



Iniciativa
Spotlight



ACTIVIDADES PARA LA FACILITACIÓN DE LAS

Intervenciones comunitarias:

TRABAJO CON HOMBRES



ACTIVIDADES PARA LA FACILITACIÓN DE LAS

Intervenciones comunitarias:

TRABAJO CON HOMBRES

Consultoría realizada por: Articulación ciudadana para la equidad y el desarrollo, A.C.
para el Fondo de Población de Naciones Unidas en el marco de la Iniciativa Spotlight.

Identificación de contenidos y actividades: César de la Fuente Rizo

Corrección de estilo: Salvador Jaramillo

Diseño editorial: Ana Laura Pantoja

Este proyecto se realizó bajo la supervisión de José Antonio Ruíz, **Coordinador de la Iniciativa Spotlight en el UNFPA**, con apoyo de Citlalli Vidal Otero, **Asociada de la Iniciativa Spotlight**. La **revisión comunicacional** estuvo a cargo de Claudia Martínez, **Coordinadora de la Unidad de Comunicación** con el apoyo de Carelia Gómez González, **Asistente de la Unidad de Comunicación**. El apoyo administrativo fue posible gracias a César de la Fuente, **Asistente de Proyecto de la Iniciativa Spotlight**. Lo anterior bajo la supervisión del Sr. Arie Hoekman, **Representante del Fondo de Población de las Naciones Unidas en México y Director para Cuba y República Dominicana**.

EL CONTENIDO

PRESENTACIÓN 6

CAPÍTULO UNO

Conceptos clave 10

CAPÍTULO DOS

La condición de género y sus implicaciones 16

CAPÍTULO TRES

Masculinidades y violencia 28

ACTIVIDADES SUGERIDAS :

Rompehielos 34

ACTIVIDADES SUGERIDAS :

La condición de género y sus implicaciones 38

ACTIVIDADES SUGERIDAS :

Masculinidades y violencia 56

• ¿Qué voy a encontrar en este documento? 7

• Enfoques transversales 8

- Género y enfoque de igualdad 10
- Derechos Humanos 10
- Ciclo de vida 10
- Interculturalidad 10
- Interseccionalidad 11

• Derechos humanos y marco legal 11

- Derechos humanos 13
- Universalidad 13 Interdependencia 13
- Indivisibilidad 13
- Progresividad 13
- Derechos humanos de las mujeres 13 En nuestro país... 15

• Sexo y género 17

- Roles de género 18
- Estereotipos de género 19
- Socialización de género 19
- Sistema sexo-género 19
- División sexual del trabajo 20
- Desigualdad de género 20
- Brechas de género 21
- Discriminación contra las mujeres 21
- Lenguaje sexista y lenguaje incluyente 22
- Masculinidad Hegemónica 24
- Nuevas Masculinidades 24
- Manejo del enojo 25
- Sexualidad 25
- Consentimiento 26

• Amor romántico Mitos del amor romántico 29

- Violencia 29
- ¿Qué pueden hacer los hombres frente a la violencia contra las mujeres? 29
- Mitos de la violencia 29
- Prevención de la violencia de género a partir del trabajo con hombres 33
- Corresponsabilidad 33

• Actividades sugeridas: 35

• Actividades rompehielos 36

- Mi nombre es... y soy... 36
- Yo admiro... 36
- Presentando a mi compañero... 37
- Hilados... 37

• ¿Qué somos? ¿Qué hacemos? 39

- ¿Cómo se construye un hombre? 40
- Niño y su muñeca 41
- Misma palabra, ¿significado distinto? 42
- Historia de hombre, historia de mujer 42
- No te ha pasado que... 43
- Historias de hombres 44
- Lluvia de ideas ¿Machismo? 46
- Desafiando los pilares de la masculinidad hegemónica 46
- Mitos acerca del enojo 48
- Yo también lloro 51
- Consentimiento 51
- Conozco y ejerzo mis derechos sexuales y reproductivos 53
- Papá, soy gay 54

• El secuestro, ¿es amor? 57

- Secuestro de amor 58
- Celos y series 60
- Acciones que son violencia 60
- ¿Dónde encontramos violencia? 61
- ¿Quiénes ejercen la violencia? 62
- ¿Qué cambiaré? ¿Cómo me siento ahora? 62



PARA FINALIZAR LA
REPLICA 63

PARA LA
SISTEMATIZACIÓN
DE TU ACTIVIDAD 63

LAS FUENTES
CONSULTADAS 64



LA PRESENTACIÓN

La Iniciativa *Spotlight* es una colaboración entre la Unión Europea y seis agencias de las Naciones Unidas¹ que llama la atención sobre las violencias contra las mujeres y las niñas mostrándola a la luz pública y convirtiéndola en el centro de todos los esfuerzos encaminados a hacer realidad la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres.

Presentada en mayo de 2019 en México, contribuye a dar respuesta a todas las formas de violencia contra las mujeres, con énfasis en la erradicación del feminicidio, como la forma más extrema de la violencia. Su objetivo es fortalecer, complementar y respaldar los mecanismos, programas e iniciativas existentes en los niveles federal, estatal y municipal, destinados contribuir en la prevención y erradicación del feminicidio. En el país, se implementa en cinco municipios de tres estados² mediante la instrumentación de actividades que se concentran en seis pilares.³

Spotlight reconoce que la transformación de estándares sociales y estereotipos que consienten la violencia contra las mujeres y las niñas requiere de intervenciones amplias y multidimensionales que se refuercen mutuamente; ello requiere de una interacción permanente entre la escala

individual (actores) y la estructura social (comunidad). En el marco del pilar 3, pone en práctica los esfuerzos dirigidos a focalizar la prevención en los escenarios individual, comunitario y escolar, adoptando un enfoque integral que proteja los derechos de las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres adultas y mujeres de la tercera edad, y que fomente su empoderamiento.

En este contexto, se impulsan acciones para la prevención de la violencia basada en el género en el ámbito comunitario que contribuyan a la construcción de alternativas actitudinales y conductuales no estereotipadas, a procesos de empoderamiento para las mujeres y grupos en condición de vulnerabilidad, y al fortalecimiento de habilidades para la vida que redunde en la integración de una cultura de paz y bienestar en las comunidades.

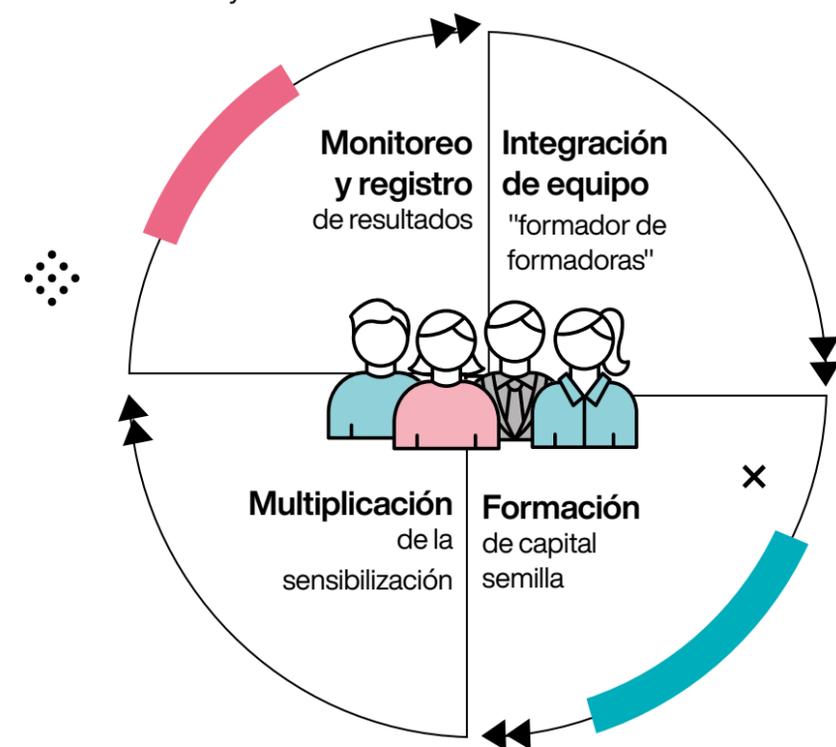
¹ Es una iniciativa de colaboración entre UNFPA, ONU Mujeres, PNUD, UNICEF, UNODC y ONUDH.

² Ecatepec y Naucalpan, en el Estado de México, Chihuahua y Ciudad Juárez, en Chihuahua y Chilpancingo, en Guerrero.

³ 1) Marcos legislativo y político; 2) Fortalecimiento institucional; 3) Prevención: Cambiar normas y comportamientos; 4) Servicios de calidad centrados en la prevención y la resiliencia; 5) Gestión de datos para dar a conocer políticas y programas enfocados en violencia contra las mujeres y las niñas y feminicidio; y 6) El movimiento de mujeres y otras organizaciones de la sociedad civil se robustecen para abogar por la erradicación de la violencia contra las mujeres y las niñas y el feminicidio.

¿QUÉ VOY A ENCONTRAR EN ESTE DOCUMENTO?

La propuesta integral de intervención psicosocial contempló la conformación de un *capital semilla* integrado por organizaciones de la sociedad civil, organizaciones comunitarias, colectivos, entre otros actores estratégicamente seleccionados, que participaron en un taller formador de formadoras con el objetivo de integrar, adaptar y contextualizar tanto a las propias necesidades de su comunidad como a su bagaje profesional actividades que promuevan una cultura de paz y de bienestar, libres de discriminación y violencia.



Fuente: Elaboración propia.

En este contexto, este documento tiene el propósito de ser una herramienta que guíe la labor del *capital semilla* a la hora de su réplica en las actividades de sus comunidades. Estas acciones pueden consistir en actividades de sensibilización, difusión y promoción de los derechos humanos e incluso de implementación de talleres.

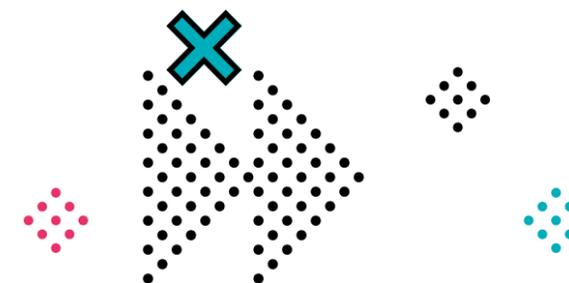
Para ello se incluye información de utilidad para el diseño de las actividades que el *capital semilla* realice en sus comunidades. Se incorporan temas que tienen relación directa con el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, cada uno de ellos está desarrollado brevemente para servir de referente teórico, lo que permite contar con elementos expositivos en apoyo a la implementación de las actividades, y al mismo tiempo es un refuerzo de la información recibida durante los talleres implementados en la primera fase del proyecto (véase figura 1).

LOS CONTENIDOS BUSCAN:

Reafirmar los conocimientos adquiridos durante los talleres de formación, para ello, se incluyen los conceptos clave de cada una de los temas revisados.

Propiciar la reflexión a partir de una propuesta de actividades que el *capital semilla* pueda utilizar para el desarrollo de sus réplicas.

Difundir los contenidos adquiridos durante los talleres de formación.



ENFOQUES TRANSVERSALES ⁴

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas se ha comprometido a “no dejar a nadie atrás”, en este contexto, y para contribuir con el cumplimiento de esta promesa, es indispensable la integración de cinco enfoques que deben ser transversales en todo el proceso, los cuales comprenden desde el diseño hasta la implementación de las actividades:

GÉNERO Y ENFOQUE DE IGUALDAD

Está orientado a observar, estudiar y transformar las diferencias culturales, económicas y políticas en la construcción de la condición y posición de hombres y mujeres, niños y niñas, que generan desigualdades y se expresan en situaciones de discriminación y exclusión social.

La progresiva incorporación de este enfoque en el ámbito de la planificación y gestión pública de los diferentes países, en general, y de las Naciones Unidas, en particular, emerge de la necesidad de apreciar y valorar la realidad desde una perspectiva de justicia e igualdad. Por un lado, intenta controlar los posibles efectos e impactos adversos que dejan a unas u otros en situación de desventaja –cuidando de no incurrir en discriminación por género–; y, por otro, promover la igualdad de oportunidades con especial énfasis en el fortalecimiento de las capacidades y competencias de las mujeres y las niñas a través de su empoderamiento como titulares de derechos.

DERECHOS HUMANOS

Este enfoque señala que en la medida que los derechos tienen el carácter de obligatorios, las instituciones y los Estados tienen el deber de hacer-

los valer y garantizar su exigibilidad para asegurar el bienestar en condiciones de igualdad, independientemente de variables económicas como de la escasez de recursos.

Debe prestar atención a los resultados, debido a que la conclusión deseada y el impacto de cualquier actividad del programa son los que contribuyen a fomentar la realización de los derechos humanos. También debe prestar atención para asegurar que el proceso de desarrollo no profundice la desigualdad, la discriminación y, en última instancia, los conflictos ya existentes.

CICLO DE VIDA

Engloba la tesis del efecto acumulado de condiciones y experiencias de vida y el entorno de las personas; en particular, el impacto durante toda la vida de las experiencias, hábitos y conductas formadas durante la infancia y la adolescencia y todas las interacciones producto del sistema de relaciones sociales, culturales, institucionales y económicas.

Supone un marco de actuación de los garantes en los espacios donde se desarrollan las personas, desde sus familias, sus comunidades, el centro de salud, el jardín infantil, la escuela, el lugar de trabajo, etc.; asimismo, de los hitos y las transiciones vitales, inicio y fin de los estudios, inicio y fin de la actividad laboral, jubilación, por mencionar algunos, muchos de los cuales han sido normados progresivamente en un marco de derechos humanos. En este contexto, las personas enfrentan riesgos que pueden llegar a convertirse en problemas en distintos momentos de cada etapa, los cuales, desde las políticas públicas, se deben mitigar o evitar.

INTERCULTURALIDAD

Está orientado al reconocimiento de las diversidades culturales que coexisten en las sociedades actuales, las cuales deben convivir con una base

⁴ Retomados del documento “Ampliando la mirada: la integración de los enfoques de género, interculturalidad y derechos humanos”. UNFPA, ONU Mujeres, UNICEF, PNUD, 2012. En: <https://www.onu.org.mx/wp-content/uploads/2015/11/AmpliandolaMirada.pdf>

CAPÍTULO UNO

CONCEPTOS CLAVE

CONCEPTOS CLAVE

En este apartado se incluyen los principales conceptos abordados durante los talleres de formación, la intención de éstos es reforzar lo aprendido y propiciar su asimilación y apropiación.

DERECHOS HUMANOS Y MARCO LEGAL

DERECHOS HUMANOS

Corresponden a garantías jurídicas universales que buscan proteger a los individuos y a los grupos contra omisiones y acciones que interfieren con las libertades y derechos fundamentales, en definitiva, con la dignidad humana.

Son reconocidos a nivel internacional por primera vez a través de la Declaración Universal de los *Derechos Humanos* emitida por la Organización de las Naciones Unidas en 1948. Se rigen por cuatro principios:

UNIVERSALIDAD

Se refiere a que todas las personas son titulares de derechos humanos. Esto es un fundamento para hablar de la no discriminación y de la igualdad de las personas. Con el objetivo de alcanzar la igualdad ha sido necesario puntualizar las necesidades particulares de algunos grupos poblacionales que han enfrentado desigualdades históricas y que colocan a las personas en situaciones de vulnerabilidad.

INTERDEPENDENCIA

Consiste en que cada uno de los derechos humanos se encuentran ligados unos a otros, de tal manera que el reconocimiento de uno de ellos, así como su ejercicio, implica necesariamente que se respeten y protejan los múltiples derechos que se encuentran vinculados (CNDH, s.f.).

INDIVISIBILIDAD

Los derechos humanos no pueden ser fragmentados, pues en conjunto conforman un todo. Por lo tanto, es necesario que sean respetados y ejercidos de manera plena todos y cada uno de ellos. Es necesario que sean protegidos y respetados en su totalidad.

PROGRESIVIDAD

Constituye una obligación del Estado asegurar el progreso en el desarrollo constructivo de los derechos humanos, al mismo tiempo, implica una prohibición para el Estado cualquier retroceso en los derechos. El Estado debe proveer las condiciones óptimas de disfrute de los derechos y no disminuir ese nivel logrado (CNDH, s.f.).

DERECHOS HUMANOS DE LAS MUJERES⁶

Durante el primer año de vida de las Naciones Unidas, el Consejo Económico y Social fundó la Comisión de la Condición Jurídica y Social de la Mujer como el principal organismo internacional para la creación de políticas dedicadas exclusivamente a promover la igualdad de género y el empoderamiento de la mujer.

Gracias a que el movimiento feminista internacional comenzó a ganar fuerza durante los años setentas, se comenzó a visibilizar la exigencia de las mujeres al ejercicio pleno de sus derechos, los cuales se pueden constatar por el impulso de diferentes compromisos internacionales:

⁶ Información Igualdad de Género. En <https://www.un.org/es/sections/issues-depth/gender-equality/index.html>



Fuente: Elaboración propia basado en Igualdad de Género, UN. ⁷

⁷ En: <https://www.un.org/es/sections/issues-depth/gender-equality/index.html>

En 1979, la Asamblea General aprobó la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), primer tratado de derechos humanos que ratifica los derechos reproductivos de las mujeres, en sus 30 artículos define explícitamente la discriminación contra las mujeres y establece una hoja de ruta de acción nacional para poner fin a tal forma de discriminación.

Define la discriminación directa e indirecta contra las mujeres y niñas, tanto en el ámbito público como en el privado.	Establece el concepto de igualdad formal, o en la ley, y el de igualdad sustantiva, o de resultados, entre mujeres y hombres.
Compromete a los Estados a respetar, proteger, promover y garantizar los derechos de las mujeres, y a que adopten medidas concretas.	Promueve “medidas especiales de carácter temporal”, conocidas como acciones afirmativas, para acelerar el ritmo hacia la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres.
Fortalece el concepto de indivisibilidad de los derechos humanos, al consagrar derechos civiles y políticos, así como económicos, sociales y culturales para las mujeres y las niñas.	

A nivel regional, la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, también conocida como Convención de Belém do Pará, es el principal instrumento. Fue adoptada en 1994 y los principales logros de esta Convención son:

Establece por primera vez el derecho de las mujeres a vivir una vida libre de violencia.	Reconoce tres ámbitos de violencia: privada, pública y perpetrada o tolerada por el Estado.
En cuanto a tipos de violencia se habla de violencia física, sexual y psicológica.	Establece obligaciones para los Estados Parte para garantizar a las mujeres el derecho a una vida libre de violencia.
Establece que el derecho de toda mujer a una vida libre de violencia incluye, entre otros: el derecho de la mujer a ser libre de toda forma de discriminación y el derecho de la mujer a ser valorada y educada libre de patrones estereotipados de comportamiento y prácticas sociales y culturales basadas en conceptos de inferioridad o subordinación.	

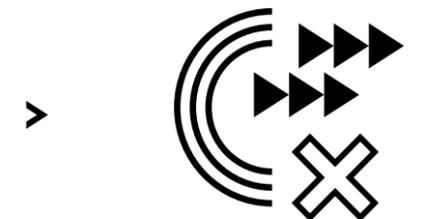
Actualmente, los compromisos se centran en el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en los cuales las mujeres desarrollan un papel esencial. En particular, el Objetivo 5 busca «lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas».

EN NUESTRO PAÍS...

En México, la ley más representativa para prevenir y erradicar la violencia contra las mujeres es la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, la cual implicó una gran cantidad de tiempo y esfuerzo y fue el resultado del trabajo colectivo de grupos feministas, la academia, organizaciones civiles, legisladoras y gobierno. Este gran proyecto —que se materializó en 2007 en la que se conoce hoy como Ley General de Acceso— dejó clara la necesidad de una ley enfocada al combate contra la violencia hacia las mujeres (DOF, 2007).

La creación de esta Ley también trae al ámbito nacional elementos de los tratados firmados por el país para la prevención y erradicación de la violencia contra las mujeres. Sus aspectos fundamentales son los siguientes:

Define la violencia y describe sus manifestaciones: psicológica, física, patrimonial, económica y sexual.	Ubica los ámbitos de ocurrencia: familiar, laboral, docente, en la comunidad, institucional.
Establece órdenes de protección, definidas como actos de protección y de urgente aplicación para el interés superior de la víctima.	Crea el mecanismo Alerta de Violencia de Género para enfrentar y erradicar la violencia feminicida en un territorio.
Define la violencia feminicida como la forma extrema de la violencia de género contra las mujeres, producto de la violación de sus derechos humanos, en los ámbitos público y privado.	Establece el derecho de las mujeres a acceder a refugios.



CAPÍTULO DOS

LA CONDICIÓN DE GÉNERO Y SUS IMPLICACIONES

LA CONDICIÓN DE GÉNERO Y SUS IMPLICACIONES

SEXO Y GÉNERO

Las palabras sexo y género en ocasiones son empleadas como sinónimos, y se cree que hacen referencia, hablando de manera general, a hombres y mujeres. No obstante, desde la teoría feminista se ha abordado el concepto de *género* y *sexo* de manera diferenciada para hacer notar la incidencia de lo social en lo que se asocia a mujeres y hombres.

Ya en 1949, Simone de Beauvoir afirma que “La mujer no nace, se hace” con la finalidad de reconocer la carga social que hay en el proceso de “construcción” de las mujeres. Es decir, ciertas características asociadas a las mujeres no tienen que ver con la naturaleza, sino más bien con una serie de normas sociales que “las moldean” para ser de cierta forma.

SEXO: se refiere a las características biológicas que definen a los seres humanos como mujeres y hombres. Los conjuntos de características biológicas no son mutuamente excluyentes, ya que existen individuos que poseen ambos, pero estas características tienden a diferenciar a los humanos como hombres y mujeres (ONU Mujeres, 2016).

GÉNERO: se refiere a la carga social asignada a las personas en función de su sexo; es decir, “a los roles, comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada en una época determinada considera apropiados para hombres y mujeres. Además de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños, el género también se refiere a las relaciones entre mujeres y las relaciones entre hombres. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización. Son específicas al contexto/época y son cambiantes. El género determina qué se espera, qué se permite y qué se valora en una mujer o en un hombre en un contexto determinado” (ONU Mujeres, 2016).

No cambia



Natural
(nace)



Diferencias biológicas



Hombre- fecunda
Mujer-concibe

SEXO

Fuente: Leñero, 2009

Puede cambiar



Sociocultural
(se aprende)



Relaciones entre
mujeres y hombres



Masculino-productivo
Femenino-asistencial

GÉNERO

Fuente: Leñero, 2009

ROLES DE GÉNERO

Los roles de género se “refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas. Al igual que el género, los roles de género pueden transformarse con el transcurso del tiempo, especialmente con el empoderamiento de las mujeres y la transformación de las masculinidades” (ONU Mujeres, 2016).

Los roles de género van a indicar qué acciones son realizadas por hombres o por mujeres. Son construidos a partir del género. De esta forma, si a las mujeres se les educa para ser cuidadosas serán asociadas a roles en donde sea fundamental esta cualidad. Así, se vincula a las mujeres a labores de cuidado como enfermeras o madres de familia. Por el contrario, el género de los varones incluye construir una personalidad fuerte, racional y valiente por lo que labores de construcción o de deportes serán adecuados desde esta perspectiva. Si se toman en consideración los señalamientos del cuadro siguiente, puede reconocerse cómo los roles construyen a los varones para el espacio público y a las mujeres para el privado.

En este punto es importante retomar que el género es una construcción social no determinada de manera natural. Por ello, se menciona que varía en función del contexto. Entonces, no hay sustento en la biología de los cuerpos de hombres y mujeres que pueda dar lugar a esta división de tareas y labores en la sociedad.



ESPACIO PRIVADO	ESPACIO PÚBLICO
<p>Lugar o ámbito para las actividades de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Educación de hijas e hijos • Reproducción • Mantenimiento físico del hogar • Cuidados • Alimentación 	<p>Lugar o ámbito para las actividades de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prestigio social • Producción • Gobierno y poder • Creación científica y artística • Creación de conocimientos • Deportes

Fuente: Leñero, 2009

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Estas asociaciones a comportamientos masculinos y femeninos se encuentran tan arraigados en las sociedades que empiezan a asumirse como naturales en hombres o mujeres según corresponda. De esa forma, se creará que una mujer, en todos los casos, es cariñosa y cuidadosa y que un hombre es fuerte y valiente. Sin embargo, asumir lo anterior es hablar de estereotipos de género, es decir:

“[G]eneralizaciones simplistas de los atributos de género, las diferencias y los roles de las mujeres y los hombres. Las características estereotipificadas sobre los hombres los describen como competitivos, codiciosos, autónomos, independientes, beligerantes, interesados en los bienes privados. Los estereotipos paralelos sobre las mujeres las representan como cooperadoras, acogedoras, atentas, comunicativas, orientadas al grupo, interesadas en los bienes públicos”.

“Con frecuencia los estereotipos se usan para justificar la discriminación de género más ampliamente y pueden reflejarse y reforzarse con las teorías tradicionales y las modernas, las leyes y las prácticas institucionales. Los mensajes que refuerzan los estereotipos de género y la idea que las mujeres son inferiores vienen en una variedad de ‘envases’ —desde canciones y anuncios publicitarios hasta proverbios tradicionales” (ONU Mujeres, 2016).

SOCIALIZACIÓN DE GÉNERO

¿Cómo es que el género se aprende? ¿Por qué ha llegado a integrarse de manera tan natural en todos los espacios donde las personas se desarro-

“Es un conjunto de acuerdos por el cual la sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana y en las cuales estas necesidades sexuales transformadas, son satisfechas” (Rubin, 1986: 44).

lan? La respuesta a eso puede brindarla el proceso conocido como socialización de género que se refiere al proceso de aprendizaje mediante el cual se enseñan las reglas, pautas, normas o atributos de masculinidad y feminidad que cada sociedad valora como “formas culturalmente apropiadas” (Izquierdo, 2007).

Los elementos presentes en la socialización de hombres y mujeres varían de acuerdo con el contexto temporal y físico, no obstante, la constante es la jerarquía en cuanto al poder que ejercen.

La familia es el primer espacio de socialización, se inicia con la enseñanza de lo que es lo apropiado para niños y niñas: con la ropa que se usa, los colores que están permitidos, con los juguetes que pueden jugar. Esto se refuerza a partir de los mensajes que envían las y los adultos: quién limpia la casa, quién realiza las labores de cuidado, quién toma las decisiones o “da los permisos”.

Otro de los espacios que son fundamentales en la socialización es la escuela, en este espacio se transmiten normas, valores, elementos, creencias, mitos, rituales e inclusive prejuicios que definen la personalidad de las niñas y los niños. Instituciones como la Iglesia, los centros de trabajo y los medios de comunicación también se conciben como agentes socializadores que tienen un impacto muy poderoso en la vida de las personas, ya que también “definen” los comportamientos y formas de ser de las mujeres y hombres.

SISTEMA SEXO-GÉNERO

Como ya se mencionó, la construcción del género es social y, sin embargo, parece inherente a hombres y mujeres. A partir de ella se ha construido la sociedad en general, asignando funciones específicas al tomar como punto de partida el sexo de las personas.

Las diferencias supuestamente naturales entre mujeres y hombres, traducidas a roles específicos en las sociedades, tienen como resultado funciones distintas para las personas en función de su sexo.

El sistema sexo-género identifica lo natural y lo socialmente construido, y establece que el sexo no es en sí mismo la causa de la desigualdad de las mujeres, sino su posición de género socialmente construida

(Fundación Mujeres, 2007).

DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO

Este concepto permite analizar con mayor claridad los roles sociales diferenciados por sexo. Esta división, que se considera una construcción cultural y, por tanto, susceptible de ser modificada, determina cómo se distribuyen los roles en la sociedad: las mujeres estarían a cargo de la reproducción social y los hombres de las tareas productivas (CEPAL, 2011).

De esta forma, en las familias, por lo general son las mujeres quienes se encargan de las labores de cuidado y mantenimiento del hogar. Mientras tanto, los hombres son quienes ejercen trabajos remunerados en los espacios públicos. Incluso actualmente, cuando más mujeres se han involucrado en trabajos remunerados fuera de casa, las labores del hogar continúan siendo realizadas por ellas.

Cuando se analizan las diferencias construidas y replicadas en la sociedad entre mujeres y hombres no sólo se identifica que hay tareas asignadas específicamente sino que la valoración que se hace de ellas es distinta y que coloca a las mujeres en desigualdad.

Los espacios de toma de decisiones, por ejemplo, son espacios en donde tradicionalmente se desenvuelven los varones, por el contrario, el trabajo del hogar sin remuneración es destinado a las mujeres.

DESIGUALDAD DE GÉNERO

Las distintas sociedades en diferentes momentos de la historia de la humanidad han establecido a los hombres como beneficiarios del poder y el prestigio comunitarios, tomadores de decisiones, visionarios y líderes,

⁸ <http://hdr.undp.org/en/content/%C3%ADndice-de-desigualdad-de-g%C3%A9nero>.

“La igualdad de género parte del reconocimiento de que históricamente las mujeres han sido discriminadas y es necesario llevar a cabo acciones que eliminen la desigualdad histórica y acorten las brechas entre mujeres y hombres de manera que se sienten las bases para una efectiva igualdad de género, tomando en cuenta que la desigualdad que de facto padecen las mujeres puede agravarse en función de la edad, la raza, la pertenencia étnica, la orientación sexual, el nivel socioeconómico, entre otros” (ONU Mujeres, 2015).

en contraste, las mujeres han carecido de oportunidades y han sido destinadas a la subordinación, ya sea bajo supuestos naturalistas, divinos o científicos.

La asignación diferenciada de roles y estereotipos a las mujeres en función de su sexo las ha colocado en una posición social de desigualdad. En pleno siglo XXI aún persiste la idea de que las mujeres no necesitan estudiar, ya que su destino es el matrimonio.

Ante casos de escasez económica es común que las mujeres sean quienes se vean obligadas a abandonar su educación; son ellas quienes adquieren la responsabilidad del cuidado de sus familiares y de las responsabilidades domésticas, en detrimento de sus estudios.

“Las desventajas que experimentan las niñas y las mujeres son una causa importante de desigualdad. Con demasiada frecuencia, sufren discriminación en la salud, la educación, la representación política y el mercado de trabajo, entre otros ámbitos, lo que tiene repercusiones negativas para el desarrollo de sus capacidades y su libertad de elección”.⁸

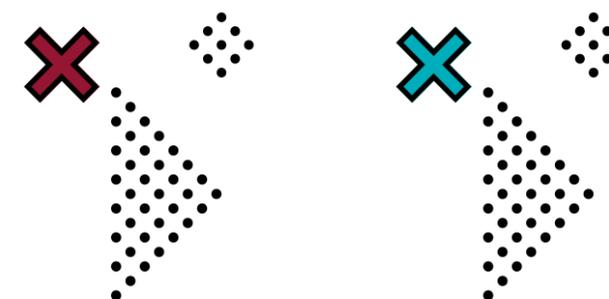
BRECHAS DE GÉNERO

“Es una medida estadística que muestra la distancia entre mujeres y hombres respecto a un mismo indicador. Se utiliza para reflejar la brecha existente entre los sexos respecto a oportunidades de acceso y control de los recursos económicos, sociales, culturales y políticos” (INMUJERES, 2007).

El trato desigual entre mujeres y hombres puede identificarse en múltiples espacios: en el ejercicio del trabajo remunerado, en la ocupación de espacios en puestos de toma de decisiones, en el acceso a educación.

DISCRIMINACIÓN CONTRA LAS MUJERES

Es “toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera” (CEDAW).



El salario medio anual de una mujer es un

22.17%

más bajo que el de un hombre.

La tasa de empleo en mujeres es del

44%

mientras que la de los hombres es del

55.7%

Las mujeres invierten 26.5 horas en trabajo no remunerado, mientras que los hombres solo dedican 14 horas a estos trabajos.

La participación de las mujeres en cargos ejecutivos de los principales partidos políticos se cifra en un

38%

Y según datos de la ONU,

90%

de los jefes de Estado del mundo son hombres. (OXFAM).

Se manifiesta de distintas formas, lo que ocasiona que sus necesidades específicas no sean tomadas en cuenta, pues se les coloca únicamente a partir de la mirada masculina.



DISCRIMINACIÓN DIRECTA



DISCRIMINACIÓN INDIRECTA

- Cuando a las mujeres se les paga menos que a los hombres por un trabajo de igual valor.
- No les permiten participar en un cargo público.
- Las despiden por estar embarazadas.
- Las mujeres no pueden acceder a puestos de decisión porque implica mayor "compromiso" y no pueden cumplirlo porque son responsables de los cuidados de la familia y quehaceres domésticos.

Algunos habilitadores de la discriminación...

SEXISMO

“Se refiere a todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo biológico, del cual se asumen características y comportamientos que se espera, las mujeres y los hombres, actúen cotidianamente”
(Punto género, INMUJERES)

ANDROCENTRISMO

Consiste en “ver el mundo desde lo masculino, tomando al varón de la especie como parámetro o modelo de lo humano”
(Facio, 2006).

PATRIARCADO

Es la base de la desigualdad de género, se refiere a “una forma tradicional de organización social que le confiere más importancia a los hombres o a lo que se considera masculino, que a las mujeres o a lo que se considera femenino” (ONU Mujeres, 2016).

LENGUAJE SEXISTA Y LENGUAJE INCLUYENTE

En el lenguaje pueden identificarse desigualdades, se refuerzan estereotipos y roles. Es un reflejo de las concepciones culturales de las socie-

dades. No es que la lengua sea sexista en sí, más bien se hace de ella un uso sexista. No obstante, así como el lenguaje puede ser empleado para reproducir dinámicas desiguales y perpetuar nociones “naturales” respecto al comportamiento de hombres y mujeres, también puede emplearse para incluir a las mujeres y ser usado para comunicar ideas de forma distinta.

Una de las formas más comunes de hacer uso sexista de la lengua es la generalización en masculino. Esto ocurre cuando las personas se refieren sólo en masculino a un grupo en donde hay mujeres y hombres.

Como alternativa se puede hacer uso de los siguientes recursos:

SUSTANTIVOS COLECTIVOS NO SEXUADOS	
Los derechos del hombre	Los derechos humanos
El mexicano	La ciudadanía mexicana
El hombre	La humanidad
Los niños	La niñez

Fuente: CONAPRED (2015) Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje.

Además de la invisibilización de las mujeres con el uso del genérico masculino, hay expresiones que reproducen roles y estereotipos de género. Por ejemplo:

“El último en llegar es vieja”

“Corres como niña”

Asimismo, hay refranes que también se basan en estereotipos sexistas:

“Mujer que sabe latín, ni encuentra marido, ni tiene buen fin”

“La mujer y el sartén, en la cocina se estén”

“Mujer al volante, peligro constante”

“Las mujeres como la escopeta, cargadas y atrás de la puerta”

Ante este tipo de expresiones, lo más adecuado es cuestionar qué tipo de imagen sobre mujeres y hombres se está reforzando. A partir del idioma también se construyen las sociedades. De esta forma, cuestionar estos dichos es necesario para desmontar ideas sexistas.



“La lengua tiene un valor simbólico enorme, lo que se no se nombra no existe, y durante mucho tiempo, al hacer uso de un lenguaje androcéntrico y sexista, las mujeres no han existido y han sido discriminadas. Se nos ha enseñado que la única opción es ver el mundo con ojos masculinos, pero esta opción oculta los ojos femeninos” (CONAVIM, 2011).

MASCULINIDAD HEGEMÓNICA

La masculinidad es la forma en que los hombres son criados y educados e incluye la manera de pensar, de sentir y comportarse, así como la forma en que se relacionan con las mujeres y otros hombres. También define cómo ejercen el poder (Campos, 2007).

En el caso de los varones, construirse como hombre implica tolerar la violencia y ejercerla, por el contrario, limita la expresión de las emociones, principalmente aquellas que denotan vulnerabilidad. Es importante señalar que, al igual que sucede con la construcción social de las mujeres, los elementos que sustentan la masculinidad tradicional son reforzados de manera constante por los medios de comunicación, la sociedad, los espacios laborales, entre otros.

Algunos ejemplos de marcadores de virilidad contenidos en la guía Así aprendimos a ser hombres (Campos, 2007), y que varían de cultura en cultura son:

- Consumir licor.
- Tener relaciones sexuales con trabajadoras del sexo.
- Tener varias mujeres.
- Exhibir parejas muy jóvenes.
- Actos de crueldad hacia animales indefensos.
- Tener relaciones sexuales sin protección.

- Conducir a gran velocidad.
- Manejar en estado de ebriedad.
- No demostrar cariño a hijos varones.

El modelo de masculinidad que se ha construido de manera predominante, y exalta la superioridad de los varones respecto de las mujeres, es el machismo.

“El machismo es un conjunto de creencias, costumbres y actitudes que sostienen que el hombre es superior: es la figura más importante, dueño del poder y representante del ser humano, la mujer se le ve como si fuera inferior al hombre. Debe conformarse con ser madre, cuidar a los hijos y cuidar al esposo. Se justifica así que gane menos dinero que el hombre y que esté marginada de cargos públicos” (Campos, 2017).

De esta forma, las mujeres se ven afectadas por el machismo al ser consideradas inferiores a los varones y únicamente concebidas a partir de las funciones que realizan para ellos: cuidado de los hijos, labores del hogar, incluso en los espacios de trabajo, la asignación de tareas reproduce la misma división que la de la casa. Para los varones, este modelo implica el ejercicio de la violencia y del poder de manera rígida, el descuido de su salud mental y física, y la constante búsqueda de demostrar “que son hombres”.

NUEVAS MASCULINIDADES

El concepto de masculinidades alternativas o nuevas masculinidades se refiere a que los hombres pueden alejarse de estos comportamientos que son nocivos para ellos y para otras personas; y ser varones desde otro enfoque no asociado a la violencia que les permita relacionarse de manera distinta tanto con hombres como con mujeres e incluso con ellos mismos.

Así, el elemento crucial de las masculinidades alternativas incluye la construcción de relaciones no jerárquicas, el establecimiento de cercanía y cooperación. Elementos como el autocuidado, la paternidad más cerca-

na o la expresión emocional, como la amistad o la franca sensibilidad ante algunas situaciones, ya se han encontrado en el ejercicio de las masculinidades y forman un buen punto de partida para cuestionar elementos negativos de la masculinidad hegemónica (Garda, 2014).

MANEJO DEL ENOJO

Es importante no estereotipar la resolución de conflictos. Se trata más bien de identificar cuáles son los elementos importantes en la resolución de conflictos que todas las personas pueden reconocer y cultivar. La socialización de los varones incentiva el dominio y control, lo cual, para un proceso de resolución de conflictos, impide alcanzar acuerdos o siquiera iniciar con el diálogo. Esto se complica aún más cuando el enojo no se maneja de manera adecuada.

Así, algunas premisas que ofrece la guía Redes de hombres contra la violencia (Campos, 2007) para evitar que el enojo se manifieste en violencia e im-

pidan la resolución adecuada de conflicto son:

Otra manifestación de las consecuencias dañinas de la masculinidad hegemónica para los varones en la salud mental es la depresión. Lo anterior puede escalar a situaciones tan graves como el suicidio, así 8 de cada 10 muertes por suicidio corresponden a hombres (Instituto DMAH, 2020).

De manera tradicional, los hombres “guardan” sus problemas en ellos mismos, no hablan de sentir tristeza o de estar deprimidos y, por lo tanto, no piden apoyo.

SEXUALIDAD

HETEROSEXUALIDAD

En el caso de la masculinidad hegemónica, uno de los elementos torales es la heterosexualidad, como ya se señalaba previamente:

- **El enojo es una emoción, la violencia es un comportamiento. Puedes estar enojado y tienes derecho a experimentar este sentimiento, pero no tienes derecho de ponerte violento ni contigo mismo ni con las demás personas.**
- **La violencia es un comportamiento aprendido. Podemos “des-aprenderlo” y aprender formas alternativas de manejar el enojo. Además, la violencia hacia tu pareja es un comportamiento aprendido que implica la comisión de un delito.**
- **El comportamiento violento es una decisión. Has decidido emplear la violencia con tu pareja. Puedes decidir dejar de utilizarla. Si decides utilizar la violencia, eres 100% responsable de ese comportamiento y de sus consecuencias. Ninguna frustración o “provocación” justifica la violencia hacia tu pareja.**
- **Muchas veces empleas la violencia como una forma de controlar a tu pareja.**
- **No puedes ni tienes derecho de controlar a la otra persona. Al único que puedes controlar es a ti mismo.**
- **No debemos ocultar nuestras decisiones violentas bajo el pretexto del mal carácter. La violencia hacia las parejas se encuentra asociada a las ideas que tenemos acerca del poder y control que debemos ejercer sobre ellas, pues aprendimos que sólo de esa manera podemos ser hombres.**

[...] el modelo prescribe el desear, conquistar y poseer a las mujeres. Esta prescripción de heterosexualidad es obligatoria para los hombres si quieren seguir siendo tales, e implica la estigmatización y discriminación de la masculinidad de todos aquellos hombres que no cumplan con dicho mandato. Esta exclusión o marginalización afecta fundamentalmente a los hombres con una orientación sexual homosexual, quienes son feminizados y expulsados simbólica y empíricamente de la identidad masculina (Cultura Salud, 2010).

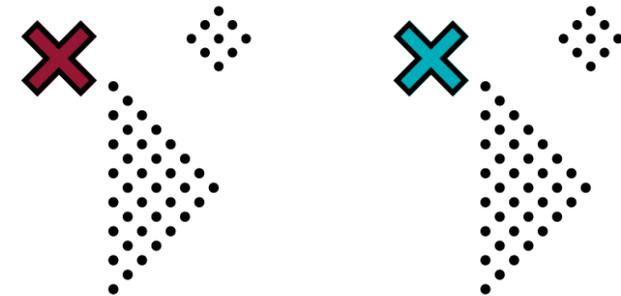
Es decir, además de que la masculinidad tradicional señala a la heterosexualidad como la única forma de relacionarse sexo afectivamente, marca un rechazo radical para quienes no se apegan a esta norma, ya sean hombres o mujeres. La homosexualidad es utilizada para burlas, para excluir y para reforzar de manera constante lo que no debe ser un hombre.

CONSENTIMIENTO

Además de la heterosexualidad, como otro de los pilares de la masculinidad hegemónica, se habla de la hipersexualidad, la cual también sustenta uno de los arquetipos tradicionales.

Este pilar pone énfasis en el hecho de que “un hombre de verdad” no solo es indudablemente “normal” o heterosexual, sino que además siempre está dispuesto a tener sexo y ansioso de lograr más “conquistas sexuales”. [Este pilar] socava asimismo la capacidad de decisión de los hombres en términos de su actividad y salud sexual, en la medida en que les indica que el “consentimiento” o la capacidad de decir “no” al sexo es algo que solo hacen las mujeres (Heilman, Barker y Harrison, 2017).

Así, “consentir” aparece como un verbo “femenino”, inscrito en una lógica social en la cual las mujeres se exigen y son exigidas socialmente para resistir o conceder; los hombres, para buscar activamente el consentimiento femenino (Pérez, 2016). Sin embargo, es necesario volver a situarnos en el sistema que coloca en posición de desigualdad a mujeres y hombres y que ha inculcado a las mujeres dependencia de los varones.



CAPÍTULO TRES

MASCULINIDADES Y VIOLENCIA

MASCULINIDADES Y VIOLENCIA

AMOR ROMÁNTICO

MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

En la sociedad actual existe una idea de lo que significa hablar de amor. Así, se han construido de manera colectiva una serie de ideas que corresponden a lo que “debe ser” una relación de pareja. Estas ideas son aprendidas desde la infancia a través de los cuentos, los medios de comunicación, las películas, las canciones y demás.

No obstante, es necesario mirar con atención dichas nociones, pues pueden mostrarse de una forma y en la realidad corresponder a actitudes que violentan a las personas mediante control, chantaje, naturalización del conflicto, entre otros.

Si un hombre consciente o inconscientemente considera a su pareja como de su posesión, cuando ella no cumpla con las expectativas de él, será probable que ocurra un conflicto que puede llegar a la violencia, como ya se señalaba en el apartado del enojo. Por ello es importante ahondar en el tema de la violencia y sus manifestaciones, muchas de las cuales derivan de la búsqueda de los varones por cumplir con el mandato de la masculinidad hegemónica de proteger, cuidar y ejercer el poder sobre las mujeres a partir de relaciones estereotipadas de género.

Es pertinente anotar, nuevamente, que el ejercicio sin cuestionamientos de la masculinidad hegemónica trae consigo riesgos para los mismos varones y para las mujeres. A continuación, se analizará uno de los más graves y que ha traído consigo un problema de gran amplitud a nivel social.

VIOLENCIA

El ejercicio de la violencia es otro de los factores asociados a la masculinidad hegemónica:

[...] este pilar hace énfasis en la necesidad que tiene el “hombre de verdad” de usar violencia cuando lo considera necesario, así como de ejercer el control sobre las decisiones del hogar y sobre las actividades de las mujeres (Heilman, Barker y Harrison, 2017).

Esta manifestación de violencia asociada con el control de las mujeres limita el desarrollo de ellas como personas y es una clara violación a sus derechos humanos.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS HOMBRES FRENTE A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?

Los daños pueden ir desde el impedimento a las mujeres a desarrollarse de manera plena en el ámbito público hasta la muerte de ellas por feminicidio y de ellos por conductas de riesgo utilizadas para afirmar su masculinidad, como el suicidio.

Las consecuencias negativas de la masculinidad hegemónica son graves, es necesario erradicarlas para que los hombres puedan construirse a partir de una relación de igualdad con las mujeres, en donde puedan disfrutar de la paternidad, de mostrarse vulnerables y de poder manifestar toda la gama de sentimientos que las personas experimentan.

MITOS DE LA VIOLENCIA

Al igual que en el caso de los mitos del amor romántico, hablar de un mito remite a una creencia que “altera las verdaderas cualidades de una persona o de una cosa” (RAE). De ahí que se emplee esta palabra para abordar algunas opiniones respecto al amor en la sociedad actual. A continuación se reproducen algunos de estos mitos junto con su explicación a partir de información comprobada y veraz.

MITO:	REALIDAD:
"Pequeñas faltas de respeto, como un grito, una mala palabra o ignorar a una persona, no es violencia."	Algunos de estos pequeños actos parecen cotidianos y hasta "normales", en realidad tienden a hacerse más frecuentes, al punto de ser insoportables para quien los sufre y tienen consecuencias graves para la salud psicológica de las víctimas.
La violencia basada en el género ocurre solamente entre las mujeres pobres y marginadas.	Algunos estudios sugieren que las mujeres que viven en la pobreza tienen más posibilidades de experimentar violencia que las mujeres de un nivel superior; sin embargo, los mismos estudios muestran que la violencia contra las mujeres ocurre en cualquier nivel socioeconómico, educativo y racial.
Se nace violento, es cuestión de carácter y no se puede modificar esa conducta.	Decir que es cuestión de mal carácter es disculpar la responsabilidad de la conducta violenta al agresor; cada persona puede elegir ser o no ser violenta, sin importar su carácter.
Los hombres no pueden evitarlo. La violencia es sencillamente parte de su propia naturaleza.	La violencia masculina se perpetúa a través de un modelo de masculinidad que la permite y alienta. Además, en el caso de la violencia entre las parejas es importante señalar que, por lo general, los hombres son capaces de controlar su conducta violenta en ciertos lugares (como en el trabajo), mientras que actúan de forma violenta en otros (como en casa). A pesar de la existencia generalizada de la violencia contra las mujeres, algunos estudios antropológicos han documentado sociedades donde la violencia en la pareja prácticamente no existe.
Las mujeres que sufren violencia sexual o doméstica provocan el abuso gracias a sus conductas inapropiadas.	En muchas sociedades existe la creencia generalizada de que las esposas merecen ser golpeadas por sus esposos. En otros casos, las personas quieren creer que el agresor tenía motivos justificados para usar la violencia y que la víctima es culpable, para así negar que se ha cometido un delito. Este es el caso cuando se sugiere que una mujer que es violada se lo merece por su forma de vestir o actuar.
Es mejor respetar la intimidad de la familia y no denunciar los actos violentos que se sufren, pues "los trapos sucios se lavan en casa".	Se trata de un problema social y no privado. El no reconocer o denunciar los hechos provoca que la violencia en la familia se perpetúe y se reproduzca.

MITO:	REALIDAD:
La mayoría de los abusos sexuales son cometidos por extraños.	Los estudios muestran de forma consistente que un alto porcentaje de mujeres fueron abusadas sexualmente en la infancia y adolescencia por personas que conocían; por lo general, los perpetradores son aquellos en los que ellas confían y a quienes aman. En México, los abusos sexuales contra niños y niñas son perpetrados principalmente, por familiares tan cercanos como padres, padrastros, tíos, primos y abuelos.
La violencia en la familia es provocada por el alcohol y las drogas.	Lo cierto es que muchos golpeadores no abusan de las drogas o del alcohol, y muchos abusadores de drogas y/o alcohol no son violentos. El alcohol y las drogas desinhiben a las personas, lo que, sumado a costumbres y conductas violentas para resolver problemas, aumentan la gravedad y la frecuencia de la violencia.
Los hombres no sufren abuso sexual infantil.	Aunque los niños parecen ser víctimas menos frecuentes de abuso sexual, la realidad es que muchos nunca lo comentan, especialmente porque los perpetradores suelen ser personas conocidas por las víctimas, como amigos de la familia, conocidos, vecinos o alguna autoridad.
La violencia familiar es un problema de las familias pobres.	La violencia familiar puede producirse en todas las clases sociales, sin distinciones raciales, económicas, educativas o religiosas. Sin embargo, en situaciones de pobreza, esta violencia parece presentarse más frecuentemente, aunque la realidad es que la pobreza no es el factor principal que ocasione la violencia, pues más bien parece jugar un papel detonador o amplificador de diversas problemáticas.
Las mujeres abusan de los hombres tan a menudo como los hombres abusan de ellas.	Aunque los niños y hombres tienen más posibilidades de ser victimizados por un extraño o conocido, las investigaciones han hallado que las mujeres tienen más posibilidades que los hombres de ser victimizadas por un miembro de la familia o por la pareja. En el caso del abuso sexual infantil, los estudios muestran de forma consistente que la gran mayoría de los perpetradores son hombres, sea la víctima niño o niña. La violencia doméstica es, ante todo, un crimen en contra de las mujeres cometido por sus parejas masculinas. Además, las agresiones perpetradas por hombres tienden a ser más graves y dañinas que las perpetradas por mujeres. Como indica Heise, "el hecho de que las mujeres por lo general dependan emocional y económicamente de aquellos que abusan de ellas, tiene profundas implicaciones en la forma en que las mujeres experimentan la violencia y en cuál es la mejor forma de intervenir".

MITO:	REALIDAD:
La violencia está de moda, ser violento te da prestigio: “Los hombres que saben pelear, son más hombres”.	El hombre que se desarrolla y crece en una cultura patriarcal como la nuestra construye su identidad a partir de los modelos de la masculinidad. Esto implica la reproducción de conductas violentas para demostrar que se es “hombre”.
A las mujeres debe gustarles la violencia, si no, abandonarían las relaciones donde hay abuso.	Por lo general, las mujeres en situaciones de violencia tratan muchas veces de conseguir ayuda y de abandonar una relación violenta. Sin embargo, existen numerosas barreras que pueden impedir a una mujer salir (la dependencia económica, la presión de la sociedad y de la familia para mantener la relación, la falta de opciones a dónde ir y el temor al intentar dejar la relación) y muchas están “entrampadas” psicológicamente, lo que les impide mirar de manera objetiva sus opciones.
Por naturaleza, los hombres son más violentos que las mujeres.	Los roles sociales dan permiso a los hombres de usar la violencia, de controlar y someter a los más débiles como parte de su identidad masculina. Pero no son más violentos por naturaleza.
Una mujer estará finalmente a salvo cuando abandone la relación.	Con frecuencia, la violencia sigue y puede incluso incrementarse después de que la mujer abandona a su pareja, inmediatamente después de la separación. De hecho, el riesgo que corre una mujer de ser asesinada es mayor.
“Si me busca a cada momento para saber qué hago y dónde estoy es porque me quiere verdaderamente”.	Las personas controladoras no necesariamente aman más que otras personas; la necesidad de control puede ser una señal de alarma, pues se asocia con el ejercicio de la violencia. De hecho, la violencia contra la pareja incluye entre sus manifestaciones más características a los comportamientos controladores.
“A menudo discutimos tan fuerte que llegamos a aventarnos cosas, porque los dos somos de carácter fuerte y porque nos amamos”.	A menudo se niega o se quita importancia a la violencia y se interpreta como simples aspectos de una relación conflictiva o apasionada entre dos personas de carácter, cuando lo que ocurre es que son actos violentos entre la pareja.
“Si me jaló del brazo y me gritó, es porque tuvo un mal día y estaba enojado, pero ya me pidió perdón y no volverá a pasar”.	La violencia de pareja se incrementa con el tiempo, independientemente de que la persona violenta se arrepienta, pues es parte de un ciclo que solamente puede romperse pidiendo ayuda externa.

MITO:	REALIDAD:
La violencia doméstica cesa cuando la mujer queda embarazada.	Aunque los estudios son poco concluyentes respecto a si la violencia tiende a empezar o incrementar durante el embarazo, las investigaciones han demostrado que la violencia no cesa obligatoriamente cuando una mujer queda embarazada. A nivel mundial, una de cada cuatro mujeres es abusada física o sexualmente durante el embarazo, por lo general, por su pareja. De hecho, las investigaciones sugieren que ciertos tipos de violencia, como la emocional, pueden ser más comunes durante el embarazo.

Fuente: Secretaría de Salud, 2005.

Los mitos de la violencia están relacionados tanto con hombres como con mujeres. A pesar de ello, la violencia ejercida a partir de la normalización de estos mitos es ejercida por varones. La reproducción de estos mitos trae como consecuencia la normalización de la violencia, su negación y, por lo tanto, que continúe ocurriendo. Incluso, las mismas mujeres que viven en situación de violencia pueden minimizar lo que viven o sentirse juzgadas o culpables de las violencias que las lastiman.

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO A PARTIR DEL TRABAJO CON HOMBRES

Un punto de gran importancia para poder vivir una masculinidad alejada de la visión hegemónica es el acompañamiento con otros hombres. Por ello, es importante conocer las alternativas que existen para varones que buscan una nueva forma de relacionarse con ellos mismos y con mujeres y hombres.

CORRESPONSABILIDAD

Adicional a estas situaciones, las mujeres continúan soportando la carga del trabajo del hogar. Las mujeres que ejercen un cargo de elección popular y tienen una familia conllevan una doble jornada laboral, es decir, adicional a las labores del ejercicio de un cargo deben cumplir con las tareas de cuidado y mantenimiento de sus hogares. En este sentido, no se ha logrado una

conciliación, es decir, “la habilidad de los individuos, con independencia de su edad o género, de encontrar un ritmo de vida que les permita combinar su trabajo con otras responsabilidades, actividades o aspiraciones” (Felstead et al., 2002).

Esta situación no solo afecta a las mujeres que desempeñan un cargo de elección popular, se trata de una problemática mucho más amplia que limita las posibilidades de desarrollo de las mujeres. Algunos de los efectos de la carga de trabajo del hogar en las mujeres son:

- Menor tiempo para el aprendizaje, la especialización, el ocio, la participación social y política, o el cuidado personal.
- Mayores dificultades para insertarse en un trabajo fuera del hogar.
- Mayores obstáculos para avanzar en las carreras educativas y laborales.
- Mayor participación en trabajos de menor valoración y menores ingresos.
- Mayor participación en el trabajo informal, en el cual las mujeres pueden tener un mayor control sobre su tiempo, aunque este tipo de trabajo no les brinde protección social (ONU Mujeres, 2016).

ACTIVIDADES SUGERIDAS

ACTIVIDADES ROMPEHIELOS

ACTIVIDADES SUGERIDAS:

ANTES DE COMENZAR... CONSIDERACIONES IMPORTANTES

Es probable que los temas abordados en este documento puedan propiciar discrepancias y diferencias de opinión por lo que se requiere de habilidad y sensibilidad para evitar caer en una “guerra de sexos”; es necesario identificar las expresiones que puedan derivar en discusiones que desvíen el objetivo de la actividad y para ello es fundamental considerar lo siguiente:⁹

- Ser respetuosa/o y brindar un trato cálido a todas las personas participantes.
- Mantener una escucha-activa, es decir, prestar atención a lo que las y los participantes comparten, así como tratar de vincularlo constantemente con los temas que se están abordando.
- Establecer acuerdos de convivencia para las sesiones.
- Mostrar interés con lo que se comparte en el grupo.
- Enfatizar que las sesiones son colectivas y se desarrollan en un espacio de confidencialidad, por lo tanto, la participación de todas las personas es importante.
- Regular las participaciones para que cada persona tenga las mismas oportunidades de intervenir.
- Utilizar ejemplos de la vida cotidiana para precisar los conceptos o categorías revisados.
- No juzgar y no permitir que se establezcan juicios negativos entre quienes participan. Es importante estar alerta para evitar situaciones que hagan sentir incomodidad a las personas que integran el grupo.
- Ser tolerante y abierta/o a las distintas opiniones.

⁹ UNFPA (2017). Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud joven. P. 15.

¹⁰ UNFPA (2017). Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud joven. P. 16.

- Tener una actitud positiva.
- Prestar atención a los propios prejuicios con la intención de no influenciar al grupo.

RECOMENDACIONES PREVIAS A LA SESIÓN:¹⁰

- Revisa los contenidos varias veces antes de cada sesión para que te familiarices con ellos y sientas seguridad al facilitarlos.
- Revisa un día antes y previo a la sesión que cuentas con los materiales que necesitas.
- Utiliza, de ser posible, material audiovisual que te sirva como apoyo.
- Asegúrate de que el espacio en donde se llevará a cabo la sesión se encuentre disponible y en condiciones óptimas.
- Durante las sesiones apunta las dudas o confusiones que surjan en el grupo para que puedas aclararlas.
- Lleva un control de las asistencias y no olvides registrar la participación de mujeres y hombres.



ACTIVIDADES ROMPEHIELOS

Al inicio de cada una de las sesiones se sugiere llevar a cabo una actividad que permita a las participantes entrar en confianza y relajarse, deben ser breves, de no más de 20 minutos. A continuación, se plantean ejemplos que pueden utilizar:

MI NOMBRE ES... Y SOY...

Cada uno de los participantes deberá mencionar su nombre y una cualidad que consideren tienen y que empiece con la letra inicial de su nombre. Iniciará la persona facilitadora. Por ejemplo:

MI NOMBRE ES FERNANDO Y SOY FUERTE...

Al término del ejercicio se hará una rápida observación de cómo los adjetivos utilizados se pueden relacionar con lo que se interpreta como algo "masculino".

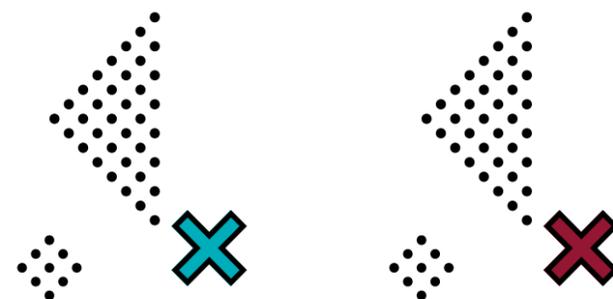


YO ADMIRO...

Los participantes se colocarán en círculo, cada uno de ellos mencionará una cosa que admiren de la persona a su derecha. Por ejemplo, inicia la persona facilitadora de la manera siguiente:

"ADMIRO SU FORTALEZA"

Cada participante menciona una cosa de su compañero de al lado hasta que todos pasen. En el caso de que no se comentara algo sobre la vestimenta, recalcarlo y preguntar si alguien no admira o le gusta la forma en que sus compañeros se visten.



PRESENTANDO A MI COMPAÑERO...

Los asistentes se organizan en círculo y posteriormente en parejas con la persona a su lado. Deberán presentarse durante tres minutos cada quien y compartirle su nombre, un pasatiempo y su sueño.

Pasados los tres minutos, cada persona presenta al grupo a su compañero de al lado.

Se integra la cuestión de hablar sobre los sueños, como ejercicio de apertura, para que puedan ir interiorizando el hablar sobre emociones.



HILADOS...

Los asistentes se organizan en círculo y el facilitador tendrá un estambre. La persona facilitadora dirá su nombre y cómo se siente en ese momento, al terminar de hablar lanzará el estambre a un participante, quien tendrá que repetir lo que la persona anterior dijo y proceder con su nombre y emoción.

Soy Eduardo y me siento feliz

Él es Eduardo y se siente feliz. Yo soy Carlos y me siento cansado.

Él es Carlos y se siente cansado. Yo soy Felipe y me siento abrumado.

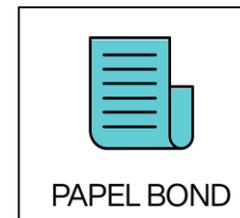
...

Al final, deberá de existir una red de estambre. El ejercicio servirá como un ejemplo sencillo del reconocimiento de sentimientos entre hombres.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

LA CONDICIÓN DE GÉNERO Y SUS IMPLICACIONES

¿CÓMO SOMOS? ¿QUÉ HACEMOS?¹¹



Se pregunta a las personas participantes si los conceptos sexo y género hacen referencia a lo mismo o si hay alguna diferencia. Se toma nota de lo señalado y se presenta la actividad siguiente.

Se divide a las personas participantes en equipos, a la mitad de los equipos se les pide que dibujen una silueta de hombres y a la otra mitad, una de mujer. Después se les solicita que respondan a las siguientes preguntas relativas a hombres o mujeres, dependiendo de la silueta que les haya tocado dibujar:

- **¿Cuáles son las características físicas de hombres/mujeres?**
- **¿Cómo se dice que son los hombres/mujeres?**

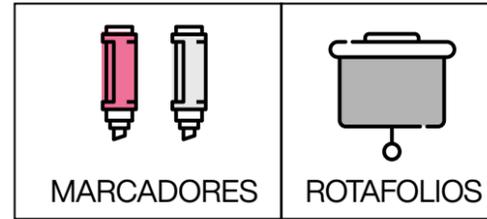
Las respuestas deberán anotarse en espacios distintos del papel. Cuando terminen, se retoman las características mencionadas por los equipos y se señala que las respuestas a la primera pregunta hablan de sexo y las respuestas a la segunda pregunta se refieren al género. Se retoman las definiciones de ambos conceptos.

A continuación, los participantes retomarán sus dibujos y esta vez responderán la pregunta ¿a qué actividades se dedican hombres y mujeres? Al terminar, se recuperan las labores o papeles desempeñados que se identificaron, las diferencias entre hombres y mujeres, y se abordan los conceptos de división sexual del trabajo, roles y estereotipos de género.

¹¹ Actividad adaptada de Laguna, 2018.



¿CÓMO SE CONSTRUYE UN HOMBRE?¹²



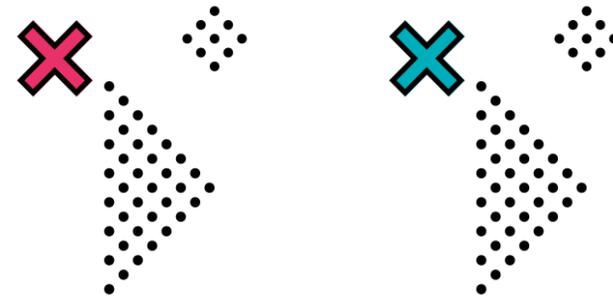
Se divide a los asistentes en equipos de cinco, a cada equipo se le brinda un papelógrafo y marcadores. El título de la actividad es “¿Cómo se construye un hombre?” El o la facilitadora indica a los asistentes que dividan la hoja en tres columnas. Cada una de las columnas indicará “Infancia” “Adolescencia” “Adulthood”.

Los participantes deberán anotar en cada columna qué acciones o comportamientos les exigían otras personas para cumplir con su papel de varones. Pueden ser ejemplos recibidos en la familia, en el ámbito escolar, en el trabajo, con los amigos, etcétera.

Al terminar, cada equipo pasará a presentar su papelógrafo. La persona tallerista planteará las siguientes preguntas:

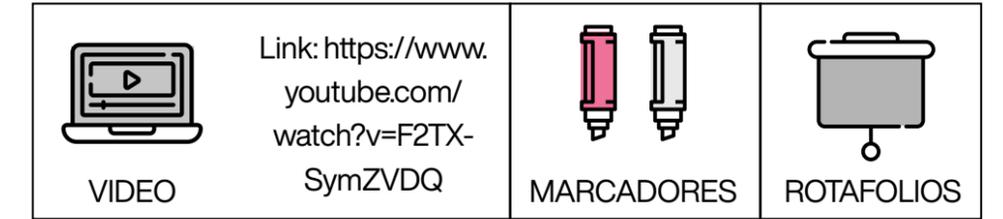
- **¿Hubo elementos en común entre los varones del equipo respecto a los elementos requeridos para ser hombre?**
- **¿Cómo se sintieron al recordar esas exigencias?**
- **Si tuvieran hijos ¿replicarían esas enseñanzas? ¿Por qué?**

Para el cierre, es importante destacar que la construcción de un hombre es una cuestión de socialización y no una serie de atributos naturales. Si identifican elementos asociados con la violencia, se deberá hacer mención de ello y cuestionar la pertinencia de continuar replicando modelos basados en ella.



¹² Actividad adaptada de Campos (2007).

NIÑO Y SU MUÑECA



La persona facilitadora reproducirá el video y preguntará lo siguiente:

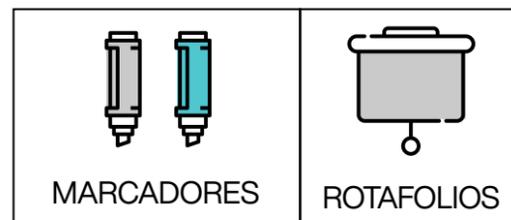
- **¿Cuál es la emoción del niño? ¿Cómo se siente?**
- **¿Cómo se hubiera sentido si el papá le hubiera dicho que no podía comprar esa muñeca?**
- **¿Qué piensan de que un niño juegue con muñecas?**
- **¿Por qué hay juguetes de niñas o de niños?**

La persona facilitadora los integrará en cuatro equipos, y les pedirá que llenen la siguiente tabla en los rotafolios:

NIÑO CON MUÑECA	NIÑO SIN MUÑECA
Le gustará juntarse con niñas. Sepa que también debe de cuidar a sus hijos o hijas.	Va a llorar porque no puede jugar con ellas.

Una vez terminada la tabla, les pedirá que expliquen cuáles serían las consecuencias a partir de que un niño juegue con muñecas o que no lo haga. Al final, solicitará que relacionen las consecuencias que se perciben como “negativas” y adviertan cómo están basadas en los roles de género anteriormente explicados. En caso de haber referencias a orientaciones sexuales diferentes a la heterosexual, se pueden retomar en la parte del concepto de “heterosexualidad”.

MISMA PALABRA, ¿SIGNIFICADO DISTINTO?



Se presentan a las participantes las siguientes palabras en masculino y en femenino:

Zorro	Zorra
Hombre público	Mujer pública
Atrevido	Atrevida
Aventurero	Aventurera

Se pide a los participantes que mencionen el significado de cada una de las palabras en masculino y en femenino, y se incentivará la reflexión respecto a por qué significan cosas distintas y negativas en el caso de las palabras en género femenino.

HISTORIA DE HOMBRE, HISTORIA DE MUJER



Los asistentes se dividen en dos equipos, ambos equipos se acomodan en círculos a manera de que un equipo esté en el centro y el otro lo rodee. Un miembro del equipo que se encuentra al centro toma la pelota y deberá iniciar contando la historia de una mujer, cuando la persona facilitadora le indique deberá dejar de contar la historia y pasará la pelota a cualquier otro integrante de su equipo para que continúe con el relato. Se prosigue de esa manera hasta que todos los participantes del equipo hayan intervenido. La persona facilitadora anotará los principales elementos de la historia en el pizarrón o en el papelógrafo.

Al terminar la historia, los equipos cambian de lugar y se repite la dinámica teniendo ahora a un varón como protagonista de la historia. Nuevamente, la persona tallerista anota los elementos principales del relato para comparar ambas historias al final.

Al finalizar se pregunta a los varones: **¿Qué diferencias identifican en los relatos contruidos? ¿Algo les llama la atención en especial? ¿Fue fácil construir la historia? ¿A qué elementos le dieron importancia en cada uno de los relatos? ¿Por qué?**

NO TE HA PASADO QUE...



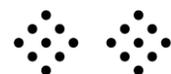
1. ¿Has estado en alguna de estas situaciones?
2. ¿Has sido testigo de alguna de estas situaciones? ¿Has sido partícipe de alguna de estas situaciones?
3. ¿Cómo estas situaciones pueden reflejar una situación de discriminación?
4. ¿Cómo los roles de género juegan un papel en estas situaciones?
5. ¿Qué podemos hacer, como hombres, para que estas situaciones no sucedan?

El objetivo es que puedan identificar las situaciones de discriminación a partir del video, así como el papel que han tenido en este tipo de situaciones (como el violento o el testigo). En la tercera columna es necesario que planteen qué acciones como hombres pueden hacer para frenar estas situaciones de discriminación.

Al hacer estas conexiones, los participantes podrán empezar a relacionar las acciones necesarias y su responsabilidad con la discriminación por cuestiones de género.

Posteriormente, se separarán en equipos de cuatro integrantes y harán la siguiente tabla, retomando las situaciones descritas en el video:

SITUACIÓN	MI PAPEL	¿QUÉ PUEDO HACER?
A una mujer se le dice cómo hacer las cosas aun cuando ella ya sabe cómo hacerlas.	He escuchado tratar como "mensa" a mi compañera de trabajo, aun cuando ella ya sabe.	Decirle a mis compañeros que la dejen hablar y que la escuchemos.



HISTORIAS DE HOMBRES



Se divide a los participantes en seis equipos y se les brinda una tarjeta con una historia sobre varones.

Cada equipo deberá leer cuidadosamente el relato e identificar:

- **¿Qué consecuencias negativas tienen los personajes debido al ejercicio de ese tipo de masculinidad?**
- **¿Qué cambiarían en la actitud de los personajes para que tuvieran una vida plena y feliz?**
- **¿Consideran que los personajes están vulnerando los derechos de las mujeres que están en relaciones con ellos?**

Los relatos son los siguientes:

RELATO 1

Jorge es un hombre de 35 años. Es comerciante. Está casado con Rosa desde hace 15 años. Desde hace 10 años tiene dos amantes: Elena y Ana. Recientemente conoció a Isabel, joven de 17 años, de quien dice estar profundamente enamorado. Jorge mantiene vida sexual activa con todas ellas, gasta dinero en todas y espera que todas le sean fieles. Él dice que tener cuatro mujeres “no le afecta para nada”, “eso es lo normal, uno como hombre es como un gallo”. Desde

hace algunos meses está muy tenso, todo se le olvida; está muy irritable y empezó a presentar problemas de hipertensión arterial. Su esposa Rosa se enteró de todo hace dos semanas y le pidió que se fuera de la casa. Jorge fue internado de emergencia porque presentó un infarto de miocardio.

RELATO 2

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

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



RELATO 3

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

RELATO 4

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

RELATO 5

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

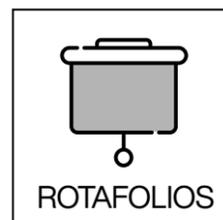
RELATO 6

Cuando los equipos hayan terminado de responder las preguntas, se les solicitará que un representante por equipo pase al frente, lea el relato y comparta sus respuestas, los demás participantes podrán compartir su opinión o expresar sus reflexiones respecto de los relatos o hallazgos de los compañeros.



TARJETAS CON RELATOS

LLUVIA DE IDEAS ¿MACHISMO?



Se solicita a los participantes que respondan las siguientes preguntas: ¿Qué es machismo? ¿Lo han escuchado? ¿En qué contexto? ¿Qué implica hablar de machismo?

Las ideas principales se anotarán en el papelógrafo y a partir de ellas se presenta la definición de machismo.

Posteriormente, se pide que den ejemplos de acciones que sean calificadas de machistas. Se pueden retomar algunas de las siguientes ideas que sustenta el machismo:

- Los hombres son más fuertes que las mujeres.
- Los hombres deben dominar a las mujeres.
- Lo masculino es más importante que lo femenino.
- Las mujeres deben ser protegidas por los hombres.
- Un hombre debe tener varias mujeres porque está más interesado en el sexo que las mujeres, ya que “el hombre es polígamo por naturaleza”.
- Un hombre no debe tolerar la infidelidad de la mujer.
- La mujer es más tierna, suave y afectiva que el hombre.
- Los trabajos que hacen los hombres son más importantes y más valorados que los trabajos que hacen las mujeres.

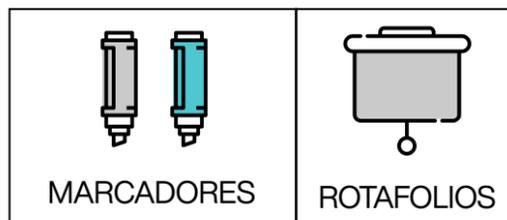
¿Qué implicaciones tienen estas ideas en el desarrollo de los varones? ¿En la vida de las mujeres?

DESAFIANDO LOS PILARES DE LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA

Se divide a los participantes en siete equipos, se retoman los pilares de la masculinidad. Con la información ofrecida a partir de las nuevas masculinidades se podrán retomar de forma distinta. A cada equipo se le asigna uno de los pilares y se les solicitará que piensen en estrategias para modificar los comportamientos dañinos que surgen a partir de cada uno de los pilares. Deberán identificar las problemáticas asociadas y los comportamientos que podrían cambiar la situación, se muestran algunos ejemplos:

Pilares de la masculinidad	Problemáticas asociadas y soluciones
Autosuficiencia Los mensajes relativos a la independencia se refieren a la expectativa generalizada de que los hombres sean autosuficientes, particularmente en lo que tiene que ver con su salud física y emocional.	Problemas: <ul style="list-style-type: none"> • No acudir al médico cuando se padece una enfermedad • No hablar con nadie sobre sus sentimientos al sentir tristeza Soluciones: <ul style="list-style-type: none"> • Realizarse chequeos de rutina • Hablar con amigos de confianza o acudir con un profesional de la salud mental.

Pilares de la masculinidad	Problemáticas asociadas y soluciones	Pilares de la masculinidad	Problemáticas asociadas y soluciones
Ser fuerte La exigencia de que los hombres actúen como machos tiene dos aspectos. El primero se relaciona con su disposición a defender su reputación peleando o recurriendo a la fuerza física, si es necesario. El segundo se refiere a la invulnerabilidad emocional, es decir, a mantener una apariencia de dureza y fuerza cuando en realidad por dentro están viviendo emociones más vulnerables.		Roles masculinos rígidos Este pilar incluye tres aspectos relativos a la división usual de las labores del hogar y del cuidado de los hijos basada en el género, y refieren a la expectativa generalizada de que los hombres contribuyan al bienestar familiar básicamente como proveedores económicos, mientras que las mujeres aportan en forma desproporcionada al cuidado diario de los niños y del hogar.	
Atractivo físico Este pilar incluye tres aspectos relacionados con la apariencia física, el atractivo físico y el cuidado personal de los hombres, los cuales se basan en la exigencia común de que “los hombres de verdad” cumplan con un estándar paradójico: (a) vestirse y lucir bien, pero (b) lograrlo sin que se note que le dedican mucho esfuerzo.		Heterosexualidad y homofobia “Un hombre de verdad” supuestamente debe ser heterosexual y homofóbico.	
		Hipersexualidad Este pilar pone énfasis en el hecho de que “un hombre de verdad” no solo es indudablemente “normal” o heterosexual, sino que además siempre está dispuesto a tener sexo	



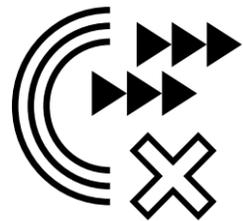
MITOS ACERCA DEL ENOJO ¹³



Pilares de la masculinidad	Problemáticas asociadas y soluciones
y ansioso de lograr más “conquistas sexuales”. La Hipersexualidad [...] socava asimismo la capacidad de decisión de los hombres en términos de su actividad y salud sexual, en la medida en que les indica que el “consentimiento” o la capacidad de decir “no” al sexo es algo que solo hacen las mujeres.	
Agresión y control Finalmente, los tres mensajes de este pilar hacen énfasis en la necesidad que tiene el “hombre de verdad” de usar violencia cuando lo considera necesario, así como de ejercer el control sobre las decisiones del hogar y sobre las actividades de las mujeres.	
Al finalizar, cada equipo pasará a compartir sus hallazgos, retomando las participaciones del resto de los participantes.	

Se pide a los participantes que se formen en una fila en el centro del espacio de trabajo. Se leerán las siguientes afirmaciones sobre el enojo y los asistentes deberán colocarse de lado derecho si están de acuerdo con el enunciado. De lo contrario, se colocarán de lado izquierdo. Cuando todos los participantes se hayan posicionado en un lado, la persona facilitadora podrá preguntarles la razón por haberse acomodado de tal forma.

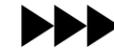
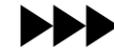
Es válido si alguien cambia de opinión y modifica su lugar. Las afirmaciones para leer son mitos del enojo. Cuando los hombres hayan tomado su lugar y la persona tallerista haya escuchado a algunos exponer sus argumentos para tomar tal posicionamiento, procederá a leer la explicación del mito. Los hombres vuelven al centro, y se repite la dinámica con el siguiente enunciado hasta terminar.



¹³ Retomado de Reilly y Shopshire (2002).



Mito #1 El enojo es hereditario. Algunas personas señalan “Yo heredé mi enojo de mi padre; soy así y nada más”.	La evidencia proveniente de investigaciones realizadas indica, sin embargo, que las personas no nacen con maneras fijas y específicas de expresar el enojo. Más bien, lo que estos estudios muestran es que, debido a que la expresión del enojo es una conducta aprendida, otras maneras más apropiadas de expresar el enojo también pueden ser aprendidas.
Mito #2 El enojo conduce automáticamente a la agresión.	Normalmente se piensa que el enojo es algo que, una vez que surge, se va intensificando hasta constituir una agresiva explosión de furia. Sin embargo, el enojo no lleva necesariamente a la agresión. De hecho, el manejo eficaz del enojo implica controlar la intensificación del enojo mediante el aprendizaje de habilidades relacionadas a la asertividad, la modificación de la conversación negativa y hostil de nuestro lenguaje interno, el cuestionamiento de las creencias irracionales y la utilización de una variedad de estrategias conductuales.
Mito #3 Tenemos que ser agresivos para conseguir lo que queremos.	La meta de la agresión es dominar, intimidar, dañar, o lesionar a otra persona; es lograr ganar cueste lo que cueste. Por el contrario, la meta de la asertividad es expresar los sentimientos de enojo de un modo respetuoso hacia otras personas. Por ejemplo, si alguien estuviera disgustado porque un amigo llega repetidamente tarde a las reuniones, podría responder gritando obscenidades e insultos. Esta manera de proceder es un ataque hacia la otra persona, sin un esfuerzo por dirigirse a la conducta que provoca enojo o frustración. Una manera asertiva de enfrentar la situación podría ser diciendo: “Cuando llegas tarde a una reunión conmigo, me siento bastante frustrado. Desearía que llegaras a tiempo más a menudo”.
Mito #4 Siempre es deseable expresar el enojo.	Expresar el enojo de manera agresiva únicamente refuerza la agresividad de las personas. Cuando el enojo es demostrado frecuente y agresivamente, puede convertirse en un hábito mal adaptado porque produce consecuencias negativas. Por definición, los hábitos se realizan repetidamente sin pensarlo.



Una de las estrategias más comunes para el manejo del enojo es el time out. Cuando una persona advierte que el enojo que siente puede salirse de control pide un tiempo, cambiar de entorno, toma un espacio para tranquilizarse.

Se pregunta a los participantes, cuáles son sus estrategias para manejar su enojo. Y se retoman elementos de la conversación para identificar los métodos utilizados por los participantes en este sentido.

Posteriormente, se presenta a los participantes un esquema como el siguiente:

SITUACIONES DETONADORAS	SEÑALES DE ENOJO	ESTRATEGIAS

La persona facilitadora pide a los participantes que la ayuden a completar el esquema a partir de las siguientes preguntas:

- **¿Qué situaciones causan enojo?**
- **¿Qué señales identifican en sí mismos de que el enojo puede salirse de control?**
- **¿Qué estrategias podemos implementar para evitar que el enojo se salga de control?**

Se sugiere a los participantes que hagan el ejercicio de manera individual, con la finalidad de que elaboren un plan para el manejo del enojo y la resolución asertiva de problemas.

YO TAMBIÉN LORO ¹⁴



La persona facilitadora separa al grupo en parejas para llevar a cabo un ejercicio tipo podcast o programa de radio. Una persona funcionará como entrevistador y la otra, como entrevistado. A la mitad del programa intercambian los roles. Duración aproximada de 15 minutos. Se repartirán tarjetas con las siguientes preguntas detonadoras:

- **¿Has llorado? ¿Te gusta llorar?**
- **¿Qué piensas de que los hombres o niños lloren?**
- **¿Alguna vez te dijeron que no debías de llorar? ¿Qué sentiste cuando te dijeron eso?**
- **¿Le dirías a tu hijo que puede llorar?**
- **¿Qué haces cuando algo te enoja?**
- **¿Cómo resuelves tus problemas?**
- **¿Cómo podrías resolver tus problemas sin que te enojas?**

Terminado el ejercicio, la persona facilitadora les pedirá que se pongan en círculo y solicitará que levanten la mano a quienes les dijeron cuando eran niños que no podían llorar. Ahora les preguntará si alguna vez han detenido su llanto, y qué provocó que no lloraran. Después, les repartirá las hojas de papel o tarjetas donde puedan escribir sus recuerdos de alguna situación en que hayan utilizado el enojo, y en cómo la situación habría resultado diferente de no haber usado esa emoción o la violencia. Es preciso comentarles que no se compartirán sus experiencias, así que pueden ser lo más sinceros posibles.

¹⁴ Retomado de Archivo Televisa News (1988).

CONSENTIMIENTO



Primero, los asistentes deberán tener claro cuáles son los elementos del consentimiento. Posteriormente, se dividirá a los participantes en cinco equipos y se les asignará uno de los siguientes relatos para que identifiquen en ellos los elementos por los cuales no hay manifestación de consentimiento:

RELATO 1

Ana y Martha salen a beber una cerveza a un lugar cerca de sus trabajos después de un día difícil. Ambas la están pasando bien, están conversando tranquilamente. Sin embargo, llegan dos hombres: Carlos y Juan a coquetear con ellas, ellas empiezan a seguir la plática y a estar cómodas con ellos. Juan le propone a Ana ir a su casa, ella se niega, pero acepta darle su número telefónico para volver a salir. Al día siguiente Ana le comenta a Martha que no recuerda cómo, pero terminó en casa de Juan y tuvieron relaciones sexuales.

RELATO 2

Mario y Luz llevan dos años como novios y van a casarse en 6 meses. Ninguno de los dos quiere tener hijos por el momento, por lo que usan condón al tener relaciones sexuales. Hace una semana, mien-



tras tenían sexo Mario se quitó el condón sin decirle a Luz, ella fue quien se dio cuenta. Él se molestó con la reacción indignada de Luz.

RELATO 3

Mariana y Felipe llevan 4 años de casados, Felipe bebe de vez en cuando y a Mariana no le gusta tener relaciones sexuales con él en esos momentos. El viernes pasado mientras Mariana veía una película antes de dormir llegó Felipe después de haber salido con sus amigos y le pidió tener relaciones sexuales. Mariana se negó, Felipe se molestó, le preguntó si estaba saliendo con alguien más o si ya no lo quería, empezó a besarla y acariciarla mientras le reclamaba, Mariana continuó explicándole que no tenía nada que ver con eso, pero él siguió, le dijo que si en verdad lo quería se acostaría con él, de lo contrario él sabría que ella lo engaña. Mariana entonces accedió para probarle que no lo engaña.

RELATO 4

José y Adriana se casaron después de pocos meses de noviazgo. La noche de la boda sería la primera vez que tendrían relaciones sexuales, sin embargo, Adriana se sentía muy cansada y le pidió a José

que esperaran al día siguiente. José se enojó, le dijo “Es tu deber”. Adriana sintió mucho temor y se limitó a no decir nada ni poner resistencia.

RELATO 5

Miguel y Karina viven juntos desde hace unos meses. Una noche, después de haber ido a cenar y bailar al regresar al departamento donde viven, empezaron a besarse y acariciarse, después de un rato Miguel le propone ir a la habitación y tener relaciones sexuales, Karina le dice que no. Él se molesta y le dice que ella lo provocó, que debe continuar con lo que empezó. Ella se siente culpable y guarda silencio.

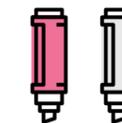
A partir del diálogo se busca identificar los elementos por los cuales no hay consentimiento, así como las diferentes formas de presión para que las mujeres digan sí o permitan ciertos comportamientos. Es necesario enfatizar que encontrarse o no en una relación de pareja no otorga un consentimiento permanente.

CONOZCO Y EJERZO MIS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

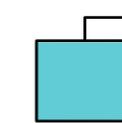


VIDEO

Presentación con los derechos sexuales y reproductivos impresa o digital



MARCADORES



CARTULINAS

La persona facilitadora presenta a los asistentes los derechos sexuales y reproductivos. Se menciona la importancia de conocerlos y respetarlos para nosotros mismos y para las demás personas. Se trata también el tema de cómo es posible que seamos vulnerados en nuestros derechos, ya que nuestro desconocimiento o acciones pueden ponernos en situaciones de riesgo a nosotros o a otras personas.

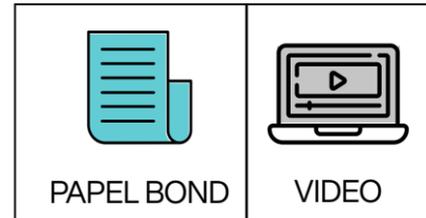
A partir de que conozcan cuáles son sus derechos sexuales y reproductivos, se les indicará que se dividan en equipos de tres hombres. Cada equipo elegirá un derecho sexual y uno reproductivo y

diseñarán un cartel para promover el ejercicio de ese derecho utilizando sus propias ideas, como dando el ejemplo de una situación, incentivando a la población a ejercer tales derechos de manera libre, o puede ser con una frase o el reconocimiento de una situación donde no se respeta alguno de los derechos. El mensaje deberá ir dirigido a otros varones de la comunidad.

La persona facilitadora estará atenta al desarrollo de cada uno de los mensajes para dar orientación en la construcción de los mensajes. Al finalizar, cada equipo presenta al grupo su propuesta de cartel explicando el concepto y el mensaje brindado.



PAPÁ, SOY GAY



Se les preguntará si tuvieron un hijo, o quisieran tenerlo, y cómo imaginarían la situación cuando les platicara que a él le gusta o siente atracción por una persona. La persona facilitadora planteará la pregunta detonadora sobre qué pasaría si su hijo les dice que le gusta otro niño.

- ¿Cómo reaccionarían? ¿Por qué?
- ¿Qué le dirían?
- ¿Cómo afectaría a su hijo lo que ustedes le dirían?

Se les mostrará el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=R7USOpNiNE4>

- ¿Qué hubiera pasado si el papá lo hubiera rechazado?
- ¿Por qué lo rechazaría?
- ¿Qué hizo bien el papá?
- ¿Qué pudo ser clave para que el papá reaccionara de esa forma?
- ¿Hay alguna edad para tratar estos temas?

A continuación se exhibirá el video: <https://www.youtube.com/watch?v=2REkk9SCRn0&t=55s>

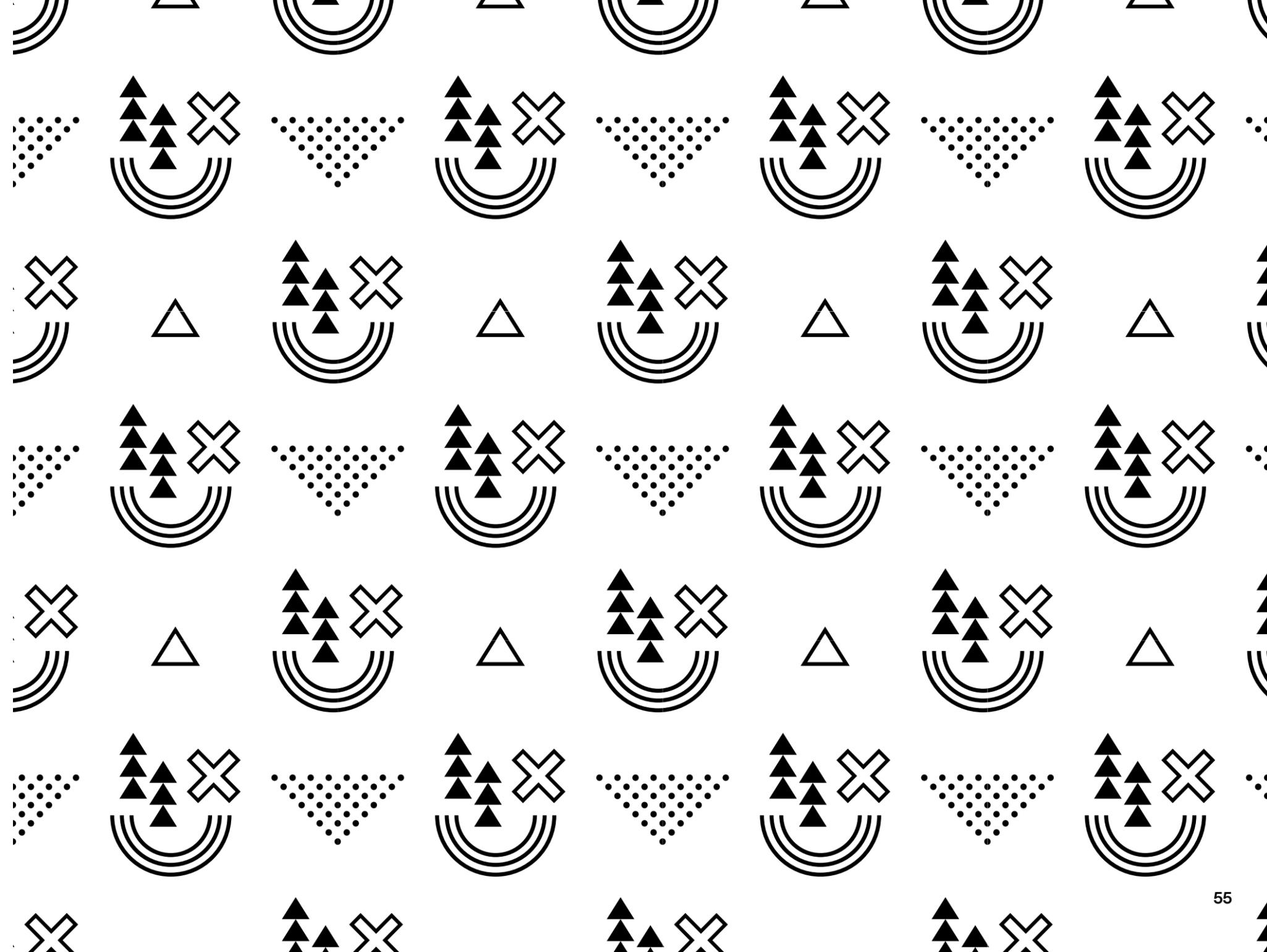
[watch?v=2REkk9SCRn0&t=55s](https://www.youtube.com/watch?v=2REkk9SCRn0&t=55s)

- ¿Qué piensan sobre el video?
- ¿Han visto historias similares entre niño-niña?
- ¿Hubiera sido diferente su percepción si hubiera sido un niño y una niña? ¿Por qué?

Al terminar la exhibición de los videos, se les repartirán las hojas de papel y la persona facilitadora les pedirá que imaginen el escenario de que su hijo salga del closet. En la hoja de papel deberán escribir una carta con el mensaje que ellos le darían, si ese fuera el caso. Se les comentará que las cartas son personales, por lo que no se divulgará su contenido.

Por último, se les preguntará lo siguiente:

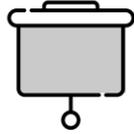
- Lo que escribimos en la carta, ¿cómo haría sentir a nuestro hijo?
- ¿Pusimos nuestros intereses, ideas u opiniones primero o la de nuestro hijo?



ACTIVIDADES SUGERIDAS

MASCULINIDADES Y VIOLENCIA

EL SECUESTRO, ¿ES AMOR?

 ROTAFOLIOS	 VIDEO	Link: https://www.youtube.com/watch?v=t8xL7w-1POZO
---	--	---

La actividad iniciará con una pregunta al grupo: ¿El secuestro es significado de amor? La persona facilitadora anotará las respuestas, y les mostrará el video en varias partes para que puedan realizar preguntas.

Parte 1. "El secuestro romantizado" (0:00 – 5:45)

- ¿Habían notado esto en las películas? ¿Qué otras pueden ser un ejemplo?
- ¿Esto pasa en la vida real?
- ¿Han escuchado algún caso de un hombre "robándose" a una mujer para casarse con ella?
- ¿Es secuestro?

Parte 2. "Ejemplos de películas y características" (13:47 – 15:15)

- ¿Estas cualidades que encontramos en las películas son violencia?

- ¿Este tipo de cualidades las encontramos en películas para niñas o niños?
- ¿Qué consecuencias tendría en nuestros hijos que entiendan el secuestro como algo romántico?
- ¿La Bella y la Bestia podría ser un ejemplo de secuestro?

Parte 3. "La Bella y la Bestia" (15:45 – 17:57)

- ¿Cambió su percepción de la película?
- ¿Qué podríamos hacer para que nuestros hijos o hijas romanticen el secuestro?
- ¿Qué podríamos decirles?



SECUESTRO DE AMOR

La persona facilitadora les compartirá las tres canciones.

SECUESTRO DE AMOR

Los Tucanes de Tijuana

Que me castigue dios
 Pero contigo
 Yo te deseo tanto
 Cuando vas a estar conmigo
 Mi corazón te quiere
 Y pregunta en sus latidos
 Me dice que por qué
 No puede estar contigo
 Voy a tener que hacer
 Algo indebido
 Para poder lograr
 Lo que tanto yo he querido
 Un secuestro de amor
 Hoy se me ha ocurrido
 Desahogará mis ansias
 Que tanto he detenido
 Te amarraré las manos
 El día del secuestro
 Y te ataré en la cama
 De mi departamento

No apagaré la luz
 Para mirar tu cuerpo
 Quiero saber que eres tú
 A quien conmigo tengo.

MÁTALAS

Vicente Fernández

Amigo qué te pasa estás llorando
 Seguro es por desdenes de mujeres
 No hay golpe más mortal para los hombres
 Que el llanto y el desprecio de esos seres

Amigo voy a darte un buen consejo
 Si quieres disfrutar de sus placeres
 Consigue una pistola si es que quieres
 O cómprate una daga si prefieres
 Y vuélvete asesino de mujeres

Mátalas
 Con una sobredosis de ternura
 Asfíxialas con besos y dulzuras
 Contágalas de todas tus locuras



COPIAS



VIDEO

Link:

Secuestro de amor: https://www.youtube.com/watch?v=wG1Yzt6_Jq8

Mátalas: <https://www.youtube.com/watch?v=RB5abKH-YME>

17 años: https://www.youtube.com/watch?v=kcKOd_wy0XI

Mátalas
 Con flores con canciones no les falles
 Que no hay una mujer en este mundo
 Que pueda resistirse a los detalles

Despiértalas con una serenata
 Sin ser un día especial llévale flores
 No importa si es la peor de las ingratas
 Que tú no eres un santo sin errores

17 AÑOS

Los Ángeles Azules

Amigo sabes acabo de conocer, una mujer que aún es una niña
 Sabes tiene los 17 aun, es jovencita y ya es mi novia
 Amigo sabes acabo de conocer, una mujer que aún es una niña
 Sabes tiene los 17 aun, es jovencita y ya es mi novia.

Amo su inocencia, 17 años
 Amo su errores, 17 años
 Soy su primer novio, 17 años
 Su primer amor

Amo su inocencia, 17 años
 Amo su errores, 17 años

Soy su primer novio, 17 años
 Su primer amor

Es callada, tímida, inocente y tiene la mirada
 Le tomo la mano y siente algo extraño
 La abrazo, me abraza y empieza a temblar
 A temblar de miedo diciéndome que nunca
 Había sentido sensación así, en su vida
 Así en su vida

¿Qué si eso es el amor?, ¿qué si eso es el amor?
 ¿Qué si eso es el amor?, ¿qué si eso es el amor?
 ¿Qué si eso es el amor?, ¿qué si eso es el amor?
 ¿Qué si eso es el amor?, ¿qué si eso es el amor?

Posteriormente, dividirá al grupo en tres equipos y a cada uno le asignará una canción, y les entregará copias con la letra de la canción correspondiente. Cada equipo deberá encontrar qué partes de las canciones pueden estar relacionadas con mitos del amor romántico. Finalmente, se les preguntará si conocen otras canciones que puedan relacionar con este tipo de acciones que promueven violencia.

CELOS Y SERIES



VIDEO

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=7aGiN-WeCY>

- ¿Han visto este tipo de situaciones en otras series de televisión?
- ¿Cómo actuó Ross ante la idea de que su novia esté trabajando con un hombre?
- ¿Cómo hizo sentir estas acciones a Rachel, la novia?
- ¿Hemos realizado este tipo de acciones?
- ¿Qué podríamos hacer si estamos en la misma situación?

Después, les pedirá que formen equipos de cuatro personas. Cada equipo realizará un sketch donde una persona actuará como Ross, y los demás actuarán como sus amigos para tratar de hacerle entender cómo sus acciones corresponden a una idea de amor romántico o pueden perjudicar su relación.

- Finalmente, les hará las siguientes preguntas:
- ¿Qué hubiera pasado si Ross hubiera seguido los consejos de sus amigos sobre los celos?
- ¿Cómo hubiera evolucionado la relación?
- ¿Cómo yo, en mi vida personal, podré actuar cuando sienta celos?

ACCIONES QUE SON VIOLENCIA



TARJETAS Y HOJAS DE COLORES CON TIPOS DE VIOLENCIA

En el centro del espacio donde se imparta el taller se colocan las hojas de colores con los tipos de violencia:

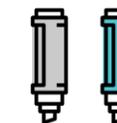
Violencia física
Violencia psicológica
Violencia patrimonial
Violencia económica
Violencia sexual

Posteriormente, la persona facilitadora reparte las tarjetas con Acciones que constituyen algún tipo de violencia y le indica a los asistentes que las coloquen debajo del Tipo de violencia al que consideran corresponde. Las tarjetas tendrán las siguientes acciones:

<p>Negligencia Abandono Celos Insultos Humillaciones Devaluación Indiferencia</p>	<p>Infidelidad Dstrucción de objetos Retención de papeles personales Retención del salario Control del salario personal Acoso</p>	<p>Violación Pellicos Golpes Patadas Cachetadas</p>
--	--	--

Cuando terminen de colocar las tarjetas en los distintos Tipos de violencia contra las mujeres, se ofrece la definición de cada una de ellas.

¿DÓNDE ENCONTRAMOS VIOLENCIA?



MARCADORES



ROTA FOLIOS

Se divide a los participantes en cinco equipos y a cada equipo se le asigna un ámbito de violencia contra las mujeres:

- Comunidad
- Institucional
- Familiar
- Trabajo
- Escuela

Cada equipo deberá anotar en los papelógrafos situaciones que consideren violencia contra hombres o mujeres y que hayan presenciado o conozcan en el espacio que les fue asignado, diferenciando al momento de anotarlas.

Cada equipo pasará a compartir sus hallazgos con el resto del grupo. Si algún participante tiene una aportación nueva podrá hacerla a fin de complementar cada uno de los ámbitos.

Al finalizar, la persona tallerista reflexionará con los asistentes en torno a las siguientes preguntas:

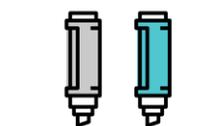
- ¿Qué sienten al presenciar violencia?
- ¿Es distinta la violencia que hombres y mujeres viven? ¿Por qué?
- ¿Creen que la violencia se justifica en algunas situaciones?
- ¿Quiénes son los agresores en el caso de mujeres y hombres en los distintos espacios?

Se cierra la actividad retomando los distintos ámbitos de la violencia y se propicia la reflexión en torno a la pertinencia de abordar la violencia contra las mujeres de manera particular, debido a que responde a causas distintas que la violencia social, en general, padecida por los varones y abordada desde una perspectiva de seguridad. Se reflexiona sobre cómo en el espacio familiar, la violencia proviene de personas cercanas a las mujeres y la preocupación por esta situación.

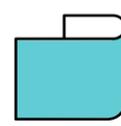




¿QUIÉNES EJERCEN LA VIOLENCIA?



MARCADORES

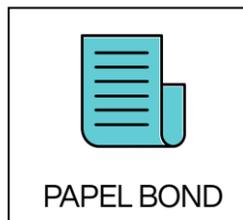


CARTULINAS

Retomando la actividad “¿Dónde encontramos violencia?”, se reflexionará en torno a quiénes son los que ejercen la violencia en los espacios señalados. La persona facilitadora guiará el diálogo a partir de las siguientes preguntas: ¿Por qué los hombres ejercen violencia en la comunidad? ¿En el hogar? ¿En los trabajos? ¿Son causas distintas?

A partir de las reflexiones generadas, se formarán equipos de seis miembros y se les pide que elaboren un cartel con mensajes que estén dirigidos a varones sobre la prevención de la violencia: ya sea una frase, una imagen o lo que consideren recomendable para concientizar a varones de la comunidad.

¿QUÉ CAMBIARÉ? ¿CÓMO ME SIENTO AHORA?



PAPEL BOND

La persona tallerista repartirá una hoja de papel a los participantes y les pedirá que recuerden alguna ocasión en que hayan sido partícipes de violencia. Se les comentará que, a partir de lo aprendido en las sesiones, piensen en qué hubieran hecho diferente; para continuar, formarán parejas y se les pedirá que compartan sus anécdotas y lo que podrían hacer diferente.

Posteriormente, se les pedirá que en la hoja redacten un plan de acción de lo que cambiarán a partir de las sesiones. Deberán de integrarlo al ámbito personal, de pareja, de familia, de amigos, laboral, etc. Se pedirá voluntarios para compartir su plan de acción y se invitará a todo el grupo a que alimenten ese plan con acciones nuevas.

Para finalizar, la persona tallerista les pedirá que compartan en grupo, de manera voluntaria, cómo se sienten después de las sesiones, si advierten que ha cambiado algo en ellos. Se buscará que puedan sentir un ambiente de confianza para hablar sobre sentimientos y su posición ante los temas.

Es importante invitarlos a continuar con su plan de acción y a que lo compartan en sus círculos.

PARA FINALIZAR LA ACTIVIDAD DE RÉPLICA

Invita a la reflexión: ¿qué piensan de los contenidos abordados?, ¿cómo les hace sentir?, ¿cambió su forma de pensar respecto de antiguas creencias que tenían?

Agradece la participación de las y los participantes en la actividad e invita a replicar alguna actividad en sus comunidades.

PARA LA SISTEMATIZACIÓN DE TU ACTIVIDAD...

Es importante que consideres esta información:

1. **Número de participantes (total)**
2. **¿Cuál es su edad?**
3. **¡Atención! Los datos personales no son necesarios.**

Pregunta:

1. **¿Les gustó la actividad?**
2. **¿Consideran que fue útil?**
3. **¿Qué mejorarían?**

¡Gracias por tu compromiso!

LAS FUENTES CONSULTADAS

- Abril, P. (2017). *Coeducación, masculinidades y prevención de la violencia en la escuela*. Lima: Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables.
- ACNUDH. “¿Qué son los derechos humanos?” Sitio web: <https://www.ohchr.org/sp/issues/pages/whatarehumanrights.aspx>
- Asociación Americana de Psicología (2011). *El camino a la resiliencia*. Washington DC. EU: APA. Sitio web: <https://www.apa.org/centro-deapoyo/resiliencia-camino>
- AWID (2004). “Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica”. *Derechos de las Mujeres y Cambio Económico*. No. 9. Ontario, Canada.
- Bari, F. (2005). *Women’s Political Participation: Issues and Challenges*. United Nations.
- Bellido, H. (2014). *Violencia de género en población adolescente*. Guía para profesionales de la educación. Alicante, España: Excma. Diputación de Alicante, Unidad de Igualdad.
- Berbel, S. (2008). *Liderazgo desde una perspectiva feminista*. Escuela abierta de feminismo.
- Campos, A. (2007). *Así aprendimos a ser hombres*. Costa Rica: OSA.
- CEPAL (2011). *Observatorio de Igualdad de Género en América latina y el Caribe "Informe anual 2011: El salto de la autonomía, de los márgenes al centro"*. Santiago de Chile: CEPAL.
- Cervantes, F. (coord.) (2006). *Promoviendo la cultura del buentrato. Guía metodológica*. México: Indesol-Pfizer-Inmujeres-CNDH.
- CNDH (2018). *Diversidad sexual y derechos humanos*. CDMX: CNDH.
- CNDH. “¿Qué son los derechos humanos?” Sitio web: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos>
- Cobo, R. (1995). *Fundamentos del patriarcado moderno*. Jean J. Rousseau, Madrid: Ed. Feminismos.
- CONAPRED (2012). *Guía de acción pública contra la homofobia*. CDMX: CONAPRED.
- CONAPRED (2015). *Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje*. CDMX: SEGOB-CONAPRED.
- CONAVIM (2011). *Manual para el uso no sexista del lenguaje*. CDMX: CONAVIM.
- CONAVIM. “¿Sabes en qué consiste la #Violencia obstétrica?” En: <https://www.gob.mx/conavim/articulos/sabes-en-que-consiste-la-violencia-obstetrica?idiom=es>
- Conway, J., Bourque S. y Scott J., (1996). “El concepto de género”. En: *El género: La construcción cultural de la diferencia sexual*. Marta Lamas (comp.).
- Crawford, M., & Popp, D. (2003). “Sexual double standards: A review methodological critique of two decades of research”. *Journal of Sex Research*, 40.
- Cultura Salud. (2010) *Hombres Jóvenes por el fin de la Violencia. Manual para facilitadores y facilitadoras*. Santiago de Chile: CulturaSalud/EME.
- De la Peña Palacios, E. M. (2009). *Guía para jóvenes sobre prevención de la violencia de género*. Canarias, España: Instituto Canario de la Mujer.
- De la Peña, E. (2007). *Fórmulas para la igualdad*. Fundación Mujeres.
- Diéguez, K. L., Sueiro, E., & López F. (2003). “The Sexual Double Standard y variables relacionadas”. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 67/68.
- DOF (2007). *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia*. México. En: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/Ley_General_de_Acceso_de_las_Mujeres_a_una_Vida_Libre_de_Violencia.pdf.
- Domínguez, J.; Otero, J. (coord.), (2018). *Guía didáctica. Construyendo feminidades y masculinidades alternativas, diversas e igualitarias*. Bilbao: UNESCO.
- Elósegui, M., Glez. M. T., Gaudó, C., (2002). *El rostro de la violencia: más allá del dolor de las mujeres*. España: Icaria.
- Facio, A. (2006). CEDAW en 10 minutos. Distrito Federal: Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM).
- Facio, A., (2011). “Viena 1993, cuando las mujeres nos hicimos humanas”. *Pensamiento iberoamericano*, núm. 9, pp. 3-20.
- Faur, E. (2004). *Masculinidades y desarrollo social*. Bogotá: UNICEF.
- Felstead, A., Jewson, N., Phizacklea, A. y Walters, S. (2002): “Opportunities to work at home in the context of work-life balance”, *Human Resource Management Journal*, Vol. 12(1).
- Fernández, M. y Allyón, R. (2014). *Machismo no es destino. Manual de prevención de violencia contra las mujeres para niñas y niños de primaria*. CDMX: GENDES.
- Fundación Mujeres (2007). *Fórmulas para la igualdad*. Córdoba: Mancomunidad de Municipios Valle del Guadiato.
- Garda, Roberto (2014). “Estudios de las masculinidades: esperanza y temor”, en *Masculinidades por la igualdad de género, Dfensor. Revista de Derechos Humanos*. Número 3, marzo 2014. México. En https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2015/05/DFensor_03_2014.pdf.
- GIZ-Cercapaz (2014). *Transformación de conflictos mediante el diálogo*. Bogotá: Cercapaz.
- Gobierno del DF (2008). *Tu futuro en libertad. Por una sexualidad y salud reproductiva con responsabilidad*. Distrito Federal: Gobierno del DF.
- Grotberg, E. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Washington D.C.: Civitan International Research Center, University of Alabama at Birmingham, ERIC Reports.
- Hausmann, R., Laura D., Saadia Z. *The Global Gender Gap Report 2012*. Ginebra: Foro Económico Mundial.
- Heilman, B., Barker, G. y Harrison, A. (2017). *La caja de la masculinidad: un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México*. Washington DC y Londres: Promundo-US y Unilever.
- Heise, Lori (1994). *Violencia contra la mujer. La cara oculta de la salud*. Washington: Programa Mujer, Salud y Desarrollo–Organización Panamericana de la Salud (OPM).
- Hidalgo, I. (2012). *Masculinidades y cultura de paz. Fomentando la equidad de género*. Quito: Servicio Paz y Justicia-Comité Ecuménico de Proyectos.
- Incháustegui, T.; Olivares, E. (2011). *Modelo ecológico para una vida libre de violencia de género*. CDMX: Inmujeres.
- INE (2016). *Derechos de las mujeres de pueblos indígenas: Agendas y Liderazgos*. CDMX: INE-ILSB.
- Instituto Aguascalentense de las Mujeres. *Manual del taller: Sexuali-*

- dad. Aguascalientes: Instituto Aguascalentense de las mujeres.
- Instituto Andaluz de la Mujer (2014). *Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género*. Andalucía: Instituto Andaluz de la Mujer.
 - Instituto DMAH (2020). *Guía Básica del buen aliado*. Instituto DMAH.
 - Instituto de la Mujer Oaxaqueña (2009). *Protocolo para la Atención Psicológica de los Casos de Violencia de Género contra las Mujeres*. Oaxaca: Instituto de la Mujer Oaxaqueña.
 - Instituto Internacional de Investigaciones y Capacitación de las Naciones Unidas para la Promoción de la Mujer (INSTRAW) (2004). *UNESCO GENIA Toolkit for Promoting Gender Equality in Education (Guía práctica para la promoción de la Igualdad de Género en la Educación)*; y el módulo de formación CIF-OIT: *introducción al análisis de género y a los indicadores de género*, Campus de Género, 2009.
 - Izquierdo, M. (2013). "La construcción social del género". En Díaz, C, y Dema, S. *Sociología y género*. Madrid: Editorial Tecnos.
 - Jiménez, P. (1999). *Materiales didácticos para la prevención de la violencia de género Educación para Personas Adultas*. Málaga: Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.
 - Lagarde, M. (1990). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. CDMX: Universidad Nacional Autónoma de México.
 - Lagarde, M. (2001). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Madrid: Editorial Horas y Horas.
 - Lagarde, M. (2005). *Vías para el empoderamiento de las mujeres*. Valencia: Agrupación para la Igualdad en el Metal.
 - Laguna M. (2018). *Manual y caja de herramientas de perspectiva de género para talleres comunitarios*. CDMX: FAO.
 - López, A.; Quesada, S. (2001). *Material de apoyo en Salud Sexual y Reproductiva con enfoque de género*. Uruguay: Centros de Atención a la Infancia y a la Familia (CAIF) y Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA).
 - López, R y Carmona, P. (2014). "Paternidades integrales, un llamado a transformar el significado de la paternidad". *Revista Dfensor*. Número 3, Año XII, pp. 17-22.
 - Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona: Gedisa.
 - Mitchel, R.; Londoño, L.; Martel, F.; Hitter, A. (2014). *Caja de herramientas de género*. Québec: OXFAM.
 - Murcia, R. D. (2013). Unidad Didáctica "Prevención de la Violencia de Género en Jóvenes y Adolescentes". Murcia: Consejería de Presidencia.
 - N/a (2018). *Glosario sobre No violencia, Paz y buentrato*. España: UNICEF.
 - Olamendi, P. (2012). *Modelo de atención a mujeres en situación de violencia, sus hijas e hijos*. Toluca: Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social.
 - Olivares, C. (1997). *Glosario de términos de crítica literaria femenina*. CDMX: El Colegio de México.
 - OMS (2006). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*. Ginebra: HRP.
 - ONU Mujeres. (2015). *Cuaderno de trabajo Los Derechos Políticos de las mujeres y cómo defenderlos*. México: ONU Mujeres, SUMA.
 - ONU Mujeres (2016). *Profundicemos en términos: Guía para periodistas, comunicadoras y comunicadores*. Guatemala: ONU Mujeres.
 - ONU Mujeres (2019). *Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos*.
 - ONU Mujeres (2019). "Dejemos de Hacerlo: Campaña para prevenir el acoso sexual en espacios públicos". En <https://mexico.unwomen.org/es/noticias-y-eventos/articulos/2019/11/dejemos-de-hacerlo>
 - ONU-DH (2014). "Derechos sexuales y reproductivos". En https://www.hchr.org.mx/index.php?option=com_k2&view=item&id=622:-derechos-sexuales-y-reproductivos&Itemid=268
 - OXFAM. "5 ejemplos de desigualdad entre hombres y mujeres". En <https://blog.oxfamintermon.org/5-ejemplos-de-desigualdad-entre-hombres-y-mujeres/>
 - Paz, J. (2014). *Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren de violencia de género*. Andalucía: Instituto Andaluz de la Mujer.
 - Peña, E (2011). *Sexismo y violencia de género en la juventud andaluza: resultados y recomendaciones*. Sevilla: Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. Junta de Andalucía.
 - Pérez, Y. (2016). "Consentimiento sexual: un análisis con perspectiva de género". *Rev. Mex. Sociol.* Vol. 78 no. 4. México, oct./dic. 2016.
 - PNUD (2018). *Manual Formativo en Prevención y Resolución de Conflictos*. Honduras: PNUD.
 - Ramírez, J y Cervantes J. (coords.) (2013). *Los hombres en México: Veredas recorridas y por andar. Una mirada a los estudios de género de los hombres, las masculinidades*. Guadalajara: CUCEA-AMEGH.
 - Patrick M. Reilly, Michael S. Shopshire (2002). *Programa para el manejo del enojo en pacientes con problemas de abuso de sustancias y trastornos de salud mental*. U.S Department of Health and Human Services. En: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Anger%20Management%20Cognitive%20Behavioral%20Therapy%20Manual%20Spanish%20version.pdf>.
 - Roca, E., (2003). *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional*, Valencia: ACDE Ediciones.
 - Rodrigues, R.; Cantera, L. (2017). "Violencia en la pareja: el rol de la red social". *Arq. Bras. Psicol.* Vol. 69. no. 1. Rio de Janeiro.
 - Salvador, L. (2015). "Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as". *Journal of Feminist, Gender and Women Studies* 1: 103-113, Enero/January 2015.
 - Sánchez, M.; Gómez, C.; Pardo, J. C. (2007). *Guía para la formación en Derechos Sexuales y Reproductivos*. Defensoría del Pueblo, Profamilia y Organización Internacional para las Migraciones.
 - Sheppard, C. (2011). "Multiple Discrimination in the World of Work". *Working Paper*. No. 66, Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo.
 - Sierra, J. C., Costa, N. y Ortega, V. (2009). "Un estudio de validación de la Double Standard Scale y la Rape Supportive Attitude Scale en mujeres brasileñas". *International Journal of psychological Research*, 2(2).
 - Sluzki, C. E. (1996). *La red social: Frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gedisa.
 - Solórzano, I., Reyes, R., Mendoza, D., Hernández, S., Rocha, O. y Vlahovicova, K. (2018). *Masculinidades y violencias en Nicaragua*. Managua: Puntos de Encuentro.
 - Soto, D (2013). *Mujer y trabajo, una mirada desde los proyectos de vida*. Chile: Universidad de Chile.
 - Suárez, M. (coord.) (2016). *Glosario de la diversidad sexual, de género y características sexuales*. CDMX: CONAPRED.
 - UNFPA (2017). *Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud*

joven. Proyecto MEX0647A Fortalecimiento de la Política Pública para las y los Jóvenes Mexicanos. México: UNFPA, Sedesol, SEP, IMJUVE.

- UNFPA-PNUD-OMS (2018). *Pensando en género. Marco conceptual para la administración de justicia con enfoque de género*. Perú: Fondo editorial del Poder Judicial.
- UNICEF (2011). *Breve reseña de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer para adolescentes*. New York: UNICEF.
- UNIFEM (2001). *CEDAW edición simplificada*. CDMX: Oficina Regional para México, Centroamérica, Cuba y República Dominicana.
- Villanueva-Egan, L. (2010). "El maltrato en las salas de parto: reflexiones de un gineco-obstetra". En *Revista CONAMED*, vol. 15, núm. 3.
- Villellas, M. (2010). *La participación de las mujeres en los procesos de paz*. Las otras mesas. Barcelona: Institut Català Internacional per la Pau.
- VV.AA. (2001). *Feminismos: Debates teóricos contemporáneos*. Madrid: Alianza Editorial.







Iniciativa Spotlight



@SpotlightAmLat

www.spotlightinitiative.org/es/mexico

