

Guía para Padres



**MASCULINIDADES DIVERSAS Y PLURALES PARA LA
PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO**



Fondo de Población
de las Naciones Unidas

KOICA

AGENCIA DE COOPERACIÓN
INTERNACIONAL DE COREA

Título de la publicación:

*Masculinidades diversas y plurales para la prevención de la violencia basada en género.
Guía para Padres de familia.*

Elaborado por:

Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA

Consultora:

Fabiana Birbuet Brañez

Diseño y diagramación:

Epifanía

Impresión:

Cleopatra INC. SRL.

© Fondo de Población de las Naciones Unidas

UNFPA Bolivia

Calle 11 de Calacoto N° 503 esq. Av. Ballivián

Edificio Torre Calacoto, Piso 6

Teléfono +591 2 212 1693/277/0214

La Paz, Bolivia

Esta publicación es posible gracias al apoyo financiero de la Agencia de Cooperación Internacional de Corea – KOICA. Las opiniones vertidas en el material son de responsabilidad exclusiva de los autores y no comprometen el criterio institucional de KOICA.

Se permite la reproducción total o parcial de este material (gráficos, tablas, ilustraciones, fotografías y texto) siempre que no sea alterada y se asignen los créditos correspondientes de propiedad al Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA.

Esta publicación es de distribución gratuita.

Prohibida su venta.

La Paz, Bolivia

2025



Tabla de Contenidos

	Presentación.....	5
	Unas palabras antes de comenzar	6
01	Objetivo central de la guía	7
02	Enfoques presentes en el documento.....	8
03	Propuesta metodológica.....	9
04	Marco teórico	10
05	Características del proceso formativo	17
	Bibliografía	38

Presentación

La violencia basada en género sigue siendo una de las manifestaciones más persistentes de desigualdad, con impactos profundos en la vida de mujeres, niñas, adolescentes y de la sociedad en su conjunto. Prevenir y erradicarla requiere de un enfoque integral que no sólo fortalezca la respuesta institucional, sino que también promueva transformaciones culturales profundas, particularmente en torno a las formas de ejercer la masculinidad.

En este contexto, el Fondo de Población de las Naciones Unidas - UNFPA con apoyo de la Agencia de Cooperación Internacional de Corea - KOICA se complace en presentar la guía “Masculinidades diversas y plurales para la prevención de la violencia basada en género. Guía para padres de familia”, una herramienta orientada a acompañar procesos de formación y reflexión con adolescentes, desde una perspectiva transformadora de género y derechos humanos.

Esta guía se fundamenta en los principios de las neurociencias cognitivas y la programación neurolingüística (PNL), enfoques que permiten

identificar y modificar patrones de pensamiento, actitudes y conductas que pueden estar arraigados en estereotipos de género. A través de esta metodología, se busca ampliar la capacidad reflexiva de los participantes sobre sus experiencias personales, sus vínculos interpersonales y el impacto de su labor en la comunidad.

A través de herramientas prácticas y conceptuales, se propone resignificar las masculinidades desde un enfoque plural, diverso e inclusivo, que contribuya no sólo a una mejor atención a la ciudadanía, sino también al bienestar personal y profesional de los propios funcionarios.

Desde el UNFPA, reafirmamos nuestra voluntad de seguir acompañando al Estado en el fortalecimiento de capacidades que pongan al centro la dignidad, la igualdad y los derechos humanos de todas las personas.

Pablo Salazar Canelos
Representante del Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA Bolivia

Unas palabras antes de comenzar

Esta guía busca ser una hoja de ruta que ofrece pautas teóricas y metodológicas para que los especialistas puedan facilitar talleres dirigidos a padres de familia que estén interesados en formarse, obtener información, conocer o aplicar herramientas prácticas para promover las masculinidades diversas y plurales.

Este documento se elabora en el marco del proyecto “Promoviendo la igualdad de género para el ejercicio de derechos sexuales y derechos reproductivos” ejecutado por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) y con el apoyo de la Agencia de Cooperación Internacional de Corea (KOICA). Este proyecto, de manera general, busca instaurar capacidades y generar reflexiones desde la promoción de las masculinidades diversas y plurales como respuesta a la Violencia Basada en Género (VBG), transversalizando y mejorando el acceso a la información sobre los servicios de atención a la VBG en un marco de los derechos de las mujeres.

Desde la concepción de este proyecto se entiende que el enfoque de masculinidades diversas y plurales alienta a los hombres a convertirse en actores activos y aliados en la lucha por la eliminación de todas las formas de violencia contra las niñas, adolescentes y mujeres adultas. En ese sentido, este proyecto busca transformar los estereotipos de género, capacitando a los hombres a nivel individual e institucional para erradicar prácticas patriarcales heredadas, apelando a metodologías innovadoras que generan reflexión y acción.

Para lograr dichos objetivos, se desarrolló un proceso formativo dirigido a padres de adolescentes estudiantes de unidades educativas que participan del proyecto en los municipios de Sacaba, Cercado, La Paz y El Alto. De forma general, los módulos y sus contenidos contemplan un enfoque integral del uso de metodologías dinámicas y participativas.

1. Objetivo central de la guía

Brindar herramientas e información que permita formar a padres de familia de los municipios de La Paz, El Alto, Sacaba y Cercado en el desarrollo de masculinidades diversas y plurales.

1.1. Objetivos de la formación a padres de familia

- ▶ Los padres de familia que participan del proceso formativo son capaces de entender la construcción del hombre tradicional en la sociedad actual (masculinidad hegemónica), y su impacto en hombres y mujeres.
- ▶ Los padres de familia que participan del proceso formativo se informan y reflexionan acerca de la construcción de masculinidades diversas y plurales desde los hogares.
- ▶ Los padres de familia que participan del proceso formativo son capaces de entender las raíces, causas y consecuencias de la violencia en razón de género.
- ▶ Los padres de familia que participan del proceso formativo están sensibilizados en la temática y adquieren habilidades para promover masculinidades diversas y plurales desde el ámbito familiar.



2. Enfoques presentes en el documento

Trabajar en la promoción de masculinidades diversas y plurales implica la generación de espacios de diálogo y reflexión respecto a la manera en que los hombres viven y construyen sus masculinidades a diario. Antes de presentar la propuesta metodológica, compartimos los enfoques presentes en el documento que guían la concepción de la temática.

- **Enfoque de derechos humanos:** Trabajar la promoción de masculinidades diversas y plurales desde un enfoque de derechos humanos es fundamental. Como podrá verse más adelante, la masculinidad hegemónica en sociedades patriarcales está íntimamente relacionada con diversas problemáticas de vulneración a los derechos humanos (violencia de género, embarazos no intencionales, desigualdad de género, entre otros). Por tanto, bajo este enfoque de derechos humanos, se busca alcanzar una transformación profunda de las relaciones de género que sea más respetuosa tanto con los derechos de hombres como de mujeres.
- **Enfoque feminista:** Cuestionar relaciones de género establecidas implica politizar y poner en debate público y cuestionar roles de género impuestos. Bajo este enfoque promover masculinidades positivas permite deconstruir las jerarquías de poder que se ejercen de hombres a mujeres.



3. Propuesta metodológica

Los módulos de formación para padres de familia, están planteados bajo un enfoque sistémico que permite entender los fenómenos y procesos de forma interconectada. Este enfoque busca que todas las herramientas y conocimientos que se brinden durante el proceso formativo contribuyan a la transformación integral y positiva de los entornos inmediatos de los hombres, pero también de las niñas, niños y adolescentes con quienes comparten día a día.

Además del enfoque sistémico, el proceso formativo transversaliza la metodología innovadora de Flipped Learning que implica un trabajo tanto dentro como fuera de las sesiones. Una parte fundamental de esta metodología implica impartir y brindar contenidos que puedan revisarse y analizarse antes de los talleres presenciales para optimizar el tiempo, mientras que se aprovecha el tiempo en la sesión para aclarar dudas y consolidar conceptos.

Las sesiones basan su camino pedagógico, en 3 momentos centrales donde:

1. **Nos inspiramos**, reflexionando respecto a lo que les ha motivado a participar, lo que sueñan con transformar a partir de esta experiencia, lo que quieren compartir con los demás, y con qué se comprometen en este proceso.
2. **Aprendemos**, después de compartir sus experiencias y aprendizajes previos, se abren a explorar nuevos conocimientos e interiorizarlos como parte de sus roles comunitarios.
3. **Tomamos acción**, tomamos conciencia de la necesidad de realizar acciones que inspiren, eduquen y generen un cambio positivo invitando a la comunidad a que también tomen acción.¹



¹ Este camino pedagógico está basado en la metodología de trabajo de Act2gether. Este camino pedagógico está basado en la metodología de trabajo de Act2gether.

4. Marco teórico

Este apartado incluye la fundamentación teórica sobre la que se basa este documento. Se puede recurrir a este apartado para aclarar dudas conceptuales o para que quien tenga esta guía en sus manos pueda complementar la información cuando así lo requiera. Para ello, se desarrollan conceptos que se consideran útiles e importantes.

4.1. Patriarcado

El patriarcado tiene alrededor de cuatro mil años, por ello, se afirma que es una construcción social y no algo “natural”.

Es un sistema sociocultural en el cual se considera que los hombres deben tener el poder y mandar sobre las mujeres, tanto en la familia, el trabajo como en la sociedad en general. El patriarcado surgió como una forma de organización social que se basa en el dominio de los hombres sobre las mujeres, tiene como características centrales:

- ▶ Considerar que los hombres son superiores a las mujeres.
- ▶ Que el hombre exija a la mujer fidelidad absoluta y que esta solo pueda tener una pareja (monogamia). El hombre, por lo general, puede tener varias mujeres a la vez y no recibir ningún castigo por eso.
- ▶ Asociar la masculinidad al poder, control, valor, dominio de la razón, posesión del conocimiento, y gobierno de lo público.
- ▶ Que sea de mucha importancia conocer quién es el padre biológico para la herencia de los bienes a las hijas e hijos.
- ▶ Reproducir normas y patrones patriarcales dentro de las familias.

En síntesis, el patriarcado, es un sistema que rige el pensar, sentir y accionar de las personas que componen una sociedad. Los mandatos del patriarcado afectan tanto a mujeres como a hombres. El sistema patriarcal se perpetúa cuando es promovido consciente o inconscientemente, de diversos modos, entre ellos, la inculcación de los estereotipos de género; la privación de la enseñanza; la prohibición a las mujeres a conocer su propia historia, etc. Por tanto, la construcción de la equidad de género y de formas nuevas de relacionamiento entre mujeres y hombres es una tarea de todas y todos. Sin embargo, las mujeres, como grupo social, ya llevan cierto camino recorrido gracias a los estudios y avances feministas.

4.2. Machismo

El machismo es un conjunto de creencias, costumbres, normas, comportamientos y actitudes que sostienen que el hombre es superior a la mujer. Este conjunto de creencias se instaura en las personas desde edades muy tempranas a través de mensajes y acciones sobre lo que se espera de un hombre y de una mujer.

Las conductas machistas, son aquellas que se basan en estas creencias y, de alguna manera, contribuyen a la reproducción de las relaciones desiguales de género. Estas conductas machistas se relacionan con lo que se espera de un hombre y una mujer. Estos mensajes de cómo debe ser cada sexo o comportarse se denominan “estereotipos de género”.

¿Cómo se manifiesta el machismo?

El machismo se manifiesta cotidianamente de diversas formas, algunas frecuentes son la descalificación o el control sutil. A continuación, presentamos algunos ejemplos de estas:

Descalificar a las mujeres:

- ▶ Chistes o comentarios machistas donde se consideran a la mujer como inferior al hombre.
- ▶ No tomar en cuenta la opinión de una mujer, solo por el hecho de ser mujeres.
- ▶ Desconfiar de las capacidades por el hecho de ser mujer.

Formas sutiles de control:

- ▶ Ejercer control constante con el pretexto de demostrar preocupación por ella.
- ▶ Llevarla y recogerla siempre (a veces esto puede confundirse con cortesía, pero en algunos casos es utilizado como mecanismo de control).

4.3. Estereotipos de género

Los estereotipos de género son ideas, cualidades y expectativas que socialmente se les atribuyen a los individuos. Podemos denominarlas representaciones simbólicas de lo que mujeres y hombres deben de ser, de cómo tendrían que comportarse y qué deberían sentir. Una característica central de los estereotipos de género es que estos son, por lo general, excluyentes entre sí. Es decir que, en muchos casos, lo que se le otorga o se espera de un hombre es opuesto a lo que se espera u otorga a una mujer.

Un ejemplo de esto es que, socialmente, se espera que los hombres asuman un rol de proveedores, que sean fuertes, competitivos, valientes, racionales y agresivos. Por el contrario, se espera que las mujeres tengan un rol de cuidado, sean amables, débiles, cariñosas, sensibles, sumisas, etc.

Existen estereotipos de género abiertamente hostiles: “las mujeres son irracionales o están locas”; y también estereotipos aparentemente inofensivos: “las mujeres son cariñosas por naturaleza”. Ambos, son perjudiciales y perpetúan desigualdades sociales.

Como se mencionó, los estereotipos de género son ideas compartidas socialmente, no tienen bases “biológicas” o “naturales” que las sustenten. Sin embargo, con frecuencia se usan para justificar acciones, pensamientos o frases machistas.

Algunos ejemplos:

La prevalencia del machismo se basa en algunos estereotipos de género. Presentamos algunos ejemplos comunes a continuación

- ▶ “Los hombres son más fuertes que las mujeres”.
- ▶ “Los hombres deben dominar a las mujeres”.
- ▶ “Las mujeres deben ser protegidas por los hombres”.
- ▶ “Los hombres deben tolerar infidelidades de las mujeres”.
- ▶ “Las mujeres son más tiernas y afectivas que los hombres”.

4.3.1. Roles de género

Los estereotipos de género generan roles de género y viceversa. Es decir, que socialmente se designa la manera en la que deben comportarse de forma cotidiana las mujeres y los hombres según lo que se considera apropiado para cada sexo. Estos roles asignados a cada sexo generalmente son determinados y perpetuados por el grupo social con mayor poder.

4.3.2. Misoginia

La misoginia consiste en considerar a las mujeres como seres inferiores a los hombres. Su característica central es que las opiniones o creencias negativas que se tiene sobre la mujer y lo femenino se expresan también en conductas negativas hacia ellas. Muchas de las actitudes, pensamientos y comportamientos machistas, pueden provocar una conducta misógina en los hombres.

4.4. Masculinidad o masculinidades

Como se mencionó anteriormente, los hombres aprenden los mensajes y mandatos para “convertirse en hombres”. Sin embargo, existen diferencias en la forma en que los hombres experimentan y viven estos mandatos en su cotidianidad. Por eso, es preferible hablar de masculinidades, para así incluir la diversidad de maneras de ser hombre y expresarlo.

4.4.1. Masculinidad hegemónica

La forma de pensar (ideas, creencias), los valores, la manera de vivir los sentimientos, y de comportarse consigo mismos, con otros hombres y con las mujeres no son aspectos naturales, es decir que no se nace con esas características. Por lo tanto, cuando se habla de masculinidad hegemónica, se hace referencia a un modelo de hombre que la sociedad enseña.

La masculinidad hegemónica es la manera en que la sociedad enseña y dicta cómo tienen que comportarse los hombres, qué deben pensar y cómo tienen que manejar sus sentimientos. Son mensajes, encargos, mandatos y roles que hombres y mujeres aprenden e interiorizan desde el nacimiento acerca de cómo es el comportamiento correcto de un hombre.

Actualmente, la masculinidad hegemónica tiene como clave central el ejercicio y monopolio del poder y la fuerza, así como la represión de sentimientos asociados a la ternura y debilidad.

¿Cómo afecta este tipo de masculinidad a los hombres?

La represión de sentimientos y el tener que siempre responder a los “estándares” de la masculinidad hegemónica, es un peso fuerte para los hombres y tiene consecuencias como, por ejemplo:

- ▶ Dar predominancia casi absoluta a lo racional sobre la parte emocional.
- ▶ Evadir o sentirse incómodo en situaciones que les invitan a expresar lo que sienten.
- ▶ Acumulación de sentimientos que luego se manifiestan en forma de enfermedades, violencia o depresión.
- ▶ Actuar con violencia antes que de manera pacífica y racional.

4.4.2. Encargos de la masculinidad

En todas las sociedades patriarcales se han encontrado cuatro encargos básicos asignados a los hombres. Estos son: ser proveedor, protector, procreador y autosuficiente.

- ▶ **El hombre proveedor:** Este encargo implicar ser “el jefe de familia”, quien lleva sustento económico a casa y mantiene a la familia. Además, este mandato, por lo general, debe expresarse como una forma de autosuficiencia económica que lleva a que muchos hombres se refugien en el trabajo para obtener los ingresos suficientes que les permitan cumplir este rol.
- ▶ **El hombre protector:** Este encargo resalta la función otorgada a los hombres para proteger a las demás personas, especialmente a las mujeres. Sin embargo, muchas veces, los hombres utilizan esta protección como un medio de control que se ejerce desde la desigualdad de poder.
- ▶ **El hombre procreador:** Este mandato resalta la capacidad reproductiva del hombre, estableciendo que una tarea fundamental para “ser hombre” es la fecundación. De aquí surge el mito de que los verdaderos hombres deben tener hijos, y mejor aún si estos a su vez son hombres.
- ▶ **El hombre autosuficiente:** Este encargo de la masculinidad implica que los hombres deban pensar y actuar sin necesitar ayuda de nadie, este mandato de autosuficiencia, también se refleja en la demandada autosuficiencia económica.

4.4.3. Marcadores de la virilidad

Los marcadores de la virilidad son “pruebas” que los hombres deben realizar, a lo largo de su vida y en distintos momentos, para “demostrar o medir su hombría”. David Gilmore (1994) nos dice que los marcadores son como exámenes que las diversas culturas establecen para “evaluar” a los hombres y dar la aprobación de su virilidad. Los hombres, en las sociedades patriarcales por lo general “demuestran” su virilidad enfrentándose a peligros, negando el miedo, ostentando su potencia sexual, entre otras conductas.

Algunos marcadores comunes de la virilidad son: el consumo de bebidas alcohólicas, el tener relaciones sexuales con trabajadoras sexuales o la exhibición de parejas jóvenes.

4.4.4. Arquetipos de la masculinidad

Todos los mensajes, mandatos y características que se asocian a la masculinidad o feminidad están presentes en nuestras interacciones, pero también se manifiestan en tradiciones, leyendas, cuentos y personajes de la cultura popular, a través de los cuales actúan los arquetipos de la masculinidad. Estos, tienen un gran impacto en lo que los hombres de una determinada sociedad y de un determinado contexto social toman como modelo a seguir.

Se señala la existencia de cuatro arquetipos fundamentales que se han encontrado en diferentes culturas. Los arquetipos del rey, guerrero, mago, y amante. Los explicamos a continuación:

Arquetipo del rey

Este es un arquetipo que busca permanentemente ejercer el poder y el control, ya que necesita ser obedecido y reconocido en su autoridad. Desde niño, este hombre debe comportarse como un rey, y las personas lo tratan como tal. Algunos mensajes claves de este arquetipo son:

Soy el rey: “Me tienen que obedecer”, “acá mando yo”, “se hace lo que yo digo”, “no escucho, no hago preguntas y doy órdenes”, “me gusta tener el poder, sea para mandar o para ayudar” y “me gusta dirigir a las personas y sobresalir”.

Arquetipo del guerrero

Se caracteriza por la necesidad permanente de defender y proteger el territorio, para lo cual el hombre guerrero debe ser valiente y muy frío en la expresión de sus sentimientos. Algunos mensajes claves de este arquetipo son:

Soy el guerrero: “me encanta proteger a las demás personas”, “soy posesivo y celoso”, “no expreso mis emociones”, “soy luchador” y “no tengo miedo a nada ni a nadie”.

Arquetipo del mago

Este arquetipo caracteriza al hombre que cree que lo sabe todo y que siempre tiene que tener la razón. Aunque le gusta ayudar y compartir sus conocimientos con los demás, lo distingue la necesidad de que reconozcan que él es el que sabe. Algunos mensajes claves de este arquetipo son:

Soy el mago: “yo sé de todo”, “sé hasta lo que no se ha inventado”, “no contradigan mis ideas” y “Ni se les ocurra decir que ustedes saben hacer lo que yo sé de manera diferente, porque me puedo resentir o enojar”.

Arquetipo del amante

Este arquetipo es el que sobrevalora la sexualidad. El hombre que vive este arquetipo es el que organiza su vida alrededor de las aventuras sexuales. Algunos mensajes claves de este arquetipo son:

Soy el amante: “me gustan todas las mujeres”, “puedo tener varias mujeres al mismo tiempo”, “aprovecho cualquier oportunidad para conquistar mujeres” o “soy muy romántico”.

Estos cuatro arquetipos presentados, son los que han dominado la vida de los hombres en las sociedades patriarcales. Es importante que los hombres puedan identificar cuáles son los arquetipos dominantes en su vida, y reconozcan cómo les han afectado negativamente tanto a ellos mismos como a las mujeres para empezar a introducir cambios que conduzcan a la construcción de la igualdad de género.

4.4.5. Masculinidades diversas y plurales

Las masculinidades diversas y plurales son aquellas que promueven la igualdad de derechos y de oportunidades entre géneros. Las masculinidades diversas y plurales postulan que un hombre también puede ser comprensivo con los demás y consigo mismo, asumiendo sus errores sin violentar a otras personas.

4.5. Violencia basada en género

La violencia basada en género se define como “todo tipo de violencia ejercida mediante el recurso o las amenazas de recurrir a la fuerza física o al chantaje emocional; incluyendo la violación, el maltrato de mujeres, el acoso sexual, el incesto y la pederastia”.²

4.5.1. Tipos de violencia

Existen diversos tipos de violencia, a continuación, se presentan³ las principales y más presentes en nuestros entornos:

- ▶ **Violencia estructural:** Está presente en las estructuras sociales, políticas, económicas y culturales que mantiene y reproduce un sistema de dominación.
- ▶ **Violencia simbólica:** Emisión de mensajes y acciones sutiles que naturalizan y justifican la desigualdad y violencia hacia la mujer. Cobra formas sutiles e incluso a veces inconscientes.
- ▶ **Violencia física:** Acción física, no accidental, que busca producir un daño físico en la víctima (empujones, golpes, jalones de pelo, quemaduras, etc.).
- ▶ **Violencia psicológica:** Conductas o acciones que generan daño psicológico, desvalorización o sufrimiento. Puede manifestarse en forma de amenazas, humillaciones, culpabilización, intimidación, control, etc.
- ▶ **Violencia económica:** Privación intencionada al acceso a información o manejo de dinero.
- ▶ **Violencia sexual:** Cualquier acto de tipo sexual considerado ofensivo o no deseado por la mujer, incluye tocamientos o contactos no deseados, palabras obscenas, acoso sexual, agresiones sexuales, etc.

Violencias encubiertas – Micromachismos

Las violencias encubiertas o micromachismos son estrategias y acciones sutiles, a veces casi imperceptibles, mediante las cuales se ejerce el poder y dominio de los hombres sobre las mujeres. Cuando se hace referencia a los micromachismos se habla de acciones cotidianas y “normales”. Sin embargo, pese a ser sutiles, estas son formas de violencia de género que se perpetúan y transmiten de forma consciente e inconscientemente.

² <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179818244002.pdf>

³ <https://descargas.merida.es/igualdad/2021-guia-profesores.pdf>

Algunos ejemplos de micromachismos son:

- ▶ **Manterrupting:** La interrupción constante del discurso de una mujer por parte de un hombre.
- ▶ **Bropriating:** El apropiarse o llevarse el crédito de una idea generada por una mujer.
- ▶ **Gaslighting:** Patrón de comportamiento que manipula a la víctima hasta hacerla dudar de su propia percepción o juicio.
- ▶ **Mansplaining:** Tendencia de algunos hombres a explicarle a las mujeres algún tema de forma paternalista y condescendiente, incluso cuando la mujer sabe más que el varón sobre el tema.
- ▶ **Manspreading:** Es la tendencia de los hombres a ocupar más espacio del necesario en el transporte o en espacios públicos.

Comportamientos encubiertos del machismo

Son conductas y actitudes generalmente inconscientes, interiorizadas y no visibles, que corresponden a construcciones de pensamiento, valoraciones, significados y creencias que estructuran, configuran y determinan las relaciones y las prácticas sociales entre hombres y mujeres. Se manifiesta en gestos, omisiones, selecciones sesgadas de materias, miradas de aprobación o reprobación, entre otros.

Este comportamiento encubierto presente de forma transversal en la cultura y forma parte de las instituciones sociales y de cada persona dentro de la sociedad. En el ámbito familiar se manifiesta en aquellas pautas sobre normas, valores, actitudes y prácticas que los padres (algunas veces también las madres) transmiten a sus hijas e hijos y que generan desigualdad.

Es un medio muy poderoso de aprendizaje y transmisión de normas, valores y relaciones sociales que subyacen y se reproducen a través de las rutinas cotidianas de las familias. Los hijos hombres no solo aprenden conductas y conocimientos, sino todo un conjunto de actitudes y de prácticas sociales que contribuyen a la construcción de sus identidades.



5. Características del proceso formativo

La formación a padres de familia propuesta en este documento está pensada para una modalidad presencial y un total de seis horas de formación. Considerando el tiempo que generalmente disponen los padres de familia, se proponen dos sesiones de trabajo de tres horas cada una. A continuación, se presentan las dinámicas y contenidos que se pueden realizar y abordar durante estas dos sesiones.

5.1. Camino pedagógico de las sesiones:

Sesión 1

Machismo, masculinidad hegemónica y masculinidades diversas y plurales

Objetivo de la sesión	Duración	Actividad propuesta	Contenido a abordar
- Brindar información y reflexionar acerca de la construcción del hombre tradicional en la sociedad actual (masculinidad hegemónica) y cómo esta afecta a hombres y mujeres. - Informar y reflexionar acerca de la construcción de masculinidades positivas tanto en el ámbito privado como público. - Sensibilizar acerca de las raíces, causas, y consecuencias de la violencia en razón de género y del machismo.	10 min	Registro de participantes.	
	5 min	Presentación de los objetivos de la sesión de trabajo	
	10 min	Evaluación de inicio	
	15 min	Al límite	Identificación de actitudes machistas
	20 min	¿Qué te enseñaron que debías ser?	Machismo, sociedad, patriarcal
	1 hora	El peso de ser hombre	Masculinidad hegemónica
			Encargos de la masculinidad
	30 min	Círculo de la violencia y la confianza	Machismo y su relación con la violencia
	30 min	Construyendo masculinidades diversas y plurales	Masculinidades diversas y plurales: su importancia en la actualidad

Sesión 2

Violencia y machismo dentro del ámbito familiar: importancia de abordar la problemática en las familias

Objetivo de la sesión	Duración	Actividad propuesta	Contenido a abordar
- Reflexionar acerca de la importancia de la prevención de la violencia desde un enfoque de género, para generar un involucramiento activo de los hombres en esta tarea pendiente. - Motivar a los padres de familia para que, a través de diálogos activos con sus hijos tomen acciones concretas para hacer frente a la VRG. - Sensibilizar a los padres de familia ante esta problemática. - Crear habilidades que permitan a los padres de familia promover masculinidades positivas en sus hogares.	15 min	Registro de participantes.	
	5 min	Presentación de los objetivos de la sesión de trabajo	
	30 min	Animales poderosos	Masculinidad y paternidad tradicional
			Consecuencias de la masculinidad y paternidad tradicional
	30 min	El marciano cuestionador: ¿Eso es lo que realmente hacemos?	Estereotipos y roles de género dentro de los hogares
	45 min	Reflexionando en movimiento	Tipos de violencia; ciclos de violencia y creencias detrás de esta
			Ámbitos en las que se da la violencia
	1 hora	¿Qué puedo hacer yo?	Promoción de masculinidades positivas dentro de los hogares

5.2. Dinámicas propuestas

Al límite

Temáticas que abordar:

Identificación de actitudes machistas

Objetivo: Generar un primer espacio de reconocimiento personal, en el que las y los participantes identifiquen momentos y situaciones en las que tuvieron actitudes machistas.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

- ▶ Masking
- ▶ Lana roja

Descripción de la actividad:

1. Se pedirá a los participantes que formen una fila y miren hacia el frente.
2. El facilitador ubicará una lana roja justo en frente de los participantes, en el otro extremo del espacio, a continuación, con masking dividirá el espacio entre la lana roja y los participantes en diez puntos. Estas marcas son los pasos que darán los participantes durante la dinámica hasta llegar a la lana roja.
3. Quien facilita leerá una serie de actitudes o acciones machistas y si los participantes en algún momento actuaron o pensaron acorde a las afirmaciones leídas, deberán dar un paso adelante.
4. Las afirmaciones que leerá son las siguientes:
 - a. “Hice bromas o chistes sobre un amigo que se quedó cuidando a sus hijos, sobrinos o hermanos menores, diciendo cosas como: ‘Uy lo dejaron de niñera’”.
 - b. “He pensado que los hombres son quienes deben hacerse cargo de los asuntos económicos de la familia”.
 - c. “Le he dicho a mi hijo, sobrino, hermano o a cualquier niño que lloraba que sea machito, porque los hombres no lloran”.
 - d. “En algún momento he pensado que el hombre debe proteger a la mujer”.
 - e. “Le he dicho a mi hija, sobrina, hermana o cualquier niña que debía comportarse como una damita”.
5. Una vez que se terminen de leer las afirmaciones se verá quienes llegaron a la lana roja o quienes estuvieron cerca para comenzar con la reflexión.

Reflexión de la temática:

Para cerrar la dinámica se realizará una reflexión sobre cómo en distintas ocasiones y espacios, tenemos actitudes machistas sin ser conscientes de ello, y cómo estas continúan afectando a mujeres y hombres. Sin embargo, aun estando al borde de la lana o del machismo, todavía es posible generar un cambio y retroceder, evitando así seguir ejerciendo este tipo de acciones o actitudes.

Se concluirá esta dinámica con la reflexión presentada previamente, sin embargo, se hará énfasis en la necesidad de comenzar a identificar las actitudes machistas propias.

¿Qué te enseñaron que debías ser?

Temáticas que abordar:

Machismo, sociedad, patriarcal

Objetivo: Reflexionar acerca de los estereotipos de género que se imponen a hombres y mujeres a través de la sociedad patriarcal y cómo estos afectan sus decisiones de vida a largo plazo.

Duración: 20 minutos



Materiales y equipos

- ▶ 1 paquete de notas adhesivas o post-its
- ▶ Bolígrafos
- ▶ Papelógrafo

Descripción de la actividad:

Los estereotipos de género se transmiten entre generaciones y muchas veces sus consecuencias no son tan evidentes como se piensa, sin embargo, sus consecuencias sí afectan la vida y desarrollo de mujeres y hombres.

1. A cada participante se le entregará un post-it y un bolígrafo, y se hará la siguiente pregunta: “En tu familia, ¿qué te enseñaron que debías ser cuando eras niña o niño por ser hombre o mujer?”.
2. En el post-it que se les entregó las y los participantes deberán responder a la pregunta, escribir su nombre y ubicarla en el papelógrafo.

Por ejemplo:

“Me enseñaron que tenía que ser fuerte y exitoso”.

3. Posteriormente, se invitará a todas y todos a recoger un post-it que no sea suyo y escribir un mensaje respondiendo a la persona que escribió como si esta aún fuera una niña o niño.

Por ejemplo:

“No tienes que ser siempre fuerte, mostrar tus emociones está bien”.

4. Luego se pedirá a todas y todos que entreguen el post-it a la primera persona que escribió en él.
5. Para cerrar la dinámica, se pedirá a las y los participantes que lean sus mensajes y de manera individual reflexionen sobre cómo todas esas cosas que les enseñaron sobre cómo debían ser han influenciado sus decisiones y su vida. También se les pedirá que piensen cómo les hubiera cambiado recibir el mensaje que recibieron si esto hubiera ocurrido en su niñez.

Reflexión de la temática:

Para cerrar, se realizará una explicación de lo que es el machismo y el patriarcado. Se reflexionará sobre cómo, desde el machismo, se imponen ciertas normas o formas de actuar a las personas por el hecho de ser hombres o mujeres y cómo estas conductas se reproducen en sociedades patriarcales. Así, se enfatizará que esta cadena debe dejar de ser reproducida.

El árbol de la transformación

Temáticas que abordar:

Masculinidad hegemónica y masculinidades diversas y plurales

Objetivo: Identificar creencias e ideas que existen con relación a la masculinidad hegemónica y generar un compromiso de cambio dirigido a las masculinidades diversas y plurales a través de la construcción de lazos de empatía entre hombres.

Duración: 1 hora 45 min



Materiales y equipos

- ▶ 25 hojas blancas
- ▶ 25 hojas de colores
- ▶ 30 hojas color amarillo
- ▶ 50 hojas color verde
- ▶ 25 bolígrafos
- ▶ 1 paquete de notas adhesivas (post-it)
- ▶ Ovillo de lana

Descripción de la actividad:

La actividad descrita está dirigida a hombres, sin embargo, puede ser adaptada a grupos mixtos o de mujeres.

Cambiar la masculinidad hegemónica por masculinidades diversas y plurales requiere que los hombres puedan empoderarse y reconocer cómo los modelos impuestos de la masculinidad hegemónica los afectan en su día a día, para así hacerles frente. En esta dinámica se identifican obstáculos, barreras o acciones que tienen origen en la masculinidad hegemónica y afectan de manera directa o indirecta a todos los hombres. A estas acciones las llamaremos “contrafuerzas” y nuestro árbol de transformación debe ser capaz de resistirlas.

Primera Fase: Entorno Patriarcal

- ▶ Se comenzará la dinámica identificando las “contrafuerzas” y reflexionando sobre los roles de género asignados en la sociedad, las relaciones de poder desiguales, los obstáculos culturales que enfrentan como hombres y sobre el efecto de estos en su salud física, emocional y mental. Se invitará a los hombres a reflexionar sobre estos puntos durante cinco a diez minutos.
- ▶ Tras la reflexión, cada participante debe escribir en un papel blanco la “contrafuerza” que identificó y situarla alrededor de donde se creará el árbol. Se debe crear un círculo con las “contrafuerzas” que se identificaron.

Ejemplo de “contrafuerza”:

Como hombre no se me permite expresar mis emociones.

Segunda Fase: Nuestras bases

- ▶ En la segunda fase comienza la construcción del “árbol de transformación” que se genera a partir de las raíces y redes establecidas entre los hombres. Se invita a que los participantes reflexionen sobre cuáles son verdaderamente sus bases, orígenes, de dónde vienen y cuáles son sus verdaderas identidades más allá de lo que se les ha impuesto por ser hombres, (5 a 10 minutos).
- ▶ Una vez que hayan identificado los puntos anteriores se les pide que lo escriban en papeles de colores.

Ejemplo de una base escrita:

Soy una persona que siente y vive sus emociones.

- ▶ Una vez que todos hayan escrito sus bases y orígenes deben ubicarlos al centro del círculo conformado por las “contrafuerzas”. Posteriormente, deben formar un círculo alrededor de las bases.
- ▶ En el círculo, con un ovillo de lana, la o el facilitador preguntará a un participante cuál es la motivación que lo trajo al círculo.

Tras responder, el participante le pasará el ovillo de lana a la siguiente persona, mientras que la o el facilitador sigue sosteniendo el extremo del ovillo. Así, el siguiente participante repetirá la misma acción con otro participante sucesivamente hasta que se forme una red.

Cuando se termina de completar la red se realiza una reflexión sobre cómo las motivaciones que se trajeron al círculo representan las bases del árbol y la red que tejieron entre todos simboliza las raíces. Además, se explicará que dichas motivaciones deben ser siempre recordadas para generar un cambio.

Tercera fase: El tronco lo que nos sujeta

- ▶ Para comenzar la tercera fase se deja la red sobre las bases y se pasa a formar parejas. En las parejas se elige una de las “contrafuerzas” para transformarla entre ambos.
- ▶ Una vez elegida la contrafuerza, se invita a los participantes a pensar en un objetivo para neutralizarla y posteriormente, escribir lo decidido en hojas de papel amarillo. El objetivo debe estar escrito en base a la siguiente fórmula:

Verbo en positivo (generar, crear, promover, desarrollar, etc.) + propósito (para qué, motivo).

Un ejemplo:

Generar espacios en las unidades educativas en las que trabajamos, donde los niños y adolescentes puedan aprender a reconocer y expresar libremente sus emociones.

Mientras más concretos sean nuestros objetivos, será más fácil volverlos realidad.

- ▶ Cuando todos los grupos hayan terminado de escribir los objetivos, se invita a que los ubiquen alrededor de las bases y raíces.

Cuarta fase: Nuestras ramas

- ▶ Las ramificaciones son las acciones específicas para lograr los objetivos. De cada objetivo deben salir al menos dos ramas, y esas dos ramas pueden originar más. Mientras más ramificaciones, más grande será el árbol.
- 1. En parejas deberán escribir al menos dos acciones específicas para lograr el objetivo que plantearon anteriormente.
- 2. Una vez que los grupos hayan escrito las dos o más acciones deben ubicarlas encima del objetivo que plantearon.
- 3. Cuando todos los grupos hayan finalizado de escribir sus acciones deben salir del árbol de transformación.

Quinta fase: Creando compromisos

- ▶ En conjunto se invita a observar el árbol creado y a analizar los objetivos y acciones propuestos.
- ▶ La o el facilitador debe abrir un espacio para reflexionar sobre cómo los objetivos y acciones son capaces de resolver o no las “contrafuerzas” de las masculinidades hegemónicas.
- ▶ Se le entrega a cada miembro del grupo puntos adhesivos, stickers, post-its u otro material similar y se les invita a escribir un compromiso con relación a todo lo visto y reflexionado.
- ▶ Para finalizar la dinámica, se invita a los participantes a acercarse al “árbol de la transformación” y pegar donde deseen sus compromisos.

Finalmente, quien facilita, invitará a todos a comprometerse a realizar las acciones que se establecieron para responder y cambiar las masculinidades hegemónicas.

Reflexión de la temática:

Para cerrar la dinámica la o el facilitador debe reflexionar sobre la importancia de entender todo lo que se trabajó en el árbol: las contrafuerzas, bases, raíces, objetivos, redes y compromisos. Siendo esto fundamental para lograr un cambio con relación a las masculinidades hegemónicas.

Los hombres deben identificar cómo la masculinidad impuesta les afecta en su cotidianidad, y así poder tomar acción al respecto. Dicha acción debe partir de lo que realmente son, creen y desean ser. Una vez que tomen conciencia de todo lo anterior pueden comenzar a construir redes con otros hombres que también han sido capaces de reconocer e identificar los efectos de la masculinidad hegemónica en sus vidas y en las de otros hombres. Finalmente, el objetivo es crear planes de acción y compromisos que los lleven a cambiar estos modelos limitantes para todos los hombres.

Círculo de la violencia y la confianza

Temáticas que abordar:

Machismo y su relación con la violencia

Objetivo: Convertir actitudes machistas normalizadas en actitudes proactivas que generen confianza en otras personas.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

(Cálculo para 25 personas)

- ▶ 10 papelógrafos
- ▶ Marcadores
- ▶ Bolígrafos
- ▶ 15 tiras de papel con frases impresas

Descripción de la actividad:

1. Para comenzar se dividirá a los participantes en grupos de cinco personas y a cada grupo se entregará un papelógrafo.
2. Se les pedirá que en el papelógrafo dibujen tres círculos, uno dentro del otro, escrito en su interior:
 - ▶ Violencia grave, en el círculo exterior.
 - ▶ Violencia evidente, en el círculo medio.
 - ▶ Violencia sutil, en el núcleo.
3. Posteriormente se les pedirá que ubiquen en los círculos las siguientes frases:
 - ▶ “No digas esas cosas, eres una señorita”.
 - ▶ “Los hombrecitos no lloran, párate”.
 - ▶ “Deberías estudiar ingeniería, psicología no es para hombres”.
4. Una vez que hayan terminado de ubicar las frases se les entregará otro papelógrafo, y se les pedirá que dibujen nuevamente los tres círculos, pero esta vez ubicando los siguientes parámetros:
 - ▶ Buen trato, en el círculo exterior.
 - ▶ Asertividad, en el círculo medio.
 - ▶ Confianza, en el núcleo.
5. Se les pedirá que las frases que escribieron en el otro círculo las transformen respondiendo a los nuevos parámetros. Posteriormente cada grupo pasará a presentar ambos papelógrafos de manera muy rápida.

Reflexión de la temática:

Se cerrará la dinámica reflexionando sobre cómo las actitudes machistas son violencia, y cómo una vez reconocidas pueden transformarse y dejar de serlo.

Reflexionando en movimiento

Temáticas que abordar:

- ▶ Ámbitos en los que se da la violencia
- ▶ Tipos de violencia

Objetivos: Conocer los diferentes tipos de violencia a razón de género que se generan en diferentes espacios en los que hombres y mujeres se desenvuelven.

Duración: 1 hora



Materiales y equipos

- ▶ 6 hojas de colores diferentes

Descripción de la actividad:

1. Para formar grupos, se repartirán hojas de colores alrededor de todo el salón, cada hoja representará uno de los siguientes espacios:
 - ▶ Barrio/comunidad
 - ▶ Hogar
 - ▶ Unidad Educativa
 - ▶ Sectores de salud
 - ▶ Relación entre pares
 - ▶ Redes sociales
2. Se pondrá música y mientras la misma suene los participantes deberán caminar alrededor del salón.
3. En cuanto la música se detenga los participantes deberán correr a una de las hojas de colores, por hoja podrán estar cuatro personas y solo un grupo podrá tener cinco participantes.
4. Una vez que las personas se encuentren en la hoja, deberán responder las siguientes preguntas:
 - ▶ ¿Qué actitudes machistas generan riesgos en este espacio?
 - ▶ ¿Qué consecuencias tienen las actitudes machistas en este espacio?
5. Cuando vuelva a sonar la música los participantes deberán volver a caminar por el lugar, y cuando se detenga nuevamente buscarán una hoja diferente a la que estuvieron. Así se realizarán un total de tres rondas.
6. Al terminar las tres rondas se abrirá un espacio para que los participantes compartan todo lo dialogado en cada grupo.
7. Para finalizar la o el facilitador dará una explicación sobre los tipos de violencia que surgen a raíz del machismo en los diferentes espacios, así como sobre las creencias que sustentan a cada tipo de violencia.

Reflexión de la temática:

El facilitador deberá recalcar la importancia de identificar los tipos de violencia que se generan desde el machismo en los diferentes espacios, para así empezar a tomar acción y detenerlos. Las actitudes y acciones machistas siempre conforman diferentes tipos de violencia. Por lo tanto, la violencia puede estar presente en todos los espacios en los que las personas participan. Así, en los diferentes ámbitos

El marciano cuestionador: ¿Eso es lo que realmente hacemos?

Temáticas que abordar:

Estereotipos y roles de género dentro de los hogares.

Objetivo: Reflexionar sobre los estereotipos de género que se tienen arraigados en los hogares desde las creencias culturales y sociales.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

- ▶ 2 papelógrafos
- ▶ 2 hojas de colores (en una debe estar escrita la palabra “mujer”, y en la otra “hombre”).)
- ▶ 10 marcadores
- ▶ Masking

Descripción de la actividad:

Para dar inicio a la actividad se les dirá a las y los participantes que se va a simular que la o el facilitador es un extraterrestre, y que ha venido a la tierra a levantar información sobre cuáles son los roles de las mujeres y de los hombres, para lo que necesita la ayuda del grupo. Seguido de la introducción de la dinámica se llevarán a cabo los siguientes pasos:

1. Se dividirá a los participantes en dos grupos y a cada grupo se le asignará un género. Es decir, grupo A: mujer y grupo B: hombre
2. A cada grupo se le entregará un papelógrafo y cinco marcadores, y se les pedirá que, primero, peguen la hoja con el género que les tocó en la parte de arriba del papelógrafo y luego que respondan a la pregunta:
 - ▶ ¿Cuál es el rol de la mujer y de hombre en el hogar?
 - ▶ Se les dará 10 minutos para responder.
3. Una vez finalizado el tiempo, un representante de cada grupo tendrá dos minutos para exponer el punto en el cual han trabajado.
4. Posteriormente la o el facilitador que interpreta al marciano contará que, durante el viaje a su planeta, hubo muchas turbulencias y que los papeles se mezclaron (mientras intercambia el papel que dice “mujer” por el que dice “hombre”). Entonces, explica que, en su planeta, presentó la información al revés (luego, lee los papelógrafos) y una vez que presenta la información en la corte de los marcianos pregunta a los grupos presentes si los roles que eran para los hombres los pueden hacer las mujeres y viceversa. Por ejemplo: “¿Será posible que los hombres puedan cuidar de las y los hijos en el hogar?”, “¿Será posible que las mujeres puedan ser las proveedoras en el hogar?”. Las preguntas deben estar en base a lo que los grupos han puesto en los papelógrafos. Es importante que al lanzar las preguntas se genere un debate y diálogo siempre en el marco del respeto, habrá quince minutos para este espacio.

Reflexión de la temática:

Para la reflexión final, es importante hablar sobre cómo el patriarcado ha generado a lo largo de la historia los estereotipos y creencias de género, cómo estos se han replicado de generación en generación, y reconocer las acciones pueden implementarse para analizarlos y deconstruirlos desde una y uno o mismo, y posteriormente en la sociedad y en la comunidad.

Asimismo, se puede reflexionar sobre la importancia de no imponer roles, ya que al hacerlo se promueven estereotipos de género y con ello en pensamientos machistas y patriarcales que pueden decantar en violencias.

Se concluirá con una reflexión acerca de cómo los roles de género en los hogares son susceptibles al cambio y no deberían ser determinantes, puesto que los hombres son capaces de ejercer roles que fueron asignados a las mujeres y viceversa. Así, es importante comenzar el ejercicio de cambiar estas creencias en los hogares y dejar de reproducir dichos estereotipos.

Construyendo masculinidades diversas y plurales

Temáticas que abordar:

Masculinidades diversas y plurales: su importancia en la actualidad.

Objetivos: Crear espacios de construcción de roles de lo masculino.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

(Cálculo para 25 personas)

- ▶ 10 hojas de papelógrafos
- ▶ 12 marcadores de pizarra
- ▶ 4 masking

Descripción de la actividad:

Como parte previa a la dinámica la o el facilitador compartirá de manera muy breve el concepto de masculinidades positivas con diversos ejemplos para poder dar cuerpo al contenido que se está transfiriendo. Una vez que se hayan compartido los conceptos se dará paso a la dinámica de trabajo:

1. Se formarán cuatro grupos de trabajo, lo más homogéneos posibles, y se acomodará a los grupos en cuatro mesas, cada mesa representará un ámbito: relaciones personales, paternidad, trabajo y comunidad. En cada mesa de trabajo se les brindará dos papelógrafos y tres marcadores.
2. Posteriormente la o el facilitador dará la consigna de la dinámica. Esta consiste en que cada mesa responda a la siguiente pregunta en el ámbito que le haya tocado: "¿Qué acciones y pensamientos podemos aplicar para ejercer masculinidades positivas en este ámbito?". Por ejemplo, la mesa que tiene el ámbito de paternidad tendrá que responder sobre cómo se pueden aplicar las masculinidades positivas con los hijos.
3. Cada grupo tendrá cinco minutos para anotar sus ideas generales en el papelógrafo, posteriormente un representante tendrá que presentar las ideas anotadas y los demás grupos podrán complementar lo escrito. Una vez que todos los grupos hayan hecho su presentación se pasará a la reflexión.

Reflexión de la temática:

Es fundamental generar una reflexión sobre la importancia y necesidad de estos compromisos en la actualidad. El facilitador deberá mostrar empatía al reconocer que los cambios no son un proceso fácil que el compromiso es un punto de partida. Incorporando actitudes y acciones vinculadas a las masculinidades positivas se generan resultados benéficos para todos los hombres y para las sociedades en general.

Para cerrar, el facilitador realizará una reflexión sobre cómo el cambio sucede desde lo individual y personal, materializándose a través de las acciones del individuo en los espacios donde se desenvuelve. Sin embargo, es muy importante considerar que el cambio no se genera de un día a otro, ya que implica un constante esfuerzo por cambiar los paradigmas de la masculinidad. Así, se explicará que cuando se comienzan a aplicar actitudes y acciones relacionadas con las masculinidades positivas, se generan resultados positivos para todas las personas que participan en los diferentes espacios abordados durante la actividad.

Descubriendo la violencia invisible

Temáticas que abordar:

- ▶ Violencia y creencias detrás de esta.
- ▶ Consecuencias de la violencia en lo cotidiano.

Objetivos: Explicar para qué sirve y que se espera tras aplicar la temática.

Duración: 1 hora y 30 minutos



Materiales y equipos

(Cálculo para 25 personas)

- ▶ Letras de las siguientes canciones:
 - ▶ Willie Colón - Talento De Televisión
 - ▶ Ramon Orlando – Te compro a tu novia
 - ▶ Ángeles Azules - 17 años
 - ▶ Kjarkas - Cara bonita
 - ▶ Kjarkas - La Picara
- ▶ 5 resaltadores de colores
- ▶ Papelógrafos
- ▶ Parlante

Descripción de la actividad:

Para aplicar esta actividad quien facilita tendrá que explicar el concepto de violencia y los tipos de violencia. Se hará la introducción hablando sobre la música que escuchamos cotidianamente, lanzando preguntas sobre qué es lo que más les gusta: el ritmo o la letra, preguntando si les prestan atención a las letras de las canciones. En base a eso se dará lugar a la dinámica:

1. Se formarán cinco grupos de manera homogénea, a cada grupo se le pedirá que se acomode en algún lugar, y se les dará la consigna de escuchar las canciones que se vayan poniendo mencionando si las conocen y dónde las escuchan habitualmente.
2. Posteriormente, a cada grupo se le entregará un resaltador y la letra de una de las cinco canciones al azar. Se les pedirá que lean con atención la letra y resalten cualquier frase o palabra que pueda sonar a pensamientos o acciones violentas. Posteriormente determinar a qué tipo de violencia corresponde (física, psicológica, económica, social o violencias encubiertas), esta actividad durará media hora.
3. A continuación el facilitador dará la siguiente consigna: tendrán otra media hora para escoger una estrofa con la mayor cantidad de características machistas, y cambiarla con el objetivo desafiante de que se pueda aplicar al ritmo de la canción.
4. Pasados los treinta minutos cada grupo tendrá que hacer una presentación musical cantando. Al finalizar explicarán qué estrofa cambiaron, porqué consideran que esta denota algún tipo de violencia, y cuáles son las consecuencias que esta violencia puede generar.
5. Una vez que todos los grupos hayan presentado sus canciones, se guiará una reflexión grupal sobre la violencia silenciosa y su papel en el refuerzo del machismo.

Reflexión de la temática:

Para la reflexión es importante poder visibilizar cómo la violencia está normalizada en circunstancias cotidianas o comunes como la música, y hasta aprendida de manera no consciente. A partir de esta constatación cabe generar un mayor análisis sobre esta normalización, un diálogo y análisis en espacios colectivos para romper con la legitimación de la violencia hacia la mujer.

También es importante reflexionar sobre el hecho de que cualquier tipo de violencia, en cualquier grado, genera consecuencias negativas tanto en quien las ejerce, en quien la recibe y en el entorno. Por ello, es fundamental cortar la violencia desde su raíz.

Termómetro de la gestión emocional

Temáticas que abordar:

Masculinidad tradicional, gestión emocional.

Objetivo: Reflexionar respecto al manejo y gestión de emociones que viven los hombres, cuando usualmente se entiende que un hombre no debe expresar sus emociones ni sentimientos, ya que es considerado como un signo de debilidad bajo parámetros de la masculinidad tradicional.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

- ▶ 2 papelógrafos
- ▶ 40 hojas de colores 15cm x 10cm
- ▶ 10 marcadores
- ▶ Masking

Descripción de la actividad:

Se iniciará la actividad conformando grupos de trabajo, los participantes deberán compartir entre ellos cómo se sienten en ese momento. Para ello, la o el facilitador deberá entregarle a cada grupo un papelógrafo con un termómetro dibujado y que contiene los siguientes parámetros:

1. Tranquilo (en la base del termómetro).
2. Inquieto, intranquilo, molesto, nervioso.
3. Exaltado, muy nervioso.
4. Enojado, a punto de explotar (en la punta del termómetro).

Posteriormente se explicará a cada grupo que el propósito del termómetro es que cada uno de los integrantes se tome unos minutos para reflexionar sobre cómo se siente. Luego cada uno tomará un papel y anotará su sentimiento para pegarlo en el baremo correspondiente a las categorías del termómetro.

Cuando cada participante haya pegado su emoción o sentimiento, deberá explicarle al resto del grupo por qué se siente así y qué puede hacer para cambiar dicha emoción en caso de que sea negativa o para mantenerla en caso de que sea una positiva. Para ello, cada participante deberá responder las siguientes preguntas brindadas por la o el facilitador a cada grupo:

- ▶ ¿Cómo me siento?
- ▶ ¿Cómo lo expreso?
- ▶ ¿Cómo me veo?
- ▶ ¿Qué pueden hacer por mí otras personas?

Una vez finalizada la primera ronda de preguntas, tendrá lugar un momento de concentración que permita cambiar el estado de ánimo. Esta segunda parte de la actividad estará dividida en tres momentos: respiración, pensamiento y relajación de músculos. Cada momento deberá focalizarse en una serie de pasos para alcanzar claridad, tranquilidad y relajación en los participantes. Por lo tanto, la o el facilitador deberá guiar estos momentos con las siguientes instrucciones:

Respiración:

- ▶ Cerrar los ojos.
- ▶ Cerrar la boca y tomar aire profundamente por la nariz.
- ▶ Mantener la respiración y contar hasta tres.
- ▶ Exhalar el aire por tres segundos.

Pensamiento:

- ▶ Cerrar los ojos.
- ▶ Pensar en un paisaje o lugar relajante o que nos de paz.
- ▶ Si aparecen pensamientos negativos ignorarlos y seguir concentrándose en aquello que nos da paz y tranquilidad.

Relajación de músculos:

- ▶ Cerrar los ojos
- ▶ Apretar y relajar los músculos del cuerpo, empezando por la cara, cuello, hasta el abdomen, brazos, y terminar con las piernas.
- ▶ Finalmente mantener los músculos tensionados por cinco segundos para luego distencionarlos.

Reflexión de la temática:

Para finalizar la actividad tendrá lugar un diálogo en el que los participantes expresen cómo se sintieron a lo largo de la dinámica. El propósito es reflexionar sobre el manejo de las emociones, interiorizándolas y aceptando que muchas veces tener un mal día es completamente natural. Es fundamental demostrar que estas emociones no deben ser contenidas. Compartir las, como se hizo durante la actividad, permite una mejor gestión emocional, brindándonos fortaleza y seguridad,

¿Qué puedo hacer yo?

Temáticas que abordar:

Promoción de nuevas masculinidades en los hogares.

Objetivos: Generar propuestas de acción para la promoción de nuevas masculinidades en los hogares.

Duración: 1 hora



Descripción de la actividad:

1. Se comenzará la dinámica formando grupos de cinco personas y a cada grupo se le entregará un papelógrafo y marcadores.
2. Quien facilita dará la siguiente instrucción: cada grupo hará una lluvia de ideas sobre acciones que pueden realizar para promover las masculinidades positivas como padres en sus hogares y en otros espacios.
3. Una vez que todos los grupos hayan terminado de realizar sus lluvias de ideas, pasarán a presentarlas y en plenaria los demás grupos podrán complementar las ideas propuestas.
4. Al finalizar la presentación, los grupos volverán a sus lugares de trabajo y la o el facilitador deberá pedirles que entre todas las ideas planteadas escojan solo una, la cual trabajarán y desarrollarán de manera detallada para poder hacerla realidad.
5. En cada grupo, en un nuevo papelógrafo, deberán responder los siguientes puntos:
 - ▶ **Descripción de la idea:** Describir muy detalladamente de qué se trata la acción que proponen como grupo.
 - ▶ **Objetivo:** Cuál es el objetivo de la acción que proponen, es decir, qué quieren lograr específicamente con dicha acción.
 - ▶ **Pasos:** Qué pasos deben realizar para lograr dicha acción, mientras más específicos sean los pasos más sencilla será hacer que la acción funcione.
 - ▶ **Materiales:** Lista de recursos necesarios para implementar la actividad, incluyendo los materiales físicos (ovillos de lana, papelógrafos, marcadores) y recursos informativos (documentación, guías o datos relevantes que deben prepararse o entregarse a los participantes para garantizar el desarrollo efectivo de la dinámica).
 - ▶ **Actores:** Las y los actores serán todas esas personas cuya participación será importante para que nuestra acción sea de incidencia.
6. Cada grupo presentará su propuesta en plenaria y la o el facilitador pasará a la reflexión final.

Reflexión de la temática:

Todo lo trabajado durante los talleres debe reflejarse en acciones concretas. Por ello, la dinámica concluirá con una reflexión que invite a las y los participantes a actuar en sus entornos. Es decir, se explicará que la prevención de la violencia basada en género solo puede ocurrir si se empieza a actuar invirtiéndose en actores y promotores del cambio. Además, es necesario que el cambio se genere desde estas nuevas masculinidades que invitan a la constante reflexión y comprensión de la diversidad de la persona más allá del género.

Finalmente, se debe hacer hincapié en que las acciones propuestas no deben permanecer únicamente en el papel, sino que deben ser implementadas en cada familia para que las mismas logren generar impacto.

Para finalizar es importante que la o el facilitador enfatice la necesidad de tomar acción para cambiar los paradigmas basados en el machismo y la masculinidad tradicional. Entendiendo que, como padres, esto no solo les afectan de manera personal sino también a sus hijas e hijos. Por esta razón, es necesario que se genere un compromiso dirigido al cambio a través de acciones que deben comenzar en los hogares, pero extenderse a otros espacios.

Animales Poderosos

Temáticas que abordar:

- ▶ Masculinidad y paternidad tradicional.
- ▶ Consecuencias de la masculinidad y paternidad tradicional.

Objetivos: Identificar cuáles son los roles que se imponen desde la paternidad tradicional a los hombres y cuáles son las consecuencias de aquello.

Duración: 30 minutos



Materiales y equipos

(Cálculo para 25 personas)

- ▶ 25 hojas en blanco 15cm x 10 cm
- ▶ Colores
- ▶ Masking

Descripción de la actividad:

1. Para iniciar dinámica se conformará un círculo con los participantes y se les pedirá que piensen en un animal que tenga todas las características de un buen padre. Por ejemplo: “El león porque es fuerte, valiente y es el líder de la manada”.
2. Una vez identificado el animal, deberán dibujarlo y escribir todas esas características que consideran que tiene un buen padre.
3. Cada participante deberá presentar el animal que escogió y sus características.
4. Cuando todos los participantes concluyan su presentación el facilitador se encargará de cuestionar todas esas características por las que escogieron los animales y pasarán a la reflexión para concluir.

Reflexión de la temática:

Se cerrará la dinámica con una reflexión sobre cómo las creencias basadas en los mandatos de la masculinidad afectan de forma negativa el ejercicio de la paternidad. Desde esta perspectiva, solo existiría una manera correcta de ser padre. Las características basadas en la masculinidad tradicional que se espera que los hombres cumplan, limitan la diversidad y ponen barreras a los hombres en su relación con los hijos.

El peso de ser hombre

Temáticas que abordar:

- ▶ Encargos de la masculinidad
- ▶ Masculinidad hegemónica

Objetivo: Identificar y reflexionar sobre las consecuencias de la masculinidad hegemónica y los encargos de la masculinidad en los hombres.

Duración: 1 hora



Materiales y equipos

- ▶ 10 papelógrafos
- ▶ 5 marcadores de colores
- ▶ 50 stickers rojos pequeños circulares

Vídeo:

Campaña de ONU Mujeres #DejemosDeHacerlo

- ▶ Carteles con las siguientes frases:
 - ▶ “He sentido que debo ser el único proveedor de mi casa y mi familia por ser hombre”.
 - ▶ “Considero que tengo que ser quien cuide de las mujeres con las que me relaciono y ellas no pueden cuidar de mí”.
 - ▶ “Se me ha enseñado que para cumplir como hombre debo tener hijos y mejor si estos son hombres”.
 - ▶ “Me siento obligado a poder hacer todo por mi propia cuenta sin la ayuda de los demás”.

Descripción de la actividad:

1. A cada participante se le entregará un sticker rojo y se le pedirá que de una vuelta por la galería de carteles y que leyendo las afirmaciones escoja uno con el que se sienta identificado con relación a su experiencia.
2. Una vez que todos los participantes hayan terminado el paseo, el facilitador invitará a los participantes a que se formen cuatro grupos y pedirá a cada grupo que escoja uno de los carteles.
3. A continuación, se designará una mesa de trabajo a cada grupo y se les pedirá que dialoguen con base en las siguientes preguntas: “¿Por qué este mensaje afecta a los hombres?” “¿Cuál es el efecto que causa en mí escucharlo?”. Con respecto al diálogo, deberán escribir en el papelógrafo una conclusión sobre lo conversado.
4. Una vez transcurrido el tiempo se invitará a un representante de cada grupo, al azar, a compartir el mensaje que escogieron y la conclusión que construyeron.
5. Tras la presentación el facilitador mostrará el vídeo: “Dejemos de hacerlo” de la Campaña de ONU Mujeres. A continuación, finalizará con la reflexión sobre que todos en algún momento actúan con base en la masculinidad hegemónica y los encargos de la masculinidad. El facilitador

Reflexión de la temática:

Para concluir, aquel que facilite el taller debe explicar cómo la masculinidad hegemónica y los encargos de la masculinidad que se presentaron en la actividad causan que muchos hombres actúen de formas que no desean o de las que no son conscientes. Esto sucede por cumplir y responder a estos aspectos impuestos. Vivir bajo estos estigmas representa una carga pesada e innecesaria, por ello, es importante reflexionar sobre el peso que los hombres deben de cargar, y sobre si realmente es verdadero y necesario o si solo es resultado de estereotipos y constructos machistas.



Bibliografía

- ▶ Ayuntamiento de Mérida. (2021). *Guía para profesores: Educación en igualdad* [PDF]. <https://descargas.merida.es/igualdad/2021-guia-profesores.pdf>
- ▶ Centro de Investigación Social, Tecnología Apropriada y Capacitación (CISTAC). (s.f.). *[Título del documento, si aplica]*.
- ▶ Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ). (s.f.). *Quiénes somos*. <https://www.giz.de>
- ▶ Fondo de Población de las Naciones Unidas – UNFPA. (2016). *Adaptación* (2ª ed.). UNFPA Bolivia.
- ▶ ONU Mujeres. (s.f.). #DejemosDeHacerlo [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=XGYXmLHpAGU>

Oficina Nacional
Calle 11 de Calacoto N° 503 esq. Av. Ballivián
Edificio Torre Calacoto Piso 6
Central: +591 2 212-1693/277-0214
Fax: +591 2 277-0738
La Paz - Bolivia



UNFPABolivia



UNFPABolivia



unfpa_bolivia



UNFPABol



bolivia.unfpa.org