizar trabajo socioeducativo con hombres destinado a frenar el abuso hacia las mujeres, es recomendable que la conducción del taller esté a cargo de una dupla conformada por un facilitador y una facilitadora, colegas que trabajan en forma conjunta, para que cada sesión sea una oportunidad de aprendizaje colectivo.

Es un modelaje in situ en que el facilitador hombre debe ser activo en empoderar a su compañera ante el grupo de participantes varones. Dicha actitud relacional con su colega mujer entraña un reconocimiento y valoración simbólica de las mujeres en general, que equilibra la balanza en el acceso al poder, mensaje que sin ser explicitado es percibido por los participantes hombres.

La dupla facilitadora es responsable de preparar las sesiones del taller, distribuirse equitativamente las tareas y responsabilidades en la facilitación, y conducir el proceso de aprendizajes del grupo, cuidando los siguientes aspectos:

- Fomentar un clima grupal de cercanía y confianza que posibilite el conocimiento, intercambio y debate. Dar a conocer el encuadre del taller e invitar a los participantes a acordar normas de funcionamiento y convivencia.
- Conducir el desarrollo del taller favoreciendo la integración de los participantes, las relaciones horizontales y el respeto a las diferencias.
- Animar la participación poniendo en juego las capacidades de escucha y valoración de experiencias. Cuidar que todos participen y se sientan integrados a la conversación, promover la reflexión y legitimar posturas diversas.

- Vincular las experiencias personales pasando de lo individual a lo grupal y de lo grupal a lo social para retornar a la vivencia personal con nuevas lecturas.
- Preparar las sesiones y adaptar la propuesta de la guía a la realidad de cada grupo, ya sea profundizando algunos contenidos, aterrizando las actividades a las características de los participantes o modificando el número de sesiones.
- Les corresponde analizar la marcha general del taller, evaluar si los objetivos se han logrado en cada sesión, revisar pertinencia de las actividades, identificar falencias así como integrar cambios y mejoras de las condiciones del espacio físico.
- Una actitud abierta les permite captar el estado de ánimo del grupo y percibir la reacción de los participantes y, más allá de las palabras, distinguir climas favorables como también obstáculos o bloqueos para abordarlos oportunamente.
- Cada dupla imprime un sello singular a la facilitación. Generar un clima grupal agradable, suelto y cálido depende del toque personal que aporta cada cual.

### Estructura de las sesiones

Las sesiones están diseñadas para que el proceso de análisis y profundización sea progresivo, sistemático y al ritmo de los participantes. Ello permite ir estableciendo distinciones entre lo cotidiano, inmediato, individual y parcial con lo social, colectivo, histórico y estructural. Dicho proceso reflexivo debe regresar siempre a la práctica para transformarla y mejorarla.

Las sesiones del taller tienen una estructura que podemos entender como una obra que consta de cinco actos o momentos:

- a) Primer acto: bienvenida y presentación de participantes en la primera sesión. En las sesiones restantes se cambia el contenido de la ronda invitándoles a que compartan libremente cómo están o con qué estado de ánimo inician la sesión. Este momento es importante para generar un clima de conversación, confianza y encuentro. Desde la segunda sesión en adelante, se puede alternar la ronda inicial con ejercicios corporales o alguna dinámica grupal de integración. Luego introducir la sesión presentando una síntesis dialogada de la sesión anterior a cargo de la dupla facilitadora, y en el transcurso del taller, se puede pedir a los participantes que realicen la síntesis.
- b) Segundo acto: presentación del tema a tratar e indagación. Iniciar siempre el tratamiento del tema preguntando a los participantes qué saben, qué piensan, qué opinan, cuál es su aproximación, ello puede ser a través de un ejercicio individual, una conversación en grupo o un ejercicio en plenaria. Esto favorece la involucración de los participantes y quienes facilitan el taller obtienen una aproximación respecto de lo que el grupo cree y piensa.

- c) Tercer acto: proponer al grupo una actividad que permita a los participantes vivir una experiencia, intercambiar visiones, experiencias u opiniones, o bien, proponer preguntas que orienten la reflexión incorporando algún análisis de casos, la preparación de una representación para mostrar en plenaria.
- d) Cuarto acto: es el momento en que los grupos relatan en plenaria sus reflexiones y experiencias. El planteamiento de preguntas dirigidas a problematizar posibilita la reflexión crítica del grupo. Se registra las conclusiones y se comparte la información integrando el saber de los participantes a la conversación. Para ello la dupla facilitadora presenta un power point o un papelógrafo con los principales contenidos. Finalmente se sintetiza los temas extrayendo las lecciones, hallazgos y conclusiones.
- e) Quinto acto: actividad de cierre en que se evalúa la sesión a través de preguntas abiertas que permitan a los participantes expresar sus opiniones y sugerencias. Asimismo, se les puede solicitar eventualmente que realicen algún tipo de tarea durante la semana como un ejercicio personal, una lectura, una entrevista a una persona en el tema de la sesión o una conversación con la familia.

El taller está diseñado para ser ejecutado en 20 sesiones de trabajo. La primera es de encuadre y la última de evaluación, mientras que en las otras 18 se abordan distintos temas dirigidos a la generación de conciencia sobre la violencia a las mujeres y la participación de los hombres en su ocurrencia.

Para cada sesión se propone una planificación base que incluye objetivos, actividades, contenidos fundamentales expresados en ideas fuerza, cuadro síntesis de la sesión y un texto básico de apoyo por unidad educativa. Lectura obligatoria que la dupla facilitadora debe manejar pues contiene los componentes fundamentales que guían la observación, la reflexión y el aprendizaje colectivo.

La guía es una propuesta general. Quienes facilitan el taller pueden modificar las actividades, o bien, integrar otras cuidando que éstas apunten al tratamiento de los contenidos definidos para alcanzar los objetivos planteados en cada sesión.







EL TALLER Y SUS

EL TALLER Y SUS SESIONES

---





## SESION 1 APERTURA Y ENCUADRE DEL TALLER

*Esta sesión es el punto de partida del proceso de aprendizaje colectivo y se debe enfocar a promover el conocimiento interpersonal, el intercambio de experiencias y la reflexión, cuidando un clima de confianza, respeto y comunicación. Es también el momento para acordar con el grupo la forma de funcionamiento de manera de asegurar un adecuado desarrollo del taller.*

### Objetivos

- ✓ Facilitar el intercambio de experiencias entre los participantes y fomentar los vínculos de confianza en el grupo.
- ✓ Revisar expectativas del grupo, conocer la propuesta la propuesta del taller y acordar las normas de funcionamiento.

### Actividades

1. Apertura y bienvenida al taller ('05)  
A medida que llegan los participantes invítenles a sentarse en círculo y fijen hora de inicio. Den la bienvenida a los participantes, preséntense al grupo y pídanles que se reúnan en duplas.
2. Ejercicio en pareja ('10)  
Proponga al grupo que se presenten mutuamente y hablen de sus gustos personales, de la forma en que descansan o de lo que gustan hacer en el tiempo libre.
3. Trabajo en cuartetos ('20)  
Cada uno presenta brevemente a su compañero destacando 3 aspectos significativos.



Responder la pregunta *¿Qué me mueve en la vida?*

Escuchen atentamente a sus compañeros e identifiquen aspectos o ideas comunes. Elijan una imagen o lema que les represente como grupo. Luego compartan *¿Por qué vinieron al taller?. ¿Qué esperan que ocurra en este espacio?*

4. Relatorías en plenaria ('45)  
Cada grupo se presenta mediante el lema o imagen y luego señalan las razones por las que sus integrantes se motivaron a realizar el taller y las expectativas en torno al proceso personal y a la experiencia grupal.

La dupla facilitadora registra las expectativas y señala al grupo lo que es posible esperar en el marco del desarrollo del taller. Posteriormente con apoyo de un power point o un papelógrafo, invitan a los participantes a conocer:



### Objetivos generales del taller

- Promover en los hombres la generación de conciencia crítica sobre la violencia a las mujeres como expresión de la inequidad de poder y de atropello a los derechos humanos.
- Reflexionar sobre las causas y consecuencias de la violencia ejercida por hombres contra las mujeres, responsabilizando a los agresores de los impactos y costos derivados de sus comportamientos abusivos.
- Fomentar el cuestionamiento sobre los privilegios y derechos otorgados a los hombres por nacer hombres y el compromiso de los participantes con equidad de género y la no violencia a las mujeres.
- Reflexionar sobre por qué las mujeres demoran –en diversas situaciones- en reaccionar ante la violencia ejercida por los varones hacia ellas y en defender sus derechos y autonomía.



### Temas y números de sesiones

| UNIDADES EDUCATIVAS                                                  | N° SESIONES |
|----------------------------------------------------------------------|-------------|
| Apertura del Taller                                                  | 1           |
| Qué significa ser hombres en esta cultura                            | 2           |
| Hablemos de género, inequidades y derechos de los hombres            | 2           |
| Masculinidades, recursos de poder y riesgos                          | 2           |
| Creencias, circuito abusivo y rol de los terceros                    | 2           |
| Las mil caras de la violencia a las mujeres y estrategias de control | 2           |
| Efectos de la violencia en mujeres, hijas e hijos                    | 2           |
| Impactos de la violencia en los hombres                              | 2           |
| Hombres, vínculos afectivos y desafíos                               | 2           |
| Hombres, paternidades y vida familiar                                | 2           |
| Evaluación del taller                                                | 1           |



### Normas del taller

Presenten al grupo de una en una las normas de funcionamiento y vayan solicitando a participantes que expliquen cada norma, su sentido e importancia para un adecuado desarrollo de las sesiones.

|                                      |                                           |
|--------------------------------------|-------------------------------------------|
| ✓ Hablar en 1ª persona               | ✓ Expresar desacuerdos sin agredir        |
| ✓ Escuchar para ser escuchado        | ✓ Guardar la confidencialidad             |
| ✓ Compartir experiencias             | ✓ Compromiso con la experiencia           |
| ✓ Expresar sentimientos              | ✓ Compartir lo aprendido con la familia   |
| ✓ Derecho a guardar silencio         | ✓ Llevar lo aprendido a la vida cotidiana |
| ✓ Disposición y actitud positiva     | ✓ Comprometerse con el cambio personal    |
| ✓ Respetar otras opiniones           | ✓ Llegar y retirarse a la hora            |
| ✓ Evitar juicios o descalificaciones | ✓ Asistir a todas sesiones                |

Cuando terminen de revisar el listado pregunten al grupo *¿qué otros aspectos consideran importante incluir?*

5. Ejercicio “Mi biografía en 5 líneas” (‘30)

Entregar a cada participante una hoja y un lápiz para que escriban una autobiografía abreviada. Luego se reúnen en tríos e intercambian sus relatos.



Reflexionen sobre las siguientes preguntas:

a) *¿Existen elementos comunes en sus relatos?*

b) *¿Qué atributos o rasgos masculinos identifican en sus biografías?*

6. Relatorías en plenaria (‘30)

Inviten a los grupos a compartir libremente sus reflexiones. Motiven el intercambio entre los participantes sobre las características comunes (competencia, metas, logros, fuerza, valor, etc.), y registre las conclusiones en un papelógrafo.

La dupla facilitadora realiza una síntesis de la sesión y deja planteada la pregunta al grupo *¿Qué significa para cada uno ser hombre?* Indicando que será el tema a tratar en la próxima sesión del taller.

7. Evaluación y cierre de la sesión (‘10)

Al término de la sesión invite al grupo a opinar libremente sobre esta primera sesión. Formulen preguntas abierta *¿cómo me sentí?*, *¿de qué me sirvió?*, *¿con qué sensación me voy?*

Agradezcan la confianza y participación recordando que el taller es el resultado de lo que cada uno aporta. Sugieran compartir con la pareja, familia, amistades su experiencia en el taller. Cierren la sesión.



**Cuadro sesión taller**

| ACTIVIDADES                     | MATERIALES                                          | HRS |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------|-----|
| Apertura y bienvenida al taller | Ppt con nombre del taller, lista de inscriptos      | ‘05 |
| Ejercicio en pares              | Pautas indicaciones, lápices                        | ‘10 |
| Trabajo en cuartetos            | Pautas, lápices, papel kraft, plumones              | ‘20 |
| Relatorías en plenaria          | Ppt o papelógrafo, papel kraft, plumones, pegamento | ‘45 |
| Ejercicio individual y en tríos | Hojas papel carta, lápices, pautas                  | ‘30 |
| Relatorías en plenaria,         | Cinta adhesiva, papel kraft, plumones               | ‘30 |
| Evaluación y cierre             | Batería de preguntas                                | ‘10 |

## SESION 2 QUÉ SIGNIFICA SER HOMBRES EN ESTA CULTURA

*Los hombres, según los mandatos de la masculinidad que ha predominado, deben probar permanentemente ante terceros/as que los son, para ello deben ser machos y mostrar una heterosexualidad compulsiva; deben adherir a roles sexuales diferenciados; minusvalorar lo femenino; deben ser homofóbicos para reforzar su hombría. Esta sesión invita a los participantes a explorar en sus vivencias más tempranas, adolescencia, juventud y adultez para identificar los mandatos masculinos exigidos para sentirse hombres y ser considerados como tales por el entorno.*

### Objetivos

- ✓ Reconocer en las experiencias infantiles, juveniles y adultas exigencias socioculturales derivadas de hecho de ser hombres.
- ✓ Identificar en los relatos y la reflexión colectiva los costos y privilegios que ha tenido para cada uno estas formas de ser hombres.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('40)

Dar la bienvenida a los participantes e invitarles a iniciar la sesión con un par de ejercicios corporales para tomar conciencia de cómo está cada uno en su cuerpo.

- Desplazarse por la sala llevando la atención al entorno, las paredes, piso, detalles de la sala; ahora a los compañeros y luego al propio cuerpo haciendo un chequeo de zonas tensas y zonas relajadas.
- Ejercicio de respiración repitiendo 3 veces cada forma de respiración. Sentado o de espalda en el suelo ubicar las manos en la parte superior del pecho, inspirar llevando el aire a la parte superior del pecho y exhalar. Poner las manos sobre las costillas, inspirar llevando el aire extendiendo las costillas hacia los lados y exhalar. Colocar ahora las manos sobre el vientre, inspirar llevando el aire hasta el bajo vientre y exhalar. Inspirar profundamente llenando el vientre, el estómago y el pecho de aire, retener unos segundos y exhalar. En ronda de opinión y expresar en una o dos palabras cómo se siente cada uno.

#### 2. Introducción y trabajo en grupos ('30)

Hacer un recuento dialogado de la sesión pasada conectando con los aspectos surgidos a partir de las preguntas formuladas *¿qué significa ser hombre en esta cultura?, y ¿cuáles son los atributos masculinos comunes surgidos a partir de sus biografías?* Comentar que se profundizará en la socialización de los hombres.



Formar 3 grupos de trabajo y pedirles que elijan un sobre de color y lápices:

Grupo UNO: ¿Cuáles eran los mandatos que recibieron en su infancia? Identificar exigencias culturales, atributos y derechos por ser varones.

Grupo DOS: ¿Cuáles eran los mandatos que recibieron en su adolescencia? Identificar exigencias culturales, atributos y derechos por ser varones.

Grupo TRES: ¿Cuáles son las exigencias que ustedes sienten que deben tener por ser hombres? (atributos y derechos que gozan en la actualidad).

### 3. Relatoría en plenaria ('70)

Solicitar a los 3 grupos que presenten sus reflexiones por orden numérico. El grupo UNO expone sus listado de mandatos, atributos exigidos cuando niños al igual que los derechos por ser niños varones. Una vez que el grupo presenta, pedir a los demás participantes que complementen la información. Siguiendo los mismos pasos el grupo DOS expone sus listados de la etapa de la adolescencia para luego continuar con el grupo TRES. Favorecer el relato de experiencias y a reflexión crítica sobre la socialización de los hombres desde el momento que nacen, las expectativas culturales, lo que les es permitido y lo que se les prohíbe para ser considerados hombres y para que ellos se consideren hombres a sí mismos.

Para profundizar en el análisis preguntar al grupo *¿Cuáles son los costos para ustedes de estas masculinidades hegemónicas y qué beneficios o privilegios les provee?, ¿qué repercusiones tiene el machismo en los hombres, y qué efectos tiene en las mujeres?*. El o la facilitadora complementa la información con apoyo de ppt temático.



#### Ideas Fuerza

- *Las personas nacidas con sexo masculino, aprenden a ser hombres desde sus experiencias más tempranas. Son socializados para que sientan, actúen y se perciban a sí mismos como hombres y no como mujeres.*
- *En la infancia y adolescencia, deben pasar por una serie de vivencias iniciáticas para demostrar a sí mismos, pares y entorno que son fuertes, valientes, solidarios, autónomos, que se someten a pruebas de aguante, que no tienen miedo y eso los diferencia de las niñas.*
- *Un hombre llega a ser tal, si logra desempeñar ciertos "roles", en su trayectoria de vida. La masculinidad dominante impone atributos y mandatos sociales que son internalizados y forman parte de su identidad.*
- *Hay un conjunto de deberes ser que tienen especial importancia para los hombres como ser sexualmente activos, proveedores, padres y jefes del hogar.*

### 4. Evaluación y tarea para la casa ('10)

Ronda libre de opiniones *¿qué aprendí?, ¿con qué sensación me voy?* Registrar impresiones de los participantes.

Antes de cerrar la sesión, recuerde al grupo compartir con otros varones sus reflexiones y aprendizajes.



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                   | MATERIALES                                                                                       | HRS |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Apertura y apresto corporal   | Música de relajación, equipo de música                                                           | '40 |
| Introducción y trabajo grupal | 3 sobres con pauta de trabajo, lápices                                                           | '30 |
| Plenaria                      | 3 papelógrafos con la pregunta de cada grupo, plumones, cinta adhesiva, lápices, ppt y data-show | '70 |
| Evaluación                    | Block de notas y lápiz                                                                           | '10 |

### SESION 3 MASCULINIDADES HEGEMÓNICAS

*Esta sesión aborda la socialización de los hombres en esta cultura invitándoles a un análisis crítico sobre lo que es permitido y lo que es negado por ser hombres y los costos que ello representa para explorar en las formas de ser hombres alternativas a la masculinidad hegemónica.*

#### Objetivos

- ✓ Reflexionar sobre los aprendizajes socioculturales constitutivos de la masculinidad hegemónica y los costos que ello tiene para su propio desarrollo y realización personal.
- ✓ Indagar en atributos, rasgos y características menos riesgosas de ser hombres.

#### Actividades

##### 1. Apertura de la sesión ('15)

Bienvenida a los participantes y desarrollo de una conversación suelta.

Introducción al tema. Pedir a un par de participantes que relaten brevemente lo tratado en la sesión anterior, y una vez que terminen pregunten al grupo *¿quedó algo fuera en la síntesis?*

Luego presenten la sesión informando que la invitación es a reflexionar a partir de las propias vivencias como hombres sobre los permisos y mandatos culturales para identificar costos y beneficios, y sus efectos en la relación con las mujeres, hijas e hijos y otros hombres.

##### 2. Ejercicio individual ('20)



Entregar a cada participante una hoja tamaño carta con una tabla dividida en cuatro y un lápiz para que realicen el siguiente ejercicio personal.

| Como hombre en esta cultura:            |                                           |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------|
| ¿Qué se me ha permitido?                | ¿Qué se me ha prohibido?                  |
| .....                                   | .....                                     |
| .....                                   | .....                                     |
| .....                                   | .....                                     |
| ¿Qué gano siendo hombre de esta manera? | ¿Qué pierdo siendo hombre de esta manera? |
| .....                                   | .....                                     |
| .....                                   | .....                                     |
| .....                                   | .....                                     |



3. Trabajo en grupos ('35)  
Reúnanse en 4 grupos y pongan en común su ejercicio personal. Revisen aspectos similares y diferencias para presentarlas posteriormente en plenaria. Y luego, reflexionen en torno a una pregunta: ¿De qué manera esta forma de ser hombre nos afecta: a) ¿nuestro desarrollo personal? (*Grupo 1*); b) ¿nuestra relación de pareja, y en general, el vínculo con las mujeres? (*Grupo 2*); c) ¿nuestras relación con hijas e hijos? (*Grupo 3*); d) ¿nuestra relación con otros hombres? (*Grupo 4*).
4. Relatoría en plenaria. ('60)  
Cada grupo presenta sus conclusiones respecto de del ejercicio individual, mientras exponen el o la facilitadora registra en papelógrafos ubicados a la vista del grupo para luego pedir a los participantes opiniones en torno a lo surgido. Se promueve el intercambio y conversación. Posteriormente, se solicita a los grupos que por turno refieran los efectos de las masculinidades hegemónicas en sus vidas. La facilitación promueve una reflexión crítica, profundizando en la interrogación, las brechas, fisuras e incomodidades respecto de las maneras de ser hombre que cada uno aprendió, y presenta un ppt temático para completar la información.



#### Ideas Fuerza

- *Ser varón otorga derechos por el sólo hecho de ser hombres, especialmente en la familia. Desde niños aprendieron que ser hombre era una "gracia" que habían recibido y de la que debían sentirse orgullosos.*
- *El hombre es un persona autónoma, libre; que trata de igual a igual a los otros varones y se distingue de las mujeres, que deben depender de él y estar bajo su protección. El varón no debe disminuirse ante otros/as. Debe dar siempre la sensación de estar seguro, de saber lo que hace.*
- *Esta forma de ser hombres tiene beneficios y privilegios de los que se goza en desmedro de las mujeres (ser atendido, considerado, tener la última palabra, ser satisfecho sexualmente, ser obedecido, etc.). No obstante, esta forma de ser hombres tiene efectos negativos para ellos, las mujeres y sus hij@s.*
- *Este modelo de masculinidad centrado en el sexismo, la misoginia, la homofobia y la heterosexualidad compulsiva debe ser confrontado para acercarnos a relaciones más equitativas y solidarias entre mujeres y hombres.*

5. Evaluación y tarea para la casa ('20)  
Registre opiniones de la sesión. Solicite a los participantes entrevistar a 2 mujeres y 2 hombres con la pregunta ¿qué diferencias hay entre hombres y mujeres?



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                            | HRS |
|-----------------------|-------------------------------------------------------|-----|
| Apertura              | Síntesis sesión anterior y temario sesión actual      | '15 |
| Ejercicio individual  | Pautas de trabajo personal, lápices                   | '20 |
| Trabajo en grupos     | Pauta trabajo grupal, set de preguntas, lápices       | '35 |
| Relatoría en plenaria | 4 papelógrafos, plumones, ppt temático, equipo y data | '60 |
| Evaluación            | Block de notas, lápices                               | '20 |



### Texto: ¿Qué significa ser hombre en esta cultura?

A partir de los investigaciones realizadas en diversos países de la región y de los relatos de los varones se puede configurar una versión del deber ser de los hombre, el referente presente en sus identidades masculinas, que se impone sobre otras. Esta forma de ser hombre se ha instituido en norma, toda vez que señala lo que estaría permitido y prohibido. Delimita, en gran medida, los espacios dentro de los que se puede mover un varón, marcando los márgenes para asegurarle su pertenencia al mundo de los hombres. Salirse de él, sería exponerse al rechazo de los otros varones y de las mujeres. Esta versión se incorpora en la subjetividad tanto de hombres como de mujeres, forma parte de la identidad de los varones y busca regular al máximo las relaciones entre los géneros.

Este “modelo referente” define atributos propios de los hombres e impone mandatos sociales que son internalizados y forman parte de su identidad. Les señala lo que se espera de ellos; siendo el patrón con el que se comparan y son comparados los varones. Los atributos que distinguen a los varones están sostenidos y reforzados por mandatos culturales.

Si bien ser hombre tiene su origen en una característica biológica, las pautas internalizadas les dicen que nacen incompletos, que la plenitud se logra en la adultez, luego de un conjunto de experiencias iniciáticas o “pruebas”. Así, los hombres tienen que enfrentarse a la paradoja de hacerse tales. En la subjetividad de los varones entrevistados un hombre llega a ser tal si desarrolla ciertos atributos y logra desempeñar ciertos “roles”, en cada etapa de su ciclo de vida. Todo ello en forma continua y cuidando de no salirse del libreto para no arriesgar su condición de varón.

¿Cuáles son los atributos de este modelo de “ser hombre” según los relatos registrados?

El hombre debe ser recto, racional, competitivo, responsable, debe comportarse correctamente. A los varones se les exige ser protectores de los débiles -niños, mujeres y ancianos-, los que están bajo su dominio, sacar la cara por ellos. El hombre empeña su palabra, la “palabra de hombre” y para demostrar que es de fiar debe sostener su palabra. Debe demostrar su “hombría”, de lo que es capaz de sacrificar. No cumplir con estas pautas de conducta es ser “poco hombre”.

El hombre es un persona autónoma, libre; que trata de igual a igual a los otros varones y se distingue de las mujeres, que deben depender de él y estar bajo su protección. El varón no debe disminuirse ante otros/as. Debe dar siempre la sensación de estar seguro, de saber lo que hace.

Debe ser fuerte, racional y orientar su accionar de manera similar a la que tiene la racionalidad económica. Sus obligaciones le exigen tener clara la finalidad de sus actos; debe adecuar los medios para responder responsablemente a lo que se espera de él. No se debe amilanar ante los problemas que enfrenta.

Debe ser emocionalmente controlado, valiente, no se debe desviar de su curso por sentimientos -que son propios de las mujeres y de los hombres débiles-, sino por el contrario, su obligación es controlarlos y someterlos/someterse a la disciplina para su encauzamiento. No debe tener miedo y si lo siente ocultarlo a terceros/as; no debe expresar sus emociones, ni llorar, salvo en situaciones que estén prescritas, en que el hecho de hacerlo reafirma su hombría: despedida de sus pares luego de muchos años de

convivencia, muerte de un ser muy cercano, por “dolores” de la patria y de su responsabilidad con ella.

El hombre debe ser fuerte físicamente, su cuerpo debe ser resistente a las demandas del trabajo y a la fatiga, a las jornadas extensas cuando se le requiera; a la falta de sueño y a la tensión nerviosa prolongada. Debe estar dispuesto a competir con otros varones para demostrar sus capacidades físicas y si es posible derrotarlos/ganarles. No debe mostrar signos de debilidad, ni dolor; por el contrario de él se espera que discipline su cuerpo para resistir esas molestias hasta el límite de su capacidad; sólo allí mostrar el dolor y solicitar ayuda.

El hombre es de la calle. La calle es el lugar de los varones, la casa es el lugar de las mujeres y los niños, es un espacio femenino. Así lo han aprendido desde niño, en su contacto permanente con otros hombres de su edad en los espacios públicos -calles, plazas, canchas de deportes, estadios, discos, entre otros-. Son espacios a los que van solos, no necesitan la compañía de alguien que les cuide ni ellos la aceptarían, porque eso les feminiza; las restricciones de horas y lugares son significativamente menores, en relación a las mujeres de la misma edad, que deben ser protegidas y salir acompañadas y/o con horarios más rígidos y a lugares conocidos. Los hombres cuando adultos salen a la calle, los espacios públicos, a buscar los recursos para mantener su familia; deben salir para trabajar. Por el contrario, las mujeres son de la casa, ellas la deben mantener, cuidar y criar los hijos. La casa le aburre al varón.

Los hombres son heterosexuales, les gustan las mujeres, las desean; deben conquistarlas para poseerlas y penetrarlas. La naturaleza del hombre, su animalidad, les señala que el cuerpo puede ser incontrolable en cuanto a su sexualidad, el deseo sexual puede ser más fuerte que su voluntad. El hombre se empareja con una mujer, es padre y tiene familia.

Ser varón da un signo de distinción. Les hace ser y sentirse importantes. Los otros/as así se lo manifiestan y ellos lo perciben. Ser hombre da derechos por el sólo hecho de serlo, especialmente en su familia, sea de origen o en su propio núcleo familiar. Desde niños aprendieron que ser hombre era una "gracia" que habían recibido y de la debían sentirse orgullosos.

Entre los mandatos hay tres que tienen especial importancia para los hombres: son/deben ser heterosexualmente activos; se deben al trabajo -deben trabajar remuneradamente-, y son/deben ser padres y jefes del hogar.

Este es el modelo de masculinidad con que crecientemente los hombres y las mujeres están constantemente confrontando para poder establecer relaciones más cercanas, horizontales, armoniosas y de mayor intimidad con pareja e hijos.





## SESION 4 HABLEMOS DE GÉNERO Y VIOLENCIA

*Esta sesión examina la diferencia entre sexo y género y aborda el conjunto de características asignadas y los espacios otorgados por la sociedad en forma diferenciada a mujeres y hombres desde el nacimiento y que son reforzados durante todo el ciclo vital por la cultura, las leyes, las costumbres, religiones, la educación formal y los medios de comunicación.*

### Objetivos

- ✓ Identificar los atributos asignados a mujeres y hombres de acuerdo al sexo con se que nace y la socialización diferenciada para mujeres y hombres.
- ✓ Reflexionar sobre la discriminación, la inequidad de género y la violencia a las mujeres ejercidas por los hombres en las diversas esferas de la sociedad.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('15)

La dupla facilitadora recibe a los participantes y les propone iniciar la sesión con una rueda de opinión sobre cómo está cada uno. Y luego realicen con el grupo una brevemente revisión de la sesión anterior para introducir el tema que abordarán en esta ocasión. Indicar que la tarea realizada les será útil para realizar el siguiente trabajo de análisis donde podrán incorporar sus visiones y la de sus entrevistadas(os).

#### 2. Trabajo grupal ('15)



Dividirse en tres grupos, cada uno con apoyo de pauta listará atributos, tareas y espacios ofrecidos por la cultura a mujeres y hombres:

Grupo Uno: Listar maneras de ser hombres y mujeres ¿Cómo deben ser tradicionalmente los hombres y las mujeres en nuestra sociedad según los mandatos culturales dominantes?

Grupo Dos: Listar funciones, tareas y roles de hombres y mujeres ¿Cuáles son las tareas que deben realizar hombres y mujeres tradicionalmente en nuestra sociedad según esos mandatos?

Grupo Tres: Listar espacios y lugares asignados a hombres y mujeres ¿Qué espacios han ocupado principalmente las mujeres y cuáles los hombres en nuestra sociedad? (Observar en la casa y en el mundo público).

#### 3. Relatoría en plenaria ('40)

Los grupos presentan en plenaria sus respectivos listados. Una vez que cada grupo da a conocer su trabajo, invitar a los participantes a completar cada lista de manera de incorporar la mayor cantidad de aspectos. Preguntar *¿qué opinan de las diferencias entre mujeres y hombres?, ¿por qué la diferencia biológica implica inequidades?, ¿a través de qué instituciones la sociedad asegura la mantención del sistema?*

La dupla facilitadora estimula la conversación y con apoyo de una presentación en power point o papelógrafo, gráfica los contenidos centrales de la sesión:



### Ideas Fuerza

- *Diferencia entre sexo y género. El sexo es biología (naturaleza) y género es cultura. El sexo identifica cuales son la características biológicas al momento de nacer (hombre o mujer) mientras que el género incorpora cuales son los atributos, ideas, roles y expectativas compartidas por la sociedad sobre cómo deben ser, lo que deben hacer y los espacios que debe ocupar las personas según su sexo.*
- *Lo femenino y lo masculino son construcciones socioculturales. La socialización de las identidades de género de hombres y mujeres se lleva a cabo desde que nacen las personas; las mujeres en lo femenino que implica actitudes, valores, maneras de ser para asumir el rol asignado y convertirse en mujeres, descartando todo deseo o expectativa atribuible a los hombres. El mismo mecanismo opera en la socialización de las personas de sexo masculino.*
- *No sólo las familias forman en este orden de género, también lo hace la escuela, las religiones, los medios de comunicación, el trabajo, su mundo social.*
- *La división sexual del trabajo y la diferenciación de espacios privados y públicos es una de las bases de las inequidades entre mujeres y hombres.*
- *La masculinidad dominante, hegemónica, el machismo, no es genético sino cultural. Y como es un aprendizaje social se puede cambiar. Las formas de pensar cambian, y con ello, también las formas de actuar.*

#### 4. Ejercicio personal y grupal ('40)



Entregar pauta de trabajo y lápices para que cada uno anote primero una situación en que se haya sentido discriminado por el hecho de ser hombre, y luego una situación en que hayan discriminado a una mujer por ser mujer o la hayan visto o se hayan enterado. Reunirse de 4 o 5 participantes y compartir de qué se dieron cuenta haciendo el ejercicio y compartir lo trabajado.

#### 5. Relatoría en plenaria ('30)

Cada grupo cuenta sus conclusiones. Invitarles a identificar los efectos e impactos de la discriminación en ellos mismos. Indagar por qué las mujeres son más discriminadas en la familia y sociedad, preguntar *¿cómo se sentirían si ello les pasara a diario a Uds.?*

#### 6. Evaluación ('10)

Ronda libre en tres palabras ¿con qué reflexión me voy? Registrar opiniones del grupo.



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES               | MATERIALES                                               | HRS |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión     | Hojas, lápices, ppt                                      | '15 |
| Trabajo grupal            | Pautas indicaciones, lápices                             | '15 |
| Relatorías en plenaria    | Pautas, lápices, papel Kraft, plumones, set de preguntas | '40 |
| Ejercicio personal/grupal | Ppt o papelógrafo papel Kraft, plumones, pegamento       | '30 |
| Relatorías en plenaria    | Cinta adhesiva, papel RAF, plumones                      | '40 |
| Evaluación                | Block de notas, lápiz                                    | '10 |



## SESION 5 INEQUIDADES Y DERECHOS DE LOS HOMBRES

*Esta sesión aborda la discriminación y las inequidades estructurales de género que afectan mayoritariamente a las mujeres. Examinará también la discriminación que afecta los hombres en algunas áreas y revisará los privilegios, oportunidades y derechos de los varones otorgados por la cultura, las leyes, la religión y las costumbres por el hecho de ser hombres.*

### Objetivos

- ✓ Analizar las relaciones de poder que se encuentran a la base de la violencia y la inequidad de género.
- ✓ Visibilizar los derechos y privilegios otorgados históricamente en las sociedades a los hombres por ser hombres.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('20)  
Recibir a los participantes e iniciar la sesión con una rueda de opinión sobre cómo está cada uno. Realizar con el grupo una brevemente revisión de la sesión anterior para conectar con la actual, y presentar el tema a abordar señalando que como es habitual, el trabajo se iniciará acudiendo a sus experiencias y saberes.
2. Juego de roles en dupla ('20)  
En base a las discriminaciones a mujeres por razones de género abordadas en la sesión anterior o tomando ejemplos reales o ficticios de discriminaciones de pareja, laboral, educacional, legal, religiosa, política, publicitaria, elegirá una a trabajar.
  - Se reúnen en pares y se pide a cada dupla que realice el juego de roles. Durante el ejercicio tomar contacto con el personaje tanto del varón que discrimina como de la mujer discriminada.
  - A discriminará a B. Luego cada uno escribe cómo se sintió y de qué se dio cuenta. Cambian de rol y B discrimina a A. Se toman unos minutos para escribir la vivencia.
3. Trabajo grupal ('40)  
Formar grupos de 4 participantes. Se le pide a los participantes que durante 20 minutos intercambien opiniones sobre el ejercicio en pares *¿de qué se dieron cuenta discriminado y siendo objeto de discriminación?, ¿qué lecciones sacan?*  
Luego tendrán 20 minutos para elegir como grupo una de las situaciones de discriminación a mujeres para ser representada ante sus compañeros.
4. Plenaria ('60)  
Cada grupo hace su presentación. Preguntar a los compañeros sus opiniones sobre la representación. Indagar sobre los impactos de la discriminación y violencia de género, las formas en que opera, los sentimientos que generan en quienes la ejercen y en quienes son víctimas de ella.  
Con apoyo de data-show exponer los principales contenidos de la sesión en forma dialogada y motivar el intercambio de opiniones entre los participantes.





### Ideas Fuerza

- *Los hombres históricamente han ocupado el espacio público mientras las mujeres han sido limitadas al mundo privado. El espacio público es valorado socialmente mientras que el privado y lo que allí ocurre ha carecido de tal reconocimiento.*
- *La violencia es el medio usado por los hombres para controlar y disciplinar a las mujeres, para someterlas a su voluntad e impedir que sean libres, autónomas y con las mismas oportunidades de desarrollo y de derechos.*
- *Los hombres con respecto a las mujeres acceden a trabajos mejor remunerados, y tienen menos dificultades para ascender laboralmente.*
- *En nuestro país, las mujeres en etapa fértil en el sistema de salud privado deben pagar más por sus programas de salud.*
- *Las mujeres son minoría en espacios de poder de la sociedad. Están sub-representadas en las distintas esferas como el parlamento, la corte suprema, la alta dirección pública y de la empresa privada.*
- *La falta de asunción de tareas parentales y cuidado familiar de parte de los hombres repercute en la inserción laboral de las mujeres y la llamada doble jornada de trabajo.*

Profundizar la reflexión preguntando al grupo *¿por qué los hombres tienen más derechos y oportunidades de desarrollo que las mujeres?, ¿por qué han gozado históricamente de más, privilegios, prestigio, estatus, acceso a recursos de poder y bienes?* Motivar el intercambio de opiniones y debate de ideas.

Luego a modo de lluvia de ideas, invite al grupo a confeccionar un listado de derechos otorgados a los hombres por ser hombres. Por ejemplo: derecho a ser obedecido por la mujer e hijos, derecho a ser servido en su hogar, derecho a tomar decisiones, derecho a tener el monopolio del cuerpo de la mujeres.

Una vez terminado el listado, invite al grupo a pronunciarse sobre estos derechos o privilegios obtenidos por el hecho de ser hombres.

#### 5. Evaluación y tarea para la casa ('10)

Solicitar a los participantes que compartan cómo se siente, qué aprendieron o cualquier otro aspecto de la sesión o del taller.

Al término de la sesión, indicar que la tarea es que cada uno observe los privilegios que tienen por ser hombres (casa, trabajo, vida social, etc.).



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES             | MATERIALES                                               | HRS |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión   | Ppt con nombre de la sesión, música ambiental            | '20 |
| Ejercicio en pares      | Textos casos o recortes de prensa. Pautas y lápices      | '20 |
| Trabajo en grupo        | Pautas, lápices, papel kraft, plumones                   | '20 |
| Relatorías en plenaria  | Ppt o papelógrafo, cinta adhesiva, papel kraft, plumones | '70 |
| Evaluación de la sesión | Batería de preguntas                                     | '20 |



## Texto: Inequidad de género, violencias y derechos de los hombres

*El género es la simbolización cultural de la diferencia sexual.*

El género es la construcción sociocultural que sobre la base de los sexos determina identidades, roles y espacios diferenciados a hombres y mujeres. Nacemos con un sexo que nos diferencia, pero nos desarrollamos como hombres y mujeres en la sociedad y el tiempo que nos tocó vivir. Nacemos con un sexo, hombre o mujer, pero lo que somos como hombre o mujer, lo masculino o femenino lo hemos aprendido como resultado de socialización y la cultura en la que estamos inmersos.

La socialización de género sostiene el andamiaje que hace posible las inequidades, la dominación y opresión convenciendo a los hombres que son superiores a las mujeres, y a éstas últimas, de su inferioridad. Se cumple así la función de reproducir y justificar en las personas las jerarquías sociales, principalmente la de los sexos.

*Si el sexo es a la naturaleza, el género lo es a la cultura.*

*La diferencia sexo/género indica que el SEXO refiere a características biológicas que las personas traen al momento de nacer; es decir la NATURALEZA.*

*Por su parte el GÉNERO refiere a un conjunto de atributos y características asignadas en forma diferenciada de acuerdo al sexo con se nace; es decir la CULTURA.*

### **¿Por qué las mujeres son subordinadas en todas sociedades?**

En todas las culturas conocidas los hombres gozan de mayores derechos, oportunidades y recursos, y en todas las clases sociales, razas y etnias, las mujeres son discriminadas por ser mujeres. Las inequidades que afectan a las mujeres en una sociedad, en gran medida pueden atribuirse a los patrones culturales derivados de las relaciones de género.

En las sociedades patriarcales los atributos femeninos tiene menos valor que los masculinos y el mundo privado es menos valorado que el mundo público. Las mujeres bajo el patriarcado representan lo femenino, y son confinadas a lo doméstico o privado mientras que los hombres están ligados a lo masculino y al espacio público. Y como la cultura domina a la naturaleza se genera la creencia o noción de que los hombres deben controlar y someter a las mujeres. Se devalúa entonces lo natural ante lo cultural, toda vez que las mujeres son naturaleza y los hombres cultura.

*Mundo PRIVADO refiere a la vida familiar, crianza de hijos y trabajo doméstico, tareas que con frecuencia no tienen valoración social aunque son imprescindibles para las sociedades.*

*Mundo PUBLICO es el espacio donde se despliega las identidades, se valoran capacidades y se obtiene reconocimiento social.*

Las personas comparten un conjunto de ideas sobre lo masculino y lo femenino, sobre el comportamiento que deben tener, los roles que deben cumplir y el lugar que deben ocupar los hombres y las mujeres en la familia y sociedad.

Históricamente se ha considerado el espacio privado como propio de las mujeres debido a que poseerían “capacidades naturales” para desempeñar funciones de crianza, cuidado de la familia y tareas domésticas. Por su parte, el mundo público ha sido asignado a los

hombres porque ellos tendrían “atributos naturales” para desarrollarse en todas las esferas sociales.

Desde las experiencias más tempranas, niñas y niños aprenden de las figuras significativas en qué consiste ser hombre y en qué ser mujer, las formas en que deben actuar, pensar, hacer, sentir de acuerdo al sexo con que nacieron. Las niñas aprenden que deben ser afectivas, hogareñas, preocupadas por los demás, que podrán estudiar y trabajar cuando adultas, pero que el cuidado de los hijos(as) y la familia será su principal responsabilidad. En cambio los niños deberán ser fuertes, competitivos, racionales, independientes, preparados para algún día mantener económicamente a su familia.

*En la familia no sólo educa la mujer, el hombre también lo hace a través de su comportamiento. Si la conducta habitual del varón es llegar a su casa a sentarse y esperar que la mujer lo atienda y no se ocupa de sus hijas/os, estar con ellos, jugar, revisar tareas, bañarlos, darles de comer está mostrando una forma de ser hombre y de ser padre.*

De la diferencia a la equidad de género. No se trata de que hombres y mujeres seamos iguales, sino que las diferencias no sean motivo de desigualdad y discriminación. La sociedad de la que todas/os formamos parte debe brindar las mismas oportunidades a mujeres y hombres para que nos desarrollemos plenamente.

La socialización de género nos lleva a vivir los roles como propios o naturales de nuestro sexo. El cambio de mentalidad no es fácil porque las personas hemos internalizado una forma de concebir el mundo, un orden social, y sobre todo un modo de ser y sentirnos hombres o mujeres. Qué ocurre cuando la forma de pensar y de actuar de una mujer o un hombre se sale del molde tradicional, cuando una mujer no quiere ser madre o cuando un hombre es suave y delicado, cuando una mujer es autónoma e independiente o cuándo un hombre rechaza una propuesta sexual.

*Que los cuerpos de las mujeres estén ligados a la reproducción de la especie, no significa que las mujeres nazcan sabiendo servir, cocinar, cuidar a otros o someterse al abuso. De la misma manera, el hecho de que los hombres no puedan parir, no implica que sean abusivos, que no puedan cuidar de sus hijos o asumir tareas domésticas.*

### **Derechos de los hombres**

Los hombres son socializados en la idea de que son superiores, que nacen con atributos que les facultan para ser jefes, mandar, disciplinar, ser obedecidos y servidos, y para tener la propiedad y el monopolio del cuerpo de las mujeres. Si bien el género no es la única discriminación que afecta a las mujeres, es un hecho que en todas las clases sociales los hombres gozan de derechos, prestigio, estatus por sobre las mujeres de su misma clase.

La historia oficial de la humanidad es la historia de los hombres. Un mundo hecho a la medida de los varones, que gozan con derechos y recursos de poder para controlar a las mujeres. Los derechos humanos han sido concebidos como derechos de los hombres y concebidos fundamentalmente para el espacio público y no para el espacio privado. En esta lógica no es casual que la violencia doméstica haya tardado tantos años en ser considerada una violación a los derechos humanos.

El padre, el marido o el hermano contaron con poderes otorgados por la religión, las leyes, las costumbres para decidir por ellas en todos los aspectos de sus vidas. Las mujeres han tenido que luchar para que sus intereses y necesidades sean consagrados como derechos.

### **Inequidad de género y violencia hacia las mujeres**

Cuando las sociedades no garantizan los mismos derechos y oportunidades para mujeres y hombres en el trabajo, la familia, las relaciones afectivas, la participación en la vida social en las distintas esferas de la sociedad, se está discriminando por razones de género. Recientemente se legisló para eliminar la brecha salarial, no obstante en nuestro país aún existen múltiples discriminaciones en el ámbito laboral pues aunque las mujeres tengan niveles de educación similar y a veces mejor que los hombres, acceden a trabajos menos valorados o peor remunerados; la menor participación de los hombres en el trabajo doméstico y de cuidado de lo(a)s hijo(a)s plantea dificultades a las mujeres para equilibrar la vida familiar con la laboral, lo que muchas veces atenta contra la posibilidad de asumir el trabajo remunerado como una fuente de satisfacción personal.

Existe un consenso cada vez más amplio en el mundo de que la violencia a las mujeres se sustenta en esta ideología patriarcal que otorga a los hombres una superioridad y recursos de poder por sobre las mujeres que se expresa en todas las áreas de la sociedad. La discriminación a las mujeres, tienen lugar en un sistema de dominación que históricamente las ha invisibilizado y desvalorizado, y como todo sistema de dominación, recurre a las amenazas y el uso de fuerza para controlar la subversión y perpetuarse. La violencia es el medio para doblegar y disciplinar a más de la mitad de la humanidad para mantener el orden cultural de género. Así lo muestran las estadísticas mundiales que dan cuenta que las principales víctimas de violencias privadas y públicas son las mujeres. Se trata de un problema planetario de profunda raigambre histórica y cultural que no distingue clase social, situación económica, nivel educacional, raza, origen étnico, credo, nacionalidad.

Si bien la violencia familiar resulta éticamente reprochable y jurídicamente sancionable, esto no ha impedido que estas prácticas abusivas alcancen altas tasas en nuestro país. De acuerdo a estudios sobre los delitos de mayor connotación social, las mujeres estarían más expuestas a sufrir ataques violentos al interior del hogar que en la vía pública, siendo las agresiones de actuales o ex parejas las más frecuentes. Leyes discriminatorias, costumbres y normas sociales que naturalizan y norman la inequidad de género deben cambiar para que la vida sea justa para las mujeres y los hombres a lo largo de sus vidas.

### **Costos de la violencia de pareja**

Los costos monetarios directos e indirectos así como los intangibles y los efectos multiplicadores de la violencia doméstica son altísimos como lo señala Stefan de Vylder, en “Poniendo fin a la violencia de género” (ASDI, 2005:75). Y aunque en Chile no existen estudios que den cuenta de la magnitud de los costos económicos y sociales, es importante hacerlos visibles para mostrar a las autoridades y decisores políticos lo rentable que es para el país, invertir en su abordaje.

| <b>Categoría de costos</b> | <b>Ejemplos de impactos/tipos de costos</b>                                                                                                                                                                |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Costos directos            | Policia y seguridad privada, costos por juicios, cárcel, atención en salud, servicios sociales (por ejemplo refugios, servicios para crisis)                                                               |
| Costos indirectos          | Pérdida de ingresos, tanto de víctimas como agresores, aumento de mortalidad y morbilidad, baja en la productividad.                                                                                       |
| Costos intangibles         | Dolor y sufrimiento entre víctimas de violencia y sus familiares, aumento del temor y la ansiedad en la sociedad en su conjunto.                                                                           |
| Efectos multiplicadores    | Erosión del capital social, transmisión intergeneracional de la violencia y comportamiento disfuncional, fuga de cerebros, bajada en las inversiones internas y extranjeras y en el crecimiento económico. |





## SESION 6 MASCULINIDADES Y ACCESO A RECURSOS DE PODER

*Esta sesión invita a analizar cómo la masculinidad dominante se transforma en lo natural, normal, común invisibilizando el poder de los varones sobre las mujeres y de algunos hombres sobre los otros. Para ello examina dimensiones constitutivas como lo es la autonomía personal, el cuerpo, la sexualidad, las relaciones con otras personas y la posición en la familia.*

### Objetivo

- ✓ Reflexionar sobre una serie de componentes de las masculinidades hegemónicas que posibilita los hombres el acceso a recursos superiores a las mujeres en la construcción de sus identidades y relaciones de género.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('20)

Dar la bienvenida a la sesión e invitar a los participantes a realizar una rutina de ejercicios corporales. Mencionar que la conexión con el propio cuerpo implica también estar más conciente de sí mismos.

- Caminar descalzos por sala al ritmo de la música. Inspirar y exhalar identificando tensiones y soltando el cuerpo. Caminata en duplas uno al lado del otro y unidos por caderas encontrar un ritmo común mientras se desplazan en una caminata de tres pies, cambiar de pareja, caminar solos moviendo hombros y brazos, piernas y todo el cuerpo como cada uno quiera.
- Desplazarse haciendo contacto físico entre varios compañeros. A la indicación de “parar” quedarse inmóvil en la posición por un minuto y luego caminar solos, hacer contacto ahora con otros compañeros quedarse petrificados sin moverse y sentir el cuerpo. Repetir libremente la secuencia.
- Luego sentarse en círculo en el suelo, respirar profundo y compartir cómo se siente cada uno, reforzar que expresen sensaciones y sentimientos más que ideas acerca del ejercicio.

#### 2. Trabajo en grupos ('40)



Reunirse en 5 grupos por tema, entregar a cada grupo una pauta de trabajo y texto (extraer de texto de apoyo de la sesión) para que cada grupo lo analice. Pedir que relaten experiencias personales referidas al tema y elijan un par de ellas para compartirlas en plenaria.

Al final cada grupo crea un slogan o frase que grafique su tema. Por ejemplo, el grupo que aborda el tema cuerpo “Cuerpos de hombres para el trabajo”.

Grupo 1: Autonomía personal / Grupo 2: Cuerpo / Grupo 3: Sexualidad

Grupo 4: Relaciones con otras personas / Grupo 5: Posición en la familia



### 3. Relatoría en plenaria ('70)

Cada grupo presenta en plenaria el tema que les correspondió abordar y conclusiones para luego dar a conocer un par de experiencias demostrativas referidas al texto. La facilitación pregunta *¿cómo les afecta ustedes estos mandatos?, ¿qué impactos tiene esto en las mujeres?, ¿cómo afecta sus relaciones con las mujeres e hijas/os?, ¿cómo afecta sus relaciones con otros varones?* Al finalizar presentar ppt temático.



#### Ideas Fuerza

- *El modelo de masculinidad hegemónico con sus atributos y mandatos sociales posibilita que los hombres accedan a recursos mayores de poder que las mujeres y que ciertos hombres también los poseen en proporciones mayores a otros varones.*
- *La socialización permite a los hombres ejercer autonomía y apropiarse de recursos de poder como es el acceso a los espacios públicos, el uso del tiempo y el manejo del dinero y de bienes.*
- *La construcción de los cuerpos de los hombres refiera a cuerpos fuertes, duros, aptos para trabajos pesados, la guerra, que se someten a pruebas; cuerpos para la calle, cuerpos para corregir; cuerpos para penetrar el cuerpo de las mujeres.*
- *La socialización en la creencia de que los hombres tienen un impulso sexual incontrolable, "instinto animal", irrefrenable, que les impide ejercer su capacidad de razonar, justifica el uso de la fuerza y la violencia para someter sexualmente a mujeres, niñas/os y a veces a varones, indefensas/os y engañar bajo amenazas a niños/as y liberándoles de sus responsabilidades.*
- *Los hombres son formados para creerse y percibirse distintos y superiores a las mujeres, para desarrollar una identidad de género por oposición a las mujeres que representa esa otredad minusvalorada y discriminada en todas las esferas sociales.*
- *La posición de varón en la familia le confiere recursos de poder, ser jefe de familia y padre, proveer, ser dueño de, ser obedecido y servido, ser complacido sexualmente, tomar las decisiones importantes, disciplinar a la mujer e hijos(as).*
- *Este modelo de ser hombre tiene impactos devastadores e incluso letales en la relación con las mujeres, niñas y niños y otros varones más débiles. Para doblegar a otras personas, los hombres deben someterse al rigor de esta masculinidad que brinda beneficios, estatus y derechos, incentivos que permiten su reproducción.*

### 4. Evaluación y tarea para la casa ('20)

Rueda libre *¿con qué reflexión me voy?.* Registrar opiniones y pedir que reflexionen para la siguiente sesión en torno a la pregunta *¿por qué para los hombres es tan necesario sentir que se tenemos poder y que podemos ejercerlo sobre otros?*



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                                   | HRS |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------|-----|
| Apertura y trabajo corporal | Música y secuencia de ejercicios corporales.                 | '30 |
| Trabajo grupal              | Pautas, textos análisis, lápices, cartulina, cinta adhesiva. | '40 |
| Plenaria                    | Set de preguntas, block de notas, ppt temático.              | '60 |
| Evaluación                  | Block de notas, lápiz.                                       | '20 |

## SESION 7 MASCULINIDADES, PODER Y RIESGOS

*El modelo dominante permite a los hombres usar el poder para subordinar a otras y a otros hombres; sin embargo, este mismo modelo entraña un conjunto de riesgos para los varones. Se trata de dimensiones a menudo invisibles como lo es la falta de cuidado personal, de la salud física y mental y conductas de riesgos en la vida cotidiana.*

### Objetivos

- ✓ Identificar los riesgos para el desarrollo personal y la salud de los hombres como resultado de la socialización masculina.
- ✓ Identificar masculinidades hegemónicas y masculinidades subordinadas examinando el poder que ejercen varones sobre otros que están en posiciones de menor jerarquía.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('30)  
Bienvenida a la sesión e invitación al grupo a realizar un par de ejercicios corporales:
  - Formar un círculo y tomarse de las manos, inspirar por la nariz mientras caminan al centro en puntas de pies y alzan los brazos. Una vez en el centro elevarse en puntas de pie y estirar al máximo los brazos mientras se retiene el aire. Exhalar soltando el aire mientras se retorna al punto de partida. Repetir la secuencia 5 veces como si el grupo fuera un mar que se concentra y expande en continuo movimiento.
  - Pedir que caminen expresando alegría. Luego caminen normal y expresen miedo, rabia, desesperanza, soledad, vergüenza, soberbia, dominación para terminar con serenidad y calma. Prestar atención a lo que sienten. Pedir que se ubiquen en un círculo y comenten libremente de qué se dieron cuenta realizando los ejercicios.
2. Ejercicio personal ('10)  
Cerrar los ojos y pedir que recuerden dos situaciones: a) una en que han ejercido poder sobre otra persona, y b) en que otro(s) haya(n) ejercido poder sobre ellos. Abrir los ojos y anotar lo central de cada uno de los recuerdos.
3. Ejercicio en duplas ('20)  
Reunirse en pares y compartir los recuerdos integrando a la conversación *¿cómo se sintieron ejerciendo poder sobre otra persona?, ¿cómo creen que se sintió la otra persona?* Luego compartir la experiencia de poder de otra persona sobre ellos.
4. Trabajo en 4 grupos ('20)
  -  Grupo A: ¿qué provecho se sacamos ejerciendo poder y abusando de posiciones de mayor jerarquía y qué costos tiene para nuestras relaciones?
  - Grupo B: ¿qué riesgos tiene para nuestra salud, estilo de vida y relaciones esta forma de ser hombres?
  - Grupo C: El poder no sólo se ejerce contra las mujeres ¿qué pasa entre hombres dominadores y subordinados?

Grupo D: ¿será posible salir de la lógica de poder, dominio y control en nuestras formas de ser hombres, por dónde podemos empezar?

5. Plenaria ('60)

Cada grupo por turno presenta su reflexión. La facilitación motiva el intercambio y presenta los principales contenidos para complementar el análisis crítico. Luego revisar las siguientes preguntas y la revisión de los contenidos claves de la sesión.



Ideas Fuerza

- *Todos podemos abusar del poder en nuestras relaciones, dependerá de la conciencia que tengamos del modelo mandante. La masculinidad hegemónica acude a la violencia para sostener la subordinación de mujeres, niñ@s y otros hombres. Varones que buscan poder y lo ejercen con pares que están en posiciones de menor jerarquía dan lugar a masculinidades hegemónicas y subordinadas.*
- *Pese a la situación de privilegio derivada del modelo dominante, éste tiene costos para los hombres como la exigencia de probar permanentemente que son machos, dominadores y buenos proveedores; vivir una emocionalidad y expresión de afectos subdesarrollada, escasa presencia en la vida de sus hijos/as.*
- *Los hombres viven menos años que las mujeres, situación que no obedece a razones biológicas sino a los modelos de masculinidad dominante que se expresan en falta de cuidado personal, descuido del cuerpo y de la salud anteponiendo su capacidad de proveedor a prevenir los riesgos que supone la actividad que desarrolla, conductas riesgosas en el trabajo, en el deporte; comportamientos adictivos y alcoholismo; acciones violentas como riñas, lesiones, accidentes automovilísticos o suicidios.*
- *En la medida que la rudeza y la violencia sea vista como sinónimo de hombría, es fácil entender el dilema de los hombres frente a las actitudes que no encajan con la masculinidad dominante. Estos patrones les lleva a callar el miedo, negar la pena, disimular la ternura y todo aquello que aluda a fragilidad, la inseguridad. Se aprende a ser hombres de esta forma, y como todo lo que se aprende, se puede desaprender.*

6. Evaluación ('10)

Entregue pauta de evaluación para responder en su casa. A la luz del taller: a) qué creen que deben cambiar para ser mas justos y equitativos, y b) qué pasa cuando los hombres se atreven a ser diferentes al modelo mandante de ser hombre.



**Cuadro sesión taller**

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                      | HRS |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|-----|
| Apertura y trabajo corporal | Música, equipo y listado de ejercicios          | '30 |
| Ejercicio personal          | Hojas para anotaciones y lápices                | '10 |
| Ejercicio en duplas         | Indicaciones y preguntas                        | '20 |
| Trabajo en grupo            | Pautas con preguntas, lápices                   | '20 |
| Plenaria                    | Ppt temático, data show, blok de apuntes, lapiz | '60 |
| Evaluación sesión           | Pauta de evaluación personal                    | '10 |



### Texto: Masculinidad, recursos de poder y riesgos

A partir del referente de masculinidad dominante con sus atributos y mandatos la masculinidad dominante de ser hombre se ha transformado en lo “natural”, “los hombres son así”, y el resultado es que invisibiliza el poder de los varones sobre las mujeres y de algunos hombres sobre los otros. Esta invisibilidad permite las relaciones de poder y al mismo tiempo las reproduce, gracias a la dinámica de lo “no existente”.

Según las investigaciones llevadas a cabo en la reconstrucción biográfica que hacen los hombres, su identidad como varones habría sido un dato de siempre. Nunca pusieron en duda que lo fueran; inicialmente como niños, luego como adolescentes y al momento del relato en el caso de los adultos, como adultos. La manera en la que habían sido socializados, es parte de su naturaleza. “Los hombres nacen así y así será por siempre”. Basta tener pene, pero además de tener pene, que hace la diferencia corporal visible con las mujeres, reconocen en ellos una forma de ser que es propia de los hombres, más allá de la diferencia corporal que tienen con las mujeres. Se distinguen por una forma de sentir, comportarse, hablar que, al igual que el pene, es también permanente. Las construcciones socio-culturales en torno a la diferencia corporal han sido internalizadas como parte constitutiva de esa diferencia corporal. En torno a los cuerpos construyeron la diferencia y ésta pasa a ser parte de sus identidades de género. Adquieren sentido así, las diferencias que posibilitan las inequidades, no como recursos otorgados injustamente, sino como dones otorgados por “la naturaleza”. Esta diferencia sería, por tanto, inmutable; respondería a la naturaleza y su corporalidad determinaría la forma de ser de los hombres.

A partir de éste, los varones serían impulsados a buscar poder y a ejercerlo en las mujeres y aquellos hombres que están en posiciones jerárquicas menores, a quienes pueden dominar. Llevaría a establecer relaciones de subordinación, no sólo de la mujer con respecto al hombre, sino también entre los propios varones, permitiendo la existencia de masculinidades hegemónicas y subordinadas.

A lo menos hay cinco ámbitos en que los varones acceden a recursos cualitativamente superiores a las mujeres en la construcción de sus identidades y relaciones de género: autonomía personal, el cuerpo, la sexualidad, las relaciones con otros/as y la posición asignada en la familia.

a) La autonomía personal. Los padres esperan que sus hijos varones reproduzcan el referente de masculinidad, encarnando los atributos de éste y ejerciendo sus mandatos. Por ello les inducen a apropiarse de recursos de poder que apuntan a la autonomía personal de manera significativamente mayor al que tienen las mujeres, como es el acceso a los espacios públicos, el uso del tiempo y manejo del dinero. Desde niños se les permite el conocimiento y familiarización creciente con la calle -los espacios públicos-, imponiéndoles restricciones cada vez menores, tanto de los lugares a los que acceden como del tiempo utilizado. En la calle ellos deciden qué hacen en el tiempo y no son requeridos para actividades domésticas, salvo aquellas que hacen los hombres y en general requieren poco tiempo. Esto posibilita a los hombres autonomía de movimiento y uso del tiempo fuera del hogar, que les será de gran utilidad en el camino a la adultez. Los padres y los/as otros/as adultos están observando y guiando al niño/adolescente a incursionar en esos espacios, incentivando su autonomía. Las mujeres, en cambio, tienen restricciones en sus salidas a los espacios públicos desde siempre, porque ese es un ámbito potencialmente peligroso, allí están los hombres y la podrían dañar.

b) La construcción de los cuerpos y la interpretación de las “pulsiones” da origen a recursos de poder que se distribuyen inequitativamente entre hombres y mujeres. Según esta construcción los cuerpos de los hombres deben ser: activos; fuertes, duros, aptos para el trabajo y para trabajos pesados, para la guerra; para el mando; cuerpos que podrían ser constantemente sometidos a prueba; cuerpos de la calle; racionales, que controlarían sus emociones y sus actos, excepto cuando los “ciega la rabia”, “el mal genio” y el deseo (“instinto”) sexual; cuerpos para penetrar al cuerpo de las mujeres. Los cuerpos de las mujeres, en cambio, deben ser pasivos, delicados, débiles, aptos para trabajos livianos, cuerpos emocionales, para ser penetrados por los varones y para la maternidad, cuerpos del hogar que hay que proteger, complementarios a los de los varones. La invisibilidad de la construcción lleva a que los varones se apropien de “su” superioridad corporal, en relación a la mujer, desde que tienen consciencia. Su cuerpo es el fuerte, el de la mujer el débil. Cuerpos para defender/se de otros varones y proteger a las mujeres. Pero estos cuerpos, así como deberían proteger, pueden agredir. Su capacidad de ejercer violencia es otro de los recursos de poder que otorga el modelo de masculinidad referente a los varones.

c) La sexualidad. Al atribuir su sexualidad a un “instinto animal” -fenómeno fisiológico- su impulso puede ser más fuerte que la voluntad; en ese caso, la razón no lograría controlar el cuerpo y el deseo. Esta interpretación les llevaría a vivenciar su cuerpo como un factor de fragmentación de su subjetividad que asocia sus deseos, placeres y emociones -propias de la sexualidad- con expresiones de una fuerza interna que no se puede controlar y que los podría llevar a ejercer violencia más allá de su voluntad, para satisfacer el deseo. Esta interpretación libra al varón de sus responsabilidades en las consecuencias de su sexualidad, les permite justificar el uso de fuerza (violencia) para someter contra su voluntad a mujeres, y a veces varones, indefensas/os y engañar bajo amenazas a niños/as, no sintiéndose responsables de sus actos ni de las consecuencias de ello, porque no han sido capaces de controlar su “instinto”, aunque les produzca dolor y manifiesten arrepentimiento. La interpretación de los cuerpos de hombres y mujeres, muy internalizada, entre los varones les lleva a distinguir entre sexo y amor. Algunas de sus consecuencias se expresan en la relación con sus mujeres. Les llevaría a celar a sus mujeres, cuando se muestran empáticas con un varón, y a interpretar como la máxima muestra de desamor y traición de su mujer/amada el que ella pueda tener sexo con otro varón. Pero no sucedería en el caso contrario, cuando es el varón el que tiene sexualidad con otra mujer.

d) Las relaciones con los otros. Tanto los atributos como mandatos que impone el referente de masculinidad dominante, señalan que los hombres son distintos y superiores a las mujeres; éstas son lo opuesto, lo contrario de los varones; sus atributos las hacen menos importantes: ser de la casa, emocionalmente expresivas, guiadas por sentimientos, físicamente más débiles, entre otros. Es una oposición que supone la inequidad; la otredad minusvalorada. En ellas se concentra el conjunto de cualidades que expresan esa menor importancia. Por lo tanto los hombres no deben hacer las cosas que hacen las mujeres, porque hacerlas significa exponerse a ser tildados de afeminados y arriesgan el rechazo de parte de los otros/as. Las actividades de las mujeres, según el modelo referente, son el límite que no debe traspasar el varón. Así, la masculinidad dominante enviste de recursos de poder a los varones por el hecho de serlo y les posibilita estructurar relaciones con las otras/os, subordinándoles, desvalorizándoles y convirtiéndoles en dependientes de ellos. Lo hegemónico y lo subordinado emerge en una interacción mutua, pero desigual. La masculinidad que no corresponde al referente es disminuida, subordinada, pero ambas se requieren en este sistema interdependiente. Toda forma de ser hombre que no corresponda a la dominante, sería equivalente a una situación precaria de ser varón, que puede ser sometida a dominio por aquellos que ostentan la calidad plena de “varones”.

e) Posición asignada en la familia. La posición que se asigna al varón en su núcleo familiar le confiere recursos de poder que se potencian con los antes mencionados. A partir de la naturalización de un tipo particular de familia, la familia nuclear patriarcal, se caracteriza a ésta como una institución estructurada en torno a cierto tipo de relaciones que establece roles para cada uno de sus miembros -el padre, la madre, los hijos varones y las hijas mujeres-. Pero al caracterizar a las mujeres en la pareja y en el núcleo familiar, éstas no se distinguen por ser lo opuesto con menor valor, sino por ser complementarias del varón. A primera vista, dentro de un núcleo familiar la mujer habría recuperado su equivalencia con el hombre: distintos pero equivalentes, pero es en esa complementariedad donde queda nuevamente de manifiesto su menor valía cuando es asociada a un sistema de roles (teoría de los roles sexuales) que no hace sino reaparecer la inequidad y darle nuevamente un carácter de naturaleza. Esta forma de caracterizar a la mujer, a partir del modelo dominante de masculinidad, invisibiliza doblemente la inequidad, desde las identidades y las relaciones de género. Este tipo de familia se articula a partir de las relaciones que tienen los otros miembros con el padre/varón, que ocupa el vértice superior y los ordena y supedita, estableciendo atribuciones y responsabilidades, “roles y funciones” para cada uno. Los “roles” del varón/padre son: ser la autoridad, jefe del hogar, proveedor, regulador de los premios y castigos, entre otros. Los roles del resto de los miembros de la familia y sus interacciones se estructuran en relación a éste. Cuando esta construcción histórica de la familia se invisibiliza, transforma a esa familia en “la familia” y se está en presencia de un proceso que esencializa, transforma en naturaleza aquello que ha sido construido, confiriendo al varón recursos de poder sólo por el hecho constituir un núcleo familiar con su pareja.

### **Riesgos y costos del modelo dominante**

Responder al modelo de hombre dominante implica también un aprendizaje de conductas descuidadas con su salud y exposición a hechos de violencia. Las estadísticas mundiales muestran que respecto de las mujeres, los hombres a lo largo de su vida presentan mayor riesgo de verse envueltos en riñas, accidentes, lesiones y muertes productos de los estilos de vida y valores asociados a las masculinidades hegemónicas dominantes.

Los hombres aprenden a vivir con una expresión limitada, oculta, de su emocionalidad que es entendida como una fortaleza. Desde sus experiencias más tempranas se entrenan en el ejercicio de comportamientos temerarios, las competencias y la violencia, por ello, es frecuente en la infancia y adolescencia los ritos de competencia física, de ataque y defensa para poner a prueba la hombría, como si mediante la lucha cuerpo a cuerpo se buscara probar ante el los y las otras que los hombres de tomo y lomo se miden por esta vía.

También se aprende a ejercer violencia consigo mismo, pasando muchas veces sobre la propia fragilidad para responder al rigor del modelo dominante. En la medida que la rudeza, la temeridad y la violencia sean vistas como sinónimos de hombría, es fácil entender el dilema de los hombres frente a las actitudes que no encajan con la masculinidad tradicional. Esto lleva en muchas ocasiones a callar frente al miedo, a ocultar el dolor, a negar la pena, a disimular la ternura y todo aquello que aluda a fragilidad o inseguridad. El hombre aprende a negar sus sentimientos, se dobléga a sí mismo para luego doblegar a otros, ello les lleva luego imponerse a las parejas a quienes buscan disciplinar y controlar mediante la violencia.





## SESION 8 CREENCIAS Y PRÁCTICAS ABUSIVAS

*Cambiar las creencias permite cambiar las prácticas y al cambiar las prácticas se fortalecen las nuevas creencias. Instalar la interrogación sobre los roles sexuales aprendidos, lo que deben ser y no ser los hombres y las mujeres para reconocer en cada uno aquellas creencias que sostienen el abuso a las mujeres, cualquiera sean las formas en que éste se expresa.*

### Objetivos

- ✓ Revisar las creencias y normas hegemónicas de género que subyacen a las prácticas abusivas.
- ✓ Reconocer las creencias que operan en los participantes y tomar conciencia de que no hay nada que justifique el comportamiento abusivo.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('10)  
Recibir a los participantes e iniciar la sesión con una rueda de opinión. Solicitar que uno o dos palabras, cada uno comparta cómo se siente o cual es su estado de ánimo. Pedir a un par de participantes que realicen una brevemente revisión de la sesión anterior para conectar con la sesión actual. Y pedir las pautas de evaluación entregada la sesión anterior.
2. Ejercicio en tríos ('30)  
Entregar a cada grupo, tres tarjetones cada cual con una creencia para que sean analizadas *¿qué opinan?, ¿qué piensan, están de acuerdo o no, qué les dice su experiencia?, ¿esa creencia será la única forma de explicarse la situación o asunto?, ¿Qué ideas están a la base de esos juicios en torno a las víctimas y hombres que ejercen violencia?*
3. Relatoría en plenaria ('50)  
Cada trío presenta por turno las creencias abordadas y las conclusiones incluyendo consensos disensos; una vez que finaliza la exposición se invita al grupo a opinar. La idea es generar una conversación en torno a las visiones del grupo de manera de problematizar sobre el sistema de creencias.

Solicitar a los participantes que cuando opinen lo hagan en primera persona, sugerir que relaten experiencias personales y reflexionen sobre ellas.

El rol de la facilitación es cuestionar e invitar a la reflexión colectiva en torno a la violencia y las ideas del grupo.

Finalmente, presentar al grupo un cuadro que recoge creencias comunes o mitos tejidos en torno a las mujeres víctimas de violencia y a los hombres que ejercen violencia de pareja:

| MUJERES ABUSADAS                                                        | HOMBRES QUE EJERCEN VIOLENCIA                                              |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <i>Se lo buscan, primero provocan y después se quejan</i>               | <i>Actúan así porque tienen problemas psicológicos</i>                     |
| <i>Quien la mandó a vestirse así, se lo tiene merecido</i>              | <i>Tienen muchas exigencias y presiones laborales</i>                      |
| <i>Si hubiese resistido lo podría haber evitado</i>                     | <i>No es su culpa, lo que pasa es que pierden el control</i>               |
| <i>Este es un problema que afecta a un cierto tipo de mujeres</i>       | <i>El trago y la droga tienen la culpa de todo</i>                         |
| <i>Mienten, exageran y agrandan las cosas para perjudicar al marido</i> | <i>No puede controlar el instinto sexual. Es su naturaleza, no piensan</i> |
| <i>Son pasivas, no hacen nada, ellas tienen la culpa</i>                | <i>Aman demasiado, no pueden controlar los celos</i>                       |
| <i>Ahora las mujeres a la primera corren a denunciar</i>                | <i>No puede ser cierto si él es todo un caballero</i>                      |
| <i>Ellas tienen la culpa por haber aguantado tantos años</i>            | <i>La amaba tanto que se volvió loco y la mató</i>                         |



### Ideas Fuerza

- Las creencias, inducidas por la socialización en las identidades y relaciones de género, son muy poderosas, conciente o inconcientemente influyen en nuestros modos de actuar.
- Habitualmente las personas tienden a justificar el abuso. La cultura hace a las mujeres culpables de la violencia, responsabiliza a las víctimas y exculpa a los hombres que ejercen violencia. Estas formas de pensar están internalizadas tanto en los hombres que ejercen violencia, en las víctimas y en el entorno social.
- No existe perfil único de agresor, cualquiera puede serlo y pasar desapercibido en su trabajo, amistades y entorno social.
- Tenga presente que nada justifica la violencia, y quien agrede debe hacerse cargo de sus comportamientos. Nunca debemos culpar a las víctimas, son los agresores los responsables del abuso.
- En las relaciones abusivas, los hombres habitualmente culpan las víctimas de la violencia generando una doble victimización. La mujer experimenta el dolor de los ataques y además carga con el juicio del agresor que la culpa de haber provocado su enojo y ataque.
- Las razones por las que las mujeres permanecen en relaciones abusivas son diversas, baja autoestima y dependencia del agresor, falta de autonomía económica, presiones de hijos y familia, amenazas del agresor, la creencia de que ella son el problema.
- Para avanzar al necesario cambio cultural que deje en el pasado la violencia como mecanismo para mantener la inequidad de género y la opresión de los hombres a las mujeres, se requiere identificar los dispositivos culturales que sostienen, justifican y legitiman la violencia sexista para instalar en su lugar otras creencias sostenedoras de comportamientos respetuosos y no violentos de resolver conflictos.



4. Ejercicio en pares ('10)  
Invitarle a cambiar las creencias que reproducen la inequidad de género, la asimetría de poder entre mujeres y hombres y la violencia hacia las mujeres como parte del mecanismo de control y disciplinamiento encargado culturalmente a los hombres.

Solicitar que por duplas formulen 5 nuevas creencias orientadas al respeto, la no violencia y el cambio de roles en torno a:

- Lo que significa ser hombres
- Lo que significa ser mujeres
- mujeres abusadas
- hombres que ejercen violencia contra las mujeres
- equidad de género

5. Rueda de conversación ('20)  
Al centro del grupo ubicar en el suelo 5 papelógrafos en los que los participantes luego de compartir sus creencias, irán pegando las nuevas creencias del grupo que acompañarán a los participantes el resto del taller. Luego se dejarán los listados en la pared.

6. Evaluación y tarea para la casa ('10)  
Ronda de opinión libre, en tres palabras referirse qué les pareció la sesión, con qué reflexión se van o de qué se dieron cuenta. Registrar opiniones de los participantes.

Tarea: indaguen entre sus amistades qué piensan de la violencia que se ejerce contra las mujeres, relaten una situación de abuso y escuchen sus opiniones. Luego cada uno analice las creencias que están a la base de los juicios de las personas.



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                             | HRS |
|-----------------------|--------------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión | Ppt con imágenes de mujeres y hombres, música ambiente | '10 |
| Ejercicio en tríos    | 20 Tarjetones con afirmaciones                         | '20 |
| Relatoría en plenaria | Papel kraff, plumones / PPT temático/ data show        | '50 |
| Ejercicio en pares    | Tarjetones en blanco, lápices                          | '10 |
| Rueda de conversación | Pliegos de papel kraff, pegamento, cinta adhesiva      | '20 |
| Evaluación            | Hojas y lápiz                                          | '10 |

## SESION 9 CIRCUITO ABUSIVO Y EL ROL DE L@S TERCER@S

*Esta sesión aborda un modelo explicativo que muestra la forma en que la violencia de pareja se sostiene y reproduce. Asimismo, integra a los terceros haciendo parte a todas las personas y la sociedad en su conjunto en la solución del problema. La violencia y el abuso se reproducen porque el entorno es cómplice y lo permite, o se detiene si terceros/as lo impiden*

### Objetivos

- ✓ Conocer el enfoque de sistema abusivo y reflexionar sobre el rol de los testigos y rol de los terceros en el freno al abuso.
- ✓ Comprender que es posible salir de la violencia pero que es fundamental la sanción social.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('30)

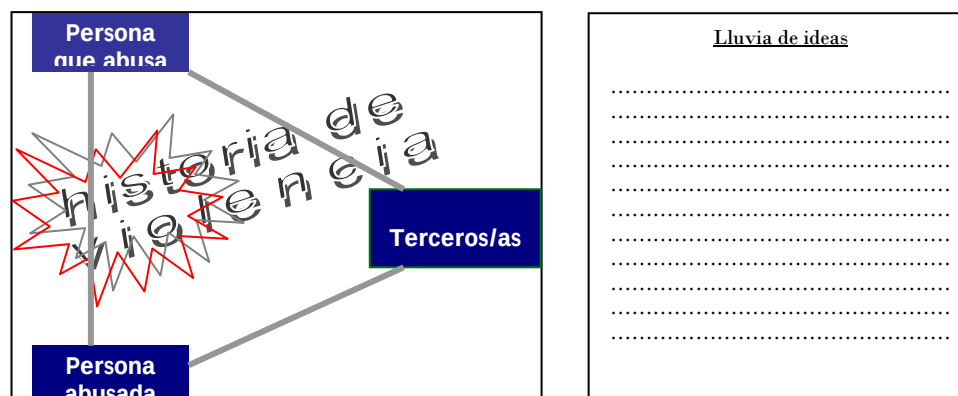
Recibir a los participantes e iniciar la sesión con una rutina de ejercicios corporales. Usar música de relajación e invitarles a caminar descalzos por la sala:

- Desplazarse llevando el peso del cuerpo a las plantas de los pies y dejando caer el peso del cuerpo en el pie que se va apoyando en el suelo al dar el paso. Caminar en cámara lenta, luego a un ritmo rápido sin chocar con los compañeros, luego en cámara lenta para finalizar con una caminata normal sintiendo el cuerpo y la respiración.
- De pie formar un círculo, flectar levemente las rodillas, llevar el mentón al pecho y comenzar a bajar desde la cabeza siempre con los ojos abiertos hasta tocar con las palmas de las manos el suelo, flectar un poco más las rodillas si es necesario. Bajar vértebra por vértebra y con las palmas de las manos apoyadas en el suelo descansar dejando la cabeza suelta y relajada. Respirar 3 veces profundamente y exhalar. Comenzar a enderezarse subiendo desde el sacro, luego las lumbares, dorsales, cervicales para finalmente llevar la mirada al frente. Repetir el ejercicio lentamente unas tres veces acompañando con la respiración.
- En círculo verbalizar en una o dos palabras cómo se siente cada uno.

Invitarles a sentarse en el suelo, y realizar un breve recordatorio de la sesión anterior. Preguntar cómo les fue con las conversaciones que realizaron, *¿qué reacciones y creencias encontraron al momento de hacer los relatos?* Mencionar que para comprender cómo opera la violencia, en esta sesión observarán el sistema abusivo en la ocurrencia y mantención de la violencia a la mujer en la relación de pareja.

#### 2. Lluvia de ideas ('15)

Mostrar el siguiente cuadro usando ppt o papelógrafo con el dibujo. Pedir al grupo que observe en silencio y luego preguntar *¿qué les sugiere la imagen?*, indicar que uno en uno vayan verbalizando en una palabra, concepto o imágenes sus opiniones, las que serán listadas en la pizarra o papel kraft por el o la facilitadora.



Luego el facilitador o la facilitadora leerán el listado y pedirán se reúnan en tres grupos de trabajo.

### 3. Ejercicio grupal ('40)

Cada grupo elige un sobre, en él encontrarán una pauta de indicaciones para el trabajo y un concepto a ser representado libremente con sus cuerpos en una figura colectiva. La idea es que todos participan en la experiencia.

Grupo 1: persona que abusa;

Grupo 2: persona abusada y

Grupo 3: testigo / terceros-as que presencian o saben del abuso.

Tomando una idea o imagen asociada al concepto cada grupo acuerda el montaje a realizar. Una vez definido, el Grupo 1 en silencio pasa al centro de la sala, adopta una posición que mantiene como si fuese estatua por unos 5 a 7 minutos mientras que los participantes de los otros dos grupos caminan alrededor y realizan una "lluvia de ideas" a medida que se desplazan verbalizando en un concepto o frases cortas, las sensaciones, imágenes, sentimientos que les provoca esa estatua.

La facilitación motiva el contacto de lo que ven y sienten durante el ejercicio. El grupo que está al centro permanece inmóvil y toma contacto con lo que siente en esa posición y con lo que escucha decir o expresar a sus compañeros medida que realizan el ejercicio. La tarea de la dupla facilitadora es anotar todo lo que escuchan decir a quienes se desplazan en torno a la estatua.

Luego siguiendo, las mismas indicaciones, cambian de rol y le corresponde el turno al Grupo 2, y luego al el grupo 3 respectivamente.

### 4. Reflexión en plenaria ('60)

Se invita a los grupos a sentarse en círculo y cerrar los ojos mientras la dupla facilitadora lee el listado de lo dicho durante el ejercicio. ¿Qué les pasó?, ¿De qué se dieron cuenta haciendo el ejercicio?, ¿qué experiencias de abuso hemos vivido?, ¿a quiénes hemos abusado?, ¿qué rol jugamos como terceros testigos?

A partir de esta aproximación vivencial, se presenta con apoyo de un power point o un papelógrafo con los principales contenidos del sistema o circuito abusivo y el rol de los terceros en forma dialogada integrando las experiencias del grupo.





### Ideas Fuerza

- *La violencia es un problema del que no podemos sustraernos pensando que es algo alejado o ajeno a nuestras vidas, sea porque nos han maltratado, porque la hemos presenciado o porque la hemos ejercido.*
- *Muchas veces las víctimas no están en condiciones de salir de la relación de abuso, invadidas por el miedo, la inseguridad, la falta de redes de apoyo social, la dependencia económica, las presiones del agresor, hijos o familia. Los agresores por su parte muy difícilmente dejarán de abusar, a no ser que ocurra algo que interrumpa la dinámica violenta. Desde esta perspectiva, los terceros juegan un rol clave en la mantención o desestabilización del sistema abusivo.*
- *Cada vez que nos enteramos de alguna situación similar pasamos a ser testigos de este sufrimiento, que no ocurre a kilómetros de distancia, sino tan cerca como la casa del vecino, y afecta a personas cercanas, como una colega en el trabajo, una amiga, el compañero de mi hijo, o más cerca aún, en nuestra propia familia.*
- *La violencia de pareja ha dejado de ser un problema privado, todos somos terceros y frente a ello podemos intervenir o callar y hacernos cómplice por omisión. Hemos avanzado como país, y no sólo intervienen profesionales, expertos, jueces, policías o personal de salud, sino que tod@s estamos llamados a erradicarla.*
- *Los modelos más exitosos en el mundo, son aquellos que ofrecen una respuesta coordinada donde la comunidad interviene de distintas formas en su afrontamiento, siendo la seguridad de las mujeres lo que orienta las políticas de los sectores involucrados.*
- *La violencia está mucho más cercana de nuestras vidas de lo que quisiéramos, y ha tenido lugar en tanto la sociedad y cada un@ de nosotr@s lo permite, lo justifica y lo tolera.*

Al término de la conversación se realiza una síntesis recogiendo los principales aspectos surgidos en la reflexión.

#### 5. Evaluación ('10)

Libremente quien quiera hacer un comentario de la sesión o referirse a algún aspecto personal. Registrar opiniones por escrito.



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                | MATERIALES                                                                                 | HRS |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Apertura/ trabajo corporal | Música ambiente, equipo y cd, listado de ejercicios                                        | '20 |
| Lluvia de ideas            | Ppt con imagen o papelógrafo con dibujo, papelógrafos en blanco, plumones y cinta adhesiva | '20 |
| Ejercicio en grupo         | 3 sobres con hoja con indicaciones trabajo de grupo, hojas para tomar notas, lápices       | '40 |
| Reflexión en plenaria      | PPT temático, data show                                                                    | '60 |
| Evaluación                 | Hojas y lápiz                                                                              | '10 |



### Texto: Creencias, circuito abusivo y rol de los terceros

Los seres humanos funcionamos en la vida con un conjunto de ideas y aprendizajes que influyen en los modos de concebir el mundo y las relaciones, convicciones que en la cotidianeidad operan cual piloto automático en la forma que comprendemos y nos conducimos en el mundo.

La fuerza de las creencias es poderosa porque una vez internalizadas hacen parte conciente o inconcientemente de las certezas que subyacen a nuestros actos cotidianos. Pero las creencias no son soportes culturales estáticos, podemos cambiar nuestros modos de pensar y actuar si nos atrevemos a revisar y cuestionar algunas de las concepciones con las que hemos crecido, aquellas cosas aprendidas a lo largo de la vida como verdades absolutas y que nos lleva a creer que la vida es así y que los hombres son hombres en oposición a las maneras de ser de las mujeres y viceversa, que los hombres nacieron para ser superiores, para controlar, mandar y ser servidos, mientras las mujeres son débiles, sumisas y serviciales.

La violencia es un problema social del que no podemos sustraernos pensando que es algo alejado o ajeno a nuestras vidas sea porque la hemos vivido directamente, sea porque la hemos presenciado, sea porque la hemos ejercido. Probablemente está presente en nuestra historia mucho más de lo que quisiéramos o guardado en algún lugar de la memoria y del cuerpo y no nos percatamos de ello sobre todo cuando se ha presentado de manera sutil o subterránea.

Es necesario identificar los dispositivos culturales que sostienen, justifican y legitiman la violencia que los hombres ejercen contra las mujeres para instalar en su lugar otras creencias sostenedoras de comportamientos respetuosos y no violentos de resolver conflictos.

La conducta violenta no es innata al ser humano, como hemos visto anteriormente, se trata de un aprendizaje cultural, y como tal, se puede modificar. Si compartimos la convicción de que la violencia es inaceptable, se requiere asumir una postura ética de absoluto y total rechazo al abuso provenga de quien provenga cualquiera sean las formas en que se perpetra.

*Hay quienes adoptan una aparente neutralidad frente a al abuso, neutralidad que muchas veces esconde una aceptación y justificación. Las personas reaccionamos desde las historias personales, las creencias, los estereotipos y visiones de mundo.*

Es fundamental desmontar la creencia errónea de que son las mujeres las culpables del abuso. Independiente de las excusas que esgriman los agresores, la responsabilidad es de quien comete el acto violento.

Asimismo, se requiere cambiar en nuestro país la idea equivocada de que se trata de un problema de mujeres, por el contrario, si se trata de situar el problema habría que ubicarlo como corresponde, un problema de los hombres y la sociedad. Ello contribuye a hacer responsables a los agresores para dejar de culpabilizar a las víctimas.

A continuación, algunas de las creencias más frecuentes en torno a la violencia:

**1. Los agresores son enfermos mentales:** uno de los mitos más comunes para explicar la violencia sexista son las patologías psiquiátricas que liberan de responsabilidad a los agresores. Los peritajes indican que en su mayoría se trata de personas normales y con discernimiento ya que no más de 15% presenta alguna patología mental. En los últimos años se ha instalado la idea de que el abuso es producto de la falta de control de impulsos pero sucede que esta falta de control ocurre sólo con la pareja y tiene lugar en momentos en que las víctimas están desprotegidas. La violencia no es un problema de patologías sino que de poder.

**2. Hay mujeres que les gusta de lo contrario no aguantarían:** las razones por las que las mujeres permanecen en relaciones abusivas son múltiples, hay dependencia económica y/o emocional, miedo, devaluación personal, presiones familiares, aislamiento social, carencia de redes de apoyo, etc. Las mujeres que viven violencia muchas veces por culpa, vergüenza e inseguridad no se atreven a pedir ayuda. Su estrategia de sobrevivencia es mantenerse aparentemente pasivas mientras buscan recursos para protegerse y enfrentar al agresor. Las mujeres viven el maltrato con profundo dolor, miedo, impotencia e humillación.

**3. Alcohol, drogas, cesantía son las causas de la violencia:** estas son creencias altamente arraigadas que justifican el abuso a las mujeres. Hay personas alcohólicas que no son violentas con sus familias como también personas que sin consumir drogas o alcohol maltratan a su pareja e hijos. Hay agresores que consumen alcohol que no exhiben sus conductas violentas en otros espacios sociales. El consumo de alcohol o drogas es un factor de riesgo en la relación de abuso, pero no es la causa de conducta violenta.

**4. La violencia afecta a cierto tipo de personas:** la violencia no distingue clase ni nivel educacional. La pobreza constituye un factor de riesgo, pero no la origina. El abuso de pareja trasciende la situación económica y puede ser ejercida por académicos, políticos, uniformados, artistas, obreros o cesantes. En la medida que se asciende en la clase social existen más recursos para mantener oculto el problema y cuidar las apariencias.

**5. Los hombres son violentos por naturaleza:** la conducta violenta se aprende en la familia, se vive en el colegio, el trabajo y cualquier espacio de convivencia entre hombres y mujeres. Los hombres aprenden que son superiores a las mujeres, que tienen más derechos, oportunidades, acceso a recursos de poder, estatus y privilegios.

**6. El abuso psicológico daña más que la violencia física:** la agresión física no sólo impacta el cuerpo sino que también daña emocionalmente. Asimismo, sin que tenga lugar la menor agresión física, el maltrato psicológico impacta el cuerpo y afecta la salud -colón irritable, úlceras, jaquecas, cardiopatías, trastornos del sueño. Más allá de las formas de abuso, toda forma de violencia es grave porque las personas somos seres integrales.

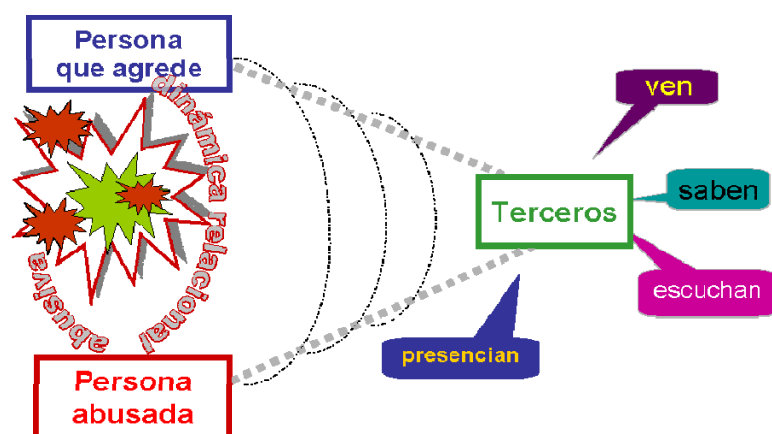
**7. Los hombres no pueden pasar por alto las provocaciones ni lo que estiman falta de respeto hacia ellos:** es una creencia arraigada que refuerza la impunidad de agresores y culpabiliza a las víctimas. Es posible que la conducta de la mujer provoque enojo, pero la violencia es de absoluta responsabilidad de quien la ejerce. Los agresores tienden justificar su conducta escudándose en supuestas provocaciones para eludir así la responsabilidad de sus actos abusivos.

**8. Son pasivas no hacen nada por salir del abuso:** no es real que las mujeres no hagan nada, de hecho despliegan múltiples estrategias frente al abuso, incluida no hacer cosas que las exponga a un peligro mayor. Nadie como ellas conocen a los agresores y saben qué pueden o no pueden hacer cuando están solas y cuando además las instituciones no las protegen como ellas lo requieren. Muchas veces las mujeres son amenazadas de muerte o bien temen por sus hijos/as, y al no existir la ayuda necesaria en el entorno, ese aparente “no hacer nada” es una medida para evitar un riesgo más alto.

**9. Está tan enamorado que no controla sus celos:** se tiende a justificar las agresiones aduciendo desborde de celos producto de un amor excesivo, cuando en realidad el comportamiento controlador y celoso es una forma de violencia altamente letal. Probablemente todas las personas hayamos experimentado alguna vez celos como señal de alerta frente a la sensación de amenaza a la relación amorosa, pero esa ansiedad o temor no tiene por qué transformarse en una agresión. Si bien a veces no podemos evitar lo que sentimos, si somos responsables de lo que hacemos con lo que sentimos. Los hombres no son los dueños del cuerpo de sus parejas, son sus compañeros, esposos, amigos.

### Circuitos abusivos y rol de los terceros

Los sistemas abusivos, como lo plantea María Cristina Ravazzola<sup>2</sup>, reproducen la dinámica violenta que se instala en las relaciones de pareja y familia, sostenida en el silencio e impunidad. Tres son los personajes del sistema abusivo se mantienen porque: a) las víctimas no están en condiciones de salir de la relación de abuso, guardan silencio invadidas por el miedo, la falta de apoyo, la dependencia o las presiones; b) los agresores difícilmente por iniciativa propia dejarán de abusar y renunciar a los derechos que creen tener sobre la pareja; y c) los terceros que saben del abuso, callan y no actúan.



*Develar el abuso es un papel que pueden jugar los testigos o terceros para desestabilizar el circuito violento. Si el entorno social de las víctimas y agresores, se involucra y actúa para frenar la violencia, se hará parte de las soluciones. Este planteamiento revela el rol fundamental de los "terceros-testigos" que saben del abuso y pueden jugar un rol para que la situación cambie dado que tienen una mayor posibilidad de maniobra. Los terceros son familia, amistades, barrio, trabajo, instituciones, medios de comunicación.*

Todas las personas pueden ser víctimas de violencia y a la vez ejercerla, así como presenciirla hacia otras personas. Si la víctima, la persona agresora y los testigos comparten creencias en torno a la legitimidad de la violencia, entonces es muy poco viable que el comportamiento abusivo sea frenado. El sistema abusivo se sostiene precisamente en la complicidad de un entorno que no se involucra.

Cuando hemos escuchado y sentido ese dolor no podemos hacer como que no lo sabemos lo que sabemos, al menos no podemos ignorarlo íntimamente. Ello nos plantea el desafío de hacer algo e intervenir, o bien, no hacer nada y convertirnos en cómplices del abuso. Cualquiera sea la elección, la decisión es resorte de cada cual y de ello somos responsables, porque este no es un problema en el que sólo intervienen profesionales, especialistas, expertos, jueces, policías o personal de salud, sino que es algo a lo que todas y todos estamos convocados a erradicar.

Los modelos más exitosos son aquellos que ofrecen una respuesta coordinada donde los terceros, la comunidad, el entorno intervienen de distintas formas en su afrontamiento, sea llamando a la policía, acercándose y ofreciendo ayuda, buscando orientación en servicios públicos para poner la información a disposición de la víctima, generando una red de apoyo en el barrio, la escuela, la organización o el trabajo.

El enfoque que aporta Ravazzola para comprender la reproducción de violencia en la pareja y familia, es absolutamente aplicable a otros contextos de abuso sostenidos también en relaciones de inequidad de poder como el acoso sexual en el trabajo.

<sup>2</sup> "Historias infames: el maltrato en las relaciones". Editorial Paidós. Buenos Aires, 1997





## SESION 10 LAS MIL CARAS DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

*La violencia es siempre grave y motivo de sufrimiento independiente de la forma en que sea perpetrada. Y si bien cualquier persona puede ser objeto de violencia, los estudios nacionales e internacionales muestran que por razones de género son las mujeres quienes suelen ser mayoritariamente abusadas en las relaciones de pareja.*

### Objetivos

- ✓ Identificar las distintas manifestaciones de violencia contra las mujeres y las tácticas de poder y control de los hombres que abusan a sus parejas.
- ✓ Reflexionar sobre la naturalización e invisibilización de la violencia y el valor de nombrar el abuso para develar su ocurrencia.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('40)

Bienvenida a la sesión e invitación a realizar una rutina de apresto corporal con apoyo de música:

- Caminar por sala llevando la atención al espacio, observar muros, cielo, suelo; llevar la atención a los compañeros respirar profundo y llevar la atención al cuerpo y a la respiración. Ubicarse en un punto de la sala, cerrar los ojos y hacer un recorrido desde la cabeza a la punta de los pies, reconocer zonas de tensión, detenerse en los puntos tensos inspirar imaginado que se lleva oxígeno a la zona para soltar con la exhalación.
- Ejercicio de energetización invitando al grupo a caminar al ritmo de la música y con los ojos cerrados estirar y contraer el cuerpo acompañando siempre con la respiración conciente. Abrir los ojos y bailar como cada uno lo sienta.
- Finalmente, pedirles que se sienten en círculo en lo posible en el suelo para que compartan cómo está cada uno y cómo se siente.

La dupla facilitadora conecta el tema de la sesión anterior con la actual, y les propone formar 4 grupos de trabajo.

#### 2. Trabajo grupal ('20)



Dividirse en 3 grupos, se entregará un sobre de color a cada grupo con pauta de indicaciones:

Grupo rojo: de acuerdo a lo que Uds. conocen ¿qué tipos de violencia se ejercen contra las mujeres? (describir en detalle las formas en que se perpetra, dar ejemplos)

Grupo azul: ¿quiénes ejercen violencia doméstica y hacia quien la dirigen? (formas de poder ejercido por el varón, relatar una experiencia conocida)

Grupo verde: analicen un caso de abuso doméstico (tiempo de violencia, formas de abuso, evolución del abuso).



### 3. Relatoría de los grupos ('60)

En plenaria, cada grupo expone sus conclusiones, mientras la dupla facilitadora guía la conversación mediante la formulación de preguntas a fin de problematizar o reflexionar sobre los temas que cada grupo aporta al debate de experiencia y de ideas:

- *por qué hay hombres que se sienten con el derecho de abusar a sus parejas,*
- *qué lleva a los hombres a usar la violencia para disciplinar a las mujeres,*
- *qué experiencias han tenido ustedes en relación a la violencia hacia las mujeres*
- *por qué creen ustedes que se sigue ejerciendo violencia en la familia a pesar de sus negativas consecuencias*

Sobre la base de estos conocimientos y reflexión, la dupla facilitadora presenta un ppt con los principales contenidos para completar la información. Incluya el siguiente cuadro, y pida al grupo que se pronuncie:

**Los hombres que ejercen violencia contra las mujeres, lo hacen**

- **porque se sienten con el derecho a hacerlo;**
- **porque creen que la pareja les pertenece**
- **porque aprendieron que ser hombres implica mandar, controlar y disciplinar;**
- **porque pueden... existe un entorno que lo permite.**



#### Ideas Fuerza

- *La violencia de pareja es una forma de violencia, pero las mujeres viven muchas otras formas de abuso. Todas las culturas y sociedades conocidas tienen en común el abuso a las mujeres por ser mujeres.*
- *Mas allá de los tipos de abuso, la violencia es una sola y siempre generadora de efectos negativos para las víctimas, el agresor, la familia, entorno y sociedad.*
- *Nombrar las formas de abuso permite hacer visible su existencia, incluidas aquellas más sutiles, pero no por ello menos graves o dañinas.*
- *Las organizaciones que trabajan por los derechos de las mujeres y la equidad de género han logrado que la violencia sea reconocida en las sociedades y en el concierto internacional como un problema grave de múltiples impactos humanos, sociales y económicos.*

### 4. Evaluación ('30)

Invitar a los participantes a evaluar a las 10 sesiones de iniciado el taller, usando tarjetones con preguntas como: *¿de qué les ha servido el taller?, ¿qué les parece adecuado, qué mejorarían?, ¿que opinión tienen del grupo? En su condición de hombres ¿qué hallazgos o lecciones extraen de la experiencia grupal?*



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                                                         | HRS |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Apertura y apresto corporal | Música, listado de ejercicios corporales                                           | '40 |
| Trabajo grupal              | Sobres de colores, pautas indicaciones, casos, lápices                             | '30 |
| Relatorías en plenaria      | Listado de preguntas, ppt temático o papelógrafo con ideas claves, cinta adhesiva. | '60 |
| Evaluación                  | Tarjetones con preguntas                                                           | '30 |

## SESION 11 ESTRATEGIAS DE CONTROL CON LAS MUJERES

*Esta sesión examina las variadas estrategias usadas por los varones para no hacerse cargo de sus actuaciones violentas acudiendo a una serie de argumentos para evadir la responsabilidad de sus actos. Se trata de generar conversaciones que permita al grupo reflexionar sobre sus experiencias como hombres en la relación con las mujeres.*

### Objetivos

- ✓ Motivar la auto-observación de los participantes respecto de sus comportamientos discriminadores y abusivos con las mujeres.
- ✓ Generar conciencia en el grupo de hombre sobre los mecanismos de poder y control internalizados por el hecho de ser hombres en esta cultura.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('10)  
Bienvenida a los participantes y luego de una breve presentación de la sesión se les invita a realizar un ejercicio individual.
2. Trabajo personal ('20)  
Entregar un lápiz y una pauta a cada participante con las siguientes indicaciones:



*“Piensa en las mujeres con las que te relacionas en la actualidad, sea pareja, hermana, compañera de trabajo, y responde en forma precisa y realista a las siguientes preguntas:*

- a) *Si yo fuese 5 veces más equitativo con .....(anotar nombre de la mujer) de lo que soy ahora, qué haría:*
- b) *Si yo fuese 5 veces más equitativo con .....(anotar nombre de la mujer, misma anterior u otra) de lo que soy ahora, qué haría:*
- c) *Si yo fuese 5 veces más equitativo con .....(anotar nombre de la mujer, misma anterior u otra) de lo que soy ahora, qué haría:*

Se trata de responder lo que cada uno haría verdaderamente, aquello que está dentro de sus posibilidades como si salieran a realizarlo terminando la sesión.

3. Conversación en grupos ('30)  
Reunirse en 3 grupos y comentar más que el contenido del ejercicio, de qué se dieron cuenta, si les costó o no realizarlo y sus impresiones. Luego cada grupo acudirá a lo que conoce, sus propias experiencias o bien inventarán un caso de violencia de pareja, aplicando los siguientes elementos al relato: tiempo de violencia, tipos de violencia, situación de riesgo, formas de control sobre la víctima, argumentos de quien ejerce violencia para explicar sus comportamiento, que piensa la mujer respecto de él y de la relación de abuso.

#### 4. Trabajo en Plenaria ('40)

Cada grupo relata en plenaria el caso abordado incorporando los componentes indicados y otros que el grupo haya querido incluir. La facilitación debe recordar a los participantes que incorporen sus experiencias personales.

Una vez que los tres grupos han realizado la presentación, el o la facilitadora presentan en ppt o papelógrafo, los principales aspectos de referidos a las formas de poder y control sobre las mujeres en las relaciones de pareja.



#### Ideas Fuerza

- *Los hombres pueden hacer uso de la violencia, es un poderoso recurso de poder que la cultura pone a su disposición, de allí la importancia de que revisen habitualmente las formas en que se relacionan con las mujeres.*
- *Una de las estrategias más usadas es culpar a las víctimas para hacerlas responsables de la violencia (doble victimización).*
- *Los varones cuando ejercen violencia o abusan recurren a distintas estrategias para no hacerse cargo de sus actuaciones violentas. Minimizan el abuso, fundamentan, desvían el problema, simulan olvido, racionalizan sus comportamientos y proyectan fuera de sí la responsabilidad.*
- *Las formas de entender, explicarse y situarse frente a la violencia, responde a pautas culturales presentes en los hombres cuando ejercen violencia, las mujeres cuando son víctimas, los terceros y entorno social.*
- *Dejar de ser abusivo es posible cuando la persona reconoce que ejerce violencia y se hace cargo de su comportamiento, y no externiza la responsabilidad a la víctima, el contexto, la vida u otras justificaciones a sus actos.*
- *La violencia que el hombre ejerce contra la mujer, hace al perpetrador más poderoso en su familia, y a todos los hombres, más poderosos en la sociedad.*

#### 6. Ejercicio en pares('20)

Tomarse unos 5 minutos para revisar el ejercicio personal “si yo fuera” realizado al inicio de la sesión. Pueden hacer cambios y completar, luego compartan su contenido con su compañero.

#### 6. Evaluación ('10)

Ronda libre de opiniones en tres palabras ¿con qué reflexión me voy?



#### **Cuadro sesión taller**

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                     | HRS |
|-----------------------|------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión | Hojas, lápices, ppt                            | '10 |
| Trabajo personal      | Pautas de trabajo personales y lápices         | '30 |
| Trabajo en grupos     | Pautas, lápices, papel kraft, plumones         | '40 |
| Plenaria              | Data-show y ppt o papelógrafo y cinta adhesiva | '40 |
| Ejercicios en pares   | Pautas, lápices                                | '20 |
| Evaluación            | Batería de preguntas                           | '10 |



### Texto: Las mil caras de la violencia y sus estrategias de control

La violencia ejercida por hombres a mujeres con quienes tienen o han tenido una relación de pareja, rara vez se presenta en forma ocasional, por el contrario el abuso es permanente, y no como se tiende a pensar comúnmente un hecho aislado o de carácter cíclico, si no más bien un continuo cotidiano que en cualquier momento se puede concretar en agresión, es como vivir en “estado de sitio” permanente en que el abuso se torna cada vez más severo y frecuente en el tiempo.

- **Física:** empujones, bofetadas, puntapiés, combos, golpizas, quemaduras, fracturas, estrangulamiento; todo ataque con manos, pies u objetos que ocasiona desde lesiones.
- **Psicológica:** insultos, gritos, chantaje y manipulación emocional, ridiculización, engaño, amenazas, humillaciones, calumnias, escenas de celos y control cotidiano de la víctima.
- **Sexual:** obligar a la víctima a tener contacto sexual y/o prácticas no deseadas, ver o escuchar pornografía, agresiones físicas y sexuales combinadas.
- **Económica:** no asumir la mantención de hijos, usar el dinero para imponer la voluntad, disponer del dinero que ella gana, prohibirle trabajar, endeudarla, negarse a trabajar.
- **Social:** agresiones en público; limitar, coartar, prohibir, impedir a la mujer elegir libremente amistades, mantener vínculos y participar en actividades.
- **Espiritual:** coartar el desarrollo de la fe, prohibir la práctica de actividades espirituales o profesar o imponer credos.
- **Acoso:** acecharla, llamarla por teléfono, enviarles correos electrónicos, perturbarla con su presencia, abordarla en la calle, trabajo o lugar de estudio.
- **Femicidio íntimo:** asesinato de mujeres a manos de hombres con los que hubo o había una relación afectiva, tal es el caso del marido, ex marido, conviviente, novios, pololos.

En todas las sociedades, las mujeres por razones de género, están expuestas a ser sometidas a prácticas naturalizadas durante siglos por la cultura hegemónica y normada por los Estados a través de legislaciones, políticas públicas y cualquier otra acción que de lugar a la discriminación y la violencia a las mujeres. Tráfico de mujeres, mutilación genital, esterilización y embarazo forzado, prostitución forzada, matrimonio forzoso, crímenes por dote; violencia sexual como forma de tortura en conflictos armados; femicidio por conexión y femicidio no íntimo se han ido instalando en la conciencia mundial como crímenes específicos de género.

Hacer visibles la violencia sexista como violación a los derechos humanos esenciales, es fruto del perseverante trabajo de las organizaciones de mujeres en el mundo para que violencia de género sea incluida en las agendas gubernamentales como un problema de alto impacto social, toda vez que los Estados deben promover y garantizar a las mujeres el pleno goce sus derechos humanos. El movimiento internacional de mujeres ha llamado la atención tanto de las Naciones Unidas como de Organismos Regionales, para que la violencia a las mujeres sea reconocida como un problema opuesto al progreso, la paz social y la democracia.

La Declaración sobre Eliminación de la Violencia Contra la Mujer, la define como:

“Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada.”

(Resolución A/RES/48/104 del 20 de diciembre de 1993, Naciones Unidas).

## Hombres que abusan a sus parejas: las víctimas nunca son responsables del abuso

Los varones que ejercen abuso recurren a distintas estrategias para no hacerse cargo de sus actuaciones violentas. Es común que se escuden en una serie de argumentos para evadir la responsabilidad de sus comportamientos, siendo el más frecuente el endosar la culpa a la víctima. Frente a episodios de violencia, suelen asegurar que sus parejas mienten, que exageran, que están locas, que son unas descontroladas o que simplemente son responsables porque se lo buscaron, generando en las víctimas una doble victimización: el sufrimiento derivado de haber sido abusada y la responsabilidad y culpa por algo que ella supuestamente originó.

### Formas más comunes de no hacerse responsables de sus actos<sup>3</sup>

**Minimizar:** resta importancia a la agresión para tomar distancia del daño causado, negando la gravedad del ataque.

**Fundamentar:** argumenta de tal modo para que parezca que está bien lo que hizo o que no tuvo otra alternativa.

**Desviar el problema:** atribuye su conducta a la falta de trabajo, al estrés, el alcohol, etc., situando la responsabilidad a circunstancias externas o atribuibles a otros.

**Olvidar:** asegura no recordar la situación, se hace el desentendido, niega haber cometido los ataques, restando credibilidad al relato de la víctima.

**Racionalizar:** explica en forma coherente sus conductas, encontrándoles siempre una explicación lógica. Ésta no sería admitida si el entorno social no se hiciera cómplice del abuso.

**Proyectar:** atribuir a la víctima la responsabilidad de las conductas violentas. “Ella es la desubicada que se descontrola”, es una justificación habitual.

*Este tipo de reacción no sólo está presente en quienes ejercen abuso, sino que también se encuentran en operadores/as del sistema cuando no les creen a las víctimas, ponen en duda sus relatos de abuso o las culpan por lo sucedido.*

*Estas malas prácticas realizadas por quienes deben apoyar a las víctimas de violencia se llama victimización secundaria.*

Las estrategias evasivas usadas por quienes ejercen abuso son reforzadas por dispositivos culturales en la sociedad. Las formas de entender, explicarse y situarse frente a la violencia, responde a pautas culturales presentes en los hombres que ejercen violencia, las mujeres que son víctimas, los terceros y entorno social. Es muy difícil que los seres humanos modifiquemos nuestro comportamiento, si primero no asumimos la responsabilidad de nuestras actuaciones.

No existe un perfil de agresor, cualquiera puede serlo y pasar fácilmente desapercibido en sus círculos sociales y laborales presentando un comportamiento adecuado e incluso ejemplar, no obstante en la intimidad del hogar, pueden actuar en forma opuesta. En efecto, hay hombres que se muestran extremadamente atentos, condescendientes y cariñosos con sus parejas en espacios sociales, proyectando una imagen que no tienen en privado. Este cambio de actitud funciona como estrategia para crear una imagen que contrarreste el potencial relato del abuso, se trata de una fachada lleva muchas veces a las víctimas a callar el abuso pensando que no les creerán.

<sup>3</sup> Basado en Guía para Mujeres Maltratadas, 8ª Edición. 2002. Editada por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha.



Los hombres que violentan a sus parejas necesitan sentir que tienen el control. El abuso puede comenzar al inicio de la relación y pasar inadvertido al ser interpretado como expresiones de amor “está loco por mí”, “me quiere sólo para él”, “piensa en mí todo el día, me llama a cada rato”, cuando en realidad se trata de controlar a la pareja a quien sienten de su propiedad. Para un hombre controlador la libertad de su pareja representa una amenaza a la relación.

A veces las parejas comparten la creencia de que el amor justifica este tipo de ataques. Se debe tener plena conciencia de que los actos controladores y celópatas son una forma específica de violencia.

En el último tiempo se ha instalado la idea de que la violencia obedecería a la falta de control de impulsos. Sin desconocer que en algunos casos puede haber una alteración de este tipo, hay un punto que marca la diferencia, las personas que no controlan sus impulsos pueden agredir a cualquiera, independiente de su posición jerárquica o superioridad física, mientras que la mayoría de los hombres que ejercen violencia con sus parejas, son selectivos.

- *Tienen actitudes discriminatorias contra las mujeres y fácilmente pueden ver amenazado su poder en la relación de pareja. Las critican constantemente con el ánimo de generar inseguridad y fomentar la dependencia.*
- *El aislamiento social es una de las formas más usadas para afectar los vínculos de apoyo, la independencia y autoestima de la pareja. En casos extremos les prohíben salir de la casa manteniéndolas prácticamente “encarceladas” en el propio hogar.*
- *Habitualmente no consideran el problema como propio, atribuye el problema a las víctimas, la familia, el trabajo, el estrés, la situación socioeconómica, la infancia, la vida, etc.*
- *Se muestran extremadamente atentos y respetuosos con el personal policial, de salud u otros que abordan asuntos de violencia de pareja. Se victimizan mostrando lo mal que están producto de la situación de violencia de la que no se hace cargo.*
- *Utilizan todos los medios para que la mujer no se aleje o vuelva a su lado. Una de ellas es tratar de convencerla de que no puede vivir sin ellos, cuando en muchas ocasiones la situación es inversa. Las manipulan ejerciendo el control sobre los bienes materiales y las culpan por la pérdida de bienestar de los hijos/as.*
- *Cuando se ven sin salida, dicen que se arrepienten, piden segundas oportunidades y se comprometen a cambiar. Una vez seguros en la relación, vuelven al comportamiento abusivo.*
- *Cuando se han separado, pueden utilizar las visitas a sus hijos para acercarse a las víctimas y seguir maltratándolas. Es sabido que luego de la separación la violencia se intensifica, aumenta el control del hombre a través de los hijos y del chantaje económico.*
- *La mitad de los femicidios se producen cuando la mujer se niega a volver con el agresor tras su separación.*

Si la víctima logra dejar a su pareja, es muy probable que él repita su conducta violenta en las sucesivas relaciones que mantenga.



## SESION 12 EFECTOS DE LA VIOLENCIA EN LAS MUJERES

*Esta sesión aborda los múltiples impactos que la violencia tiene en las mujeres abusadas por sus parejas. Es importante comprender que sus efectos son graves, pero que ellas pueden salir adelante con el apoyo adecuado y oportuno que le ayude a recuperar la confianza, el amor a sí misma y la autonomía para tomar el control de su vida y darle un nuevo rumbo a su existencia.*

### Objetivos

- ✓ Identificar las repercusiones en las mujeres abusadas por parejas o exparejas y reflexionar sobre la participación y responsabilidad de los hombres tanto en la ocurrencia como en el freno a la violencia.
- ✓ Identificar las necesidades de las víctimas y de los hombres que ejercen violencia para poner atajo al abuso doméstico.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('40)

Invitar al grupo a realizar un par de ejercicios corporales (acompañar con música).

- Caminar en lo posible descalzos por la sala llevando la atención al cuerpo y a la respiración, chequear cómo se sienten mientras se desplazan lentamente buscando apoyar a cada paso, toda la planta del pie en el suelo. Ubicar un punto de la sala, detenerse e identificar zonas de tensión.
- Si las condiciones del lugar lo permiten, tenderse de espalda y apoyar la columna en el suelo, de lo contrario hacerlo de pie. Guiar el ejercicio “*Cierra los ojos, inspira por la nariz reten el aire y contrae los músculos de la cara como apretando fuertemente, exhala enérgicamente y junto con el aire suelta la zona contraída. Ahora inspira, reten el aire, empuña tus manos y contrae los brazos, suelta el aire y relaja...*”. El recorrido continúa por pecho, tronco, vientre, zona genital y glúteos y piernas. Al final, realizar una gran inspiración, retener el aire, apretar al máximo todo el cuerpo y exhalar fuertemente. Repetir 3 veces y relajar, chequear cómo se sienten, luego abrir los ojos, sentarse en círculo y compartir cómo está cada uno.

#### 2. Trabajo en grupos ('30)



Solicitar que cada grupo converse e identifique efectos de la violencia en mujeres abusadas por sus parejas o ex parejas y luego listen en un papelógrafo.

Grupo Uno: efectos de la violencia en la salud física, sexual y reproductiva de las mujeres abusadas. Por ejemplo: lesiones

Grupo Dos: identifiquen y señalen los efectos de la violencia en la salud mental de las mujeres abusadas. Por ejemplo: devaluación personal

Grupo Tres: efectos de la violencia en la mujer abusada en el ámbito de la relación. Por ejemplo: confusión y ambivalencia respecto del agresor

Grupo Cuatro: efectos de la violencia en la situación económica y laboral de mujeres abusadas. Por ejemplo: dependencia económica.

Grupo Cinco: efectos de la violencia en las relaciones sociales de las mujeres abusadas. Por ejemplo: alejamiento de amistades.

### 3. Relatoría de los grupos en plenaria ('70)

Cada grupo presenta su listado que es completado en la plenaria por los demás compañeros. Se pega en la pared para que quede a la vista de todos.

El facilitador lee todos los listados y pide a los participantes que se pronuncien *¿qué sienten al escuchar estos daños?, ¿cómo se sienten ustedes como hombres frente a la violencia que viven miles de mujeres en nuestro país?*. Promover la reflexión crítica y para complementar la información del grupo, presentar un ppt de contenidos.



#### Ideas Fuerza

- *En Chile el 50,3 % de las mujeres señala haber vivido o vivir abuso de pareja. La violencia afecta la salud física, mental y reproductiva, y el funcionamiento laboral y social de las víctimas.*
- *La data de violencia antes de la denuncia en promedio es siete años. Ello significa que las mujeres no denuncian de inmediato, sino que hacen muchas otras cosas antes intentando resolver el problema.*
- *La violencia tiene efectos devastadores en las mujeres, pero cuando proviene de alguien con quien se tiene una relación afectiva, sus impactos son aún mayor. El abuso no es de un extraño al que se deja de ver sino de la persona con la que se duerme y a la que se teme.*
- *Los hombres que ejercen violencia y abusan son los responsables de las secuelas de este terrorismo doméstico. La violencia de pareja corresponde a una forma de tortura, la víctima está a merced de su agresor.*

Preguntar al grupo *¿Qué creen ustedes que necesitan las mujeres para salir del abuso?, ¿qué necesitan los hombres para frenar la violencia contra sus parejas?* Motivar la conversación y recoger las reflexiones de los participantes.

### 4. Evaluación ('10)

Ronda de opinión libre sobre la sesión. Registrar opiniones.



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                  | MATERIALES                                  | HRS |
|------------------------------|---------------------------------------------|-----|
| Rutina ejercicios corporales | Música de relajación                        | '40 |
| Trabajo en grupos            | Pautas con preguntas, papel kraft, plumones | '30 |
| Plenaria                     | Ppt temático, papelógrafos, cinta adhesiva  | '70 |
| Evaluación                   | Block de notas y lapiz                      | '10 |



### SESION 13 CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA DE PAREJA EN HIJAS E HIJOS

*En esta sesión se profundizará en las consecuencias de la violencia en hijas e hijos, testigos habituales de la violencia a la madre. Se examinarán sus impactos tanto en la salud integral de niñ@s y adolescentes como sus efectos en la formación de niñas y hombres, así como en la reproducción cultural de la violencia como medio para mantener el orden de género.*

#### Objetivos

- ✓ Identificar las consecuencias de la violencia familiar en niños y adolescentes, y el aprendizaje del abuso para resolver conflictos.
- ✓ Reflexionar sobre la violencia en la familia desde la experiencia de los participantes como hijos.

#### Actividades

1. Apertura de la sesión ('10)  
Bienvenida a la sesión y ronda de conversación suelta sobre cómo está cada uno. El o la facilitadora realiza la síntesis de la sesión anterior y vincula los impactos de la violencia de pareja a las mujeres con lo que le ocurre a la familia, en particular, niñ@s y adolescentes.
2. Ejercicio en duplas ('20)  
Reúnanse en pares y conversen sobre las repercusiones de la violencia de pareja en hij@s pequeños y en adolescentes, qué creen que les ocurre cuando presencian el abuso a la madre o cuando se enteran de esta situación.
3. Trabajo en grupos: ('30)  
Formar 4 grupos, entregar pauta y lápiz para que registren las repercusiones derivadas de la violencia directa e indirecta en niñas, niños y adolescentes nivel: Físico, emocionales, cognitivos y conductuales.  
  
Luego Reflexionen sobre el problema y planteen una opinión como grupo frente a la violencia a las mujeres en la familia y el impacto de esto en hijas e hijos.
4. Relatoría en plenaria ('70)  
Cada grupo presenta su listado y reflexión grupal sobre los efectos derivados del abuso a las mujeres en las relaciones de pareja. El o la facilitadora anota en un papelógrafo las consecuencias señaladas por los grupos, y a partir de las exposiciones, indaga sobre los impactos en niñ@s pequeñ@s y adolescentes.

*Luego se pregunta ¿ustedes como hijos recuerdan haber presenciado violencia del padre a la madre?, ¿alguien puede compartir su experiencia como hijo?, ¿qué sentían con respecto al padre y a la madre?*

Motivar la conversación en el grupo, ayuda mucho problematizar en torno a experiencias concretas y reales de los participantes, si no surge ninguna el facilitador puede compartir una experiencia propia o cercana.





### Ideas Fuerza

- *Presenciar la violencia es doloroso y traumático para niñas y niños y deja secuelas a nivel emocional, físico, cognitivo y conductuales. El abuso del padre a la madre, les lleva a experimentar una triangulación emocional entre ambas figuras.*
- *Estudios internacionales muestran efectos directos en el desarrollo motor, retraso en el crecimiento y lenguaje, alteraciones del sueño y el apetito, propensión a enfermar; miedo, ansiedad, depresión, baja autoestima; bajo rendimiento escolar; agresividad, delincuencia, toxicomanías.*
- *Entre los efectos indirectos se encuentra, por una parte, la incapacidad de la madre para atender a las necesidades básicas de niños debido a que sus energías se encuentran mermadas por la violencia al igual que la capacidad de contención. Y por otra, la incapacidad de padre de establecer una relación cálida y afectuosa cercana con sus hij@s.*
- *Niños y adolescentes están en una posición vulnerable y para sobrevivir deberán huir o adaptarse a sus familias y soportar el maltrato. El trauma desborda las capacidades de elaborar la vivencia del abuso y/o del rechazo parental que les lleva muchas veces a desertar del sistema educacional, abandonar prematuramente el hogar o embarazarse siendo adolescentes.*
- *La violencia del padre a la madre, puede llevar a los hij@s adolescentes a intervenir en la defensa de la madre y enfrentar físicamente al agresor. Hay muchas mujeres que enfrentadas a esta situación deciden salir de la relación de abuso para evitar que el hijo ataque al padre pro defenderla.*
- *Los hijos de padres abusivos que ejercen violencia hacia sus parejas aprenden de ello y pueden reproducirla en el futuro o ser sus víctimas.*
- *Los hombres son responsables de frenar la violencia a las mujeres, y con ellos evitar el sufrimiento al que se somete a hijas e hijos. Ser padres presentes y cercanos es un desafío para los hombres, una paternidad afectiva es un buen camino de salida a los modelos autoritarios dominantes. Ser un padre amoroso no está desvinculado a ser una pareja respetuosa.*

#### 5. Evaluación ('20)

Rueda de opinión *¿De qué me di cuenta en esta sesión?, ¿con qué sensación me voy?*  
Pedir que cada uno se refiera brevemente a lo tratado en la sesión.



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                            | HRS |
|-----------------------|-------------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión | Data-show, ppt síntesis sesion anterior o papelógrafo | '10 |
| Ejercicio en duplas   | Pauta con preguntas                                   | '20 |
| Trabajo grupal        | Pauta guia, lápices                                   | '30 |
| Relatoría en plenaria | Papel kraff, plumones, cinta adhesiva                 | '70 |
| Evaluación            | Tarjetones con preguntas, block de apuntes y lápiz    | '20 |



### Texto: Efectos de la violencia en las mujeres, hijas e hijos

El último estudio realizado en Chile muestra que un 50,3% de las mujeres vive o ha vivido alguna forma de violencia de pareja, confirmando que la violencia atraviesa todas las clases sociales, niveles educacionales, ocupaciones, religiones o etnias.<sup>4</sup>

Del universo de mujeres des estudio:

- *El 34% ha vivido violencia física y/o sexual y el 16,3% abuso psicológico.*
- *El 42,7% ha sufrido violencia sexual antes de los 15 años.*
- *El 22% ha sido amenazada con armas.*
- *Un 30% ha sido violentada sexualmente tras sufrir episodios de violencia física.*
- *En el 90% de los casos el agresor es la pareja o ex pareja.*
- *La data de violencia previa a la denuncia es de 7 años aproximadamente.*
- *El 49,5% relata que su padre golpeaba a su madre, y en similar cifra, el padre del agresor abusaba a su pareja.*

Durante el 2006, se registraron a nivel nacional 130 mil denuncias por violencia intrafamiliar.

Durante el 2008, en promedio una vez por semana, una mujer fue asesinada por un hombre con quien tenía o había tenido una relación afectiva.

Los antecedentes indican que las mujeres vivían violencia de parte de los femicidas. Asimismo, cifras de ministerio público señalan que un 1/3 de éstos se quitó la vida luego de ultimar a la víctima.

Datos entregados por agencias de Naciones Unidas dan cuenta de la magnitud del problema. En la actualidad un tercio de la población femenina del mundo vive violencia doméstica, con proyecciones que indican que si los Estados no intervienen activamente con políticas públicas efectivas, una de cada tres mujeres será agredida sexualmente durante su vida.

Según la Organización Mundial de la Salud, el embarazo no sería un impedimento para los actos de violencia, sino un factor de riesgo, dado que un 1/3 de las mujeres habrían sufrido abusos durante el embarazo.

De acuerdo a informes de la misma organización, del total de homicidios en contra de mujeres a nivel mundial, el 50% es cometido por sus actuales o ex parejas. De los femicidios cometidos en Australia, Canadá, Estados Unidos, Israel y Sudáfrica, entre el 40% y 70% fueron sus esposos o novios.<sup>5</sup>

Según cifras del Banco Mundial, los años de vida saludable que pierde una mujer a causa del abuso, alcanza el 5%. Las repercusiones derivadas de la violencia de pareja son múltiples y habitualmente dejan secuelas difíciles de borrar. Cuanto más extendida y severa sea la violencia, mayor nivel de daño provocará en las mujeres y sus familias.

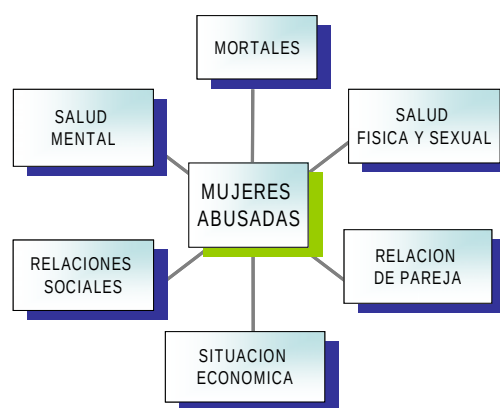
<sup>4</sup> Estudio de Prevalencia de Violencia Intrafamiliar, Servicio Nacional de la Mujer, 2001.

<sup>5</sup> Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer Informe del Secretario General Naciones Unidas, 2006.

## Efectos de la violencia en las mujeres

La violencia impacta negativamente la salud física, mental y reproductiva, y el funcionamiento laboral y social de las víctimas. Para ejemplificar lo dañina que puede ser esta situación, a continuación se presentan las dimensiones comprometidas:

- **Salud física, sexual y reproductiva:** lesiones, fracturas, pérdidas de piezas dentales; trastornos crónicos óseos y musculares, colón irritable afecciones cutáneas, cefaleas; discapacidad temporal o permanente derivado de secuelas físicas y daño orgánico. Enfermedades de transmisión sexual, trastornos ginecológicos, inflamación pélvica y lesiones por agresiones sexuales, disfunciones sexuales, abortos, embarazos no deseados.
- **Salud mental:** baja autoestima y valoración personal, malestar respecto de sí misma, postergación de las propias necesidades. Sensación de falta de poder para solucionar el problema y de inadecuación e incertidumbre frente al futuro. Miedo, impotencia, inseguridad, desmotivación, desconexión emocional; patologías mentales, ideación suicida y homicida, dependencia de drogas y alcohol, trastornos alimentarios y severos del sueño, inapetencia sexual, falta de autocuidado.
- **Relación de pareja:** dependencia emocional y escaso margen en la toma de decisiones de su propia vida; sentimientos de culpa, tendencia a justificar las agresiones. Ambivalencia sobre si terminar la relación o seguir aguantando. Esperanza de que el agresor cambie y vuelva a ser como antes cuando “me quería”. Inseguridad, falta de confianza, ruptura, separación, pérdida del hogar real y simbólico, efectos del peso en la crianza de hijos/as. Dudas e indecisiones por bloqueo emocional y de oportunidades reales. Desconfianza ante futuras relaciones amorosas.
- **Relaciones sociales:** pérdida de libertad personal, aislamiento de familia y amistades; relaciones interpersonales conflictivas, dificultad para comunicar desacuerdos, soledad. Incomunicación por miedo al agresor, por vergüenza o por falta de apoyo social.
- **Situación económica:** dependencia económica y percepción de ser “mantenida”; pérdida de bienes materiales, endeudamiento; efectos en el desempeño laboral, renuncia al trabajo, despido laboral derivado del acoso del agresor. Falta de capacitación laboral y acceso al empleo.
- **Efectos mortales:** Alteración de la percepción del riesgo derivado de la violencia; suicidio, parricidio, fallecimiento por enfermedades generadas por el abuso crónico.



La violencia doméstica impacta severamente el bienestar, la salud y la vida de las mujeres, hijos/as, familia y es causal de sufrimiento y riesgo también para los hombres que la ejercen.

## Consecuencias en hijas e hijos

Niñas y niños son víctimas en cada acto de violencia familiar, sea que la presenciaron, se les agrede o sufran los impactos indirectos derivados del abuso, pues son muy vulnerables al comportamiento de figuras altamente significativas como el padre y la madre, viéndose afectados cognitivamente, relacionalmente, emocionalmente, físicamente y socialmente.

La dinámica familiar violenta puede llevarles a vivir una triangulación emocional con la madre y el padre. Ambientes familiares hostiles e inseguros exponen a hijas e hijos a tomar partido, asumir la defensa, negar el conflicto, ser cómplices, aliarse con el poder o desarrollar cualquier otro mecanismo para sobrevivir a la tensión y el abuso.

Hij@s testigos, y a la vez, víctimas de esa violencia serán más propensos a enfermar física y psicológicamente. Pueden tener retraso en el crecimiento y desarrollo motor, alteraciones del sueño y alimentarias; problemas cognitivos y retraso en el lenguaje. Dolor e impacto emocional, sentimientos de inferioridad, timidez e inseguridad; pasar por estados depresivos tener trastornos identitarios, ansiedad, angustia, terror intenso, frustración e inadecuación.

Las consecuencias se pueden reflejar en la desmotivación por el estudio y/o deserción del sistema educacional; problemas relacionales, conductas violentas, temerarias, adicciones a drogas y alcohol; embarazo adolescente o abandono prematuro del hogar. La incapacidad física y emocional de madres abusadas para atender a las necesidades básicas de niñas(os) puede derivar en situaciones de negligencia y abandono y que asociado a contextos de pobreza puede tornarse aún más complejo.

*Niñ@s y adolescentes están en una posición vulnerable y para sobrevivir deberán huir o adaptarse a sus familias y soportar el maltrato.*

*El daño o trauma desborda las capacidades de controlar y elaborar la vivencia del abuso y/o del rechazo parental.*

*Como mecanismo de defensa puede crear una falsa imagen de sí como ser fuerte, capaz de afrontar peligros y provocar a personas más fuertes que él o ella.*

## Reproducción de la violencia

La reproducción de la violencia es uno de los efectos más letales para la convivencia familiar y social. En la dinámica abusiva, niñas y niños aprenden modelos violentos de resolución de conflictos, los que más tarde pueden reproducir en su escuela, entre sus amigos, con sus vínculos afectivos y en sus espacios laborales y de convivencia social.

El estudio Violencia en Parejas Jóvenes<sup>6</sup>, señala que esta es reconocida por jóvenes de ambos sexos como algo que ocurre entre parejas adultas más que entre sus pares. Indica que si bien se han modificado los roles sexuales respecto a las generaciones anteriores - hombres más involucrados en las tareas de crianza y a las mujeres con mayor presencia en la búsqueda de realización laboral- los estereotipos sexuales no cambian.

A nivel simbólico, la mujer continúa apareciendo como más débil, necesitada de protección, sensible, maternal, mientras que los varones serían más racionales, impulsivos, con dificultad para expresar afecto, responsables del sustento económico y de establecer las normas. Estereotipos tradicionales, que son como se ha tratado extensamente en la literatura y estudios internacionales, son un factor de riesgo para la ocurrencia del abuso a las mujeres de parte de sus parejas varones.

<sup>6</sup> Elaborado por la Corporación Domos para el Servicio Nacional de la Mujer, Chile, 2003.







## SESION 14 IMPACTOS DE LA VIOLENCIA DOMESTICA EN HOMBRES

*La violencia doméstica no sólo afecta a las víctimas, sino también a los hombres que la ejercen. Deben afrontar los impactos derivados de sus conductas y comportamientos abusivos y someterse a procesos judiciales que los pueden conducir a sanciones, condenas de privación de libertad, ruptura de pareja, pérdida de su familia, conflictos con hijos e hijas, problemas laborales, aislamiento, enfermedad, malestar emocional, sensación de rechazo e infelicidad, muerte.*

### Objetivo

- ✓ Motivar en los participantes la reflexión en torno a los efectos negativos o impactos de la violencia en los hombres que abusan a sus parejas.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('30)  
Dar la bienvenida a la sesión e invitar a los participantes a realizar algunos ejercicios corporales de soltura y contacto físico.
  - Caminar por unos minutos llevando la atención al cuerpo y a la respiración, inspirar profundo, retener el aire y exhalar. Juntarse en duplas sentarse en el suelo piernas estiradas y unidos espalda con espalda. En silencio realizar el movimiento de balancín, cuando uno va hacia atrás el otro baja. Inspirar cuando se lleva el cuerpo hacia atrás con los ojos abiertos mirando el techo, retener el aire y exhalar cuando se retorna llevando la vista a las piernas. Bajar con el peso del compañero sin presionar o hacer fuerza. Luego de unos 5 minutos, espaldas rectas mover hombros como manteniendo un diálogo de espalda con espalda.
  - Un compañero tendido de espaldas mientras el otro tomará cada extremidad levantándole del suelo, moverá, girará, flectará, estirará hasta soltar ambos brazos y piernas. Luego cambiar de rol. Al finalizar agradecerse mutuamente.
2. Trabajo grupal ('20)
  -  Reunirse en 3 grupos para identificar los diversos impactos en hombres que ejercen violencia doméstica o de pareja:
    - Grupo I: Identificar los impactos en las relaciones con la pareja, hijas/os, familiares y amistades. Ejemplificar.
    - Grupo II: Identificar impactos referidos al ámbito laboral. Ejemplificar.
    - Grupo III: Identificar impactos en la calidad de vida y la salud. Ejemplificar.
    - Grupo IV: Identificar impactos en la situación judicial. Ejemplificar.
3. Relatoría de los grupos ('60)  
Cada relator presenta las respuestas y el o la facilitadora, anotan en un papelógrafo los impactos familiares, en otro los laborales, en otro los referidos a salud y en otro los judiciales. Estimular el intercambio y debate de ideas. Preguntar a los participantes *¿qué otros impactos podemos agregar a lo surgido?, ¿si la violencia es tan dañina y e*

*insalubre relacionamente, por qué no la erradicamos?, ¿las medidas de protección contempladas en la ley, protegen solo las víctimas?. Presentar un ppt con los principales contenidos.*



### Ideas Fuerza

- *La violencia es devastadora para las víctimas y también tiene altos costos para quienes la ejerce. Impactos negativos en los vínculos afectivos con la familia, la salud física y mental, el desempeño laboral, el ingreso económico, las relaciones sociales, separaciones, situación legal, condenas como resultado del abuso.*
- *Los costos intangibles o humanos son incalculables y la inversión del estado en los diversos servicios públicos para abordar el problema, es altísima y de no existir el problema bien podría invertirse en otras necesidades sociales.*
- *La violencia masculina a las mujeres es universal. Todas las culturas y sociedades conocidas tienen en común el abuso a las mujeres por ser mujeres. El abuso doméstico y las agresiones sexuales es perpetrada mayoritariamente por hombres.*
- *En nuestro país en promedio 60 mujeres pierden la vida a manos de un hombre con quien tuvo o tenía una relación afectiva. Cifras del Ministerio Público señalan que un 30% de los femicidas, se suicida luego de ultimar a sus parejas (2008).*
- *En Chile no hay información de los costos totales que la VIF implica para el país en prestación de servicios públicos a víctimas y ofensores. El estudio del Ministerio del Interior del 2005 <sup>7</sup>, estima un gasto que alcanza los USD 266 millones anuales.*
- *Más allá de las singularidades de las masculinidades dominantes en las distintas sociedades, la violencia de género es proporcional a la inequidad de género.*
- *Es trascendental que los hombres comprendan que la violencia no resuelve los problemas, sino que los agudiza, y que al ejercerla, traen infelicidad a su familia y a sus propias vidas.*

#### 4. Lluvia de ideas y reflexión ('30)

*Preguntar a los participantes ¿qué puede hacer cada uno para frenar la violencia en contra de las mujeres? Problematicar en las respuestas de manera de promover el compromiso de los participantes con la no violencia. Registrar opiniones.*

#### 5. Evaluación ('10)

*Ronda libre ¿qué rescato de la sesión de hoy?. Registrar opiniones de participantes.*



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                              | HRS |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------|-----|
| Apertura y trabajo corporal | Listado de ejercicios corporales                        | '30 |
| Trabajo grupal              | Pautas trabajo, lápices                                 | '20 |
| Plenaria                    | 5 pliegos de papel kraft, plumones, cinta adhesiva, ppt | '60 |
| Lluvia de ideas y reflexión | Preguntas y block de apuntes, lápiz                     | '30 |
| Evaluación                  | Block de notas, lápiz                                   | '10 |

<sup>7</sup> Olavarria, M; Contreras, E; González, G; Torres, Costos Económicos del Delito en Chile, Ministerio del Interior, 2005.

## SESION 15 HOMBRES Y VIOLENCIA

*La violencia masculina es universal e histórica. Basta con dar una mirada al pasado y al entorno para reconocer que las invasiones, conquistas, guerras, genocidios, homicidios, femicidios, lesiones, accidentes, violencia urbana, pandillas y riñas callejeras corresponden a disputas entre hombres. Observar las consecuencias derivadas de las masculinidades hegemónicas permite a los varones tomar conciencia de los múltiples impactos de la violencia en sus vidas y la necesidad de situarse en el camino de búsqueda de otras formas de ser hombres, mas justas y respetuosas.*

### Objetivo

- ✓ Identificar que entre los hombres que la competencia, la disputa y la violencia son formas de transacciones masculinas culturalmente aprendidas.
- ✓ Reflexionar sobre el valor de interrogación como primer paso para el cambio personal.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('30)

Dar la bienvenida a los participantes e invitarles a caminar por la sala prestando atención a la respiración.

- Reunirse en duplas, de pie frente a frente: a) tomarse mutuamente por los hombros y empujarse con toda la fuerza al máximo uno al otro hasta hacerle retroceder por unos 2 minutos; b) ubicarse espalda con espalda, rodillas flectadas y empujarse mutuamente manteniendo la presión unos 2 minutos, la idea es lograr que el compañero retroceda; c) ubicarse de frente cuerpo a cuerpo y empujar como cada uno quiera por unos 2 minutos. Sentarse en círculo, contactar con la respiración, chequear las sensaciones ¿cómo me sentí?, ¿qué me pasó haciendo el ejercicio?.
- Sentados o tendidos de espaldas en el suelo, cerrar los ojos. Indique respirar suavemente sin presionar el aire al inspirar y al exhalar, pida que recuerden una situación en que vivieron violencia de parte de otro varón, y otra situación en que ellos ejercieron violencia contra otro en la infancia, adolescencia o edad adulta. Guíe de tal modo que cada uno recuerde dos situaciones. Volver a la respiración, traer la atención al cuerpo, abrir los ojos y estirar los brazos lo más posible.

#### 2. Ejercicio en pares ('15)

Juntarse con otro compañero y compartir brevemente ambas experiencias. Identificar elementos comunes y anotarlos.

#### 3. Trabajo en grupos ('35)



Formar grupo de 5 participantes para que intercambien sus experiencias y reflexionen en torno a las preguntas *¿por qué los hombres entramos rápidamente en la competencia y la rivalidad?, ¿qué tienen en común nuestras experiencias como hombres en este ámbito?* Al terminar la reflexión pedir que cada grupo se tome unos 5 minutos para anotar en una cartulina 5 conceptos y armar en función de ellos una escultura colectiva con sus cuerpos que les represente.

#### 4. Relatoría en plenaria (‘60)

Cada grupo presenta su escultura. Los demás participantes observan y mencionan conceptos que asocian a la escultura que el o la facilitadora anotan en una cartulina y se pega en la pared junto a la cartulina con los 5 conceptos del grupo. Invitarles a intercambiar opiniones en torno a las preguntas *¿por qué los hombres tendemos a resolver los conflictos con violencia?, ¿por qué respondemos con violencia a la violencia?, ¿qué impactos tiene la violencia para los propios hombres?*



#### Ideas Fuerza

- *La inequidad de género sostiene y reproduce la violencia de género y los hombres dominantes acuden a la violencia para sostener la dominación sobre las mujeres, niñas y otros hombres. La violencia es letal y motivo de dolor y sufrimiento.*
- *Las expresiones de las masculinidades sitúa a los hombres en diferentes jerarquías sociales con su acceso diferencial a los recursos de poder, la violencia es universal a los hombres en todas las cultura y por cierto, un problema de salud y seguridad planetario.*
- *El 90% de los actos violentos privados y públicos en el mundo son cometidos por hombres, en todos los niveles: la casa, la calle, la escuela, el trabajo, los bares, la noche, estadios, guerras y conflictos armados internos, la cárcel, la plaza.*
- *En América Latina, 140.000 personas son asesinadas cada año, y cada adulto pierde en promedio tres días laborales por año como resultado de la violencia<sup>8</sup>. Estados Unidos, hombres y niños son responsables del 95% de todos los crímenes violentos. Cada día 12 niños y jóvenes se suicidan, 7 veces más que el número de niñas. Cada día 18 niños y jóvenes son víctimas de un homicidio, 10 veces el número de niñas<sup>9</sup>.*
- *Seguridad ciudadana y reducción de la violencia ocupan las agendas políticas de la sociedad civil y las políticas de Estados. Uno de los rostros más potentes de la lógica del dominio y la inequidad es la guerra, la pobreza, la exclusión, el sometimiento etnias a culturas occidentales.*

#### 5. Evaluación (‘10)

Ronda de opinión de libre: en esta sesión aprendí que... Anotar opiniones



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                        | HRS |
|-----------------------------|---------------------------------------------------|-----|
| Apertura y trabajo corporal | Música, equipo y lista de ejercicios              | ‘30 |
| Ejercicio en pares          | Hojas o block de notas, lápices                   | ‘15 |
| Trabajo en grupos           | Cartulinas, plumones, pautas de trabajo           | ‘35 |
| Plenaria                    | Cartulina, plumones, cinta adhesiva, ppt temático | ‘60 |
| Evaluación                  | Block notas, lápiz                                | ‘10 |

<sup>8</sup> Poniendo fin a la violencia de género, un llamado a la acción global para involucrar a los hombres. Los costos de la violencia masculina. Stefan de Vylder: Estudio encargado por el Banco Interamericano de Desarrollo a Londoño y Guerrero, 1999.

<sup>9</sup> Kimmel, Michael. Masculinidades Globales: restauración y resistencia. En Sánchez-Palencia, C. Y Hidalgo, J.C. (eds) Masculino Plural: Construcciones de la Masculinidad. Edicions de la Universitat de Lleida: España. (2001)



### **Texto: Impacto de la violencia en los hombres**

La violencia, y especialmente la violencia doméstica e intrafamiliar, es considerada actualmente un problema de salud pública de carácter prioritario por el impacto que tiene en la vida de las personas y de sus familias, y por los costos directos para el sistema de salud, los no monetarios (dolor y sufrimiento) y los efectos multiplicadores económicos. Su importancia ha sido subrayada por la OMS (2003) en el “Informe Mundial sobre Violencia y Salud” y por la OPS (2003) en “La violencia contra las mujeres: responde el sector salud”. Ambos documentos señalan que se debe cuestionar los sentimientos de inevitabilidad que rodean al comportamiento violento, y promover un debate al respecto, e indican que la conducta violencia y sus consecuencias pueden prevenirse, y que la salud pública debe fundamentar la lucha contra la violencia doméstica en investigaciones fidedignas y actualizadas. Se destaca que entre las características que a menudo acompañan la violencia en las relaciones de pareja es que la mayoría de los autores de la violencia son hombres; las mujeres corren el mayor riesgo con hombres que ya conocen (OPS 2003).

Las estadísticas de denuncias de violencia intrafamiliar revelan que los agresores son hombres en la gran mayoría de los casos y que uno de los factores que reproduce estos comportamientos es la invisibilidad de este tipo de violencia. En el contexto de la salud mental la violencia doméstica ejercida por los varones afecta profundamente el bienestar subjetivo tanto del hombre como de la mujer, con efectos sus potencialidades psicológicas, cognitivas, afectivas y relacionales, y en la convivencia del núcleo familiar. Implica, asimismo una gran carga para la sociedad con elevados costos de atención médica.

Son múltiples los factores coadyuvantes para que los hombres ejerzan violencia. Factores generalmente invisibilizados que no confrontan a los varones con sus capacidades de violentar. De allí que se hace cada vez más necesario observar al hombre como sujeto de las acciones de prevención y generar estrategias que le lleven a tomar conciencia y visibilizar las condiciones que le permiten violentar.

Los hombres en general deben conocer y reconocer el potencial de violencia que hay en su masculinidad y prevenir ellos mismos comportamientos violentos hacia mujeres y niños/as. A los varones agresores y denunciados como violentos se les debe proveer de habilidades, conocimientos e instrumentos que les permitan gestionar el riesgo de reincidir en tales comportamientos. Las mujeres, en general deben estar atentas para distinguir la violencia de sus parejas, así como prevenir la reproducción de tales comportamientos hacia sus hijas y desde sus hijos.

“Con los hombres adultos que ejercen violencia se hace necesario abrir espacios donde se responsabilicen de ella, aprendan formas no violentas de resolver conflictos y se comprometan a erradicarla en relación con las mujeres, las niñas y los niños. Esto deberá hacerse trabajando con las propias historias personales, identificando la diversa gama de sentimientos que experimentan cuando el poder se pone en cuestión y/o perciben que el control de los cuerpos femeninos se les escapa. Entonces se deberá develar las creencias enraizadas que están detrás de cada emoción, cuestionarlas y resignificarlas. De esta forma, se podrá lograr que los hombres no sólo detengan su violencia, sino que haciéndolo también se sientan bien, lo que garantiza cambios más sostenidos. Se trata de aprender maneras distintas de ser varón, más constructivas, autónomas y afectivas” (Ramos 2005).

Entre estos aprendizajes y vivencias se puede señalar: los aprendizajes recibidos de los padres; ver y vivir como otros conviven armónicamente con sus parejas; compartir el



sentido de la autoridad al interior del núcleo familiar; las discusiones con la mujer no son vistas como pérdida de autoridad; negociar más que discutir cuando hay intereses enfrentados; tomar conciencia de su propio cuerpo y pulsiones; practicar gimnasia liviana, yoga, meditación y/o técnicas de autocontrol; tener mayor nivel educacional y escolaridad; trabajar ambos y compartir los gastos; compartir las demandas por calidad de vida y la importancia el problema económico; requerir que ella aporte económicamente porque con lo que gana no alcanza, sin sentir que afecta su autoestima; no participa de grupos barriales que beban ni bebe con vecinos (Ramos 2005).

Es necesario que los hombres que ejercen violencia psicológico y/o física contra sus mujeres y que mujeres que son agredidas por sus parejas/esposos tengan espacios de conversación que cuestionen dichas prácticas, se informen acerca de los motivos que las justifican en las subjetividades y pautas culturales en los que están insertos, visibilicen las relaciones y el contexto social y cultural que las permite y puedan construir colectivamente respuestas nuevas que reconozcan a la otra como sujeto de derecho, especialmente en la protección de su intimidad e integridad física, y permitan relaciones más armoniosas en la pareja.

En la evaluación efectuada por la OPS sobre violencia contra las mujeres en la región, se constató que en la mayoría de los países tanto proveedores de servicios como usuarias subrayaron “la importancia de estimular la participación de los hombres en todas las actividades de prevención de la violencia y señalaron que no es posible eliminar la violencia contra las mujeres si, como parte fundamental de este proceso, no cambian las actitudes y comportamientos de los hombres violentos. Los proveedores observaron que las mujeres maltratadas a menudo solicitan ayuda para sus esposos, es decir, alguien que proporcione a los hombres orientación y asesoramiento para motivarlos a cambiar. Estas mujeres no quieren necesariamente terminar sus relaciones, lo que desean es que termine la violencia. Esta es una de las razones por las cuales los acuerdos extrajudiciales que incorporan esos tipos de servicios son solicitados con más frecuencia que los servicios penales” (OPS 2003:89).

La prevención de la violencia de los hombres contra las mujeres requiere de estrategias de intervención cultural, que permita visibilizar los mandatos culturales y de género que están en el trasfondo de esos comportamientos, y discernir nuevas formas de actuación que lleven a relaciones horizontales y reconozcan a sus mujeres como personas autónomas, con derechos sobre su intimidad, su cuerpo y su trabajo.







## SESION 16 HOMBRES, AFECTIVIDAD Y VINCULOS

*Esta sesión aborda como las necesidades emocionales y de vínculos de intimidad de los hombres chocan con el modelo de masculinidad en que los hombres han sido formados. Explora en el mundo emocional y en las relaciones amorosas especialmente con parejas e hijos/as, amistades identificando obstáculos y limitaciones en los varones y el grado de malestar e infelicidad que esto conlleva.*

### Objetivos

- ✓ Tomar contacto con las necesidades afectivas y los obstáculos del modelo impuesto que les separa y distancia en sus relaciones afectivas.
- ✓ Identificar el aprendizaje cultural sobre el amor de pareja relevando que en las relaciones de abuso abundan las confusiones entre amor y control.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('10)  
Dar la bienvenida a los participantes y realizar una síntesis de las sesiones del taller, acompañar con un ppt indicando que el taller está entrando en la recta final, invite a revisar que cada una las sesiones ha tratado diversos temas asociados a las masculinidades hegemónicas y el uso de la violencia y sus impactos en las vidas de las mujeres, hijas/os, los propios hombres y en la sociedad. A continuación presente el tema de la sesión.
2. Ejercicio individual ('20)  
 Entregue a cada participante una pauta y lápiz para que marque de 1 a 10 qué importancia otorgan a sus necesidades afectivas en su vida, y señalen brevemente el por qué de su respuesta. Luego pida que cada uno identifique un par de dificultades propias que afectan sus vínculos afectivos. Finalmente, pida que hagan un listado de las mujeres y hombres significativos de sus vidas, y las relaciones afectivas que tienen en la actualidad.
3. Reflexión en tríos ('45)  
Formar grupos de 3 participantes y compartir las reflexiones personales. Escucharse con atención, pueden preguntarse unos a unos para clarificar los relatos. Entregue a cada trío un listado de preguntas que faciliten la conversación. A partir de lo conversado *¿qué limitaciones tenemos nosotros en nuestras relaciones afectivas?, ¿qué dicen por ejemplo las mujeres de nosotros?, ¿de qué se quejan las parejas o se han quejado las parejas, y de qué las hijas e hijos si los hay?, ¿qué dicen otros hombres de nosotros en este ámbito?, ¿expresamos sentimientos a la familia y amistades?, ¿decimos a otros hombres lo que sentimos por ellos?*. Motive el intercambio y profundización de experiencias, recuérdelos que las preguntas son solamente una guía.
4. Relatoría de los grupos ('60)  
Invitar a los participantes a compartir en plenaria lo que piensan y sienten respecto de sí mismos. Motivar que los participantes hablen abiertamente de qué se dieron cuenta.

Indagar con el grupo qué tienen que ver los mandatos culturales en la forma en que ustedes como hombres viven sus relaciones afectivas de pareja, con hijas, con hijos, padres, madres, otros familiares, amigas, amigos, etc.

Invitar a los participantes a conversar sobre amor y control en la pareja *¿qué opinan de los celos y del derecho de los hombre al monopolio del cuerpo de las mujeres?*. Al finalizar a modo de síntesis, la facilitación presenta un ppt con principales contenidos.



### Ideas Fuerza

- *Aprendizajes culturales en torno al amor y la pareja visten al abuso con un ropaje que no corresponde. La violencia comienza muchas veces en el pololeo y se torna invisible porque muchas de sus expresiones se interpretan erróneamente como manifestaciones de amor.*
- *La masculinidad dominante implica someterse a cierta “ortopedia” emocional, doblarse al proceso de hacerse “hombre” exigido desde la infancia. “Ser hombre” es algo que se debe lograr, conquistar y merecer. Deben hacer demostración de ciertas cualidades y atributos adquiridos a través de su vida, que les permita reconocerse y ser reconocidos como hombres en las distintas etapas de su vida, particularmente, cuando llegan a la adultez.*
- *Los hombres crecientemente están entrando en conflicto con el modelo de masculinidad impuesto. Muchos identifican en esos patrones culturales exigencias que les alejan de experiencias de mayor cercanía afectiva, de relaciones horizontales, de mayor intimidad con parejas, hijos/as, otras mujeres y varones.*
- *Esta forma de ser hombres entraña molestares, dolores y fuertes tensiones, y tal vez sean estas vivencias, sumadas a cambios de paradigmas en la sociedad las que lleven a cuestionar el modelo impuesto y ubicarse en el camino del cambio.*
- *Aunque en la actualidad muchos varones tratan de diferenciarse de este referente, ello no resulta fácil dado que, así como representa una carga, también les permite hacer uso del poder que confiere y gozar de mejores posiciones en relación a las mujeres y a otros hombres inferiorizados en la jerarquía de posiciones.*

#### 5. Evaluación y Tarea para la casa (’15)

Ronda libre de opiniones ¿ con qué sensación me voy? Registrar opiniones.

Tarea para realizar en casa, entregar pauta personal con las preguntas a) *¿qué necesito cambiar de mi para ser un hombre más realizado?*, y b) *¿quién y quiénes se benefician concretamente de este cambio?*. Encargar que respondan con letra legible y traigan la pauta a la sesión siguiente.



### **Cuadro sesión taller**

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                               | HRS |
|-----------------------|----------------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión | Ppt con cuadro síntesis de todas las sesiones realizadas | ‘10 |
| Ejercicio personal    | Pautas ejercicio y lápices, música de fondo.             | ‘20 |
| Reflexión en tríos    | Pauta de trabajo grupal con listado de preguntas         | ‘45 |
| Plenaria              | Listado de preguntas y ppt temático                      | ‘60 |
| Evaluación            | Block de notas y pauta personal tarea                    | ‘15 |

## SESION 17 HOMBRES Y DESAFIOS

*Los cambios que los hombres pueden hacer en función de su desarrollo, realización, autocuidado no son fáciles, requieren mudar formas enraizadas de ser, pensar y actuar y para lo cual deben estar dispuestos a renunciar a privilegios, recursos de poder y derechos otorgados por ser hombres, para apostar por las equidad, la solidaridad y la justicia entre las personas. Todo camino se inicia siempre con un primer paso, poner en duda y desentrañar los mandatos impuestos permite abrirse a otras formas de ser hombres.*

### Objetivos

- ✓ Fomentar la auto-observación de los participantes, el contacto, la expresión y comunicación entre hombres.
- ✓ Identificar aspectos personales necesarios de cambiar y reflexionar sobre los beneficios que éstos reportan para sus vidas y para sus relaciones con las mujeres e hijos.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('30)  
Dar la bienvenida a los participantes y presentar la sesión señalando la continuidad con la sesión anterior. Pedir que se pongan de pie y se desplacen por la sala descalzos.
  - Caminar soltando hombros, brazos, manos, piernas, girando el tronco. Caminar en puntas de pie y luego pisar normal apoyando la planta de los pies; caminar en los talones y luego normal, caminar sobre los bordes externos e internos y luego desplazarse apoyando las plantas del pie en cada paso.
  - En pares sentados en el suelo frente a frente, cerrar los ojos. Indicar que cada uno tome contacto con su respiración, luego estiren las manos hasta encontrarse con las del compañero y durante 3 minutos realicen un diálogo de manos, toquen mutuamente y presten atención a lo que sienten mientras realizan el ejercicio. A la indicación de concluir el ejercicio, despedirse y apoyar el dorso de las manos en las rodillas con las palmas mirando al cielo.
  - Tomar contacto con lo que sintió cada uno. Indicar a los participantes abrir los ojos, mirarse a la cara y compartir lo que vivenciaron, cómo se sintieron, qué imágenes o ideas surgieron.
  - Intercambiar opiniones sobre el contacto físico entre hombres, la comunicación y los vínculos de intimidad.
2. Video-análisis en Plenaria ('60)  
Invitar a los participantes a ver el Video "Solo faltas tú"<sup>10</sup> u otro similar que aborde la necesidad de que los varones revisen críticamente la forma de ser hombres y se involucren en el freno a la violencia a las mujeres. Luego en rueda de opinión indagar en las impresiones *¿qué les pasó viendo el video, qué opinan de los desafíos que plantea para los varones la equidad entre mujeres y hombres?, ¿qué ganan los hombres*

<sup>10</sup> Video de sensibilización que aborda masculinidades, poder, violencias y desafíos de cambio. Realizador Antonio Pozo. Corporación DOMOS, año 2009.



*renunciando a sus derechos patriarcales?, ¿qué pasa cuando un hombre se sale del modelo dominante. Motivar la reflexión e intercambio. Sintetizar las ideas centrales.*

3. Trabajo en grupos ('20)  
Pedir a los participantes que se reúnan en tres grupos y en base a la tarea solicitada la sesión anterior, realicen un listado colectivo sobre los cambios que se plantean y registren cómo se hacen cargo de lo que desean modificar o mejorar de sí mismos.
4. Relatorías en plenaria ('30)  
Cada grupo comparte sus conclusiones. Luego listan los beneficios de estos cambios para: a) ellos como hombres; b) para sus parejas y/o mujeres; c) para hijos e hijas.



### Ideas Fuerza

- *Los hombres deben comprender que sus vidas no se limitan a los roles tradicionalmente aprendidos ni a papeles de proveedores. Deben renunciar a los privilegios patriarcales para apostar por la igualdad cotidiana con sus parejas.*
- *Estar concientes que construir pareja y familia requiere de su activa participación, les permitirá ser seres humanos más completos y realizados. Para ello deben profundizar en cómo aprenden a ser mejores padres de sus hijos y a estar más cerca de ellos/as.*
- *La presencia escasa, el contacto intermitente o la ausencia del padre en la crianza, así como la lejanía física y la ausencia de caricias y afectos van configurando una relación distante emocionalmente con los hijos, con dificultades para comunicar lo que se vive y siente.*
- *Conflictos de pareja y convivencias por las marcas de una masculinidad que le inhibe y coarta en su expresión de emocionalidad, afectos y cariños; y que a la vez le inducen a actuar de manera agresiva y violenta.*
- *Superar los roles heredados permite a los hombres un mayor desarrollo y libertad personal, los conecta con sus necesidades de autocuidado, de salud física y mental, y les permite nuevos espacios de comunicación y relaciones. En la pareja abre oportunidades de ser equitativos y justos, asumir responsabilidades en el hogar y ser padres presentes y afectivos en la crianza de hijos e hijas.*

5. Evaluación y tarea para la casa ('10)  
*¿Con qué sensación me voy?* Registrar opiniones de los participantes. Entregar pauta de trabajo en función de su desarrollo como hombres, parejas, padres e hijos. Identificar en aquellas que aplique un aspecto a mejorar y las ganancias de ese cambio.



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                 | MATERIALES                                         | HRS |
|-----------------------------|----------------------------------------------------|-----|
| Apertura/ trabajo corporal  | Música y equipo, listado de ejercicios corporales. | '30 |
| Video- análisis en plenaria | Equipo, DVD, preguntas, notas de apuntes, lápiz.   | '60 |
| Trabajo en grupos           | 3 pliegos de papel kraft, 3 plumones.              | '20 |
| Relatoría en plenaria       | Cinta adhesiva, ppt temático, block notas, lápiz.  | '30 |
| Evaluación                  | Block notas, lápiz y pautas de trabajo personal    | '10 |



### **Texto: Hombres, vínculos afectivos y desafíos**

La forma dominante de ser hombre en esta cultura produce grandes satisfacciones a una proporción cada vez menor de varones, en cambio, a un creciente porcentaje de ellos les provoca incomodidad, molestias, dolores y fuertes tensiones. Las exigencias que impone les alejan de experiencias de mayor cercanía afectiva, de relaciones horizontales, de mayor intimidad con parejas e hijos/as. Pero aunque hay crecientemente más varones que tratan de diferenciarse de este referente, ello no sucede fácilmente dado que, así como representa una carga, también les permite hacer uso del poder que confiere y gozar de mejores posiciones en relación a las mujeres y a otros hombres inferiorizados en la jerarquía de posiciones.

Ser hombre, según el modelo de masculinidad dominante implica someterse a cierta “ortopedia”, a un proceso de hacerse “hombre”. Proceso al que están sometidos los varones desde la infancia. “Ser hombre” es algo que se debe lograr, conquistar y merecer. Deben llegar a hacer demostración de ciertas cualidades y atributos, adquiridos a través de su vida, que les permita reconocerse y ser reconocidos como varones en las distintas etapas de su ciclo de vida, en especial cuando se llega a la adultez.

En este contexto, para hacerse hombre los varones deben superar ciertas pruebas como: conocer el esfuerzo, la frustración, el dolor; haber conquistado y penetrado mujeres; hacer uso de la fuerza cuando sea necesario; trabajar remuneradamente; ser padres/tener hijo/s, como fruto de lo anterior ser aceptados como “hombres” por los otros varones que “ya lo son”, y ser reconocidos como hombres por las mujeres. Son los otros hombres, fundamentalmente los adultos, que encarnan el referente al que se deben igualar e identificarse, los que califican y juzgan su masculinidad; la opinión de los otros es definitiva, ellos aprueban los desempeños y logros que acreditan que es un varón; con ellos compiten. La competencia de un hombre es con otros hombres: compete por mayor poder, prestigio, fuerza, inteligencia y, especialmente, por las mujeres. Competir con una mujer en cambio es rebajarse, afecta a su dignidad de varón porque, por definición, es una inferior. Pero con las mujeres construye la diferencia, que es constitutiva de sus identidades. Ellas son las que refrendan su orientación heterosexual y sus capacidades en este campo; pueden fortalecer o debilitar/desprestigiar dicho reconocimiento, según sea la calificación pública que hagan de su desempeño sexual o su calidad de proveedor. Se constituyen también en garantes de la masculinidad.

Este proceso, en el que el niño se transforma en varón adulto implica vivencias que es necesario experimentar por el adolescente/joven para sentir que se ha llegado al umbral de la adultez, que ya no se es niño. El niño debe despertar a la “verdadera realidad de la vida” que no es fácil ni acogedora; la etapa de transición debe preparar al adolescente para vivir esa realidad, para que aprenda a enfrentarla.

Esa transición tiene gran intensidad emocional. A los varones les implica un modelamiento de su identidad, de los sentidos subjetivos de sus prácticas y de las relaciones con varones y mujeres. Las condiciones de su medio condicionarán en gran parte cómo se vivirá el proceso. Algunos momentos, acontecimientos, disyuntivos son considerados cruciales y constituyen marcas o huellas en su historia personal. Estas vivencias son tomadas como signos de un cambio, dándoles subjetivamente un orden a esta transición y coherencia a la propia biografía. Pero los profundos cambios en la vida cotidiana, el empoderamiento de las mujeres, las expectativas por una vida más centrada en proyectos personales que requieren

nuevas formas de encarar la propia subjetividad y la relación con el cuerpo son procesos que se contraponen al modelo de masculinidad en el que han sido socializados.

Las vivencias que son significativas en el camino de hacerse hombre adulto llevan a una proporción importante de los varones a concluir que éste es un proceso doloroso, en el que es necesario llegar a pensar, conversar y actuar como “hombres”, juntarse con hombres, adquirir madurez y confrontarse con otros varones y con las mujeres. Para muchos esta ortopedia les separa de sus seres queridos desde la infancia, crea profundas grietas en las relaciones que pueden establecer con personas que estiman, especialmente con parejas e hijos/as, instala obstáculos muchas veces permanentes y definitivos que se transforman en límites infranqueables, que no pueden ser traspasados, pese a su deseo por hacerlo.

Desde la infancia y luego en la adolescencia los hombres son, en mayor o menor medida, conscientes de las situaciones que se van generando y del deterioro de sus vínculos con los y las otras. Ello les que quedan de manifiesto en ciertos trances emocionales, carencias y pérdidas, que son recordados como particularmente dolorosas.

La distancia que ven crecer con los padres, el distanciamiento físico (acariciarse, darse bese, abrazarse) y la lejanía de las propias experiencias y la comunicación con el padre (no contar, no pedir apoyo, no conocer de las vivencias del padre en circunstancias parecidas); el distanciamiento con la madre, especialmente desde que se inicia en la sexualidad, aunque siempre menor que con el padre. Las dificultades para establecer relaciones horizontales con las mujeres y con otros hombres que estén en condiciones menos favorecidas que las de él. Las complicaciones por lograr intimidad con la pareja y mantener esa condición durante el tiempo. Los problemas de sustentabilidad de la propia pareja / convivencias y/o matrimonio por las marcas de una masculinidad que le inhibe y coarta en su expresión de emocionalidad, afectos y cariños; pero que a la vez le inducen a actuar de manera agresiva y violenta.

Asimismo, es posible observar debates y demandas que apuntan a cuestionar, tanto por mujeres como por hombres, la masculinidad y la paternidad de los hombres así como la feminidad y la maternidad de las mujeres en la vida cotidiana y en las relaciones directas de los hombres con las mujeres y entre los propios varones y mujeres. No hay que olvidar que las vivencias subjetivas y las relaciones interpersonales cara a cara están insertas en mundos sociales y culturales que las incluyen y las condicionan.





## SESION 18 PATERNIDAD Y VIDA FAMILIAR

*La incorporación creciente de las mujeres al mercado laboral, no ha traído consigo cambios significativos en la participación de los hombres en las tareas domésticas, crianza de hij@s y cuidados familiares. La doble jornada laboral es una realidad para muchas mujeres en nuestro país, y para equilibrar ese desbalance se requiere que los varones participen y asuman responsabilidades en el espacio familiar y se hagan coparticipes de las tareas parentales.*

### Objetivo

- ✓ Analizar el valor de las paternidades afectivas y responsables para el necesario cambio cultural así como el trabajo doméstico y cuidado de la familia.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('10)  
Dar la bienvenida a los participantes y presentar la sesión señalando que al término del taller, importa fortalecer el compromiso de ellos con cambios concretos que les permita mejorar sus vidas, las de sus parejas, hijas/os. El o la facilitadora pregunta si realizaron su tarea, no importa si no la traen escrita, explicar que esa reflexión les servirá para ésta y la próxima sesión.
2. Ejercicio personal ('20)  
Invitar a los participantes a sentarse en el suelo, cerrar los ojos, tomar contacto con la respiración. Inspirar profundamente y exhalar suavemente unas 4 veces. Entregar pauta y pedir que cada uno identifique 2 características positivas y 2 negativas de su padre o de la persona que jugó el papel de padre.
  - a. En retrospectiva recordar *¿cómo era la relación con su padre?, ¿hubo de parte del padre violencia para enseñar?, ¿qué sentían cuando niños por su padre?*
  - b. Si el padre está vivo, reflexionar en torno a la relación en la actualidad *¿cómo me llevo con él?, ¿de adulto a adulto ha cambiado la relación con el padre?*
  - c. Identificar en qué se parecen al padre *¿qué tengo de mi padre tanto positivo como negativo y cuánto de ello repito con mis hij@s?*
3. Trabajo en duplas (30)  
Reunirse en duplas y compartir sus relatos sobre el padre o la persona que más se acercó a esa figura significativa. Intercambiar vivencias y recuerdos en torno al padre y a ellos como hijos.
4. Reflexión en grupos ('30)  
Formar grupos de 4 participantes, hacer entrega de una pauta que guíe la conversación, en este caso, de ellos como padres si lo son, o como hubiesen querido que fueran sus padres con ellos.  
*¿Cómo se relacionan con sus hijos e hijas?, ¿Tratan de manera distintas a sus hijos e hijas, por qué?, ¿viven con ell@s?, ¿dedican tiempo a sus hijos, qué hacen y cómo se sienten ustedes?, ¿qué creen que sus hijos sienten y piensan de ustedes como padres?, ¿creen que pueden fortalecer la relación con ell@s, de qué manera?*



## 5. Plenaria ('50)

Invitarles a compartir conclusiones en torno a paternidades afectivas, participativas y responsables. El o la facilitadora ampliará la auto-observación sobre la participación de ellos en labores ligadas al mundo doméstico y al cuidado de otros como ancianos u otros familiares enfermos o dependientes que habitualmente asumen las mujeres en la familia. Motivar la conversación proponiendo se pronuncien sobre las siguientes ideas.

|                                                                                       |                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| “Yo no soy machista para nada, ayudo a mi señora en la casa”                          | “Es fundamental para su autonomía que la mujer trabaje remuneradamente”                               |
| “El hecho de que la mamá trabaje fuera de casa hace que l@s hij@s queden abandonados” | “El peso de la crianza y tareas del hogar recae en las mujeres porque los hombres no asumen su parte” |



### Ideas Fuerza

- *La idea de que los hombres “ayudan” a la mujer en lo doméstico, muestra que ellos no lo sienten como su responsabilidad. Atribuir a las mujeres el mundo privado les impide a ellas liberar presiones para trabajar sin el peso de la culpa social por supuestos abandonos de niñ@s, sentimientos que los padres no suelen experimentar, porque se espera que ellos trabajen fuera del hogar para proveer.*
- *La familia nuclear patriarcal está en crisis. El orden tradicional del siglo XX está en cuestión sobre todo en l@s jóvenes que revisan identidades y subjetividades de lo que deben ser hombres y mujeres así como la masculinidad y la feminidad.*
- *La búsqueda en torno a ser padres más expresivos, responsables y afectivos está siendo parte de necesidades que los hombres, especialmente los más jóvenes, y las mujeres esperan su participación en la crianza de hij@s. Hay hombres que desean estar más tiempo con sus hijos y no le es posible, en muchos casos por las condiciones de trabajo y sus horarios.*
- *Hay nuevas demandas desde los hombres, reafirmadas por sus parejas e hijos, que les incentivan a ejercer una paternidad activa. Uno de los desafíos para la equidad de género es que los hombres asuman funciones del mundo privado, y las mujeres pueden estar más en lo público (ellos más adentro de la casa y ellas más afuera).*

## 6. Evaluación ('10)

En dos palabras *¿con que idea, imagen o sensación me voy?* Registrar opiniones. Sugerir que conversen con hijos/as, parejas, padre, madre sobre estas vivencias. La idea es que cada uno comparta algo significativo con alguien significativo.



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES           | MATERIALES                                 | HRS |
|-----------------------|--------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión |                                            | '10 |
| Ejercicio personal    | Pauta individual, lápices.                 | '20 |
| Trabajo en duplas     | Pauta de indicaciones y lista de preguntas | '30 |
| Reflexión en grupo    | Pauta de trabajo con preguntas, lápices.   | '30 |
| Plenaria              | Ppt con frases y con contenidos temáticos. | '50 |
| Evaluación            | Block de notas, lápiz.                     | '10 |

## SESION 19 HOMBRES Y TIEMPOS DE CAMBIO

*Esta sesión aborda, al término del taller, los desafíos que los hombres deben asumir para mejorar sus vidas y mejorar la vida de las mujeres de su entorno. Erradicar la violencia a las mujeres es un desafío para todos los hombres, y un ámbito de reflexión permanente, porque las relaciones de poder adquieren distintas formas, y el abuso puede ser sutil y pasar incluso inadvertido para las mujeres y para quienes lo ejercer.*

### Objetivos

- ✓ Tomar conciencia de que la equidad de género implica que los hombres renuncien a recursos de poder para descubrir otros beneficios para ellos, sus parejas e hijos/os.
- ✓ Identificar que los principales beneficiados en el freno a la violencia y cambios en las masculinidades dominantes son los propios hombres.

### Actividades

1. Apertura de la sesión ('25)  
Dar la bienvenida a los participantes, preguntar si alguien conversó con sus hijas/os, parejas, papá o mamá. Invitarles a compartir el tenor de la conversación y la reacción de sus familiares.
2. Rutina de ejercicios corporales ('30)
  - Caminar descalzos en distintas direcciones por la sala, en forma lenta, rápida, a velocidad normal. Desplazarse en puntas de pie, en talones, caminar como si pisaran algodón, arena, brasas, hielo, piedras, prado, el piso de la sala.
  - En círculo de pie, a la indicación que dará él o la facilitadora, los participantes uno a uno caminarán al centro y formarán una máquina humana en movimiento. La idea es que se unan haciendo un sonido y un movimiento que se conecta a otros que realizan los compañeros. El movimiento debe repetirse al igual que el sonido como si cada uno fuera una pieza que engrana en la máquina. Mantener la máquina funcionando por unos minutos, mientras quien guía el ejercicio pregunta *¿Cómo se sienten siendo parte de esta gran máquina?, ¿qué pasa si algunos dejan de hacer el movimiento?, ¿necesita la máquina de mí como pieza para funcionar?, ¿en qué se parece la máquina al grupo de hombres?*
  - Sentarse en círculo en el suelo y comentar la experiencia *¿de qué se dieron cuenta haciendo este ejercicio?, ¿qué relación tiene la máquina con el grupo y ustedes como integrantes del grupo con su funcionamiento?*. Pedir a los participantes que se pronuncien o bien piensen durante la semana si desean seguir encontrándose como grupo de hombres.
3. Plenaria ('30)  
Introduzca el tema presentando al grupo un ppt o bien un dibujo en un pliego de cartulina de la Rueda de Poder y Control y de la Rueda de la igualdad (ver anexo N° 2) e invitar a los participantes a comentar y compartir impresiones. Informar que esta propuesta fue creada por las mujeres sobrevivientes de violencia de pareja.



### Ideas Fuerza

- *Es importante que los hombres tengan grupos de pares con quienes conversar sobre estos temas. La conversación y reflexión crítica es fundamental para reforzar el proceso de cambio personal.*
- *Cambiar las formas de pensar, de ser, hacer y relacionarse, no es fácil, para los hombres es como aprender un nuevo lenguaje. Cada uno tiene la edad que tiene siendo hombre de esa manera, por lo que el abuso y discriminación en mayor o menor grado hace parte de la forma en cada uno es hombre.*
- *La empatía para ponerse en los zapatos ajenos es un ejercicio que permite acercarse a la vivencia de l@s otr@s. Esto permite que emerja la comprensión, la compasión y la solidaridad.*
- *Adherir a la equidad implica en los varones, tener conciencia de los privilegios de los que gozan por ser hombres. Renunciar a ellos en la relación de pareja implica eliminar el abuso, las estrategias de control, compartir en forma equitativa las tareas domésticas, los bienes, el dinero, la crianza, etc.*
- *El cambio de los hombres debe ser por sí mismos, deben comprender que los principales beneficiados son ellos. Que dejar de ser controladores y abusivos es algo que les acerca al bienestar o la felicidad de ellos, parejas y familias.*

#### 4. Trabajo en grupos y relatoría en plenaria ('60)

Compartir los aspectos que quisieran mejorar como hombres, parejas, padres e hijos. Entregar pauta para registrar de qué manera alcanzarán los cambios. Identificar elementos comunes que luego presentan en plenaria. El o la facilitadora listarán en un papelógrafo las reflexiones de los grupos y preguntarán a fin de que sean lo más específicos en la forma que asumirán sus compromisos de cara al cambio personal.

#### 5. Evaluación ('05)

Entregar una pauta de evaluación para que contesten y traigan a la sesión siguiente. Señalar la importancia que tiene para l@s facilitadores la evaluación que cada uno haga de la experiencia del taller, y en especial, de su propio proceso. Agradecer desde ya la colaboración para responder:

- a. *cuánto ha cambiado tu visión respecto de los hombres, las mujeres, la equidad, la violencia y la responsabilidad de los hombres, etc.*
- b. *cuánto han cambiado tus relaciones y vínculos afectivos*
- c. *qué aprendizajes del taller has llevado al mundo doméstico, relación de pareja, con hij@s, otras mujeres, otros hombres.*



### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                | MATERIALES                                       | HRS |
|----------------------------|--------------------------------------------------|-----|
| Apertura de la sesión      | Listado e preguntas para motivar la conversación | '25 |
| Ejercicios corporales      | Música, lista de ejercicios                      | '30 |
| Plenaria                   | Equipo data, ppt o pliego cartulina con dibujo   | '30 |
| Trabajo grupal y relatoría | Papelógrafo, pauta de trabajo, lápiz.            | '60 |
| Evaluación                 | Pauta de evaluación taller y proceso personal    | '05 |



### **Texto: Hombres, paternidad y vida familiar**

La familia nuclear patriarcal se articula a partir de las relaciones que tiene el padre/varón - que ocupa el vértice superior, ordena y supedita- con los otros miembros de la familia, esposa e hijos/as, estableciendo atribuciones y responsabilidades, “roles y funciones” para cada uno/a de ellos/as. Los “roles” principales que le impone esta forma de familia al varón/padre son: ser la autoridad, jefe del hogar, proveedor, enseñar a los hijos de manera que se reproduzca esta organización de familia regulando los premios y castigos. Los roles del resto de los miembros de la familia y sus interacciones se estructuran en relación a éste; le son obedientes, esperan que provistos y protegidos por el padre. Cuando esta construcción histórica de la familia se invisibiliza, transforma a esa familia en “la familia” y se está en presencia de un proceso que esencializa, transforma en naturaleza aquello que ha sido construido, confirmando al varón recursos de poder sólo por el hecho constituir un núcleo familiar con su pareja.

Los recursos asignados al varón en la familia a través de la paternidad tienen como contraparte una mujer que ejerce la maternidad, que le es complementaria. La mujer/madre complementa al hombre/padre; ambos, con los hijos, dan origen a la institución de la familia, ‘base de la sociedad’. Él trabaja y ella está en la casa; él provee y ella mantiene y cría a los hijos; él es la autoridad y ella y los hijos le deben obediencia. La separación de lo público y lo privado y la división sexual del trabajo, que conlleva esta paternidad, pasan a ser lo “normal”. Son el referente, se incorporan a la identidad de hombres y mujeres y de alguna manera estructuran la convivencia y la familia.

Pero este modelo de familia ha entrado en crisis en los últimos años y lo que se plantea cada vez con más fuerza son preguntas relativas a la distribución del trabajo en las familias y la participación de los hombres, se pone en cuestión el orden “original”. Se cuestiona el orden de la vida privada y se busca revisar las identidades y subjetividades de lo que se supone “es” / “debe ser” un “hombre” y una “mujer”, su “masculinidad” / “feminidad”. Ello lleva a los hombres a plantearse preguntas sobre su importancia, capacidad de protección, proveeduría, participación en el trabajo reproductivo y productivo, sobre la heterosexualidad y la paternidad-, así como a preguntarse qué se espera de ellos y, particularmente, qué es lo que ellos esperan de sí mismos.

Para los varones no resultan preguntas menores, por el contrario, implican revisar aquello que se supone está en su “naturaleza”, como por ejemplo:

- su importancia: los hombres son y deben ser importantes, se les debe respeto, especialmente de parte de las mujeres e hijos/as;
- su capacidad de protectores: son y deben ser los que dan protección a aquellas/os que lo requieren;
- su capacidad de proveer: son y deben ser los que ponen a disposición del núcleo familiar los recursos necesario para asegurar la calidad de vida de ésta;
- su trabajo productivo: son y deben ser los que van más allá del espacio del hogar para con el fruto de su trabajo, su salario, tener la capacidad de proveer;
- su heterosexualidad: son y deben ser heterosexuales, su objeto de deseo son las mujeres con las que se une y forman familias;
- su paternidad: los hombres adultos tienen y deben tener hijos a los que protegen, proveen, les dan cariños y esperan de éstos respeto por ser sus padres.

En definitiva, se les pide a los hombres que pongan en cuestión su “hombria”, su “masculinidad”, tanto en su ser como en el deber ser. Estas preguntas en gran medida

están originadas en las demandas de las relaciones de pareja, como en los propios hijos. Distintas investigaciones realizadas en los años recientes indican que para los varones, en general, la experiencia de los hijos y la paternidad es una de las más satisfactorias, sino la más, y es en la que encuentran gratificaciones y sentido para sus vidas. El nacimiento de un hijo es participar en la creación de otra persona y la culminación de una etapa de sus vidas. Tener un hijo le permite compartir su propia vida con un niño y la da sentido a su existencia. Pero nuestra cultura ha centrado en la madre la reproducción; el binomio madre-hijo ha estado en el centro de las políticas de salud pública. Se visibiliza principalmente a la mujer como la protagonista y responsable. Responsabilidad que reafirma y reproduce en el tiempo la institucionalidad de la salud, como se mencionó antes.

Los hombres indican que desean estar más tiempo con sus hijos y no le es posible, en muchos casos por las condiciones de trabajo y sus horarios. Los varones más jóvenes señalan que un padre deber ser muy expresivo en sus sentimientos, no ocultándolo a los hijos, debe ser cariñoso, cercano afectivamente, activo en la participación de las actividades de los hijos. Esta nuevas demandas desde los propios hombres, reafirmadas en muchos casos por sus parejas, incentivan a los varones a ejercer su paternidad, a ser coparticipes y co-responsables de la crianza y acompañamiento de los/as hijos/as.

Los procesos antes descritos plantean la reformulación de las identidades de género -cómo ser varón, o ser mujer- y de las relaciones entre éstos. Implica entender el doble movimiento que se ha comenzado a producir, por un lado las mujeres se están encontrando a sí mismas en el espacio público del trabajo y los hombres comienzan a integrarse en el espacio privado de la familia. Entre los hombres una porción creciente demanda por mayor intimidad y cercanía afectiva con su pareja e hijos, especialmente durante la crianza y acompañamiento de los hijos en la infancia y adolescencia. Diversas opiniones dan cuenta de los cambios, al menos a nivel de discurso, y de las percepciones respecto a las imágenes de género.

Los hombres van incorporándose en mayor o menor medida al espacio familiar, en actividades que antes se suponía no debían involucrarse, especialmente cuando tienen hijos pequeños. Las mujeres, por su parte, van ingresando al mercado de trabajo ya sea para mejorar la calidad de vida de la familia, para desarrollarse como persona, por proyectos profesionales y/o búsqueda de espacios de crecimiento y satisfacción que les permitan empoderarse y lograr autonomía.

Estas nuevas demandas al interior de la familia crean tensiones que por un lado reviven la división del trabajo y los roles sexuales asignados y por otra que buscan reformular las bases del acuerdo y convivencia familiar.



## SESION 20 EVAUACION Y CIERRE DEL TALLER

*El taller llega a su término y corresponde evaluar la experiencia socioeducativa, rescatando diversos componentes del taller. Es también el momento para que los participantes definan si desean continuar como grupo de hombres autogestionado.*

### Objetivos

- ✓ Promover el intercambio de opiniones entre los participantes respecto de aprendizajes, utilidad del taller y propuesta de mejoras de la experiencia.
- ✓ Recoger las motivaciones de los participantes por constituirse en grupo de hombres.

### Actividades

#### 1. Apertura de la sesión ('30)

Con música ambiental y frases distribuidas en distintos puntos de las paredes extraídas de la primera sesión en torno a las expectativas, la dupla facilitadora invita al grupo a desplazarse en lo posible descalzo por la sala.

- Caminar en cámara lenta apoyando completamente la planta de pie en el suelo. Caminar a ritmo normal mientras inspiran y exhalan suavemente.
- Sentarse con la espalda recta o tenderse en el piso. Ojos cerrados, llevar la atención a la respiración sin intentar modificarla. Llevar la atención a todo lo que viene desde fuera de tu cuerpo como aromas, ruidos, temperatura, etc. Observar sin enjuiciar los pensamientos y dejarlos pasar como nubes en el cielo. Centrar la atención en el interior de los pies y sentirlos desde dentro. Continuar el recorrido por el interior de piernas, rodillas, muslos, glúteos, pelvis y estómago, tronco, pecho, los hombros, brazos, manos, dedos, espalda, cuello, cabeza y rostro. Observar por un momento la respiración, realiza un estiramiento total a partir de un movimiento sutil de alguna parte del cuerpo.
- De pie en duplas realizar un masaje a los hombros y espalda del compañero. Indicar que ubiquen las palmas en ambos hombros para comenzar sacudir con movimiento enérgico desde el centro hacia fuera como si retiraran polvo, continuar con movimiento circular; golpear suaves brazos, hombros y espalda, y finalmente, presionar lentamente. Cambiar de rol y quien dio el masaje ahora recibe.
- Finalmente, pedir que cada uno comparta en una palabra cómo están

#### 2. Ejercicio individual ('15)



Entregar una pauta y un lápiz para que contesten las siguientes preguntas:

- a) cómo llegué y cómo me voy del taller
- b) cuál fue mi mayor aprendizaje como hombre
- c) qué desafío me planteo para ser un hombre más equitativo y solidario en mi relación con las mujeres y con las mujeres en general.

3. Trabajo grupal ('30)  
Pedir a los participantes formen 4 grupos para que pongan en común sus reflexiones individuales e identifiquen aspectos comunes. Luego usando los materiales entregados, realicen un Collage o un dibujo que de cuenta de la evaluación.
4. Relatoría en plenaria ('60)  
Cada grupo presenta su trabajo creativo y comparte la reflexión en torno a los aprendizajes y desafíos como hombres. Tomar nota de lo dicho por los grupos, si se puede grabar las opiniones de cada grupo.  
  
Luego se les invita a conversar sobre la motivación de continuar reuniéndose como grupo autogestionado de hombres, y se les anima a mantener el espacio entre aquellos que estén dispuestos y de acuerdo a sus posibilidades. Ofrecer apoyo inicial como lugar para reunirse en las primeras sesiones mientras ellos buscan alternativas para continuar como grupo.
5. Evaluación ('15)  
Entregar a cada participante una pauta y lápiz para que cada uno evalúe el taller en sus diversos aspectos.
6. Celebración y cierre del taller ('30)  
Tratándose de la última sesión, se puede incluir una pequeña ceremonia de cierre para entregar diploma de participación a los participantes e incorporar servicio de cafetería.



#### Cuadro sesión taller

| ACTIVIDADES                        | MATERIALES                                                                                       | HRS |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Bienvenida y ejercicios corporales | Frases con expectativas planteadas en la sesión 1, cinta adhesiva, listado de ejercicios, música | '20 |
| Ejercicio individual               | Pautas, lápices                                                                                  | '10 |
| Trabajo grupal                     | 5 pliegos de cartulina, revistas, tijeras, lápices colores, plumones, pegamento, cinta adhesiva, | '30 |
| Relatoría en plenaria              | Block de notas, lápiz, grabadora y cassetes.                                                     | '50 |
| Evaluación                         | Pautas de evaluación individuales, lápices                                                       | '10 |
| Cierre del taller                  | Diplomas de participación, Café, galletas,                                                       | '30 |











## Bibliografía

- Aravena, Luis. *"Síntesis Manual poder y control, tácticas de hombres que abusan de sus parejas"*. Minnesota Program Development, Inc. Adaptación texto original. 2001.
- Badinter, Elizabeth. *"XY: La Identidad Masculina"*. Barcelona. Alianza. 1992.
- Bonino, Luis. *"Violencia de género y prevención: el problema de la violencia masculina"* en Actuaciones sociopolíticas contra la violencia de género. Madrid. UNAF. 1999.
- Cervantes, Francisco. Artículo *"Desafíos masculinos para frenar la violencia hacia las mujeres"*. Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias A.C
- Corporación Domos. *"Costos Psicosociales y económicos de la violencia doméstica y familiar en Chile"*. 2000.
- \_\_\_\_\_. *"Análisis del impacto de la violencia doméstica en mujeres trabajadoras"*. 2005.
- De Keijzer, Benno. *"Hasta donde el cuerpo aguante"*, en Cáceres et. al., La salud como derecho ciudadano. Perspectivas y propuestas desde América Latina. U. Cayetano Heredia. Lima. 2001.
- De Vylder, Stefan. *"Los costos de la violencia masculina"* en Informe *"Poniendo fin a la violencia de género. Un llamado a la acción global para involucrar a los hombres"*. Resumen de investigaciones realizadas por: Ferguson, Harry; Hearn, Jeff; Gullvåg Holter, Øystein; Jalmert, Lars; Kimmel, Michael; Lang, James; Morrell, Robert. ASDI. 2005.
- Facio, Alda. *"Cuando el género suena cambios trae. Mitología para el análisis de género del fenómeno legal"*. INALUD. San José de Costa Rica. 1992.
- Kaufman, Michael. *"Cracking the armour: Power, Pain and the Lives of Men"*. Viking/ Penguin, Canadá. 1983.
- Kimmel, Michael. *"Masculinidades Globales: restauración y resistencia"*. En Sánchez-Palencia, C. Y Hidalgo, J.C. (eds) *Masculino Plural: Construcciones de la Masculinidad*. Ediciones de la Universitat de Lleida: España. 2001.
- Naciones Unidas *"Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer"*. 2006.
- \_\_\_\_\_. *"Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer"*. Nueva York. 1993.
- Olavarría, José. *"Hombres, identidades y violencia de género"* en *Revista de la Academia* 6 primavera 2001, UAHC, Santiago, Chile.
- \_\_\_\_\_. *Y todos querían ser (buenos) padres*. FLACSO. Santiago, Chile. 2001
- \_\_\_\_\_. *¿Hombres a la deriva? Poder, trabajo y sexo"*. FLACSO, Santiago, Chile. 2001.
- \_\_\_\_\_. *"Lineamientos teóricos y metodológicos Para el diseño de programas de prevención y atención a la violencia de género incorporando el tema de masculinidades"*. OPS. 2005
- Pence, Ellen y Lizdas, Kristine *"The Duluth Safety and Accountability Audit: A guide to assesing institutional responses to domestic violence"*. 1998.
- Radikha Coomaraswamy *"Integración de los derechos humanos de la mujer y la perspectiva de género: la violencia contra la mujer"*. Relatora Especial, Comisión de Derechos Humanos de Naciones Unidas. 2003.
- Ramírez, Antonio. *"Violencia masculina en el hogar"*. Editorial Pax. México. Año 1999.
- Rojas Bravo, Ximena. *"Propuestas para la Acción. Informe Relatoría Taller en Simposio Violencia de Género, Salud y Derechos en las Américas"*, México. Boletín de ISIS Internacional, Santiago de Chile. 2001.
- \_\_\_\_\_. *"Manual Monitoras en Primer Apoyo en Violencia Doméstica"*. Documento de Trabajo. Corporación DOMOS. 2005 y 2006.
- \_\_\_\_\_. *"Manual Prevención de la Violencia de Pareja en el Trabajo. Guías Política Antiviolenencia de Pareja en el Trabajo y Guía Atención de la Violencia de Pareja en el Trabajo"*. Ediciones DOMOS. 2008.
- \_\_\_\_\_. *Alto a la Violencia. Guía para la Orientación y Apoyo*. Corporación DOMOS para BancoEstado Microempresas. 2009.
- \_\_\_\_\_. *"Técnicas de Trabajo Corporal"*. Cuaderno de trabajo, Corporación DOMOS. 1994.

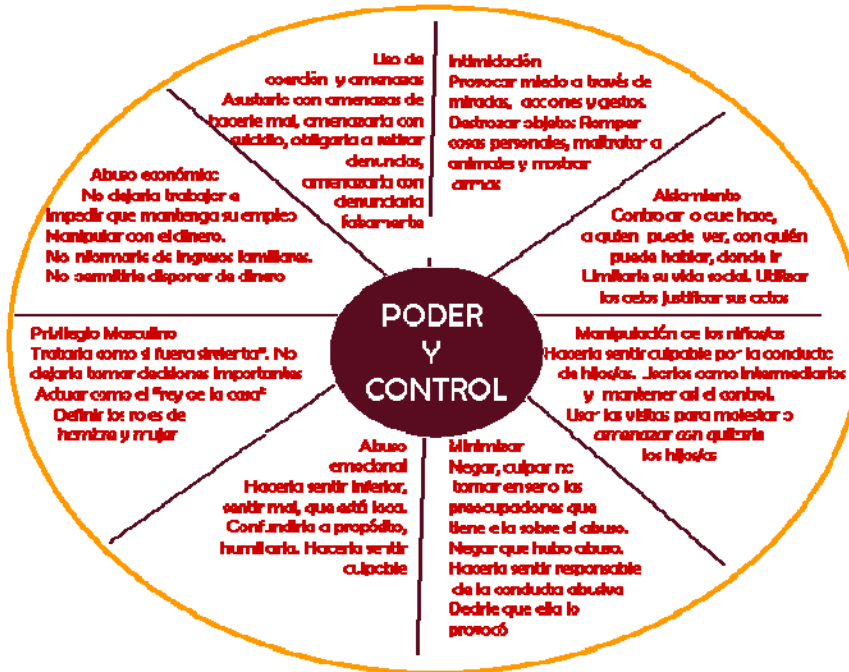
- SERNAM *"Estudio Detección y Análisis de Prevalencia de la Violencia Intrafamiliar"* realizado por el Centro Análisis de Políticas Públicas de la Universidad de Chile. 2001.
- \_\_\_\_\_ *"Estudio Análisis de la Violencia en las Relaciones de Pareja entre Jóvenes"*, realizado por la Corporación Domos. 2003.
- Valdés Teresa; Olavarria, José. *"Masculinidad/es Poder y Crisis"*. Ediciones de las Mujeres N° 24. Isis Internacional. 1997.
- Welsh, Patricio; Muñoz Xavier. *"Hombres de Verdad o la verdad sobre los hombres"*. Programa Regional Masculinidades del CID.CIIR. Asociación Hombres Contra la Violencia AHCV. 2004.

ANEXO

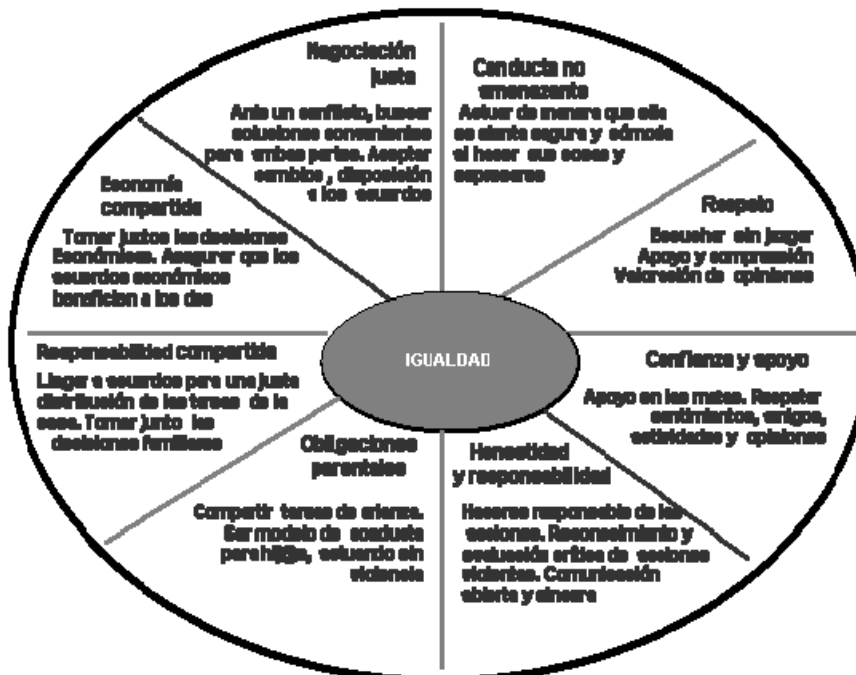
---

ANEXO

**Anexo N° 1: Rueda de poder y control y Rueda de la igualdad**  
**MODELO DE DULUTH, DOMESTIC ABUSE INTERVENTION PROJECT**  
(202 East Superior Street Duluth, Minnesota 55802. 218-722-2781)



Sobrevivientes de violencia e integrantes del colectivo de mujeres de Duluth, crearon a partir de las vivencias de las víctimas, la Rueda del Poder y Control en la relación de pareja y para visibilizar las múltiples formas de violencia que los hombres ejercen contra las mujeres en sus relaciones de pareja.



Como alternativa al poder y control de los hombres en la relación de pareja, las mujeres plasmaron en la Rueda de la Igualdad, las conductas y comportamientos respetuosos, co-responsables y equitativos que permiten relaciones de pareja más justas y saludables.

**Anexo N° 2:**

**¿POR QUÉ LOS HOMBRES DEBEN PONER FIN A LA VIOLENCIA A LAS MUJERES?**

La violencia es devastadora en la vida de las personas, conlleva costos humanos, sociales y económicos que no se pueden ignorar. No esperemos que el daño aumente, seamos parte de la solución, para ello, un paso importante es que los hombres tomen conciencia de que ésta solo acarrea dolor a las víctimas, hij@s y perpetradores.

Erradicar la violencia es un tremendo desafío para nuestra sociedad, se trata de una profunda transformación de los modos de relacionarse entre mujeres y hombres, tarea a la que todas las personas estamos llamadas a realizar. El cambio parte en cada un@ para dejar en el pasado prácticas abusivas reproducidas de generación en generación.

Los hombres están siendo parte de un cambio histórico en la forma de ser varones que les libera de ataduras y moldes para vivir una paternidad activa, responsable y afectiva. Este es un camino que los hombres pueden elegir para relacionarse sin negar sus sentimientos, desarrollando una autoestima y seguridad personal que no sólo se alimenta del éxito laboral sino también de la calidad de sus relaciones afectivas.

Sacudirse los siglos de mandatos y viejas creencias no es tarea fácil, pero sabemos que todo camino se inicia con un primer paso. Nada justifica la violencia y mientras se continúe atropellando los derechos y la dignidad de las mujeres, no podremos construir una sociedad justa, ética y democrática, amenazando el desarrollo y el progreso del país. En Chile cada día son más los hombres que rechazan la violencia que se ejerce contra las mujeres.

Con la equidad no sólo ganan las mujeres, los hombres también ganan, y mucho, para sus vidas. Nuestro compromiso como adult@s es mostrar con el ejemplo a niñas, niños y jóvenes que la violencia es inaceptable y que sólo genera daño.

Si bien los hombres del hoy no son culpables de los siglos de abuso hacia las mujeres, sí son responsables de evitar la violencia en su contra, dando al respeto y cariño el lugar que se merece en sus relaciones.

*Súmate a la Campaña permanente "Hombres por la No Violencia a las Mujeres"  
que DOMOS Corporación lleva adelante desde el 2006.*







