

Hombres y familias:

UN MANUAL EDUCATIVO PARA REFLEXIONAR SOBRE
LAS RECONFIGURACIONES DE LAS FAMILIAS, LAS RELACIONES
DE GÉNERO Y GENERACIONALES

Autores: Armando Javier Díaz Camarena, Hernando Hernández-Nava,
Luis Gerardo Ayala Real, Benno de Keijzer Fokker
México: 2025

*Hombres construyendo
relaciones democráticas*



GOBIERNO DE
MÉXICO

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA



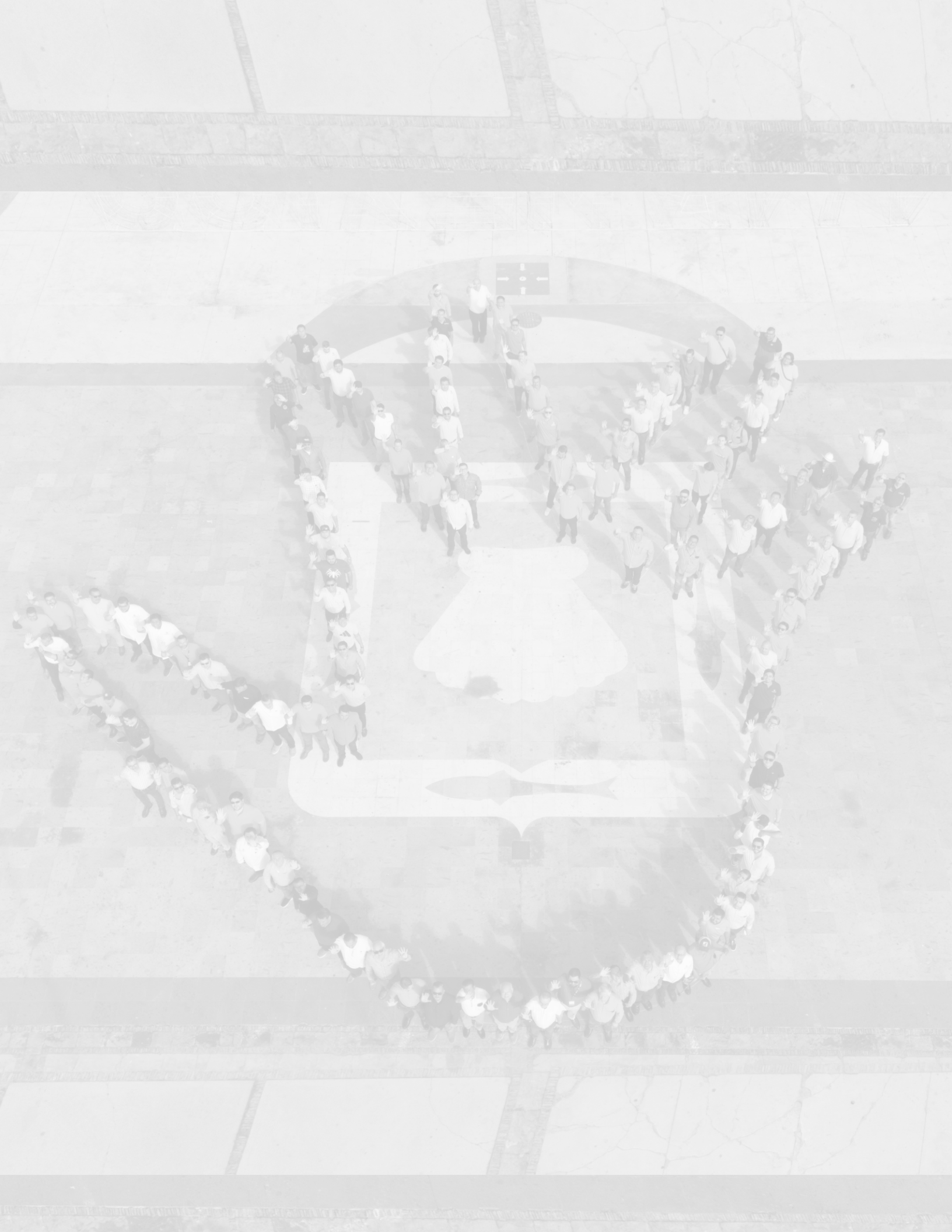
SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



GOBIERNO DEL ESTADO DE
BAJA CALIFORNIA SUR

DIF
BCS





**UN MANUAL EDUCATIVO PARA REFLEXIONAR SOBRE LAS
RECONFIGURACIONES DE LAS FAMILIAS, LAS RELACIONES DE GÉNERO
Y GENERACIONALES**

Hombres Construyendo Relaciones Democráticas

**Armando Javier Díaz Camarena, Hernando Hernández-Nava, Luis
Gerardo Ayala Real y Benno de Keijzer Fokker**

Gobierno del Estado de Baja California Sur

Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia

Instituto Sudcaliforniano de las Mujeres

Universidad Autónoma de Baja California Sur

Instituto Sudcaliforniano de Cultura

Es proyecto ha sido posible gracias al financiamiento del Instituto Sudcaliforniano de las Mujeres, la Universidad Autónoma de Baja California Sur, la gestión del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia y la colaboración del Instituto Sudcaliforniano de Cultura.

**D.R. © Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia
Carretera Transpeninsular al norte KM 4.5
Col. Conchalito, C.P. 203090, La Paz, Baja California Sur**

Primera edición: 2025

ISBN: 978-607-69332-1-3

Edición: Instituto Sudcaliforniano de Cultura

Diseño de portada: Instituto Sudcaliforniano de Cultura

Fotografía: Administración Portuaria Integral de Baja California Sur

Hecho en México

Índice

Parte I

Un homenaje postumo a la Dra. Beatriz Schmukler	4
Dedicatoria	6
Presentación	7
Introducción	9
Objetivos	13
Metodología para implementar talleres	13

Parte II

Cartas metodológicas para abordar los temas en cada sesión	22
1. Los costos de la caja de la masculinidad	24
Técnica 1.1. Paseo familiar	25
Técnica 1.2. Mandatos, privilegios y costos de la masculinidad	29
2. Poder, violencias masculinas y familias	32
Técnica 2.1. Personas y cosas	34
Técnica 2.2. Tendedero de violencias	35
3. Vínculos afectivos y sexualidad	43
Técnica 3.1. Descubrir la sexualidad	45
Técnica 3.2. Respetar en las relaciones	47
Técnica 3.3. Círculo de la diversidad	51
4. De la paternidad a los cuidados en las familias	61
Técnica 4.1. Carta al padre	62
Técnica 4.2. Esculturas de papás o cuidadores	65
Técnica 4.3. Me cuido-te cuido	67
5. La implicación de los hombres en la transformación social	68
Técnica 5.1. Compromiso en acción	71
Técnica 5.2. La ruleta del conocimiento	73

Parte III

Bibliografía	78
--------------	----

Un homenaje póstumo a la Dra. Beatriz Schmukler

Las violencias sociales, de género, etarias y familiares encuentran en esta serie de cuatro libros: Familias Construyendo Relaciones Democráticas, Hombres Construyendo Relaciones Democráticas, Juventudes Construyendo Relaciones Democráticas y niñas, niñas Construyendo Relaciones Democráticas una herramienta didáctica para informar, prevenir y reducir estas violencias desde los ámbitos comunitario, político, familiar y gubernamental. En esta ocasión, presentamos el libro Hombres Construyendo Relaciones Democráticas de Armando Javier Díaz Camarena, Hernando Hernández-Nava, Luis Gerardo Ayala Real y Benno de Keijzer Fokker, el primero editado con este propósito, gracias al compromiso y apoyo de las instituciones participantes.

Estos materiales han sido diseñados para impulsar acciones preventivas mediante la generación colectiva y reflexiva del conocimiento, que permita gestionar, comprender y transformar aquellas conductas que reproducen desigualdades entre géneros y generaciones, que suelen desembocar en distintas formas de violencia sexogenérica que deben ser enfrentadas en conjunción con la sociedad y las instituciones públicas correspondientes. Se trata de fomentar un ejercicio del poder consensuado, integrador, empático y basado en la escucha, capaz de transformar las experiencias cotidianas en nuestra sociedad.

Gracias al enfoque de Reflexión–Acción, Construyendo Relaciones Democráticas que hemos desarrollado en este ejercicio colectivo, podemos trabajar para implementar estas estrategias didácticas en nuestras comunidades, familias, espacios laborales, educativos y en el servicio público. Este enfoque no requiere una profesión específica, se adapta a contextos de movilidad laboral, exige pocos recursos materiales, y cuenta con un diseño pedagógico adecuado al desarrollo temático, atento a los tiempos y propósitos. El objetivo central de estos textos es producir conocimiento capaz de desconstruir las violencias mediante el diálogo colectivo.

Desde luego, como en todo proceso formativo, se necesita voluntad informada para llevarlo a cabo. Nada que se impone genera una comunicación genuina. Si algo nos moviliza en esta etapa de

transformación en México es el deseo de una mejor calidad de vida, que no se alcanzará si no reducimos estas violencias mediante el ejercicio respetuoso del poder para construir comunidades libres de violencias sexogénicas allí donde nos encontremos.

Poner en primer plano la visión gubernamental de voltear a ver en México, el sistema de cuidados interno y externo, nos lleva necesariamente a que las relaciones familiares, y a las políticas de gobierno se signifiquen por encontrar y proponer instrumentos para que el trato y la comunicación se vayan distinguiendo por la escucha, el entendimiento y el buen trato.

A Beatriz Schmukler le tocó vivir esta historia transformadora desde Querétaro y, en sus últimos años, desde Argentina. Ella siempre estuvo presente. Nos acompañó, orientó, se reunió con el equipo de trabajo cada semana, incluso participó a la distancia en los dos primeros diplomados que realizamos. Hasta el final de sus días, compartió sus saberes y entusiasmo, animándonos a construir una escucha activa generadora de conocimiento. Al frente de un equipo de especialistas, dejó al menos seis cuadernos de trabajo —dirigidos a Hombres, Mujeres, Jóvenes, Familias, Niños y Niñas, Madres, Padres e Hijos— todos disponibles gratuitamente en línea. Estas obras fueron fuente de inspiración para el nuevo ejercicio que hoy presentamos y que consolida su legado en la construcción de relaciones sociales, familiares y amorosas más democráticas.

El trabajo que encabeza el profesor Víctor Manuel Castro Cosío como gobernador de Baja California Sur se ha orientado a reducir de forma persistente y focalizada los indicadores de violencia de género, a través de la estrategia “Párale a la Violencia” como parte de las tareas del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia; identificamos en este enfoque democratizador una gran oportunidad. Estas publicaciones dan testimonio de nuestra convicción compartida y del valioso aporte de las y los autores de toda la serie: Lorella Castorena Davis, Héctor Domínguez Ruvalcaba, Pablo Deng Chiw Díaz, Gerardo Ayala Real, Hernando Hernández Nava, Benno de Keijzer, Armando Díaz, Gracia González Gijón, Zoraida Cárdenas Ramos, Francisca Ruiz Garzón, Nazaret Martínez Heredia, Carmenza Sánchez Quintero.

M. en C. PATRICIA I. LÓPEZ NAVARRO

Dedicatoria:



En memoria de la **Dra. Beatriz Shmukler**, quien ha sido nuestra maestra en este enfoque de pensamiento-acción, para implicarnos como hombres desde la responsabilidad y congruencia en la transformación democrática de nuestras familias. Gracias, querida Bety, por habernos regalado la metodología de diálogos corresponsables, que nos permitieron explorar en lo profundo de nuestros deseos y a revisar nuestros malestares para poderlos dialogar entre todas, todos y todes. Te llevamos en el corazón, siempre.

Presentación

Este cuadernillo es una herramienta didáctica diseñada para trabajar con grupos de personas jóvenes y adultas con la finalidad de generar reflexiones y acción para construir la democratización familiar. Tiene como eje articulador de análisis las identidades y prácticas de género de los hombres y las masculinidades en el contexto de los cambios de las relaciones familiares. Además, tiene su antecedente en el Manual realizado en 2010 por De Keijzer y Ayala Hombres participando en la democratización de las familias.

Esta es una propuesta de trabajo basado en la pedagogía crítica y tiene como principios rectores la perspectiva de género y la democratización familiar, de manera que contribuya a transformar las relaciones de género y generacionales. Se abordan temas como la masculinidad como sistema de organización social basado en la dominación y su impacto (costos) en la salud y bienestar; la corresponsabilidad y ejercicio de paternidades y cuidados democráticos, la prevención de las violencias basadas en género, el respeto a la dignidad en las relaciones sexoafectivas, la inclusión de la diversidad sexogenérica en la reflexión de las familias, y la implicación de los hombres en la transformación social.

El material ha sido elaborado por un equipo de educadores que pertenecemos a la Red Nacional de Masculinidades Cómplices por la Igualdad y que estamos comprometidos con la construcción de la justicia social de género a través de cuatro ejes: el cambio cultural que justifica las desigualdades basadas en el género, la corresponsabilidad en los cuidados aumentando la participación de los hombres en estas necesarias acciones para la vida, la promoción de la responsabilidad de los hombres en el cuidado de su salud integral (física, sexual y mental), así como el desarrollo de una actitud proactiva en la prevención de la violencia de género contra las mujeres y las disidencias sexogenéricas desde un eje de responsabilidad (Carmona y Esquivel, 2018)

Nuestra intención es que los equipos y personas facilitadoras que utilicen este cuadernillo tengan elementos teóricos y prácticos suficientes para implementar las actividades que se sugieren a la luz que representan las profundas transformaciones de nuestras familias mexicanas y, concretamente las de Baja California Sur. Para ello es

necesario que conozcan las actividades, que vivan los ejercicios y los procesos, que se documenten con los materiales que recomendamos para fortalecer sus conocimientos y capacidades de manejo de los temas en los grupos. Principalmente, nos interesa que trabajen en sí mismas/os y en sus grupos para fomentar actitudes favorables a la igualdad de género, la democracia familiar, el bienestar social y una vida libre de violencia de género.

Introducción

El enfoque de democratización familiar para la prevención de la violencia de género es un modelo conceptual propuesto por la socióloga feminista Dra. Beatriz Schmukler, que parte de tres premisas fundamentales que tienen como antecedente la teoría social y la teoría de género: 1) Ambas teorías coinciden en pensar a la sociedad en dos dimensiones, el ámbito público y el ámbito privado. 2) La organización social está presentando cambios a nivel global, específicamente en las relaciones de género al interior de las familias; esto es, la disputa por el poder y la autoridad y, por último, 3) la violencia que se produce por razones de género se puede prevenir desde una dimensión microsocia, como es la familia, con la intención de tener un impacto a nivel macrosocia.

Schmuckler identifica que, desde 1975, el movimiento feminista y de mujeres comenzó a tener un mayor nivel de incidencia en las políticas de Estado en diversos países del mundo. En ese año se llevó a cabo la primera Conferencia Internacional de la Mujer en nuestro país, centrándose en los temas del impacto que tienen las guerras específicamente en las mujeres, las infancias y las dinámicas de las familias, así como en la feminización de la pobreza y la importancia de incentivar que las mujeres aumenten sus niveles educativos.

En el año de 1979 se aprobó la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW); en 1980, la segunda conferencia de la mujer en Copenhague, se habló por primera vez de la violencia contra las mujeres en el ámbito doméstico y de la importancia del trabajo con hombres para eliminar esta práctica dañina. En 1985 se llevó a cabo en Nairobi, en el continente africano, la Tercera Conferencia de la Mujer y, finalmente, la Cuarta Conferencia Internacional de las Mujeres en Beijing, China, donde se impulsó la Plataforma de Acción de Beijing, como un momento clave para impulsar las políticas públicas desde los estados firmantes para la institucionalización y transversalización de la perspectiva de género (Schmukler, 2020).

Desde entonces, han sido al menos cuatro conferencias internacionales donde se ha impulsado la agenda política de las mujeres, a través de las cuales se han planteado un conjunto de metas y objetivos de los Estados parte, quienes se comprometen realizar los

esfuerzos desde sus gobiernos y recursos financieros para este fin. En este contexto se inserta el pensamiento de Schmukler sobre la importancia de incidir en las políticas públicas de los diferentes estados de la República mexicana (Schmukler y Alonso 2009), en especial aquellas relacionadas con las familias, para promover desde esta dimensión una vida democrática a partir de cuatro ejes:

- 1. Simetría de poderes**
- 2. Autonomía**
- 3. Derechos humanos**
- 4. Conversación**

Algunos cambios que se han presentado en las familias y que han derivado en situaciones de tensión y crisis son los siguientes:

Cambio en la organización económica: los hombres solían ser proveedores únicos del hogar, lo que les colocaba en una posición en las relaciones de poder con mayor autoridad moral para tomar decisiones, con frecuencia desde la imposición. Hoy día existe un aumento importante de las mujeres en el mercado laboral, debido, entre otras cosas, a que han aumentado sus niveles educativos y su deseo personal ha dejado de ser exclusivamente la maternidad, lo que ha reconfigurado las dinámicas de poder y autoridad en las familias.

Disminución de la natalidad: el número de hijas e hijos por familia ha reducido significativamente; buen número de familias tienen un solo hijo o hija, incluso, se está optando por la no paternidad o maternidad; en contraste, hace cinco décadas el número de hijos por familias ascendía hasta 5 u 8 hijos/as, lo que impactaba en la economía de los hogares y en el trabajo de cuidados para las mujeres.

Cambio en la legislación en materia de derechos humanos: tanto la violencia contra las mujeres, como el maltrato contra niñas y niños, dejó de ser un asunto del orden privado para configurarse como un problema público que requiere intervención del Estado a través de políticas públicas para prevenir, atender, sancionar y erradicar. De igual manera, con relación a la discriminación hacia las personas de las disidencias sexogenéricas, sus luchas por el reconocimiento de derechos han sido incorporadas en nuestros instrumentos jurídicos nacionales.

Aumento en la autonomía de las mujeres: su participación en el mercado laboral aumentó su autonomía económica, reduciendo su dependencia de los varones; la mejora tecnológica y jurídica en materia de derechos reproductivos mejoró su autonomía sexual y ambos elementos, aunado a una difusión cultural sobre la agencia de las mujeres, ha aumentado la autonomía física.

Mayor visibilidad y reconocimiento social del movimiento feminista: esto se ha traducido en cambios discursivos y de prácticas de las mujeres, tanto en sus hogares como en el ámbito laboral, educativo y político, incluso en sus vínculos más íntimos, así como en las representaciones sociales de las mujeres que trascienden el modelo de la mujer madre/esposa.

Estos cambios han producido tensiones al interior de las familias, pues las relaciones de poder se han modificado. Para Schmukler es indispensable que las dimensiones antes citadas se trabajen en el ámbito microsociales desde las políticas públicas y las pedagogías vivenciales para la reflexión-acción; esto tendrá efectos en un largo plazo en el ámbito macrosocial, puesto que se cambiarán las normas sociales relacionadas con una estructura de género opresiva, rechazando la violencia como una forma legítima de afrontamiento de conflictos, reconociendo a éstos como inherentes a la convivencia humana y, por tanto, como una oportunidad para el crecimiento y la transformación hacia una democracia familiar.

Finalmente, la agencia y participación política de las mujeres no será vista como una amenaza para los varones; la violencia no será tampoco una forma legítima de crianza contra niños, niñas, jóvenes y ancianos, encontrando gran rechazo social y la discriminación contra las personas gay, lesbianas, bi, trans, intersexuales y queer deberá ser erradicada desde nuestras convivencias familiares.

Por lo tanto, es indispensable la prevención de la violencia en las familias a través del modelo de la democratización familiar, no únicamente racionalizar los cambios en las normativas, sino reconocer a partir de los diálogos generativos y corresponsables, dos asuntos muy relevantes: primero, acerca de los malestares subjetivos que nos producen los mandatos de masculinidad y feminidad en la forma en la que nos vinculamos con otras personas y, segundo, explorar en los

deseos la forma en la que nos vincularnos, buscando nombrar aquellos que nos han sido negados para nuestro pleno desarrollo humano.

Este manual que tienes en tus manos es una guía para que puedas recrear las técnicas educativas de acuerdo con tu propio estilo, experiencia y condiciones territoriales y culturales, teniendo en cuenta todos los anteriores elementos, tanto contextuales, políticos, epistemológicos, pero también éticos y de un profundo deseo de generar cambios positivos en las familias del estado de Baja California Sur y de nuestro querido país azotado por diferentes formas de violencia.

Objetivo general del manual

Favorecer espacios de reflexión-acción con personas jóvenes y adultas desde el enfoque transformador en masculinidades, sobre los cambios en las relaciones familiares asociados al avance de los derechos humanos de las mujeres, mayor visibilidad de las disidencias sexogenéricas en nuestra sociedad mexicana y un desvanecimiento del patriarcado como sistema de organización social.

Metodología para implementar talleres 1

¿Cómo utilizar este manual?

En este documento se ofrece una carta metodológica para cada una de las sesiones en que se abordan los temas del taller. Es importante seguir la secuencia de contenidos temáticos porque al inicio se presentan los temas básicos necesarios para comprender cuestiones de género y masculinidades; después los contenidos clave para la construcción de relaciones democráticas en términos de género y generacionales, y al final, aquellos necesarios para fortalecer el compromiso de los varones con el cambio personal y colectivo. En la carta metodológica para cada sesión se incluyen los componentes siguientes:

1. Una breve introducción teórica para orientación de la persona facilitadora y la delimitación del objetivo específico a cumplirse en la sesión.
2. Una descripción de las técnicas educativas sugeridas. Se especifican el ejercicio de inducción, el proceso de aplicación de las técnicas vivenciales y participativas con las que se aborda el tema central de la sesión, así como puesta en común y reflexión colectiva de construcción de saberes.
3. Se agrega una serie de recomendaciones para que la persona facilitadora logre un adecuado desarrollo de la sesión.
4. Se brindan recomendaciones bibliográficas que serían deseables que la persona facilitadora pudiera revisar, previo a

¹ Una versión previa de contenido sobre esta metodología se puede encontrar en Díaz, A. (2008) *Hombres, conciencia y encuentros. Modelo para la salud integral de hombres gay y hombres que tienen sexo con hombres (hsh)*. Grupo Diversidad Sexual/CENSIDA.

la facilitación del taller para un mejor desempeño y claridad en los objetivos propuestos, así como que conozca mejor los conceptos e información clave relacionados con el tema.

¿Qué es un taller?

El esquema de trabajo educativo que se propone desde la metodología del taller tiene sus fundamentos pedagógicos en la educación popular desarrollada por el educador brasileño Paulo Freire (2000), quien criticaba la forma tradicional de la educación, cuyo performance pedagógico colocaba a un sujeto con un supuesto saber que “deposita” su amplio conocimiento sobre el educando, quien no lo tiene; a este acto le llamó “educación bancaria”. En otras palabras, se reconoce que el acto educativo está enmarcado en una relación de poder-saber, que implica la legitimidad de ciertos conocimientos académicos, sobre otros conocimientos empíricos que le son propios a los sujetos que participan en una actividad educativa. Es por eso que un principio ético en este trabajo es construir una relación horizontal con las personas que participan en las actividades, donde se reconozcan sus saberes previos y tengan un lugar privilegiado sus preguntas, y la construcción de conocimiento situado; esto es, lo que se produzca del diálogo entre todas las personas que participan en él reconociendo su historia, tanto personal como comunitaria, así como la relación que tienen con el territorio en el que se trabaja.

Los talleres son intervenciones educativas para el aprendizaje que se desarrollan a través de técnicas participativas, reflexión colectiva y actividades vivenciales; es decir, que facilitan la comprensión de fenómenos a partir de experiencias guiadas. En los talleres, las actividades se organizan de manera secuencial y progresiva para revisar contenidos y abordar problemáticas cada vez con mayor profundidad. Las técnicas son actividades en las que las y los participantes van trabajando de manera conjunta en la construcción del conocimiento del tema. Los contenidos y las actividades se organizan para que a lo largo de la intervención se produzca una creciente toma de conciencia y comprensión de la complejidad de los fenómenos sociales, además de ir tejiendo un compromiso personal y una alianza colectiva para construir el cambio en las prácticas y discursos relacionados al tema que se aborda.

Acuerdos de trabajo para la participación en talleres

En los talleres se movilizan perspectivas de la realidad, discursos y emociones. Por lo que es importante establecer una serie de lineamientos, desde que se inicia el taller para que el grupo trabaje de manera eficiente, y desde el respeto a la dignidad humana. Sugerimos que desde el inicio del taller se propongan los acuerdos siguientes como punto de partida y se enriquezcan con otras propuestas de acuerdos generadas por el grupo.

Puntualidad y permanencia. Es importante que las y los participantes estén presentes durante todo el tiempo y en todas las actividades, pues cuando se retiran en algunas sesiones o momentos pueden quedar con vacíos de información y que no comprendan algunas cuestiones que se hayan discutido. Las ausencias pueden hacer que se vuelva difícil tratar los temas más complejos del programa y dificultar la construcción de un clima de confianza que permita lograr una participación con involucramiento pleno. En algunos casos, no se recomienda que las personas se incorporen a alguna técnica que ya inició.

Participación activa. Los talleres se fundamentan en el diálogo, el análisis colectivo y la experiencia personal; por lo que es necesario que cada persona se involucre en las actividades consideradas en los ejercicios y que aporte sus reflexiones y acompañamiento al grupo.

Disposición a dialogar, escuchar y compartir. Muchas de las actividades de los talleres implican compartir experiencias y puntos de vista, esto requiere que las personas estén dispuestas a hacerlo y también a escuchar con respeto y comprensión el punto de vista de las y los demás. Dialogar implica reconocer que las demás personas podrían tener la razón cuando no coincidimos, y que no tenemos derecho a imponer nuestras creencias y valores personales.

Respeto. Tiene que ver con establecer una relación de valoración mutua y de evitar comportamientos invasivos como juicios, burlas, críticas personales o ataques verbales en contra de las demás personas, especialmente cuando no coincidimos con sus formas de pensar o de vivir, así como cuando tienen características particulares que les exponen a experiencias que nosotros no vivimos. Es importante evitar juicios y desacreditaciones ante los procesos emocionales, la distancia social que cada integrante prefiera mantener, así como

sobre la diversidad de ritmos de aprendizaje y niveles de análisis que las personas tengan sobre los temas.

Confidencialidad. Cada participante debe comprometerse con proteger la información personal de quienes participan en el taller. No se debe abrir fuera del taller ningún tipo de información que las demás personas hayan compartido sobre su vida privada y experiencias personales. En caso de querer comentar directamente con alguna persona sobre una experiencia que haya compartido, siempre será necesario tener su autorización explícita para abrir el tema.

El uso de técnicas participativas. Las técnicas participativas son actividades de trabajo colaborativo en la que las y los participantes construyen conjuntamente una perspectiva de las problemáticas y una visión de lo que quieren construir en el mundo. Son actividades en las que los grupos viven la experiencia de algunos elementos de la realidad social. Constituyen espacios de participación horizontal en la que las personas se acompañan en un proceso de toma de conciencia a través del análisis, el diálogo y el compartir experiencias. Son ejercicios que facilitan ampliar la percepción de los temas revisados y favorecen que las personas establezcan confianza entre sí, dialoguen, se integren y aprendan unas de otras. Estas actividades permiten la reconstrucción de vínculos y acuerdos colectivos, porque a través de los ejercicios las y los participantes decretan compromisos para transformarse a sí mismos, sus entornos cercanos y al mundo. La revisión de cada tema implica trabajar con una o más técnicas y complementar con alguna aportación de las personas facilitadoras; esto con el fin de enriquecer el aprendizaje mediante compartir información y reflexiones relevantes.

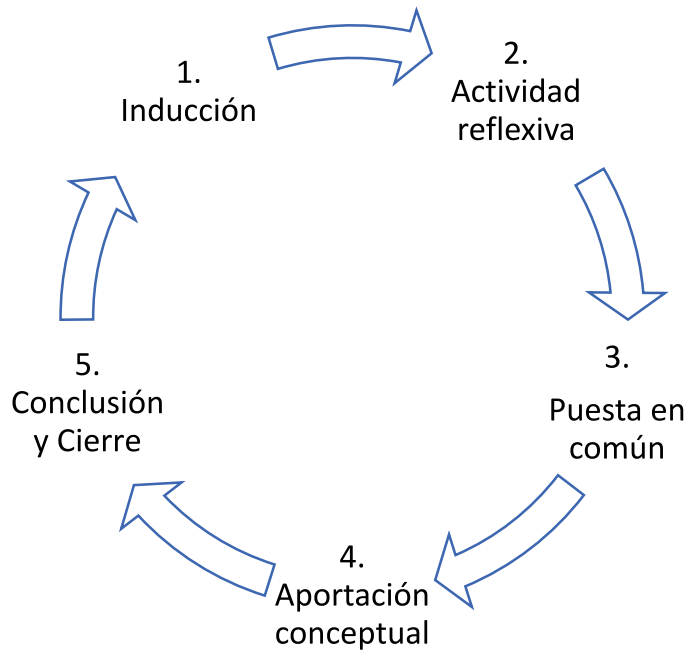
Etapas en la aplicación de una técnica educativa. Se revisan los temas durante las sesiones en las que los grupos desarrollan actividades en varias etapas o momentos:

1. Inducción. Se hace alguna actividad breve para poner al grupo a tono; también se le conoce como rapport, pues se trata de generar las condiciones para que las personas se sientan cómodas y en confianza. Se busca motivar el interés, la confianza, la atención y la disposición para tratar el tema de forma vivencial y participativa. Puede incluir una técnica de distensión, rompehielo o focalización.

2. Actividad reflexiva. Se aborda el tema central de la sesión a través de técnicas vivenciales y de reflexión colectiva. Se desarrolla el ejercicio y se facilita la reflexión individual y en equipos. Es el **corazón del ejercicio** y es muy importante facilitar la revisión del tema y la producción grupal.
3. Puesta en común. Se favorece una plenaria de reflexión colectiva de construcción de saberes y compartir experiencias.
4. Aportación conceptual. El equipo facilitador comparte conceptos y reflexiones centrales que ayudan a comprender la complejidad del fenómeno que se analiza. Algunas veces con apoyo de recursos audiovisuales y/o otros. En este punto, es importante enfatizar los enfoques de trabajo, a saber, la perspectiva de género, el enfoque de democratización familiar y los derechos humanos.
5. Conclusión o cierre. Se favorece un cierre reflexivo a través de alguna pregunta detonadora o técnica breve. También se toman acuerdos para la próxima sesión.

Figura

Etapas de las técnicas educativas.



Fuente: Elaboración propia.

Perfil de las personas facilitadoras

El trabajo educativo en un taller va más allá de los contenidos, es un proceso de involucramiento que produce compromiso con la transformación personal y social. Ese trabajo es impulsado por personas facilitadoras que trabajan no solo desde el conocimiento de información sino desde sus habilidades de comunicación, su capacidad de liderazgo y guía, así como desde sus propias actitudes personales positivas. Los resultados del taller dependen de la manera en que el equipo facilitador maneje las actividades y también de su propio trabajo personal y teórico; las personas como facilitadores son la verdadera esencia del proceso de cambio. **Su papel como facilitadores/as es estimular la toma de conciencia y el compromiso** ; para ello guían ejercicios que favorecen que las personas se den cuenta de sí mismas, de sus prácticas y de su realidad social. Sus

herramientas son el uso de intervenciones verbales y la escucha activa; con ellas acompaña la expresión de emociones, facilita la reflexión, proporciona información relevante y estimula la resignificación de las relaciones de género. Algunos principios clave para la labor del equipo facilitador son los siguientes.

1) Congruencia. Para promover la igualdad y la democracia familiar, no es suficiente tener información y compartirla. Es importante que las personas facilitadoras estén llevando los contenidos realmente a la práctica. Es necesario que hagamos una revisión de nuestra posición como sujetos y que reconozcamos nuestra subjetividad para que no interfiera nuestra labor, es decir, poner en primer plano el objetivo de nuestra intervención y mantener nuestro trabajo de manera autónoma respecto a nuestras propias creencias y posiciones personales.

2) Formación. El trabajo de las personas facilitadoras no se limita a aplicar ejercicios que vienen en un manual. Es necesario tomar capacitaciones y actualizaciones sobre los temas, vivir los ejercicios para conocerlos desde la propia experiencia, hacer un proceso de reflexión crítica sobre el orden de género y las prácticas de género propias y ajenas. Para facilitar estos talleres, se requiere un trabajo de revisión personal y reflexión sobre el entorno desde la perspectiva de género.

3) Contenidos fundamentados. Se requiere revisar documentación con respaldo académico y evidencia sobre los temas revisados. Dado que la información y la realidad social cambian constantemente, es importante que la persona facilitadora se mantenga actualizada.

4) Actitudes de respeto y empatía. Cuando facilitamos talleres educativos tenemos acceso a información muy personal, por lo que es muy importante tener una actitud de empatía y de respeto a las distintas formas de vida de las personas y las situaciones que viven.

5) Claridad en la comunicación. Es necesario desarrollar habilidades de comunicación efectiva para facilitar los ejercicios; esto implica comprender lo que las personas dicen y hablar con la claridad necesaria para que los mensajes sean entendidos, lo que

implica la utilización de un lenguaje fácil de asimilar por la audiencia y el uso de ejemplos que permitan que las personas den sentido a los mensajes. Además, puede ayudar preguntando al grupo si la consigna o indicación ha quedado clara antes de continuar con la técnica.

Autodiagnóstico, herramienta para evaluación del taller

Este autodiagnóstico es un ejercicio narrativo que busca que las personas reflexionen sobre sí mismas, sus relaciones y su entorno. Tiene como finalidad que quienes participan en este modelo educativo elaboren su experiencia personal en el proceso de aprendizaje. Es una herramienta basada en el paradigma de evaluación cualitativa y en las epistemologías feministas, que reconocen la subjetividad y las emociones como fuentes de conocimiento fundamental para la transformación de los vínculos, cómo los deseamos y, especialmente cómo los necesitamos.

A través de este ejercicio pretendemos que las personas participantes identifiquen la manera en que una intervención educativa genera cambios en su forma de relacionarse consigo, con las y los demás y con el mundo. Esto permite que puedan dar cuenta de sí mismas y caminar hacia un cuidado colectivo que empieza por el autocuidado.

Elegimos diseñar este ejercicio como una manera de trascender la perspectiva de evaluación cuantitativa, que se basa en la aplicación de instrumentos que pretenden medir los cambios en los comportamientos, las actitudes y las creencias. Consideramos que un abordaje cualitativo es lo coherente con esta propuesta de manual.

Preguntas de reflexión al iniciar la intervención educativa

Escribe tus reflexiones sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son algunos mandatos (encargos) relacionado con mi identidad de género y que vienen de mi vida familiar?

2. ¿Qué quiero construir o aprender respecto a los temas que se trabajan en este curso?: 1) masculinidades, 2) violencias y abusos de poder, 3) comportamientos que afectan la dignidad humana en las relaciones sexuales y afectivas (consentimiento, responsabilidad afectiva, acoso, violencia digital), 4) aceptación de la diversidad sexual, 5) cuidado propio y de otras personas.
3. ¿En qué acciones me involucro actualmente para construir la igualdad y una vida libre de violencia de género?

Preguntas de reflexión al concluir la intervención

Identifica los descubrimientos y aprendizajes que lograste con este curso:

1. ¿De qué me di cuenta respecto a la influencia que los mandatos de masculinidad tienen en mi persona y en mi entorno, así como los efectos que producen?
2. ¿Cuáles actos de violencia que ejercía yo y otras personas me pasaban desapercibidos y ahora los puedo reconocer?
3. ¿Qué aprendí sobre el respeto a la dignidad humana en las relaciones sexuales y afectivas?
4. ¿De qué me di cuenta al reflexionar de forma colectiva sobre mi sexualidad y sobre la diversidad sexual?
5. ¿Qué cambió en mi percepción respecto al involucramiento de los hombres en trabajo doméstico y en los cuidados de otras personas?
6. ¿Cuáles son las acciones que me comprometo a hacer para construir la igualdad y una vida libre violencia de género en hogar y mi trabajo?

DESARROLLO DE CONTENIDOS

I. La masculinidad: sus costos personales y sociales

Este primer apartado trata sobre los pilares que sostienen la masculinidad patriarcal, que son los principales mandatos de género que prescriben lo que se supone que deben ser, hacer, sentir y vivir los hombres y demás sujetos que se identifican con lo masculino. Esos mandatos constituyen una “caja de masculinidad”, con este término nos referimos a que las identificaciones con lo masculino producen nuestra subjetividad como una caja simbólica que restringe nuestra libertad de ser y de vivir, que limita nuestra percepción de la realidad, que genera un sesgo masculino que no nos permite darnos cuenta de muchas cosas. En este trabajo retomamos la propuesta de Heilman, Barker, y Harrison (2017), pero con modificaciones desde nuestra propia práctica y de otros aportes teóricos; identificamos que los principales pilares de la masculinidad patriarcal son los siguientes.

- 1. La dominación.** A los hombres se nos asigna una posición en las relaciones de género que otorga privilegios y una capacidad de imponer nuestra voluntad a otras personas. Aprendemos a relacionarnos desde la dominación en los distintos ámbitos, incluyendo la amistad, la familia y los vínculos sexuales y amorosos.
- 2. Ser fuerte.** Se trata de un atributo que permanentemente tratamos de demostrar para que se reconozca nuestra masculinidad. Esto nos lleva a negar y ocultar emociones como la tristeza y el miedo, a no reconocer nuestra vulnerabilidad, no pedir ayuda cuando la necesitamos y a exponernos a situaciones de riesgo. La noción de fuerza también implica el mandato de “aguantar”, que es un dispositivo que ha mantenido a los hombres en sistemas de explotación.
- 3. Razón sobre emoción:** Este mandato provoca que nos relacionemos con nosotros mismos, con el mundo y con las demás personas desde la falta de contacto emocional y desde una racionalidad que privilegia la evaluación de costos y beneficios, basada en la utilización del otro y la falta de reciprocidad.

- 4. Proveeduría y productividad.** Los hombres tendemos a construir nuestro proyecto de vida en torno al papel de proveedor. Existe una tendencia a centrar la valoración personal en función de la capacidad de producir y ganar dinero para proveer económicamente a las familias.
- 5. Homofobia y la misoginia.** Los hombres aprendemos a afirmar nuestra identidad masculina ante nosotros mismos y los demás mediante expresiones de rechazo y denigración contra las mujeres, contra las comunidades de la diversidad sexogenérica y contra otros hombres cuando se resisten a tener un comportamiento machista o no cumplen con los mandatos de masculinidad patriarcal.
- 6. Hipersexualidad.** Se fomenta que demos nuestra masculinidad a través de ser sexualmente activos y ejercer libertades sexuales que muchas veces violentan a otras personas, que pueden exponernos a riesgos o que nos llevan a romper acuerdos que tenemos con quienes nos vinculamos, como los relacionados con la fidelidad o acuerdos de vínculos sexoafectivos “cerrados”.
- 7. Violencia y abuso de poder.** Se fomenta demostrar la masculinidad a través de comportamientos violentos como las riñas, maltratos y agresiones. Ser hombre se asocia a ejercer el poder de controlar a otras personas, particularmente a las mujeres y otras personas con menor jerarquía social.

En la medida en que los hombres cumplimos estos mandatos de masculinidad tenemos ciertos beneficios, tales como ser respetados y reconocidos como hombres, y el tener acceso a posiciones de poder dentro de las estructuras sociales. Y también tenemos una serie de privilegios derivados de ser hombres y de cumplir los mandatos de masculinidad tales como: a) tener el mundo a nuestra medida, b) encarnar la jefatura y liderazgo en espacios familiares, comunitarios, escolares, laborales y políticos, c) facilidades para subir escalafones en distintos espacios sociales como el laboral, d) ejercer control territorial, no solo del espacio sino también de cuerpos: las mujeres, d) permisividad de comportamientos sexuales.

Pero además de beneficios, el que los hombres sigamos los mandatos de la masculinidad patriarcal tiene una serie de costos para nosotros mismos, para otros hombres, para las mujeres, para personas menores de edad y para el mundo mismo. Entre los costos se encuentran:

- a) Las violencias más graves son principalmente ejercidas por hombres; tal es el caso de los homicidios, los feminicidios y los crímenes por odio contra personas de la diversidad sexual y de género. También son principalmente hombres quienes participan en la delincuencia organizada y la desaparición de personas.
- b) También hay mayor frecuencia de hombres en prácticas de violencia intrafamiliar, riñas, acoso escolar o bullying. En las violencias sexuales, generalmente los agresores son hombres, incluso aquellos que son muy cercanos a las víctimas de este tipo de violencia, como padres, tíos, hermanos, primos, maestros, compañeros de clase, amigos, etc.
- c) Entre hombres es frecuente tener comportamientos de riesgo para la salud mediante el descuido de la alimentación, la resistencia a tratamientos para la salud y el consumo problemático de sustancias como el tabaco o el alcohol.
- d) También es más frecuente el consumo del alcohol y otras sustancias psicoactivas que llevan a situaciones de riesgo, por ejemplo, accidentes automovilísticos y de otra índole.
- e) También hay mayor tendencia a tener relaciones sexuales desprotegidas o de riesgo que dan lugar a infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados de los cuales no siempre se hacen responsables.

I. La masculinidad y sus costos personales y sociales
Objetivo específico
Reconocer las formas en que los mandatos de la masculinidad tradicional o hegemónica en la socialización masculina generan privilegios en las relaciones de género, así como de los costos que tiene tanto para las mujeres como para hombres y las formas en que se pueden prevenir dichos costos.
Temas
Los mandatos de la masculinidad tradicional/hegemónica. <ul style="list-style-type: none"> ● Espacios de socialización donde se generan dichos mandatos. ● Privilegios asociados a los mandatos. ● Los costos que generan para mujeres y hombres.

- La caja de la masculinidad como metáfora.
- ¿Estos mandatos los incorporamos, los mantenemos actualmente y los reproducimos?
- Desafiar los mandatos para generar cuidado de sí y de otros hacia la salud y el bienestar.

Competencias a desarrollar

¿Qué necesitan saber? (Aprendizajes conceptuales.)

- Que los ejes de la construcción de las masculinidades cambian relativamente de una época a otra, en los contextos geográficos y sociales, así como en el curso de vida.
- Reconocer los mandatos de la masculinidad tradicional y ámbitos donde se reproduce.
- Los privilegios que generan y los costos que tienen especialmente en el ámbito de la salud.
- El cuidado de sí y el cuidado de otros/as.

¿Qué necesitan saber hacer?, ¿cómo lo van a practicar? (Aprendizajes procedimentales.)

- Necesitan saber identificar en su vida personal los mandatos, los beneficios y costos que han encontrado en su vida.
- Reconocer las prácticas de descuido y fortalecer las de cuidado de sí y de otras personas.
- Socializar esta información a través de la aplicación de esta técnica y la difusión de videos y otros materiales.

¿Qué valores o actitudes necesitan interiorizar? (Aprendizajes actitudinales.)

- La revisión autocrítica.
- La disposición del diálogo.
- El cuidado de sí y de otros, otras y otros.
- Que nuestro trabajo contribuya siempre la igualdad de género.

Técnica 1.1. Paseo familiar

Objetivo: favorecer la distensión del grupo para aumentar la atención a los contenidos, disminuir las resistencias al cambio y favorecer un clima de rapport y confianza. Para la persona facilitadora, este ejercicio contribuye a tener una lectura grupal y/o diagnóstico que posibilita

hacer ajustes metodológicos in situ o poner el énfasis en determinados temas.

Preparación:

- Se selecciona música divertida y movida para la actividad.
- Se acerca una bocina y se puede usar el celular con la música preparada.
- Se necesita un espacio amplio al centro, de preferencia con sillas alrededor y sin mesas.
- Se coloca un rotafolio en la pared para tomar nota de la respuesta grupal a cada afirmación, también puede ser en un pizarrón si hay disponible alguno en el espacio.

Aplicación

Inicio:

1. Se pide al grupo que se levanten y caminen en el espacio, tratando de recorrer todos los rincones del salón en el que se encuentren, evitando caminar en círculos.
2. Se les invita a que, mientras caminan, hagan consciente su respiración y que conecten con el movimiento de su cuerpo, con el ritmo de sus pasos y con la dirección que toma su andar.
3. Se les solicita que, poco a poco, interactúen con las personas que se encuentren y se regalen unas miradas y se reconozcan, que se hagan algún gesto de saludo o guiño.
4. Luego se pide que se saluden de diferentes maneras, cruzando dedos meñiques de la mano, saludando con la punta del pie izquierdo, juntando los hombros derechos, como se saludan los políticos, con un apretón fuerte de manos, juntando la espalda y juntando diferentes partes del cuerpo, con el cuidado de que no lo hagan muy fuerte y evitando lastimarse.
5. Luego se les pide que se agrupen de acuerdo con cada una de las características que se nombran; se hace de la manera siguiente:

Consigna: del lado derecho se colocan todas las personas originarias de este lugar y del lado izquierdo quienes sean foráneas. Luego de que las personas se ubican en el espacio correspondiente de acuerdo a su lugar de origen, se puede indagar un poco más sobre ese lugar y cuánto tiempo tienen viviendo en donde se lleve a cabo el taller.

- **Por edades**

(Identifique las generaciones que conviven por décadas.)

- **Por número de hermanos**

(Identifique el cambio generacional en el tamaño de las familias.)

- Quienes crecieron con ambos padres o solo con uno.
(Identifique el cambio relacionado con el divorcio.)

- **Quienes viven con pareja y quienes viven solteros.**

(Identifique hogares unipersonales)

- **Quienes tienen hijos/as.**

(Identifique la diversidad de experiencias y decisiones reproductivas.)

- **Quienes tienen alguna persona dependiente en casa.**

(Identifique adultos mayores, personas con discapacidad e infancias.)

- **Quienes tienen alguna mascota.**

- **Quienes en el último mes hayan discutido por temas relacionados con lo doméstico.**

(Identifique tensiones en torno a este tema.)

- **Quienes consideran que invierten al menos 5 horas a la semana en los cuidados, quienes invierten 10 horas y quienes invierten 15 horas o más a esta actividad.**

(Identifique una distribución desigual por género y generación.)

- **Quienes no participen en los cuidados, pero brindan apoyo económico.**

(Pensión, pago de enfermeros o cuidadores, etc.)

Finalmente, se puede preguntar al grupo de qué se dan cuenta y qué rasgo del grupo les llamó la atención.

<p>Recursos necesarios</p> <p>Bocina</p> <p>Banco de afirmaciones, la persona facilitadora puede conformar las suyas</p> <p>Rotafolio (si hay pizarrón también sirve)</p> <p>Plumones</p> <p>Cinta</p>	<p>Tiempo estimado</p> <p>40´</p>
<p>Bibliografía recomendada para la persona facilitadora</p> <p>Comas d´Argemir, D. (2016) Hombres cuidadores: barreras de género y modelos emergentes. Revista Psicoperspectivas. 15 (3) pp. 10-22 https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000300002</p>	

Técnica 1.2. Mandatos, privilegios y costos de la masculinidad

Objetivo: develar y analizar de forma vivencial los mandatos, privilegios y costos asociados a la masculinidad hegemónica y algunas alternativas para su modificación y prevención.

Preparación:

- Leer y repasar la técnica.
- Ubicar noticias recientes locales referentes al tema de los hombres y los riesgos para las mujeres y para sí.
- Revisar el estudio sobre “La caja de la masculinidad” y el Informe Masculinidades y Salud en las Américas (OPS).
- Ver el documental “La máscara en la que vives”.

Materiales:

- Pegar varias cartulinas o gran pliego de papel kraft donde se dibuja (previa o colectivamente) el perfil del cuerpo de un hombre.
- Tener fichas post it.
- Procurar un espacio que permita trabajar en semicírculo y en pequeños grupos.
- Cañón y laptop.

Aplicación

Realizar una pequeña inducción con una o dos noticias locales que reflejen el riesgo y descuido masculino para sí mismo o los costos para las mujeres o las infancias.

Inicio:

1. Se reparten los materiales (fichas o post it y marcadores) y se le pide al grupo que piense en lo siguiente:

¿Qué te dijeron o escuchaste en la infancia y adolescencia acerca de lo que era ser un “verdadero hombre” y sus características principales?

En el caso de las mujeres, pensar en lo que escucharon/ observaron acerca de los hombres.

Pensemos en cuáles espacios se daban estos mensajes: la familia, la escuela, el barrio, los medios de comunicación, etcétera.

Lo que se venga a la mente se anota en palabras o en pequeñas frases textuales en post it.

2. Si el grupo es muy grande se puede hacer un pequeño intercambio entre subgrupos más pequeños (de seis o siete personas) observando semejanzas y diferencias siendo relevante el que se repitan varias características.
3. Se colocan estas fichas o post it en el cuerpo de un hombre y todo el mundo observa el producto.
4. Observemos: ¿qué privilegios generan estos mandatos de masculinidad? Escribirlos en post it y se colocan de lado izquierdo del cuerpo.
5. ¿Qué costos tiene para los propios hombres, para las mujeres y para las infancias? Se ponen del lado derecho del cuerpo.
6. Se observa el resultado y la pregunta es: ¿de qué nos damos cuenta? Se comenta brevemente.

7. Se hace un reforzamiento con un power point pudiendo comparar resultados de esta dinámica con resultados en otros talleres, con estadísticas locales, nacionales e internacionales, enfatizando temas como las diversas violencias, las adicciones, etc.
8. Se puede pasar el tráiler de “La máscara en la que vives” (y dejarlo de tarea) o el video del Instituto Nacional de las Mujeres (Dejemos el machismo - es tiempo de cambiar).

9. Cierre:

Reflexión grupal: ¿qué alternativas hay para atender y prevenir estos costos?

Cerramos con una ronda en donde ponen por escrito y en círculo “Soy... y me puedo cuidar...” completando la frase.

Las frases se colocan en la base del dibujo.

Recursos necesarios	Tiempo estimado
Tarjetas, plumones, cinta masking	90´

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

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: hallazgos clave. Washington DC y Londres: Promundo-US y Unilever. [La-caja-de-la-masculinidad-Hallazgos-clave-FINAL-170817.pdf \(equimundo.org\)](https://www.equimundo.org/documentos/La-caja-de-la-masculinidad-Hallazgos-clave-FINAL-170817.pdf)

De Keijzer, B. (2019). Masculinidades y salud en la Región de las Américas. Washington, Organización Panamericana de la Salud.

Materiales complementarios:

“The mask that you live in”, documental, (55 min)

<https://www.youtube.com/watch?v=-Ma8aelDhuk>

Campaña Inmujeres: es tiempo de cambiar

[Campaña :Es tiempo de cambiar . Dejemos el machismo .Seamos Hombres Distintos .INMUJERES México](#)

II. Poder y violencia

En este apartado reflexionaremos sobre la manera en que las relaciones de poder atraviesan los cuerpos y se manifiestan a través de violencias que son posibles debido a las desigualdades y estereotipos de género y que son efectos de la socialización masculina. Entendemos el poder como una forma de relación donde unas personas o grupos tienen la posibilidad de influir en las ideas, comportamientos y prácticas de otras personas o grupos.

En el contexto de las relaciones de género, el ejercicio del poder se manifiesta como formas de imposición de unas personas a otras en su cuerpo, en sus ideas, en su tiempo y en su espacio vital. Las violencias de género son formas concretas de ejercicio de poder, porque consisten en imposiciones que se presentan principalmente de hombres a mujeres, y que son posibles porque hay debido a las condiciones estructurales de desigualdad de género. Pero también se ejercen violencias de unos hombres a otros o de mujeres a mujeres, debido a ciertas condiciones de vulnerabilidad y a que los hombres utilizan las violencias como recursos para afirmar su masculinidad, para ser reconocidos como hombres, o para afirmar una posición de autoridad y privilegio frente a quienes considera más vulnerables.

Para comprender las relaciones de poder, partimos de las ideas desarrolladas por el filósofo francés Michel Foucault (2007), quien señala que el poder no es algo que se tiene, sino que se trata más bien de una práctica o una forma de ejercicio; esto debido a una posición estratégica dentro de una red de relaciones de fuerza. Las relaciones de poder se refuerzan en condiciones sociales que privilegian y exaltan la dominación como una forma legítima de relación, las cuales son estructurales y no varían fácilmente, como es el caso de la clase social, los procesos de racialización, el género o la edad.

La dominación basada en el género se sostiene en el sistema patriarcal, que atraviesa la mayoría de las sociedades humanas y otorga a los hombres una condición de privilegio como la capacidad legitimada de imponer su voluntad, tanto a las mujeres como a otras personas con menor jerarquía social por ser jóvenes, adultas mayores, menores de edad, tener una discapacidad o salirse de los cánones establecidos de la identidad de

género u orientación sexual. Pero las relaciones de poder también son revertidas por procesos de resistencia, pues toda persona y grupo tiene alguna capacidad de contrarrestar los ejercicios de poder.

Pensemos, por ejemplo, en una pareja cuyo esposo impide que ella trabaje y genere sus propios recursos económicos; sin embargo, ella comienza con pequeños emprendimientos como la venta de productos de catálogo o un puesto de comida en su casa. Esto puede detonar tensiones, crisis en los acuerdos o, en el peor de los casos, violencias; pero son estas situaciones las que entendemos como prácticas de resistencia. Otro ejemplo en las relaciones familiares son el establecimiento de permisos y horarios de llegada a hijos e hijas, con frecuencia suelen ser muy restrictivos para las mujeres, pero no para los hombres; así, las jóvenes hijas pueden buscar extender sus horarios de llegada a casa, aunque eso implique castigos por parte de padres y madres, pero son pequeños actos de resistencia al poder que ejerce la autoridad familiar.

En un ámbito macro, vemos a las familias de las personas desaparecidas en México, quienes además de llorar la pérdida de sus familiares, se organizan con otras personas y buscan con sus propios recursos a sus familiares, aunque eso les ponga en situaciones de riesgo vital; este sería otro ejemplo de una práctica de resistencias al poder y la violencia, impuesta por grupos generadores de violencias como expresiones hipermasculinas que exageran parodiando la fuerza y la violencia en contextos de marginación como respuesta compensatoria por falta de poder económico, político y cultural (Gruenberg y Menajovsky, 2022).

La violencia se define como aquellos actos u omisiones que producen o pueden producir algún daño o sufrimiento. En este sentido, es crucial entender que las violencias se ejercen en medio de relaciones de poder y dominación; esto significa que el dolor y sufrimiento son algunos de los efectos de la imposición a través de conductas en el plano físico, psicoemocional, económico, patrimonial, sexual, etcétera.

Desde esta perspectiva, podemos comprender que las violencias de género consisten en actos de invasión que son principalmente ejercidos por hombres, y que dichos actos constituyen prácticas de imposición y sometimiento contra otras personas, principalmente las mujeres. En ese sentido es que resulta necesario identificar la manera en cómo las relaciones de poder pueden tener un impacto diferenciado cuando se ejercen de un hombre contra una mujer o de un hombre contra otro hombre, o de una mujer contra otra mujer, o de una mujer contra un hombre, pues las causas y los efectos de estas violencias van a estar marcados por cuál es el estatus de su condición de género que permite ejercer poder o que dificulta el poder de resistirse.

II. Poder y violencia
Objetivo específico
Reconocer las formas en que se ejercen las violencias y el maltrato en las relaciones familiares y afectivas, así como el impacto de dichas prácticas en las emociones.
Temas
<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones de poder: espacio, tiempo, cuerpo e información. • Tipología del poder: poder sobre, poder con y poder desde. • La relación del poder, la autoridad y la violencia masculina basada en género y generaciones en las familias. • De la violencia a la responsabilidad y las formas de reparar los daños en los vínculos afectivos en las familias.
Competencias para desarrollar
<p>¿Qué necesitan saber? (Aprendizajes conceptuales.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qué se entiende por relaciones de poder en las familias. • Qué se entiende por violencia basada en género. • Identificar las maneras en que se ejerce el poder y su relación con las violencias en basadas en género y generacionales. <p>¿Qué necesitan saber hacer?, ¿cómo lo van a practicar? (Aprendizajes procedimentales.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las propias experiencias en el ejercicio de las violencias. • Reflexionar sobre los efectos de esas violencias en sus vínculos afectivos. • Identificar los cambios que tiene su cuerpo ante emociones como la ira, la frustración, la tristeza. • Identificar las creencias que se encuentran asociadas a determinadas emociones. • Reconocer las actitudes irresponsables que toman ante determinadas situaciones de violencia.

¿Qué valores o actitudes necesitan interiorizar? (Aprendizajes actitudinales.)

- El reconocimiento de las propias experiencias y prácticas.
- La disposición del diálogo.
- El cuidado de sí y de otros y otras
- Que nuestro trabajo contribuya siempre a la igualdad de género.
- La responsabilidad sobre las violencias ejercidas.

Técnica 2.1. Personas y cosas

Objetivo: facilitar el reconocimiento de las relaciones de poder en las familias y la manera en que se ejerce el poder sobre los cuerpos legitimados por un sistema de desigualdad por diferencias de edad, clase, género o posición dentro de la familia.

Preparación:

- Leer la técnica.
- Establecer confianza con el grupo, para lograrlo puede iniciarse con un ejercicio en el que caminen por el espacio del taller y se salude de diversas maneras, empezando con la mirada, gestos, guiños y después a través de contacto físico con algunas partes del cuerpo: manos, hombros, espalda, cadera, rodilla, pie, etcétera.
- Es indispensable señalar que se trata de una técnica vivencial que implica el contacto físico, por lo que si alguna persona no se siente cómoda con la actividad puede decidir no participar o interrumpir la actividad cuando lo considere necesario. En otras palabras, enfatizar que, si bien la participación es fundamental en un taller, hacerlo de manera voluntaria es igual de importante.

Aplicación

Inicio:

1. Se pide al grupo que conformen parejas de personas de preferencia del mismo género y que se coloquen una frente a otra. En cada pareja, una persona será A y otra será B.
2. Se les informa que la actividad se llama: **Personas y cosas**. Que en la primera parte del ejercicio las y los participante "A" serán "personas" y quienes sean "B" serán "cosas".
3. Lea las reglas siguientes para cada grupo:
 - Las "cosas" no tienen derecho a preguntar, moverse libremente ni tomar decisiones, tienen que hacer todo aquello que las personas les ordenen.

- Las "personas" tienen derecho a pensar, tomar decisiones, así como a mover y dar órdenes a las "cosas".

4. Durante 5 minutos las "cosas" deberán realizar los movimientos y las actividades que les designen "las personas".
5. Después las personas A y B cambiarán de rol, de manera que las "cosas" ahora serán personas y viceversa. Durará 5 minutos.
6. Al terminar la actividad física, solicite a los grupos que regresen a sus lugares.

Cierre:

Reflexión grupal:

¿Cómo fue su experiencia?

¿Cómo fue estar en el grupo "personas"?

¿Cómo fue estar en el grupo "cosas"?

En nuestra vida cotidiana, ¿nosotros tratamos a otras personas "como cosas"?

¿A quién? ¿Por qué?

Alguna vez me he sentido tratado como cosa. ¿En qué situaciones me he sentido así?

¿Cómo podemos modificar esta forma de trato?

Para cerrar el ejercicio la persona facilitadora puede mencionar que toda relación humana está atravesada o implica una relación de poder que con frecuencia se ejerce a través del cuerpo; sin embargo, el poder en sí mismo no es "malo" o "negativo", sino que también puede ayudarnos si lo pensamos desde la tipología de poder:

Poder sobre: se establece en una relación asimétrica, por ejemplo, entre un padre sobre hijos e hijas.

Poder desde: se entiende como un proceso de "empoderamiento" o desarrollo de agencia para tomar decisiones por sí mismo/a.

Poder con: se entiende como la capacidad personal o colectiva para conjuntar esfuerzos para alcanzar metas u objetivos.

Recursos necesarios: <ul style="list-style-type: none"> • Ninguno 	Tiempo estimado 30 minutos
Bibliografía recomendada para la persona facilitadora <p>Ramírez, J. C. (2008) Identificando los hilos para tejer la madeja. En: Madejas entreveradas: violencia, masculinidad y poder. Universidad de Guadalajara: México. Pp. 27-72 https://www.riudg.udg.mx/visor/pdfjs/viewer.jsp?in=j&pdf=20.500.12104/73849/1/BCUCEA00097.pdf</p> <p>Fundación Avón Argentina (2018). Violencia Doméstica: Cambiá el trato https://www.youtube.com/watch?v=OXYpVm5okeg</p>	

Técnica 2.2. Tendedero de violencias

Objetivo: reflexionar sobre diversos comportamientos de violencia y maltrato que los hombres suelen practicar o que han sido ejercido contra ellos en vínculos de pareja y de crianza, así como identificar las emociones que se experimentan en esas situaciones de tensión previo a los ejercicios de violencia.

Preparación:

- Leer la técnica.
- Revisar documentos de bibliografía recomendada.
- Procurar un espacio que permita trabajar en semicírculo y en pequeños grupos.

Colocar cuatro tendederos con lazo y pinzas para ropa en algún lugar del salón o espacio de trabajo, cada uno con letrero con las leyendas siguientes:

- 1) Ejercida contra mí en una relación afectiva o de pareja (verde).
- 2) Ejercida contra mí en una relación de crianza o cuidado (azul).
- 3) Ejercí contra alguien en una relación afectiva o de pareja (amarillo).
- 4) Ejercí contra alguien con en una relación de crianza o cuidado (rosa).

(Variante de la técnica, si no cuenta con los materiales disponibles, puede hacerlo colocando los títulos de cada frase en cuatro columnas en algún muro o incluso en el piso del lugar. Es muy importante que el título de cada

columna esté a la cabeza para ayudar a quienes participan en el taller a saber dónde colocar su testimonio.)

Aplicación

Inicio:

Se comparte al grupo la definición de violencia tal como aparece a continuación, y se le explica el objetivo de la actividad:

La violencia basada en género son aquellos actos u omisiones motivados por las desigualdades y estereotipos de género, que se suelen utilizar para mantener el orden de género. Esta forma de violencia se dirige principalmente contra las mujeres con su manifestación más extrema como los feminicidios, pero también contra personas de las diversidades sexogenéricas cuya expresión más extrema son los crímenes de odio; en menor medida, pero no menos importante, la violencia basada en género se expresa también contra otros hombres que no se apegan a un modelo de masculinidad patriarcal.

Desarrollo

1. Explica que se colgarán cuatro hilos o sogas y que todos los participantes deberán escribir algunas palabras o frases en las hojas de papel de acuerdo con el color asignado para después colgarlas con las pinzas en cada uno de los cuadrantes.
2. Se asignan dos grupos A y B de acuerdo con las categorías siguientes: A) Violencia en relaciones de pareja y B) violencia en relaciones de cuidado y crianza.
3. Se entregan las hojas de papel del color correspondiente y marcadores, y se les solicita que en cada hoja escriban de manera breve alguna experiencia que haya vivido según las situaciones de los letreros previamente colgados en los tendedores. Cada participante escribirá de manera muy breve en cada hoja de color una experiencia de violencia o maltrato que haya vivido. Según las características del grupo, puede especificarse que debe tratarse de una experiencia cuyo daño ya hayan superado. No deben escribir mucho; es preferible que usen pocas palabras o una frase. Este primer momento de escritura debe durar máximo 15 minutos.

Grupo A. Experiencias vividas en una relación afectiva o de pareja.

Hoja 1 (verde): Violencia o maltrato que alguien ejerció contra mí en una relación afectiva o de pareja.

Hoja 2 (azul): Violencia o maltrato que ejercí contra alguien en una relación afectiva o de pareja.

Grupo B. Experiencias vividas en una labor de crianza o cuidados.

Hoja 1 (amarillo): Violencia o maltrato que alguien ejerció contra mí en una relación de crianza o cuidado.

Hoja 2 (rosa): Violencia o maltrato que ejercí contra alguien en una relación de crianza o de cuidado.

5. Cada participante colocará en el tendedero correspondiente sus hojas según el color. Leerá en voz alta sus testimonios a las demás personas.

6. La persona facilitadora indica al grupo que se reunirán en “grupo de escucha” de unas 4 o 5 personas para compartir “cuáles fueron los hechos” y “qué sentimientos experimentó en su momento”, para este momento se requieren al menos 20 minutos, unos 4 o 5 minutos por persona.

Cierre

Se hará una reflexión grupal a partir de algunas preguntas guía:

- ¿Cómo se siente de haber sido víctima de violencia o maltrato?
- ¿Cómo se ha dado cuenta de que ha cometido violencia o maltrato contra alguien? ¿Cómo se ha sentido a ejercer esa práctica y al darse cuenta de que es violencia?
- ¿Existe alguna conexión entre la violencia que nosotros practicamos y la violencia de la cual somos víctimas?
- ¿Han hablado con alguien sobre esas experiencias? ¿Han denunciado esas violencias?
- ¿Se han disculpado con las personas a quienes hayan afectado?
- ¿Cómo podemos interrumpir este ciclo de violencia?

Recursos necesarios:	Tiempo estimado
<ul style="list-style-type: none">• Cuerda o soga• Pinzas para ropa• Hojas de papel de cuatro colores distintos.	90 minutos

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

Foucault, M. (2007). Historia de la sexualidad 1, la voluntad de saber. Siglo XXI, pp. 112-125.

Butler, J. (2014). El género en disputa. Paidós, pp. 45-100.

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 1 (2017).

<https://revistasacademicas.iberoleon.mx/index.php/entretextos/article/view/330>

Ramírez, A. (2004) Violencia masculina en el hogar. Editorial Pax: México. Pp. 187

INMUJERES

(s/f)

<https://campusgenero.inmujeres.gob.mx/glosario/terminos/violencia-contra-las-mujeres>

III. Vínculos afectivos y sexualidad

En este apartado trataremos aspectos relacionados con la democracia familiar dentro de las relaciones sexuales y afectivas; iniciaremos con una actividad de reflexión personal sobre el autodescubrimiento y construcción de la subjetividad en la vida erótico-afectiva. En un segundo momento abordaremos asuntos de dignidad humana que se han puesto en discusión en la última década. Se trata de prácticas que antes no se señalaban porque estaban normalizadas y pasaban desapercibidas; así es que entramos a temas como responsabilidad afectiva, consentimiento sexual, acoso sexual y violencia sexual digital. Finalmente, abordaremos aspectos básicos de diversidad sexual, un ámbito sobre el cual nuestra sociedad tiene el desafío de construir la inclusión, así como de erradicar el odio, la violencia y la discriminación.

Resulta indispensable reflexionar nuestras historias personales desde la escucha activa y solidaria; eso nos permite resignificar colectivamente el descubrimiento de nuestra propia identidad de género, orientación sexual, los cambios que vivimos en la adolescencia y el despertar del enamoramiento. Este redescubrimiento nos ayuda a comprender la manera en que los mandatos de género establecen una regulación diferenciada para hombres y mujeres, donde se establecen normas distintas para vivir el erotismo, decidir sobre el cuerpo y sobre la forma de vincularnos en relaciones amorosas, ya sea de pareja o de cualquier otro tipo acuerdo. Para el establecimiento de una democracia en las relaciones erótico-afectivas, el primer paso es comprender nuestra propia naturaleza, de ahí la importancia del autoconocimiento y el reconocimiento de la otra persona

desde su propia historia. Al hablar abiertamente de nuestras vivencias en un espacio seguro, podemos conocer la realidad de las diversidades humanas.

Un tema central en el respeto a la dignidad de las personas con quienes compartimos algún vínculo afectivo y sexual es la responsabilidad afectiva; que consiste en llevar a la práctica el cuidado de integridad psicoemocional de las personas con quienes compartimos un vínculo. Esto implica evitar una serie de comportamientos tales como motivar expectativas más allá de aquello en lo que estamos dispuestos a comprometernos; en este sentido es importante evitar explosiones de efusividad (love bombing) que generen expectativas irreales y también evitar ausentarse o distanciarse sin dar explicaciones (ghosting).

Es fundamental expresar con claridad cuál es el tipo vínculo y nivel de involucramiento que deseamos tener y los acuerdos a los que nos comprometemos. La responsabilidad afectiva implica diálogos para establecer acuerdos claros y cumplirlos; es hacer explícito si hay un acuerdo de exclusividad sexual y cumplirlo cuando aplica, porque es una forma de cuidado emocional mutuo; no importa si es un momento en el que apenas se están conociendo y no hay una relación formal, lo importante es cuidarse mutuamente.

Por otro lado, el consentimiento sexual es un asunto que se ha discutido en los últimos años, pues recientemente se ha señalado la violencia que implica el tener contacto sexual con alguien que no está de acuerdo, pues en nuestra sociedad se ha visto de forma normalizada estas formas de violación. Sin embargo, con frecuencia los varones no entienden que un contacto sin consentimiento pleno es un acto que causa dolor y sufrimiento; y a veces se tratan de justificar argumentando que la persona estuvo de acuerdo solo por el hecho de no haberse negado claramente o no detener la situación, cuando en realidad puede ser que haya estado tan impactada que no pudo poner límites.

El consentimiento sexual tiene diversas características que es necesario que conozcas para que las transmitas al grupo con el que trabajas; éstas se presentan a continuación.

Características del consentimiento sexual

- **Se da libremente:** sin presión, manipulación o sin encontrarse bajo los efectos de drogas o alcohol.
- **Es entusiasta:** los encuentros sexuales solo son placenteros cuando lo haces porque lo deseas, no porque alguien espera que lo hagas.
- **Es específico:** se le dice que sí a algo específico, por ejemplo, acceder a un beso apasionado, no significa que se esté

consintiendo tocar el cuerpo de la otra persona y que acepte que toques su cuerpo; no necesariamente significa que está dando autorización para un encuentro sexual.

- **Se brinda con información:** por ejemplo, si dice que usará condón y después se lo retira a la mitad de un encuentro sexual; eso es una forma de violencia sexual si la persona no está informada.
- **Es reversible:** el consentimiento se retira si en algún momento deja de sentirse cómoda la persona y no deben existir represalias por eso; o si alguna vez hubo un encuentro sexual, no significa que eso dé consentimiento para futuras ocasiones.

Fuente: Planned Parenthood (2025).

De la misma manera, el campo de las relaciones erótico-afectivas nos lleva a reflexionar sobre formas de violencia que transgreden la dignidad y que son recientemente reconocidas, tales como el **acoso y hostigamiento sexual, así como la violencia sexual digital**. En este sentido, el acoso y el hostigamiento sexual son actos de ejercicio de poder en donde unas personas imponen conductas sexuales que las otras personas no desean o que les hacen sentir en una condición de vulnerabilidad o de riesgo.

De igual manera, la violencia sexual digital consiste en actos de exposición pública de los cuerpos y la intimidad sexual de las personas, principalmente de las mujeres; se trata de prácticas que provocan sufrimiento porque constituyen actos de deslealtad por parte de personas a quienes se tuvo confianza y también por el dolor emocional, la humillación y daño a la imagen que la comunidad tiene de ellas. Esta violencia se agrava por el rechazo y la complicidad por parte de la comunidad, además de que las mujeres se vuelven más vulnerables al acoso, el hostigamiento y las agresiones sexuales. Tanto el acoso como el hostigamiento y la violencia sexual digital son vividas de manera diferente por mujeres y por hombres en un contexto donde hay desigualdades estructurales en las relaciones de poder y en la que los mandatos de género son diferentes para unos y otras.

Para el proceso de democratización de las relaciones familiares desde un enfoque transformador en masculinidades, es necesario abordar el tema de la **diversidad sexual y de género**. Esto porque las principales violencias contra las personas que viven orientaciones e identidades disidentes son principalmente ejercidas por hombres heterosexuales; sujetos que tratan de demostrar su masculinidad a través de la violencia, la exclusión, la subordinación y la humillación de otros varones que no se apegan a lo que denominamos “modelo hetero normativo”; asumiendo así una función

social de “guardianes del deseo” de las personas que desafían el orden social patriarcal.

Al respecto, la filósofa norteamericana Judith Butler (2014) sostiene que existe la creencia de una especie de **matriz heterosexual**, en la que se asume que: 1) existe un binarismo sexual biológico en el que los seres humanos somos solamente machos o hembras, 2) que esa condición biológica produce espontáneamente las identidades de género (machos =hombres y hembras=mujeres, y 3) que de manera espontánea desarrollamos una orientación heterosexual, que los machos/hombres se sentirán atraídos por hembras/mujeres y viceversa.

Desde ese mandato de binarismo sexogenérico y heterosexualidad obligatoria, cualquier otra condición biológica, identitaria y de deseo es vista como una anomalía. La diversidad sexual y de género consiste justamente en que ese binarismo sexual no es absoluto porque: 1) biológicamente no solamente existen machos y hembras sino que existen otros estados intersexuales, 2) existen identidades de género no binarias que salen del modelo hombre o mujer, como las personas no binarias, agénero o de género fluido, 3) existen aquellas en las que la identidad de género no coincide con lo que marca el mandato tradicional, como en el caso de las mujeres y los hombres trans y 4) existen orientaciones sexuales no heterosexuales, como es el caso de la homosexualidad, la bisexualidad, el ser gay o lesbiana, y la pansexualidad.

Además de que existe una tendencia a que se visibilicen nuevas formas de existencia sexual y de género que antes no se reconocían. Para la construcción de una democracia familiar desde un enfoque de derechos humanos resulta necesario el reconocimiento, comprensión y aceptación de todas estas formas de existencia sexual para prevenir los actos de violencia y discriminación contra las personas con orientaciones e identidades no normativas desde los lazos familiares.

III. Vínculos afectivos y sexualidad
Objetivo específico
Prevenir daños a la dignidad humana que pueden ser provocados por las formas de relación afectiva sexual que caracteriza la masculinidad patriarcal.

Temas
<p>3.1. Descubrimiento de la sexualidad en la infancia y adolescencia.</p> <p>3.2. Responsabilidad afectiva, consentimiento y prevención de violencia sexual.</p> <p>3.3. Convivir sin discriminación hacia la diversidad sexual y de género.</p>
Competencias a desarrollar
<p>¿Qué necesitan saber?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prácticas que protegen la dignidad humana en las relaciones afectivas y sexuales: a) responsabilidad afectiva, b) respeto al consentimiento sexual, y c) prevención de acoso, hostigamiento y violencia sexual digital. • Inclusión de las personas LGBT+ en las familias y comunidades. • Prevención de violencia y discriminación por diversidad sexual y de género. <p>¿Qué necesitan saber hacer?, ¿cómo lo van a practicar?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y prevenir situaciones de vinculación sexual y afectiva que transgreden la dignidad humana. • Reconocer y respetar los límites de contacto en las relaciones sexuales. • Cuidar los contenidos relacionados con la intimidad sexual de las personas. • Proponer prácticas que generen espacios seguros libres de acoso sexual, violencia sexual digital desde el ámbito familiar y la comunidad, así superar las prácticas de violencia y discriminación en razón de sexualidad y género. <p>¿Qué valores o actitudes necesitan interiorizar?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empatía, escucha activa y solidaria. • Reconocimiento de la dignidad humana de las personas como principio rector de los vínculos sexuales y afectivos: buentrato, aprecio, cuidado emocional y relacional. • Respeto a la autonomía corporal en el contacto erótico y a los límites de acercamiento en las relaciones cotidianas. • Valoración y respeto a las personas y comunidades de la diversidad sexual y de género. • Compromiso con la prevención de la violencia y discriminación ante

existencias y expresiones de diversidad sexual e identidad de género.

Técnica 3.1. Descubrir la sexualidad

Objetivo:

Compartir en grupo la experiencia personal sobre la manera en que cada participante descubrió su sexualidad en la infancia y adolescencia.

Preparación:

Se formarán grupos de cuatro a seis personas, considerando que haya diversidad de género, edad, espacios de trabajo y, cuando sea identificable, orientación sexual.

Aplicación

Inicio:

Se explica que los componentes más importantes del descubrimiento de la sexualidad en la infancia y adolescencia son el momento de darse cuenta de la propia identidad de género y orientación sexual, la reestructuración de la identidad con los cambios físicos durante la adolescencia, así como la construcción de vínculos amorosos y eróticos.

Se darán las instrucciones a los equipos. Se les explicará lo siguiente:

1. Que tendrán una sesión de escucha de cincuenta minutos.
2. Que con su grupo compartirán recuerdos muy personales sobre el descubrimiento de su identidad y sexualidad.
3. Se guiarán por cuatro preguntas que delimitan las experiencias que van a compartir cada integrante con su grupo de escucha.
4. La sesión se guiará bajo una serie de principios de escucha activa y cuidado de la información.

Desarrollo:

Cada equipo elegirá un espacio en el que tengan cierta privacidad, es decir, donde lo que hablen no sea escuchado por otras personas.

Los principios de escucha activa son:

- Todas las personas comparten.
- Todas tienen el mismo tiempo para ser escuchadas.
- No se puede obligar a nadie a compartir algo que no quiere.
- Respetar las expresiones, experiencias y emociones de la persona.
- Evitar interrumpir el testimonio de las personas.

- Evitar hacer juicios o dar consejos.
- Validar la experiencia a través de dar gracias a cada persona que comparte.
- Mantener la confidencialidad de los testimonios; es decir, nada de lo que las personas comparten dentro del grupo puede ser compartido por otra en ningún espacio.

Cada grupo de escucha tendrá su sesión en el espacio elegido. El equipo facilitador se mantendrá cerca para verificar que estén realizando la actividad sin interrupciones.

Las preguntas guía son las siguientes:

- ¿Cómo me di cuenta de mi orientación sexual y mi identidad de género?
- ¿Cómo descubrí mis cambios físicos en la adolescencia?
- ¿Cómo fue mi primer enamoramiento?
- Alguna experiencia positiva, agradable o graciosa en la que tuve algún comportamiento con el que desafié roles tradicionales de género en mi infancia o adolescencia.

Al concluir la sesión, las personas de cada grupo se agradecerán mutuamente por haber compartido sus experiencias.

Cierre:

Todos los grupos se integran de nuevo en plenaria y el equipo facilitador pide que tres personas del pleno compartan acerca de qué fue lo que aprendieron y cómo fue su experiencia al tener la sesión de escucha.

Recursos necesarios	Tiempo estimado
Sillas en círculo para generar privacidad por subgrupos.	45 minutos

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

ECOS, Comunicación en sexualidad (2021). Sexualidad y salud reproductiva, Manual 1 serie **trabajando** con hombres jóvenes. México, PROMUNDO, Salud y Género, ECOS, Instituto PAPAÍ.

<https://www.equimundo.org/wp-content/uploads/2015/01/Programa-H-Trabajando-con-Hombres-Jovenes.pdf>

Díaz, A. (2008). Manual “Hombres, conciencia y encuentros, segunda edición”. Centro de la Diversidad y los Derechos Sexuales / CENSIDA, 2008.

<https://decidesblog.wordpress.com/2018/12/16/manual-hombres-conciencia-y-encuentros/>

Materiales complementarios:

La historia de Juan, cortometraje animación (23 min)

<https://www.youtube.com/watch?v=EbT-kpKyHZk>

Muñecas para niñas y robots para niños, experimento de la BBC

<https://www.youtube.com/watch?v=Bj0fTHMXyok&t=1s>

Técnica 3.2. Respetar en las relaciones

Objetivo:

Reflexionar de manera crítica y empática sobre las prácticas que transgreden la dignidad humana dentro de las relaciones sexuales y afectivas.

Preparación:

Leer la técnica.

Preparar diapositivas con conceptos clave.

Aplicación

Inicio:

El equipo facilitador expondrá los conceptos clave relacionados con cuatro tipos de prácticas que transgreden la dignidad humana. Los casos serían los siguientes:

- 1) Falta de responsabilidad afectiva: **bombardeo de expresiones amorosas** (love bombing), **desaparecerse** (ghosting), incumplimiento de acuerdos de exclusividad.
- 2) Tener contacto sexual sin respetar el consentimiento pleno:

imponer un contacto o práctica sexual que no se había acordado, presionar o manipular a la persona para forzar a tener un contacto que no quiere, no dejar que la persona que ya había consentido un contacto cambie de opinión, tocarla cuando no está plenamente consciente porque está dormida o bajo el efecto de alcohol o alguna sustancia.

- 3) Acoso u hostigamiento sexual en espacio escolar o laboral: hacer solicitudes o comentarios de carácter erótico-sexual a las personas en una relación de asimetría, por ejemplo entre un tío y una sobrina o entre un profesor y su estudiante, etc.
- 4) Violencia sexual digital: cuando se produce, almacena o distribuye contenido sexual como fotografías, audios, videos u otro tipo de material digital sin el consentimiento explícito de la persona o personas involucradas. Por ejemplo, enviar un "pack".

Se formarán cuatro equipos, uno para cada tipo de práctica.

Desarrollo:

Primer momento: a cada equipo se le comparte 1) una hoja con la situación problema que le toca analizar, 2) marcadores y una hoja de rotafolio, y 3) la hoja de apoyo para tomar notas sobre el caso. Cada equipo creará dos personajes pensados como si fueran de su comunidad (casa, barrio, escuela, espacio laboral). Enseguida dibujarán la silueta de los personajes y construirán un testimonio ficticio en el que esos personajes estarían involucrados en la situación problema que le tocó al equipo analizar. En el testimonio deberán identificar algunas cosas: ¿cómo son los personajes?, ¿qué tipo de acuerdo de relación tienen?, ¿cuáles fueron los hechos que transgreden la dignidad?, ¿cómo, dónde y cuándo sucedieron?, ¿la comunidad se enteró?

Segundo momento: cada equipo lee el testimonio y reflexiona sobre las causas, efectos, impacto diferenciado y recomendaciones. Los equipos pueden utilizar la hoja de apoyo para tomar notas del caso.

- a) **Causas:** ¿qué factores influyeron o detonaron esta situación - problema?
- b) **Efectos:** ¿cómo afecta esa práctica a la persona agraviada?, ¿cómo se afecta la relación entre las personas implicadas?, ¿cómo afecta a la comunidad?
- c) **Impacto diferenciado:** ¿hay una relación de poder entre las personas involucradas?, ¿cómo serían los efectos si los agravios se hacen a) de mujer a hombre, b) de mujer a mujer, c) de hombre a

mujer, d) de hombre a hombre?

- d) **Recomendaciones para afrontar esas situaciones (en la casa, comunidad, escuela o espacio laboral):** ¿qué se puede hacer para prevenir?, ¿qué se puede hacer para restituir la dignidad de la persona agraviada y revertir los efectos en las personas implicadas y la comunidad?

Puesta en común:

Cada equipo presenta en plenaria su caso y sus conclusiones. El resto del grupo complementa las reflexiones.

Cierre:

El equipo facilitador pide que comenten tres conclusiones.

Recursos necesarios

Hojas de rotafolio, cinta maxking, marcadores. Presentación ppt de conceptos clave. Impresión de cuatro diapositivas para que cada equipo tenga a la mano los conceptos relativos a su caso.

Tiempo estimado

60 minutos

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

Díaz, A., Ayala, G., Sandoval, L., Rocha, H., Aguirre, Y. y Soto A. (2018). Manual de capacitación para la incorporación de los hombres en la prevención del embarazo en adolescentes desde la perspectiva de género. Instituto Nacional de las Mujeres.

Material recomendado

Cambia el trato, spot sobre violencia sexual digital (3 min)

https://www.youtube.com/watch?v=Ovun3A_kXGY

El consentimiento explicado con una taza de té (3:20 min)

<https://www.youtube.com/watch?v=BuuyajcjFC4>

Cómo saber si realmente alguien quiere una relación sexual contigo:

<https://www.youtube.com/watch?v=qNN3nAevQKY&list=PL3xP1jlf1jgJRkChwVOlwQcV0-UqcWiFV&index=2>

Hoja de apoyo

Técnica 3.2. Respetar la dignidad en las relaciones sexuales- afectivas

a) **Causas:** ¿Qué factores influyeron o detonaron esta situación - problema?

b) Efectos o impactos:

Individual: ¿Cómo afecta esa práctica a la persona agraviada?	Relacional: ¿Cómo se afecta la relación entre las personas implicadas?	Comunitario: ¿Cómo afecta a la comunidad?
--	---	--

c) **Impacto diferenciado:** ¿Hay una relación de poder entre las personas involucradas?, Cómo serían los efectos si los agravios se hacen:

mujer a hombre

hombre a mujer

mujer a mujer

hombre a hombre

d) Recomendaciones para afrontar esas situaciones (en la casa, comunidad, escuela o espacio laboral)

¿Qué se puede hacer para prevenir?

¿Qué se puede hacer para restituir la dignidad de la persona agraviada y revertir los efectos en las personas implicadas y la comunidad?

Técnica 3.3. Círculo de la diversidad

Objetivos:

a) Reflexionar de manera colectiva sobre la inclusión de la diversidad sexual y de género en el ámbito de las familias.

b) Sensibilizar sobre formas de violencia y discriminación que existen contra personas y comunidades de la diversidad sexual y de género.

Preparación:

Se prepara la hoja con los reactivos para reflexionar; se puede trabajar con tarjetas (una por reactivo).

El equipo facilitador revisa las preguntas y lee información para conocer mejor el tema.

Aplicación

Inicio:

Se forma un círculo con las personas participantes, se va eligiendo una persona para responder cada reactivo. Pueden irse haciendo las preguntas una por una en el orden en el que vienen en este documento. También pueden hacerse tarjetas con las preguntas y distribuirlas para que las personas preparen su respuesta desde el inicio del ejercicio.

Si el equipo facilitador considera necesario, puede exponer los conceptos básicos sobre diversidad sexual y de género que vienen en la guía para la no discriminación en la prestación de servicios a las personas LGBTTTI (Díaz, 2017).

Desarrollo:

Se trabaja con reflexión y diálogo en relación con cuatro tipos de reactivos a) mitos, b) inclusión y convivencia, c) Empatía: qué pienso, qué siento y qué hago sí..., d) Violencia y discriminación.

Se hace una ronda en la que cada persona responde un reactivo; después de su respuesta se pide al grupo que aporten otras opiniones, reflexiones o argumentos. La persona facilitadora puede complementar con información y más argumentos para cada reactivo. Se sugiere seguir el orden de los reactivos.

Cierre: Al final de la ronda, el equipo facilitador pide al grupo que verbalice cuatro conclusiones sobre los puntos tocados a partir de los reactivos.

Recursos necesarios	Tiempo estimado
Sillas en círculo	45 minutos

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

Díaz, A. Guía para la no discriminación en la prestación de servicios a las personas LGBTTTI. Instituto Jalisciense de las Mujeres.

<https://decidesblog.wordpress.com/2018/12/16/guia-para-lo-no-discriminacion-a-las-personas-lgbttti/>

Díaz, A. (2008). Manual “Hombres, conciencia y encuentros, segunda edición”. Centro de la Diversidad y los Derechos Sexuales / CENSIDA, 2008.

<https://decidesblog.wordpress.com/2018/12/16/manual-hombres-conciencia-y-encuentros/>

Díaz, A. (2024). Prólogo, conociendo desde dentro, las prácticas religiosas que buscan reprimir el deseo y la identidad. En Bañuelos, R. La violencia del enderezamiento, terapias de conversión en Jalisco. CUCS, Alfabética.

<https://decidesblog.wordpress.com/2024/12/10/prologo-a-libro-sobre-terapias-de-conversion/>

Materiales de apoyo

Me gusta que me hable por ella, documental sobre mujeres trans (44 min).

<https://www.youtube.com/watch?v=mX3dBj3UdqQ>

Miedo de qué, cortometraje animación sobre homofobia (18:35 min).

[Afraid of What?/Medo de Quê? - YouTube](#)

Asesinato de una mujer trans, entrevista testimonio de Kenia Cuevas (6:24 min).

[Asesinan a trabajadora sexual transgénero - YouTube](#)

Reactivos para el ejercicio 3.3. “Reflexiones sobre diversidad”

Mitos	
Reactivos	Argumentos
Se puede identificar a las lesbianas, gays y personas bisexuales a través de su apariencia.	Existen estereotipos binarios que consisten en falsas creencias, desde las cuales se considera que las personas no heterosexuales tienen expresiones de género que salen del modelo tradicional. Mucha gente piensa que se trata de hombres afeminados y mujeres masculinas. En la realidad no existen rasgos o expresiones visibles para “diferenciar objetivamente” a lesbianas, gays y bisexuales de las personas heterosexuales. Dado que la orientación sexual es una dimensión subjetiva del deseo y la atracción erótica y afectiva no está subordinada a los roles de género.
Si una persona no ha probado tener relaciones sexuales heterosexuales, entonces no puede afirmar que es gay o lesbiana porque no puede asegurar que no le va a gustar.	Nadie necesita explorar una forma de relación sexual para darse cuenta de que no es lo que desea. Es suficiente reconocer cuál es nuestro deseo erótico y amoroso para saber nuestra orientación sexual.
Es recomendable enviar a nuestros hijos e hijas LGBT a modificar su orientación sexual o identidad de género mediante apoyo terapéutico y religioso.	La orientación sexual y la identidad de género no pueden modificarse a voluntad. Lo que este tipo de intervenciones hacen es que las personas repriman su orientación o identidad espontánea a costa de la pérdida de su autenticidad y de daños en su salud mental. Estas prácticas religiosas y “profesionales” dañan la dignidad porque se basan en el rechazo y

	generalmente usan técnicas que implican violencia y maltrato.
Las hijas e hijos de personas LGBT+ pueden tener problemas emocionales, de salud mental o en el desarrollo de su sexualidad debido a que la condición de sus padres les provoca confusión.	<p>Crecer en una familia tradicional con padre y madre no garantizan un bienestar psicoemocional. Su configuración no las libera de problemas como la violencia, el alcoholismo, las drogas, el autoritarismo, etc.</p> <p>Las familias con padres y madres LGBT+, al igual que las demás, son un soporte emocional, material y social de sus integrantes. No se ha encontrado ninguna diferencia en términos de salud mental en razón a la diversidad sexual y de género.</p>
La mayoría de las personas que abusan sexualmente de niñas, niños o adolescentes son abiertamente homosexuales.	<p>El perfil de la mayoría de agresores sexuales de niñas y niños es el de hombres que muestran una imagen muy respetable, incluyendo una vida asociada a lo heterosexual.</p> <p>El abuso no es resultado de la orientación sexual, es un asunto de falta de respeto cimentado en desigualdades y relaciones de poder.</p>
Convivencia e inclusión	
Reactivos	Argumentos
Las parejas del mismo sexo no deberían abrazarse ni besarse en lugares públicos.	Esta postura pretende mantener invisibles a estas personas con la finalidad de mantener un orden social mediante la renuncia forzada de las libertades. El negar a parejas del mismo sexo la libertad para expresar sus sentimientos y vínculos afectivos puede producir daño psicoemocional y afectar el bienestar de las personas y de las relaciones que construyen.

<p>Las mujeres trans deberían poder utilizar el baño de mujeres en sus centros de trabajo y en escuelas desde secundaria.</p>	<p>Lo que se recomienda es que, en las comunidades en las que las personas se conocen, las mujeres trans puedan utilizar el baño de mujeres; también pueden utilizar baños individuales o baños incluyentes que no sean específicos para hombres. De otra manera estarían expuestas a distintas formas de violencia machista, incluidas agresiones físicas y violaciones.</p>
<p>En las escuelas y centros de trabajo debería fomentarse que las lesbianas, gays, bisexuales y personas trans expresen abiertamente su condición y convivan con las demás personas.</p>	<p>La orientación sexual y la identidad genérica son particularidades que debemos aprender a entender, respetar y convivir con ellas.</p> <p>No existe una diferencia realmente trascendente en la esencia de las personas con identidades y orientaciones diferentes.</p>
<p>Debería evitarse que el profesorado exprese abiertamente que es parte de la comunidad LGBT (en primaria, secundaria, bachillerato, profesional).</p>	<p>El profesorado no tiene por qué ocultar su orientación sexual o identidad de género porque estos no representan ningún peligro al estudiantado. Además, ofrece la ventaja de que pueden convertirse en referentes positivos para mejorar la aceptación de las niñas, niños y adolescentes que puedan convivir con la diversidad sexual o de género.</p>
<p>Es válido que las y los vecinos se organicen para pedir al gobierno que en su calle no haya mujeres trans que se dediquen al trabajo sexual (prostitución).</p>	<p>No es correcto, debemos construir una sociedad basada en el respeto y la inclusión. Se pueden propiciar espacios de convivencia y respeto participando en las mismas asociaciones vecinales.</p> <p>Además, muchas mujeres trans se involucran en situaciones de prostitución debido a que son expulsadas de sus casas, a que dejan la escuela a causa de la</p>

	discriminación y a la falta de oportunidades laborales.
Qué piensas, sientes y haces si...	
Reactivos	Argumentos
En tu trabajo o escuela se piensa que eres lesbiana, gay o bisexual.	Se le pide a la persona que se "ponga en los zapatos" de una persona gay, lesbiana o bisexual cuando es hostigada en su trabajo o escuela por su orientación sexual o enfrenta cotidianamente actitudes de rechazo y agresión.
Hoy descubres que te atraen sexualmente tanto los hombres como las mujeres.	Se pide a la persona que se ponga en el lugar de quienes tienen una orientación bisexual. Las personas bisexuales suelen ser rechazadas no solo por heterosexuales; sino también por gays y lesbianas. También permite reflexionar. ¿Cómo cambiaría mi vida?
Te das cuenta de que tu hijo o hija es homosexual, lesbiana, bisexual o trans.	Las madres y padres de personas LGBT+ suelen experimentar inquietud acerca de tres cosas 1) si ellas pudieron haber provocado la condición de diversidad, 2) la manera en que esta situación pueda estigmatizar a la familia, 3) la preocupación de que sus hij@s se expongan a rechazo y agresiones. Es importante desmontar el sentimiento de culpa.
Hoy descubres que tu identidad de género es diferente a la que pensabas, eres una persona trans o no binaria.	Se puede generar empatía al preguntar de qué manera esta situación podría cambiar su vida, sus relaciones familiares, sus libertades y sus oportunidades de desarrollo.
Una persona que quieres mucho te dice que se ha dado cuenta de que es una persona trans.	Esta pregunta permite fomentar empatía respecto a la experiencia de personas cercanas a las

	personas trans y a la posibilidad de ser parte de su red de apoyo.
Violencia y discriminación	
Reactivos	Argumentos
Las personas trans deberían tener las mismas oportunidades de empleo que las demás.	Es necesario hacer cambios en la cultura, la estructura social y el sistema político y legal para que haya igualdad de oportunidades, ya que las personas trans se ven excluidas constantemente en el ámbito laboral.
¿Se debe garantizar a las personas trans el derecho a modificar sus documentos de identidad? (incluso menores de edad).	Desde los últimos años del siglo 20 se pueden hacer procesos de reasignación de género en personas menores de edad incluso desde los 6 años. Aproximadamente la mitad de las personas trans se han dado cuenta de su identidad de género durante la infancia. De tal manera que se debe garantizar que estas personas menores de edad puedan cambiar sus documentos de identidad con base en el derecho al libre desarrollo de la personalidad y con el fin de mejorar las posibilidades para su salud mental.
Caso de un crimen de odio: el cuerpo fue encontrado acuchillad@, atacad@ sexualmente, con los genitales quemados, la cabeza destrozada con piedras y el cuello desprendido. ¿Por qué hicieron eso?, ¿cómo podría prevenirse?	El sentido de este reactivo es que las personas reflexionen sobre las causas y los efectos del odio contra las comunidades de la diversidad sexual y de género. Se puede preguntar a la persona ¿Qué sientes?; permitir unos segundos de silencio para que el grupo experimente empatía hacia víctimas de crímenes. El silencio. Es oportunidad para hablar del impacto del odio, el rechazo y la violencia en la vida de todas las personas.

<p>De las personas LGBTTTI+ que se dieron cuenta de su situación antes de los dieciocho años de edad. En su adolescencia vivieron alguna agresión física por ese motivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 11.2% en su familia, 18.2% en su vecindario, 26.8% en la escuela, <p>¿Por qué sucede esto?, ¿cómo podría prevenirse?</p> <p>Datos de ENDOSIG (2017).</p>	<p>La violencia física da cuenta del rechazo y odio hacia las comunidades de la diversidad sexual y de género. Sigue siendo un problema grave en las familias y las comunidades. Y es un problema aún más serio en las escuelas de educación básica, esto porque esas violencias se ven naturalizadas en los entornos escolares y son utilizadas como una forma de sancionar a quienes se salen de las normas sociales tradicionales. Es una forma de currículum oculto que opera a través de la violencia.</p>
<p>Carlos es un hombre gay de 27 años. Fue enviado por sus padres a un anexo dedicado a rehabilitación de adicciones, pero con la finalidad de que “modificara” su orientación sexual. Estuvo privado de su libertad y fue sometido a tratos degradantes y violentos. Su pareja pidió que lo liberaran, pero fue amenazado por la delincuencia organizada. Fue liberado hasta que lo reportaron como desaparecido ante la Fiscalía.</p> <p>¿Por qué hicieron eso?, ¿cómo podría prevenirse?</p>	<p>Los principales casos de intervenciones enfocadas a reprimir la orientación sexual e identidad de género se dan por petición de madres y padres de las personas afectadas. Esas intervenciones a veces son de carácter religioso, otras se fundamentan en enfoques de psicología que no se actualizan, e incluso en espacios de encierro para personas con adicciones y que no están regulados. Lo más común es que las personas internadas sean menores de edad, estas intervenciones causan daños graves a su salud mental y es muy difícil que quieran denunciar porque sus familias están implicadas.</p>

IV. De la paternidad y los cuidados en las familias

Independientemente de que los hombres optemos por la paternidad biológica, social (adoptiva), o definitivamente por la no paternidad, el cuidado tiene un carácter ontológico y no solo instrumental; esto es, no solo se trata de dar o recibir cuidados, sino que, sin los cuidados no sería posible

estar vivos o vivas. Para el teólogo Leonardo Boff (2002) los seres humanos somos cuidado.

Sin embargo, los hombres por condiciones sociales y culturales podríamos desarrollar en mayor medida una ética de la justicia que una ética del cuidado (Comins, 2018); además de construir una identidad vinculada con sentimientos y una autopercepción de invulnerabilidad que impactará en nuestra salud integral y la forma en la que construimos vínculos afectivos (DeStefano, 2022).

De acuerdo con Carol Gilligan, desde nuestra infancia desarrollamos un pensamiento moral diferenciado entre niñas y niños; a esto le vamos a llamar socialización primaria, es decir, aquella que está relacionada con los aprendizajes que introyectamos a lo interno de nuestros vínculos familiares, mientras que durante la socialización secundaria jugaran un papel fundamental, otros agentes socializadores, como el grupo de pares, amigos/as de la escuela, otros espacios de interacción, por ejemplo, amigos de las clases extracurriculares o los productos culturales, como los videojuegos, las canciones entre otras.

Quizá recuerdes la escena cuando sonaba el timbre del recreo y todas las personas salíamos del salón de clases corriendo a “apartar” la cancha de fútbol o de básquet para “la reta”. Dejábamos los alimentos para el final, justo unos minutos antes de que sonara nuevamente el timbre para volver a clases, sudados y cansados, pero satisfechos por el partido con los amigos. Esta experiencia permitió desarrollar habilidades psicomotoras y el gusto por los deportes, así como a negociar y afrontar algunos desacuerdos y conflictos que se presentan cotidianamente en el juego, desde deliberar si fue gol o no, si hubo falta o no, o incluso quiénes podrían portar el nombre del jugador favorito. En cambio, había muchas niñas que, al sonar el timbre, caminaban en el patio del recreo, jugaban a las “atrapadas”, o se sentaban alrededor de la cancha a comer su desayuno, a compartir y a platicar sobre la vida cotidiana, desarrollando habilidades como la escucha, la empatía y el diálogo.

Ambas experiencias y habilidades son fundamentales para la vida, por lo que, una escuela que promueva la igualdad, podría también fomentar en las niñas el gusto por los deportes, facilitando de manera equitativa el uso de la cancha y otras actividades deportivas, pero también en los niños coadyuvar a que participen más en esas actividades que implican aplazar el juego y la gratificación inmediata de ganar en los deportes, para disfrutar de los alimentos, de la compañía y el diálogo, ya que son habilidades fundamentales para el desarrollo de las niñas.

Por otro lado, el cuidado también está relacionado con las tareas cotidianas dentro del hogar. Cuando crecemos y convivimos cotidianamente con

otras personas, ya sea como roomies, con una pareja o con la familia que hemos conformado, la distribución sobre las tareas domésticas y sobre los cuidados de las personas dependientes, tendrá un lugar muy importante y puede ser motivo de constantes conflictos, disputas y discusiones.

Es posible que, debido a que aprendimos que esas actividades estaban divididas basadas en el sexo, asumimos que hay actividades que solo podían hacer bien las mujeres en casa, como barrer, trapear, lavar platos, lavar el baño, limpiar la cocina, regar las plantas, tender las camas; o de cuidados, bañar a niños y niñas, escucharles, contarles un cuento, ir por ellos a la escuela, asistir a las juntas del colegio o la escuela, platicar con los abuelos o adultos mayores, cargarlos para llevarlos al baño, cambiar el pañal, asearlos, programar sus medicamentos y estar atentos/as a que no se nos pase, estar pendiente de algún familiar con alguna discapacidad, llevar a las mascotas al veterinario, sacarles a pasear, tapar los canarios y meterlos a casa para que no se congelen. Son solo algunas actividades de cuidados que son necesarias distribuir, entre quienes habitan un mismo espacio.

En este sentido, por cuidados entendemos lo siguiente: "una serie de prácticas que se realizan para satisfacer las necesidades (de carácter físico o emocional) de otras personas [...] El cuidado debe cumplir con dos características básicas: que la persona esté interesada en el bienestar de otras personas y que realice alguna actividad orientada hacia ese sentido" (Figueroa & Flores, 2012 p. 7), no necesariamente dentro del ámbito familiar, pues es necesario pensar las prácticas de cuidado como una forma de construcción ciudadana, denominada por Dennisse Najmonovich como "ciudadanía".

Además, existen distintos niveles de cuidado que es importante que la persona facilitadora conozca previo a las sesiones, lo que le permitirá estar más atenta a las experiencias del grupo. De acuerdo con Joan Tronto (1993), existen diversas formas de cuidar que ella categoriza como "niveles de cuidado":

Preocuparse por: es una primera fase e implica reconocer necesidades de alguien más y mostrar cierto interés en que éstas sean satisfechas sin llevar a cabo ninguna acción para realizarla.

Encargarse de: se trata de hacerse cargo de ciertos cuidados, supone una respuesta y sentido de responsabilidad, se trata de posibilitar que alguien más se acerque a los cuidados; por ejemplo, pagar porque alguien más brinde los cuidados.

Dar cuidado: es el conjunto de actividades dirigidas directamente a quien las necesita o las solicita; ya hay un contacto con quien lo recibe e implica un desgaste físico debido a que se hace desde el cuerpo.

Recibir cuidado: la fase final corresponde a la respuesta de quien recibe cuidados a esta interacción, ya que no se trata de un proceso unidireccional.

Las actividades que se desarrollarán a continuación están destinadas a que los hombres podamos tomar conciencia y hacer visibles tanto las actividades destinadas al cuidado, como aquellas relacionadas con el trabajo doméstico, reconociendo la importancia de participar en ellas para disminuir la carga mental y de trabajo para otras personas, en especial otras mujeres. Asimismo, se trata de reconocer las bondades que tiene la actividad de cuidar, pues si bien puede llegar a ser muy abrumador y desgastante, nos permite construir una **identidad relacional** (Hernando, 2015); es decir, donde las otras personas y seres vivos son importantes en mi vida, como yo en la suya; así como reconocer el valor de la **interdependencia**, donde todas las personas que compartimos un espacio para vivir, trabajar o convivir, nos necesitamos entre todas y todos. Que es contrario a la forma en la que los hombres somos educados en la "autosuficiencia" y que suele hacer mucho daño en la salud y a los vínculos afectivos.

IV. De la paternidad a los cuidados en las familias
Objetivo específico
Reflexionar sobre las transformaciones familiares y las necesidades emergentes de reorganizar los cuidados de personas dependientes en los hogares, favoreciendo una mayor implicación de los hombres en el cuidado de otras personas y del autocuidado promoviendo el cuidado como forma ética y ciudadana de vivir.
Temas
<ul style="list-style-type: none">● Reorganización de los cuidados en la familia.● Vulnerabilidad e interdependencia.● Autocuidado.● Ética del cuidado.● Distribución de la carga mental.

Competencias por desarrollar

¿Qué necesitan saber? (Aprendizajes conceptuales.)

- La ética del cuidado de Carol Gilligan.
- El paradigma del cuidado de Bernardo Toro.
- Interdependencia e intersubjetividad de Benjamín.
- Niveles de cuidado de Joan Tronto.
- Ciudadanía de Neijmanovich.

¿Qué necesitan saber hacer?, ¿cómo lo van a practicar? (Aprendizajes procedimentales.)

- Implicarse activamente en los cuidados de las personas dependientes en el hogar aumentando minutos a la semana en el trabajo doméstico.
- Reducir trabajo de cuidados de las mujeres cercanas, procurando pequeñas prácticas de autocuidado todos los días.
- Proveer cuidados y afectos, no solo de dinero, brindando amor expresivo con las personas cercanas en sus vínculos.

¿Qué valores o actitudes necesitan interiorizar? (Aprendizajes actitudinales.)

- Corresponsabilidad.
- Intersubjetividad.
- Ética hacia el cuidado.

Técnica 4.1. Carta al padre

Objetivo: reflexionar sobre las prácticas de crianza autoritarias en la vida de las personas, en especial de los niños, así como fomentar prácticas de crianza amorosa desde el buentrato.

Preparación:

- Se recomienda leer completo el texto de “Carta al padre” de Franz Kafka, previo a la sesión.
- Se prepara el proyector, las bocinas y la computadora con el video o el enlace a YouTube para ver, escuchar y analizar una escena familiar.
- Es importante preparar emocionalmente al grupo, porque la historia con el padre puede evocar sentimientos ambivalentes, tanto de tristeza, como de enojo o nostalgia, pero también memorias de protección, alegría y diversión. De ahí la importancia de hacer un

ejercicio corporal y lúdico.

Aplicación

Inicio:

1. Calentamiento: se pide al grupo que se levanten y caminen en el espacio, tratando de recorrer todos los rincones del salón en el que se encuentren, evitando caminar en círculos. Luego se dice a los participantes que deberán estirar su cuerpo, mover los hombros, el cuello, hacer círculos con las muñecas de las manos, etc. Luego se les dice que su cuerpo poco a poco se convierte en arcilla, barro o lodo para representar con el cuerpo, como si fuera una escultura. Deberán estar atentos/as cuando se diga en voz alta algunas palabras relacionadas con la familia:

Ejemplo:

- Maternidad
- Abuelo
- Divorcio
- Matrimonio
- Infancia
- Juventud
- Vejez
- Trabajo doméstico
- Gritos
- Castigos
- Amor

Desarrollo:

2. A manera de generador de la conversación, se proyecta el video que contiene una escena familiar de la película "La cinta blanca", que dura tres minutos.
3. Luego se realiza una pausa con el silencio sostenido, observando las reacciones y gestos de los participantes; en un tono suave se les pregunta lo siguiente:
¿Qué sintieron?
(Hacer énfasis en lo sensorial, evitar que el grupo racionalice.)
¿Qué piensan de lo que plantea el autor?

(Tratar de recuperar alguna frase o idea que se les haya quedado en la memoria.)

¿Conocen a padres así?

(Explorar en sus propias experiencias como hijos o como padres.)

4. Escribir una carta al padre o la persona cuidadora en un formato libre, se puede hacer con música de fondo tranquila como apoyo. Se sugiere presentar una diapositiva con la consigna siguiente:

Escribe una carta en la que expreses a tu padre lo que sientes por él y lo que ha significado tenerlo en tu vida.

La carta también puedes escribirla para otra persona que haya tenido en tu vida un papel similar a la paternidad. Puede ser con quien hayas tenido un vínculo significativo por haber participado en tu crianza, haberte proveído de cuidados y afecto, o haberte guiado durante tu infancia, adolescencia o juventud.

5. Se conforman parejas y se solicita leerla a alguna persona del grupo con quien hayan tenido confianza a lo largo de las sesiones previas.
6. Se realiza una plenaria para compartir de lo que se dieron cuenta evitando llevar al grupo a sentimientos de culpa, sino incentivando una actitud de responsabilidad en asumir la decisión de una crianza bien tratante y sin violencia.

Cierre:

La persona facilitadora enfatiza que el buen trato en los vínculos familiares es una decisión y construcción diaria, cotidiana y una práctica constante, que probablemente presente recaídas, por lo que es fundamental también desarrollar actitudes y aptitudes para la reparación afectiva desde la responsabilidad.

Recursos necesarios	Tiempo estimado
Plumas	45'
Hojas blancas	
Proyector	
Computadora	
Bocinas	
Acceso a internet	

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

- Kafka, Franz. Carta al padre Carta al padre
- Escena de la película: “La cinta blanca” de Micheal Haneke
- <https://www.youtube.com/watch?v=7tLJkDILfBU>

Técnica 4.2. Esculturas de papás o cuidadores

Objetivo: evocar emociones y memorias relacionadas con el vínculo con el padre o la persona cuidadora a través de una técnica conocida en el psicodrama como “esculturas”. Se puede representar al padre en cualquier momento del curso de vida centrado en la responsabilidad y visibilizando los efectos de las prácticas autoritarias en la crianza.

Preparación:

- Se puede hacer un ejercicio corporal de distensión, estiramiento y respiración.

Aplicación

Inicio:

1. Se les pide que se coloquen en parejas.
2. Se les indica que cada uno tiene hasta 5 minutos para compartir la carta que se escribió previamente y hablar a grandes rasgos sobre el padre.
3. Dependiendo del tamaño del grupo, esta técnica puede tener dos variantes.

a) Se realiza uno a uno la escultura, utilizando los elementos que necesiten para representar al padre con una escultura corporal, usando como moldeo o “arcilla” a la persona que eligieron como pareja. La persona se coloca al centro y “moldea” o mueve las diferentes partes del cuerpo de la persona hasta lograr la escultura deseada. Una vez que se ha terminado la escultura, la persona que representa la arcilla deberá permanecer inmóvil mientras “la persona escultora” presenta su escultura:

“Este es mi padre, se llama José y lo representó de esta manera porque...”

b) La variante, si hay muchas personas, es moldear al padre de la misma manera, solo que lo harán todas las parejas a la vez,

numerados 1 y 2. Comienza 1. siendo escultor y 2. siendo arcilla. Luego, las personas que son arcilla deberán permanecer inmóviles, mientras el resto del grupo observa las esculturas de los padres, como si fuera una sala de museo y simulan tomar fotografías y registran lo que les llame la atención (posturas corporales, elementos, expresiones faciales, etc.). Luego se pide que hagan un cambio, para que 2. sea escultor y 1. arcilla repitiendo la actividad.

4. Se les invita a sentarse en círculo para realizar una plenaria y comentar sus sentires, pensamientos y observaciones con la actividad. La persona facilitadora tendrá que registrar por escrito ideas centrales de los relatos de los participantes, tratando de identificar prácticas de violencia y autoritarismo, pero también prácticas de cuidado y expresiones afectivas.

5. Por último, se reproduce el audio “Querido hombre” de Lucía Buenrostro, que forma parte de los materiales de la Campaña de la Red de Masculinidades “Cómplices por la Igualdad” Querido hombre.

Recursos necesarios

- Bocina
- Música tranquila

Tiempo estimado

50 ´

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

Comas d´Argemir, D. (2016) Hombres cuidadores: barreras de género y modelos emergentes. Revista Psicoperspectivas. 15 (3) pp. 10-22
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000300002

Figueroa, J. G. y Flores, N. (2012). Prácticas de Cuidado y modelos emergentes en las relaciones de género. La experiencia de algunos varones mexicanos. Revista La Ventana. (35)

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362012000100003

Materiales complementarios:

Audiovisual: Querido Hombre de Lucía Buenrostro y Guitte Hartog
https://www.youtube.com/watch?v=LzMjydy_1Vg

Técnica 4.3. Me cuido-te cuido

Objetivo: identificar las herramientas y habilidades necesarias, así como aquellas que el grupo ha desarrollado para los cuidados de personas dependientes.

Preparación:

- Cortar tres piezas de papel craft.
- Otorgar plumones de diferentes colores por equipo.

Aplicación**Inicio:**

1. Dependiendo del tamaño del grupo, se les solicita que conformen tres equipos. Se recomienda que se reúnan de acuerdo con las características siguientes:

Equipo 1. Quienes conviven o cuidan a personas adultas mayores.

Equipo 2. Quienes conviven o cuidan a personas niñas y niños.

Equipo 3. Quienes cuidan o conviven con personas con alguna discapacidad.
2. Se pide a una persona voluntaria de cada equipo para que sea dibujada su silueta en el papel craft y, con cuidado y respeto, se les pide que dibujen la silueta con plumones alrededor de su cuerpo.
3. Consigna: deberán de caracterizar la silueta dándole una identidad masculina, por ejemplo: Es Luis, tiene 32 años y vive con su padre adulto mayor, tiene pareja, no tiene hijos, es ingeniero y le gusta jugar futbol.
4. Se les pide que elijan o dibujen instrumentos, herramientas o elementos que consideren que su personaje necesitará para afrontar esta necesidad de cuidados de una persona adulta mayor, niñas y niños y/o personas con discapacidad. Se les invita a que

piensen en su propia experiencia y dibujen los elementos que les han sido indispensables para la actividad de cuidados.

5. Se realiza una plenaria sobre la actividad destacando las preguntas siguientes:

- A. ¿Cómo ha sido su experiencia con el cuidado de otras personas?
- B. ¿Identifican algún malestar asociado a cuidar de alguien más?
- C. ¿Por qué crees que se experimentan estos malestares?
- D. ¿Consideras que la experiencia de cuidado te ha dejado algo positivo? ¿Por qué?
- E. ¿Consideras que a los hombres se les dificultan las tareas de cuidado? ¿A qué se debe?

Cierre:

La persona facilitadora deberá de enfatizar lo siguiente:

- a) Cuando el cuidado se brinda a una persona con quien se tiene un vínculo afectivo (padres, hijos/as, hermanos, abuelos, pareja, etc.), este puede ser más complejo a nivel emocional, no solo por el cansancio que produce, sino que se puede experimentar tristeza, enojo, fastidio y sentimientos de culpa.
- b) El concepto de intersubjetividad para el psicoanálisis feminista desarrollado por Jessica Bejamín, critica la noción de las relaciones de dominación entre un sujeto (racional, activo, masculino) sobre otro/objeto (pasivo, emocional y feminizado). Es por eso que los hombres al recibir cuidados podemos sentirnos “inútiles e infantilizados” porque se trata de una experiencia de vulnerabilidad; mientras que, cuando brindamos cuidados, podemos experimentar sentimientos de “injusticia” con pensamientos asociados a que “se nos carga la mano” o “que eso no nos toca”, lo que puede aumentar los malestares. Lo anterior es porque los hombres desarrollamos una “identificación posicional”: me identifico con el lugar de poder y autoridad masculina de la familia, a quien se le libera de estas responsabilidades. Por eso nos cuesta trabajo desarrollar una identidad relacional, ya que justo significa reconocernos vulnerables e interdependientes.
- c) La importancia de las prácticas de autocuidado en personas que cuidan de otras, saber pedir ayuda, reconocer las propias limitaciones y tener espacios de contención

emocional para evitar situaciones de violencia o malos tratos hacia las personas que cuidamos, incluyendo a nosotros/as mismos.

Recursos necesarios <ul style="list-style-type: none">● Papel craft● Plumones● Cinta	Tiempo estimado 50´
---	-----------------------------------

Bibliografía recomendada para la persona facilitadora

Ibarra, D. (2021) Teoría intersubjetiva con perspectiva de género. En: Sexualidad masculina consciente: De la violencia simbólica al vínculo igualitario. Editorial El Diván negro: México. pp. 103-110

Materiales complementarios:

Capítulo II. Línea Calma:

<https://www.youtube.com/watch?v=VXwXYvriNsM&t=1s#t=2>

Bernardo Toro: El cuidado no es una opción. Aprendemos a cuidar o perecemos.

<https://www.youtube.com/watch?v=zRM8TznPf0s&t=31s>

V. Implicación de los hombres en la transformación social

En este apartado reflexionaremos sobre la posibilidad de movilización y transformación colectiva de los hombres y las masculinidades. En los últimos 40 años en México ha habido una creciente reflexión sobre masculinidades y se han generado acciones para incorporar a los hombres en el acercamiento y compromiso con la igualdad sustantiva con las mujeres, así como a relacionarse desde una lógica del cuidado esencial, que implica el cuidado de sus vínculos y formas de relacionarse con mujeres, con otros hombres y con personas de otras identidades sexogenéricas en distintas etapas de vida: adolescentes, niñas, niños, personas adultas y adultos mayores, etcétera.

Siguiendo al filósofo Enrique Dussel (2019), esta acción colectiva requiere una visión crítica basada en una profunda reflexión histórica, política, económica y social; es necesario un compromiso crítico con la transformación social. El autor propone la **transmodernidad** como una alternativa a la modernidad, que busca una "Nueva Edad del Mundo", encaminado a lo que llama: **retomar el camino de un proceso civilizatorio**. Es por eso que proponemos un trabajo colectivo en el que se trascienda la lógica individualista y estrictamente racional de la modernidad y donde los hombres (y las mujeres) ejerzamos un cuidado colectivo y asumamos responsabilidades también colectivas con la salud, el buentrato, la igualdad, la paz y una vida libre de violencia de género. Además, demos un lugar relevante a la vida emocional y el mundo subjetivo a veces estigmatizado por el paradigma de la modernidad.

La educación juega un papel central en estos procesos, para ello proponemos una pedagogía crítica, que es la base de nuestras intervenciones. Con base en las ideas y pensamiento de Bell Hooks (2022), es importante fomentar y promover el pensamiento crítico, considerando que el pensar es también una forma actuar; es decir, que el anhelo de saber es el motor de esa acción que nos adentra en la comprensión del funcionamiento de la vida. Un ejemplo de ello se observa en las niñas, quienes nos muestran esa pasión por el pensamiento, pero su potencial es detenido por un modelo adultocéntrico que se trasmite desde casa, por sus padres y madres, basado en la imposición de la disciplina, la obediencia y el castigo. Por ello es por lo que el trabajo educativo con los hombres y sobre masculinidades debe fomentar el autoconocimiento y la autodeterminación, es decir, la conciencia sobre nosotros mismos, pues es la base para una educación que sea también una práctica de la libertad (Freire, 2000).

Asimismo, las luchas para acabar con el racismo, el sexismo y la explotación de clase nos han mostrado que la liberación es un proceso continuo. De tal manera que en el trabajo con hombres es importante que nunca nos

creamos que hemos trascendido los machismos y las expresiones de la masculinidad patriarcal; debemos mantenernos alertas de forma crítica a ese pensamiento individualista y de corto plazo. Esto no es tarea fácil cuando la mayor parte de las personas pasan sus días trabajando dentro del paradigma de la dominación, con un pensamiento colonizado. Entonces, el camino en el trabajo educativo con los hombres y respecto a las masculinidades es el cuidado de sí, como ruta para acceder al amor a sí mismo; y de allí pasar a poder amar y cuidar a las otras personas.

Finalmente, un proceso reflexivo en torno al género, hombres y masculinidades solo puede cerrarse mediante compromisos de acción. Es por ello que en esta sesión cada persona definirá compromisos específicos para el cambio en su vida, su familia y su comunidad. Para ello se revisan los puntos centrales **de la agenda Suma por la Igualdad**, que es donde se sintetizan las necesidades de transformación social y demandas en materia de política pública que proponen quienes se involucran en acción colectiva sobre hombres y las masculinidades en México.

V. Implicación de los hombres en la transformación social
Objetivo específico
Promover acciones específicas mediante las cuales los hombres contribuyan a la igualdad de género y transformen la cultura de violencia y la dominación a través de una propuesta de agenda para la transformación social que conocemos como Suma por la Igualdad.
Temas
<ul style="list-style-type: none"> • Compromiso social y participación ciudadana de los hombres. • El papel y las acciones de los hombres en la construcción de una sociedad igualitaria. • Agenda SUMA por la Igualdad: propuesta de política pública como ejemplo para la incidencia en la transformación social.
Competencias por desarrollar
<p>¿Qué necesitan saber? (Aprendizajes conceptuales.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • El papel de las mujeres y los hombres en las transformaciones sociales (proceso histórico).

- Dimensiones público y privado, ¿están realmente separadas?
- La relación entre acción colectiva, movimiento social y política pública.

¿Qué necesitan saber hacer?, ¿cómo lo van a practicar? (Aprendizajes procedimentales.)

- Escucha activa-respetuosa.
- Comunicar y/o replicar el ejercicio o la información recibida.
- Reconocer su papel como agentes de cambio y su capacidad de gestión con actores políticos y tomadores de decisiones.

¿Qué valores o actitudes necesitan interiorizar? (Aprendizajes actitudinales.)

- Respeto a la diferencia y a la diversidad.
- Empatía.
- Trabajo en equipo.
- Pensamiento crítico.

Técnica 5.1. Compromiso en acción

Objetivo: generar un plan de acción personal y colectiva para la transformación a nivel personal, familiar y social a través de la transición paulatina del diálogo, la reflexión y el análisis a la construcción colectiva de propuestas de acción de los hombres hacia la igualdad sustantiva.

Preparación:

- Escuchar la canción "Se va la vida compañera" - León Chávez Texeiro
- Leer el resumen ejecutivo de la agenda "Suma por la igualdad".

Aplicación

Inicio:

- Se comenta que, desde el sismo de 1985, en México se ha fortalecido una cultura de participación ciudadana y acción colectiva para construir el cambio social e incidir en las políticas públicas que habrá de implementar el Estado.
- Se comparten los cuatro objetivos de la Agenda Suma por la igualdad, en los que las organizaciones y personas involucradas el trabajo con hombres y masculinidades han sistematizado los

cambios que se requieren en materia de cambio social y políticas públicas.

- a) Cambio cultural.
- b) Corresponsabilidad en los cuidados.
- c) Salud masculina.
- d) Vida libre de violencias.

Desarrollo:

Se forman cuatro equipos de personas participantes.

Se le solicita a cada equipo hacer una lista de acciones posibles que involucren la incorporación de los hombres en la construcción de la igualdad sustantiva entre hombres y mujeres. Cada equipo trabajará con uno de los ejes de la agenda Suma por la igualdad. Las acciones se enfocarán a distintos niveles: a) personal, b) familiar, c) comunitario y d) social/ políticas públicas.

Equipo 1) cambio cultural.

Equipo 2) prevenir y detener violencias.

Equipo 3) corresponsabilidad y cuidados.

Equipo 4) Salud y bienestar de los hombres.

En plenario se comparten los resultados de cada equipo y el facilitador/a presenta el resumen de la reflexión en los equipos y de la agenda Suma.

Cierre:

Cada participante elegirá tres acciones concretas que se compromete a realizar. Las acciones pueden ser 1) para su vida personal, 2) su espacio familiar, 3) su espacio de trabajo o su comunidad. Se formarán equipos de cuatro personas en las que las y los participantes tendrán una sesión de escucha de veinte minutos. Durante la sesión, cada participante compartirá lo siguiente.

¿Cuáles acciones eligió?, ¿qué cambios quiere lograr?, ¿cómo las va a llevar a cabo?, ¿qué apoyo necesita?

<p>Recursos necesarios</p> <ul style="list-style-type: none"> • Papel rotafolio • Maskin tape • Proyector • Presentación en diapositivas • Plumones de varios colores • Bocinas (se puede poner de fondo y con volumen bajo, la canción "Se va la vida, compañera") 	<p>Tiempo estimado</p> <p>90´</p>
<p>Bibliografía recomendada para la persona facilitadora</p> <p>Segato, R. (2018) Contra - pedagogías de la crueldad. Editorial Prometeo.</p> <p>bell hooks (2022). Enseñar pensamiento crítico. Rayo verde Editorial S.L.</p> <p>Dussel, E. (2019). Hacia una nueva cartilla ético-política (capítulo V, p. 77).</p> <p>Carmona, P., Esquivel I. (2018). Suma por la igualdad. Propuesta de agenda pública para implicar a los hombres en la igualdad de género. Primera edición, Ciudad de México. Gendes, AC.</p>	

<p>Técnica 5.2. La ruleta del conocimiento</p>
<p>Objetivo: facilitar un cierre del proceso pedagógico que permita a las personas participantes integrar aprendizajes, conocimientos, emociones y alianzas estratégicas antipatriarcales.</p>
<p>Preparación:</p> <p>Tener a la mano el rotafolio que contenga el encuadre, expectativas y objetivos.</p> <p>Se colocan cuatro rotafolios o papel craft en cuatro puntos distintos del salón o espacio en el que se trabaje.</p> <p>Cada rotafolio debe contener una de las preguntas siguientes:</p>

1. Durante este proceso, ¿cuál ha sido el aprendizaje más significativo o el tema que más recuerdas y por qué?
2. ¿Cuál de los temas te resultó más incómodo o difícil de abordar?
3. ¿Qué propuesta de mejora harías a la dinámica de este taller o qué temas consideras que te hubiera gustado abordar?
4. Menciona alguna actividad o acción que ya hayas comenzado a implementar en tu persona, familia o comunidad a partir del presente taller.

Inicio:

La persona facilitadora recupera los temas que se abordaron a lo largo del taller, así como los objetivos y expectativas, invitando a las personas participantes a que realicen un balance personal sobre los aprendizajes obtenidos, así como las reflexiones significativas que se produjeron en el proceso de grupo. Algunos de los temas importantes a recuperar son los siguientes:

- La construcción sociocultural de la masculinidad.
- El mandato de la masculinidad.
- Las relaciones del poder y la violencia de género.
- La sexualidad masculina.
- El respeto a la dignidad en los vínculos afectivos.
- El reconocimiento de la diversidad sexual y sus derechos.
- La importancia de la participación de los hombres en los cuidados.
- El cuestionamiento a la construcción de la autoridad en las relaciones de crianza.
- La participación de los hombres en la transformación social hacia una sociedad más igualitaria.

Desarrollo:

1. Se organiza al grupo en cuatro subgrupos.
2. A cada subgrupo se le otorga un plumón de un color, procurando que cada equipo tenga un color distinto, lo que ayudará a distinguir las respuestas de los equipos.
3. Se les indica que contarán con 5 minutos para responder a cada pregunta y cuando haya terminado el tiempo, la persona facilitadora indicará que deben cambiar a la pregunta siguiente de tal manera que cada equipo deberá responder las cuatro preguntas en los 20 minutos asignados.

4. Finalmente, se hace una plenaria con las respuestas destacando aquellos elementos que se repiten y aquellos que les resultan novedosos.

Cierre:

- Si la persona facilitadora observa una buena cohesión grupal y la suficiente confianza, les solicita que se pongan de pie y se mantengan en círculo. Es importante que se anticipe al grupo que la actividad implica el contacto físico, por lo que, si alguien se siente incómodo/a, puede decidir no participar y hacer una función de “observación no participante”. Posteriormente, se les solicita que froten las palmas de sus manos para generar calor y, antes de tocar la espalda de su compañero/a, es indispensable que se solicite permiso para tocar con la palabra: ¿Puedo? Si la persona frente a ellos/as accede, pueden comenzar el masaje de formas creativas; por ejemplo, con las palmas abiertas como si plancharan su ropa, o con los puños y de manera suave en los puntos de tensión muscular o solamente con los dedos. Finalmente, se les pide que escriban con un dedo en la espalda de la persona que tiene enfrente: ¿cómo se sintió con el masaje? Y agradece a la persona que se lo otorgó.
- Nuevamente se les pide que regresen a sus asientos para la actividad siguiente. La persona facilitadora habrá de preparar la canción que sea de su agrado de la lista que recomendamos o alguna que considere cumple con el objetivo; es decir, que movilice los sentimientos de alegría, esperanza y compromiso.
- Le solicita al grupo que, por favor, cierren sus ojos para escuchar una canción. Se reproduce el audio en un volumen moderado.
- Para el cierre final del proceso del taller, es recomendable que el grupo pueda expresar las emociones que evoca de este proceso. Para lo anterior, se les pide que se coloquen en círculo, de preferencia sentados. Luego se les pregunta: ¿qué es lo que te llevas de este proceso? Y ¿qué te gustaría dejar al grupo? Cada participante puede compartir. Si la persona facilitadora nota dificultades, puede empezar con su propia experiencia y apoyarse de una pelota de goma para lanzarla a la persona siguiente, sin olvidar antes mencionar su nombre. Ejemplo: me gustaría escuchar a Miguel (y le lanza con cuidado la pelota).

<p>Recursos necesarios</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 plumones de colores distintos • Cuatro hojas de rotafolio • Cinta masking tape • Bocinas • Canciones descargadas o acceso a internet • Pelota de goma 	<p>Tiempo estimado</p> <p>60 min.</p>
<p>Bibliografía recomendada para la persona facilitadora</p> <ul style="list-style-type: none"> • Himno a la Alegría: Miguel Ríos https://www.youtube.com/watch?v=E5MM8ccNRZA&list=RDE5MM8ccNRZA&start_radio=1 • Color esperanza: Diego Torres https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs&list=RDNb1VOQRs-Vs&start_radio=1 • Puedes cambiar el mundo: Alejandro Lerner https://www.youtube.com/watch?v=oDVJO9rE9EU&list=RDoDVJO9rE9EU&start_radio=1 • Todo cambia: Mercedes Sosa. https://www.youtube.com/watch?v=0khKL3tTOTs&list=RD0khKL3tTOTs&start_radio=1 	

Bibliografía

Bell hooks (2022). Enseñar pensamiento crítico. Rayo verde Editorial S.L.

Butler, J. (2014). El género en disputa. Paidós, pp. 45-100.

Boff, L. (2002) El cuidado esencial: ética de lo humano, compasión por la tierra. Editorial Trotta: Madrid, p. 160.

Carmona, P. y Esquivel, I. (2018). Suma por la igualdad. Propuesta de agenda pública para implicar a los hombres en la igualdad de género. GENDES. México

Comas d'Argemir, D. (2016). Hombres cuidadores: barreras de género y modelos emergentes. Revista Psicoperspectivas. 15 (3) pp. 10-22
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000300002

De Keijzer, B. y Ayala, L. G. (2010). Hombres participando en la democratización de las familias. Instituto Mora/Conacyt. México: 79.

De Stefano, M. (2022) Por qué la vulnerabilidad importa. La relación entre masculinidad, emociones y vulnerabilidad en el ejercicio de violencia contra las mujeres en la pareja. ANTHROPOLOGICA pp. 167-189, 40 (49)
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/anthropologica/article/view/26548/24959>

Díaz, A. (2008). Hombres, conciencia y encuentros. Modelo para la salud integral de hombres gay y hombres que tienen sexo con hombres (hsh). Grupo Diversidad Sexual/CENSIDA.

Díaz, A., Hernández, H., Rocha, H., Salguero, A. (2025). Caja de herramientas, guía para la aplicación del taller "Liderazgos que construyen igualdad". Cómplices por la Igualdad / Consejo de la Judicatura Federal.

Dussel E. (2019). Hacia una nueva cartilla ético política (capítulo V, p. 77).

Figuroa, J. G. y Flores, N. (2012). Prácticas de Cuidado y modelos emergentes en las relaciones de género. La experiencia de algunos varones mexicanos. Revista La Ventana. (35)

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362012000100003

- Freire, P. (2000). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
- Foucault, M. (2007). *Historia de la sexualidad 1, la voluntad de saber*. Siglo XXI, pp. 112-125.
- Hernando, A. (2015) *Identidad relacional y orden patriarcal*. En: Almudena, H. (Ed.) *Mujeres, hombres, poder: subjetividades en conflicto*. *Traficantes de sueños: Madrid*, pp. 83-124.
- 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: hallazgos clave*. Washington DC y Londres: Promundo-US y Unilever. [La-caja-de-la-masculinidad-Hallazgos-clave-FINAL-170817.pdf \(equimundo.org\)](#)
- Jiménez, M. (2008). *Manual para la prevención de la violencia familiar. Democratización de las relaciones familiares en programas sociales*. Fundación W.K. Kellogg/Democracia Familiar y Social A.C.
- Tronto, J. (1993) *Moral Boundaries, a political argument for an ethic of care*. Editorial Routledge, Estados Unidos, p. 242.
- Sanz, F. (2016), *El buentrato como proyecto de vida*. Kairos, Barcelona.
- Schmukler, B. y Alonso, X. (2009). *Democratización familiar en México: experiencias de un proyecto de prevención de violencia familiar*. Instituto Mora: México, p. 387.
- Schmukler, B. (Coord.) (1998). *Familias y relaciones de género: Cambios trascendentales en América Latina y el Caribe*. Population Council. EDAMEX, p. 562.
- Schmukler, B. (2020). *La democratización familiar y la pedagogía de los conocimientos situados*. En García, S. y Hernández, A. (Coord.) *Género y prevención de la violencia en la familia y la comunidad*. Fondo Editorial Universidad Autónoma de Querétaro. México, pp.17-40.



GOBIERNO DE MÉXICO

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



GOBIERNO DEL ESTADO DE BAJA CALIFORNIA SUR

DIF
BCS

