



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES  
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN  
DOCENCIA, CURRÍCULO E INVESTIGACIÓN**

**ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA MEJORAR LA TOLERANCIA  
SOCIAL EN HOMBRES EN EL INSTITUTO SUPERIOR  
INDOAMÉRICA– TRUJILLO 2022**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO  
EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA,  
CURRÍCULO E INVESTIGACIÓN**

**AUTOR**

**BACH. DIAZ HERRERA CESAR ELISEO**

**ORCID: 0000-0002-6924-6784**

**ASESOR**

**AMAYA SAUCEDA, ROSAS AMADEO**

**ORCID: 0000-0002-8638-6834**

**TRUJILLO – PERÚ**

**2022**

**EQUIPO DE TRABAJO**

**AUTOR**

BACH. DIAZ HERRERA CESAR ELISEO

ORCID: 0000-0002-6924-6784

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Trujillo,  
Perú

**ASESOR:**

Amaya Saucedo, Rosas Amadeo

ORCID: 0000-0002-8638-6834

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Educación y  
Humanidades, Escuela Profesional de Educación Trujillo, Perú

**JURADO**

Muñoz Pacheco, Luis Alberto

ORCID: 0000-0003-3897-0849

Zavaleta Rodríguez Andrés Teodoro

ORCID: 0000-0002-3272-8560

Carhuanina Calahuala Sofia Susana

ORCID: 0000-0003-1597-3422

**HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR**

Muñoz Pacheco, Luis Alberto  
Presidente

Zavaleta Rodríguez Andrés Teodoro  
Secretario

Carhuanina Calahuala Sofia Susana  
Miembro

Amaya Saucedo, Rosas Amadeo  
Asesor

## **DEDICATORIA**

A Dios por guiarme por un buen camino y darme la fortaleza para culminar esta etapa de mi vida profesional.

A mis padres, Mario y Zara por apoyarme incondicionalmente y ser mi sostén en los momentos difíciles de mi vida y, sobre todo por motivarme para lograr este objetivo académico.

**Autor**  
**Cesar Eliseo Diaz Herrera**

## RESUMEN

La presente investigación se realizó con el objetivo de determinar si la ejecución de estrategias didácticas mejora la tolerancia social en hombres en el instituto superior Indoamérica– Trujillo 2022. El diseño es pre experimental, ya que se realizó el pretest y postest a un conjunto experimental como también al grupo control simultáneamente, la muestra estuvo constituida por 84 varones de I, IV, y VI ciclo académico del del instituto superior tecnológico Indoamérica año 2022, se realizó una selección de muestra no probabilística intencional, para la contratación de hipótesis se utilizó la Prueba T Student para evaluar la correlación experimental, la efectividad de las estrategias didácticas ( $p < 0.01$ ) en la tolerancia social en hombres. Los resultados fueron que en el postest un 12% de los hombres del grupo control y el 71% del grupo experimental se encuentran en el nivel bajo, también se muestra que un 24% de los hombres del grupo control y el 19% del grupo experimental se encuentran en el nivel medio, por el contrario un 64% de los hombres del grupo control y el 10% del grupo experimental en el postest se encuentran en el nivel alto, con respecto a la tolerancia social frente a la violencia los elementos de la muestra disminuyeron sus puntajes de 32 a 17, por ello se concluye que las estrategias didácticas si influyen en la tolerancia social en hombres en el Instituto Superior Indoamérica– Trujillo 2022.

**Palabras claves:** Estrategias didácticas, tolerancia social, prevención de la violencia.

## ABSTRACT

The present investigation was carried out with the objective of determining if the execution of didactic strategies improves social tolerance in men at the Instituto Superior Indoamérica- Trujillo 2022. The design is pre-experimental, since the pre-test and post-test were carried out on an experimental set as also to the control group simultaneously, the sample consisted of 84 men from I, IV, and VI academic cycle of the Instituto Superior Tecnológico Indoamérica year 2022, an intentional non-probabilistic sample selection was made, for the contracting of hypotheses the Test was used. T Student to evaluate the experimental correlation, the effectiveness of didactic strategies ( $p < 0.01$ ) in social tolerance in men. The results were that in the post-test 12% of the men in the control group and 71% of the experimental group are at the low level, it is also shown that 24% of the men in the control group and 19% of the experimental group are at the medium level, on the contrary, 64% of the men in the control group and 10% of the experimental group in the post-test are at the high level, with respect to social tolerance against violence, the elements of the sample decreased their scores from 32 to 17, for this reason it is concluded that didactic strategies do influence social tolerance in men at the Instituto Superior Indoamérica- Trujillo 2022.

**Keywords:** Didactic strategies, social tolerance, violence prevention.

## Índice

Índice de tablas _____	9
Índice de figuras _____	9
I. INTRODUCCIÓN _____	10
II. MARCO TEÓRICO _____	18
2.1 Bases teóricas relacionadas con el estudio _____	18
2.1.1. Antecedentes _____	18
2.1.2. Estrategia didáctica _____	26
2.1.3. Tolerancia social _____	32
2.3. Hipótesis _____	34
2.4. Variables _____	35
2.4.1. Definición operacional _____	35
III. METODOLOGIA _____	36
3.1. El tipo y el nivel de la investigación _____	36
3.2 Diseño de la investigación _____	36
3.3. Población y muestra _____	37
3.3.1. Población. _____	37
3.3.2. Muestra. _____	38
3.4. Definición y operacionalización de las variables y los indicadores _____	39
3.5. Técnicas e instrumentos _____	41
3.5.1. Técnicas. _____	41
3.5.2. Instrumento: _____	41
3.6. Plan de análisis: _____	46
3.7. Matriz de consistencia: _____	47
3.8. Principios Éticos: _____	48
IV. RESULTADOS _____	49
4.1 Resultados. _____	49

4.2. Análisis de resultados.	55
V. CONCLUSIONES	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60
ANEXOS	67
Anexo 1: Cronograma de actividades	67
Anexo 2: Presupuesto	68
Anexo 3: Instrumento de recolección de datos	69
Anexo 4: Consentimiento informado	73

## Índice de tablas

Tabla 1 .....	37
Tabla 2 .....	38
Tabla 3 .....	39
Tabla 4 <i>Baremación</i> .....	43
Tabla 5 .....	44
Tabla 6 <i>Correlación de elementos</i> .....	45
Tabla 7 .....	47
Tabla 8 .....	49
Tabla 9 .....	50
Tabla 10 <i>Puntuaciones comparativas de los encuestados en el pre test y pos test</i> .....	52
Tabla 11 .....	54
Tabla 12 .....	54
Tabla 13 .....	55

## Índice de figuras

Figura 1 .....	49
Figura 2 <i>Puntuaciones de los encuestados en el postest</i> .....	51
Figura 3 <i>Puntuaciones comparativas de los encuestados en el pre test y pos test</i> .....	52

## I. INTRODUCCIÓN

Tolerancia significa contar con la capacidad de permitir y aceptar las ideas, preferencias, formas de pensar o comportamientos de los demás, ser tolerante está relacionado con aceptar y considerar las acciones u opiniones de otras personas cuando difieren de las propias o contradicen las creencias personales, es por ello que la tolerancia por un lado es vista como la base para una buena convivencia entre seres humanos de culturas, religiones, etnias diferentes y diversas maneras de vida, por otro lado surge la tolerancia como un termino donde todo esta permitido, donde no existe limites y no se puede controlar hasta los seres humanos encuentren en si mismos y en la sociedad comportamientos que cuestionen o que modifiquen creencias erróneas las cuales permiten perpetuar actos violentos en contra de sus semejantes.

La tolerancia social a la violencia contra las mujeres va ligada a las actitudes y prácticas que facilitan la violación de sus derechos, y a las creencias y representaciones culturales, que históricamente han impedido que las mujeres ocupen lugares destacados en los ámbitos económicos, sociales, culturales y políticos del país, aunque son innegables los avances que se han venido dando en los últimos años en el tema.

Resultan especialmente preocupantes algunos hallazgos relacionados con patrones de comportamiento socialmente asignados a hombres y mujeres, teniendo en cuenta que muchos eventos de violencia tienen que ver, precisamente, con el hecho de que las mujeres no sigan los roles establecidos por la sociedad.

La tolerancia social en este contexto, es ejercida con base a opiniones y expresiones fácticas con respecto a una amplia gama de prácticas conocidas colectivamente como costumbres sociales o convenciones sociales, estas prácticas conllevan a generar grandes desigualdades en nuestra sociedad específicamente entre hombres y mujeres, actualmente la tolerancia social ha permitido

que los hombre sean los protagonistas de diversas acciones que van en contra o violentan a la mujer los cuales son atendidos principalmente por entidades estatales, ya que cuentan con profesionales especializados en el tema, recibiendo y tramitando las denuncias de las víctimas Beltrán (2004).

Las estrategias didácticas surgen justamente para poder darnos cuenta que los estudiantes necesitan una forma práctica y activa para aprender, es fundamental conocer estrategias didácticas tanto para aprender como para enseñar, con el fin de que los educadores puedan seleccionar y utilizar las más adecuadas a las necesidades de sus educandos, el objetivo de estas es la búsqueda y la naturaleza del conocimiento, con el fin de proporcionar a los estudiantes medios efectivos en el proceso de elaboración de nuevos conocimientos y su aplicación en la vida cotidiana Vásquez (2010).

Por ello esta investigación busca ser un trabajo educativo utilizando las estrategias didácticas, donde los hombres puedan descubrir sus propias habilidades de cambio y se sumen a prácticas igualitarias de género en nuestra sociedad, además pretende servir como antecedente para continuar fortaleciendo a las mujeres en el Perú y con ellas, sus derechos, a través de impulsar en los varones una visión ciudadana de las relaciones interpersonales en donde buscamos que la empatía, el diálogo y la negociación sean prácticas comunes por las inevitables diferencias que tienen mujeres y hombres; y que éstas no sean excusa para continuar con situaciones de desigualdad, que debilitan el trato común e igualitario ante la ley Instituto Interamericano de Derechos Humanos (2008).

Así mismo se pretende brindar estrategias didácticas para prevenir la violencia física, psicológica, sexual y patrimonial o económica otorgando talleres dirigidos a hombres con enfoque

de género y nueva masculinidad. En este sentido, esta investigación tendrá como objetivo priorizar el trabajo con hombres mayores de edad comprendidos entre los 18 años en adelante.

También las estrategias didácticas para mejorar la tolerancia social en hombres del Instituto Superior Indoamérica pretende brindar buenas prácticas ciudadanas que sean visibles en ámbitos públicos y privados, ya que sería lo único que puede fortalecer la democracia en el Perú, y que para lograr ello los varones deberían de hacer visibles diversos problemas como el machismo, la contemplación de las mujeres como objetos, la clasificación de la masculinidad, la participación en las labores domésticas, la falta de cuidado personal, entre otras acciones.

Del mismo modo, las estrategias didácticas pueden ser útiles para los profesionales preocupados por las variables relacionadas con las creencias, actitudes e imaginarios de los hombres que ejercen su poder sobre las mujeres, facilitando el uso activo de talleres, estrategias de reeducación y fortalecimiento para evitar que la sociedad tolere la violencia hacia la mujer en todas sus formas y con todos los miembros de su hogar.

La actual investigación cuenta con el estudio de tipo explicativa, debido a que no solo se encarga de describir conceptos, su objetivo principal se centra en explicar el porqué de la ocurrencia del fenómeno y en qué circunstancias se presenta, o el porqué de la ocurrencia de dos fenómenos o más variables están relacionados entre sí. La puntuación es cuantitativa, porque utiliza la recopilación de diferentes hechos para comprobar la hipótesis, mostrando mediciones numéricas y estudios estadístico, para establecer modelos de comportamiento y comprobar teorías (García, 2011).

Los privilegios asignados al género masculino actualmente son una trampa y ve en su pareja en constante tracción y disputa, viéndose en ocasiones muy ilógico, puesto que asigna a cada hombre la obligación de mantenerse a sí mismo en todos los contextos. La violencia, se

entiende como la capacidad sexual, reproductiva, y social, pero así también la capacidad de luchar y cometer violencia (Verdú y Téllez, 2011)

Los hombres frecuentemente agreden a las mujeres y este problema se debe a que la estructura jerárquica patriarcal reproduce los mandatos en que las mujeres son vistas como objetos por lo que existen muchas violaciones a los derechos de las mujeres, las mismas que se ven amenazadas en su libertad y empoderamiento. (Camacho, 2014).

La jerarquización del poder del género masculino en actos que vulneran los derechos de las mujeres ya no es un asunto de la vida privada, hoy en día se debe tomar en cuenta y trabajar políticas públicas, es por esto que el gobierno interviene abordando esta problemática; Por ello, el Estado peruano se ha comprometido en la ratificación de tratados y convenios que se encargan de luchar contra la eliminación de la violencia y garantiza la rectificación de sus derechos; sin embargo a ello, en la sociedad el ejercicio de la violencia ejercida por los hombres sigue aumentando cada día más y con graves consecuencias para las mujeres y se encuentra tanto en la ciudad como en el campo (MIMP, 2016).

Este modelo de hegemonía masculina crea, de manera muy evidente, muchos riesgos para las mujeres que se encuentran cercanas a hombres que suelen ejercer su masculinidad hegemónica desde el sexismo. Las creencias masculinas como: “mis intereses son mejores que los derechos de las mujeres”, “no están a nivel de los hombres”, “es su trabajo criar y educar a los hijos”, “nos quitan el trabajo”, “los complicaciones se dan porque salen de la casa”, “no saben enseñar ni administrar”, “lo que pasa en mi hogar es asunto mío”, entre otras afirmaciones, las consecuencias se reflejan en abusos, principalmente contra mujeres, niñas y niños, con perjuicio en su conjunto. salud; los hombres no participan en métodos anticonceptivos; transmisión de enfermedades de transmisión sexual, porque se muestran resistentes a los métodos de prevención; menos

acompañada durante el embarazo a su pareja; no forma parte en la crianza y cuidado de los hijos e hijas (Vargas, 2020).

En esta sociedad, vivir como un hombre significa disfrutar de diversos privilegios y, al mismo tiempo, exige el desafío de enfrentar los retos diarios, asumir riesgos y mostrar el hecho de ser hombres y esto en muchas ocasiones es desapercibida en la sociedad. Esta cultura machista es una de las principales fuentes de desigualdades, violencia e injusticia que se encuentran presentes en todos los contextos. Según Connel (2003), El ejercicio ejercido por la masculinidad hegemónica, que se impone, implica vivir en un riguroso orden social que dicta modos de pensamiento formulando las reglas, convertidas en deberes, a partir de las cuales los hombres, supuestamente, debemos actuar: los hombres deben ser audaces, fuertes, autoritarios, dominantes, proveedores, competitivos, inteligentes, heterosexuales, flojos, jerárquicos y de control emocional.

Ser tolerante en la sociedad ante el abuso hacia las mujeres está relacionado a las actitudes y prácticas que perpetúan la violación de sus derechos, y a las creencias y representaciones socioculturales, que históricamente han imposibilitado que las mujeres integren instituciones y lugares destacados en los espacios sociales, culturales, económicos y políticos del país, aunque los avances que se han ido dando son notables en los últimos años en el tema, aún falta mucho por trabajar. (UNIFEM, 2010).

Por ello es que resulta preocupante varios hallazgos afines con patrones de comportamiento socialmente establecidos a hombres y mujeres, siendo testigos que muchos sucesos de violencia están relacionados, exactamente, con el hecho de que las mujeres rechacen los mandatos determinados por la sociedad. Departamento de derecho internacional (OEA, 1994)

Las nuevas expresiones de actitudes, creencias e imaginarios de los hombres desafían al modelo hegemónico tradicional, a desistir a los privilegios que los hombres tienen actualmente,

liberándose de presiones y cargas que no son necesarias, apostando por la igualdad de género y aceptando la corresponsabilidad en la reproducción, la responsabilidad del hogar, la protección de los hijos e hijas y los ancianos, como en otras acciones que la sociedad asignó exclusivamente a las mujeres. (Gómez, 2017).

Es hora de ir más allá del punto de vista central que por muchos años ha colocado a las mujeres posición de inferioridad. El desafío es edificar una sociedad más justa, donde cada vez encontremos hombres estén preparados a deconstruir el concepto de masculinidad hegemónica para promover la igualdad y apostar por un desarrollo inclusivo. Esto permitirá dar un salto para que las nuevas generaciones actúen con libertad y tengan nuevas oportunidades para crecer en una sociedad libre de discriminación, abuso y sexismo (Sánchez, 2018).

El MIMP (2019) cuenta con estrategias operativas en las que se propone la masculinidad como modelo para incentivar relaciones personales y familiares igualitarias entre hombres y mujeres, a partir de un proceso de socialización y solidaridad de la población, sin violencia y dentro de una cultura de paz, respeto e igualdad, entendiendo que siempre habrá hombres interesados en transformar sus prácticas en relación de género porque consideran que esto no produce infelicidad solo a las mujeres sino también a ellos mismos.

Una persona tolerante es una persona entusiasta, apasionada por el ideal de vida, pero acepta a las personas que viven de acuerdo con otros ideales. No ve los opuestos dentro de otros opuestos sino como contradicciones complementarias y entiende que vivir en paz, más que en la no confrontación, implica crear armonía y cooperación. Un individuo tolerante es alguien entusiasta y apasionado por vivir una vida ideal, así mismo es consciente que existen personas que viven distintos ideales, Esto permite que se pueda vivir en paz, sin confrontación, en armonía y cooperación. (Del Prette, Domeniconi, Amaro, Benitez, Laurenti, & del Prette, A. 2013).

En la base de un individuo tolerante presenta una actuación primordial el desarrollo progresivo de una adecuada autoestima, respeto y compasión. No podemos enfatizar lo suficiente en la relevancia de la formación ética para la construcción de derechos civiles democráticos, justos y pacíficos; todo esto basado en los elementos esenciales del amor sin condiciones y el desarrollo paulatino de habilidades y destrezas, un proceso inteligentemente apoyado por el compañerismo de los padres y la educación primaria, secundaria y universitaria. (Ceballos, 2017).

En este sentido y considerando las pautas del apartado anterior la investigación recae en la siguiente interrogante: ¿De qué manera las estrategias didácticas mejoraran la tolerancia social en hombres del instituto superior indoamerica-Trujillo-2022?

Los objetivos del presente estudio son; general: Establecer si el uso de las Estrategias didácticas mejorara la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica; y específicos: Identificar el nivel de tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica, también aplicar talleres de estrategias didácticas a para corregir la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica y finalmente; evaluar la aplicación de las estrategias didácticas para para mejorar la tolerancia social en hombres machistas del instituto superior Indoamérica.

Las estrategias didácticas se conocen como; "conjunto de procedimientos que se instrumentan y se llevan a cabo para alcanzar algún objetivo, plan, fin o meta" Según Muñoz (2008). Esto se refiere a que es una sucesión de procesos que se utilizan con el propósito de alcanzar un adecuado aprendizaje. Chacón (2000) se refirió a las estrategias como "la combinación y organización cronológica del conjunto de métodos y materiales escogidos para lograr ciertos objetivos" (p. 55). Por ello lo que permitirá alcanzar las metas trazadas son las estrategias que se utilicen, por tal motivo es importante monitorear permanentemente para conocer si son o no efectivas.

En la provincia de Trujillo, sobre todo en los estudiantes varones del instituto tecnológico superior presentaron creencias, actitudes e imaginarios que influyen de manera negativa a promover comportamientos poco tolerantes frente al abuso de poder ejercido principalmente por los hombres, en este sentido se presentaron motivos que justificaron la llevar a cabo la presente investigación, las mismas que radicarón en los siguientes matices:

En beneficio de profesionales de la educación, psicólogos, operadores de justicia y de la sociedad en general, los resultados permiten reconocer la importancia del estudio con referencia a las estrategias didácticas para mejorar la tolerancia social en hombres y con ello erradicar las creencias, actitudes e imaginarios machistas que los hombres perpetúan y así prevenir el ejercicio del abuso de poder contra las mujeres. y miembros de su hogar.

El diseño para la presente investigación es cuasi experimental, ya que se realizó el pretest y postest a un conjunto experimental como también al conjunto control simultáneamente; así mismo se realizó la validez de expertos para la escala de Tolerancia Social frente a la Violencia (TSV) como instrumento (Bono, 2012)

Por lo antes mencionado, el presente estudio de investigación es relevante ya que aporta estrategias didácticas para mejorar la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica– Trujillo 2022.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Bases teóricas relacionadas con el estudio**

#### **2.1.1. Antecedentes.**

Chén (2017), en su estudio sobre "Estrategias didácticas que aplican los docentes para el aprendizaje de la expresión oral y escrita del idioma español, como segunda lengua en primero básico". En el cual su objetivo principal fue: detallar las estrategias didácticas que utilizan los docentes para ayudar a los niños de primer grado del centro educativo "Don Bosco" a aprender las expresiones orales y escritas del español como segunda lengua. Se utilizaron métodos descriptivos porque se ocupan de describir características de una determinada población. Como resultado del presente estudio, se concluyó: 1. El maestro de aula emplea, el dialogo, la exposición y el trabajo en equipo como metodología o estrategias didácticas para adquirir el aprendizaje de la locución verbal como también escrita del español, por el contrario, no reconoce confunde las estrategias con actividades, ya que solo reconoce al ensayo como estrategia didáctica. 2. Las acciones de participación, escritura, dramatización y discusión de minidiálogos son utilizadas por los docentes para aplicar pedagogías para el aprendizaje de expresiones orales, al tiempo que dibujan imágenes para la aplicación y explican palabras. Se concluye que las actividades que describen imágenes y paisajes son utilizadas por los docentes. 3. Dado que la mayoría de la lengua materna de los estudiantes es el Q'eqchi' y es difícil desarrollar adecuadamente sus habilidades orales y escritas, los métodos de enseñanza que utilizan los docentes influyen en el desarrollo del aprendizaje de los estudiantes. El español logra así estrategias didácticas utilizadas para proporcionar las competencias necesarias. 4. Un gran número de estudiantes presentan deficiente dominio del español hablado y escrito, así mismo tienen dificultad para escribir temas referidos a su contexto.

En la investigación el 5% de la población puede escribir cómodamente un tema de su contexto. por otro lado, los estudiantes no fueron capaces de desarrollar efectivamente su habilidad para hablar español. Dado que el idioma dominante es el Q'eqchi', solo 11% de la población desarrollaron claramente esta habilidad Q'eqchi', también carecen de la destreza para redactar textos gramaticales con vocabulario fluido y contenido contextual. Solo 11% de las personas en la población en estudio tienen esta habilidad.

Vélez (2017), dando cuenta a su trabajo titulado "Estrategias didácticas implementadas por las docentes de jardín, para promover el desarrollo de la atención como habilidad de pensamiento", su objetivo fue dar cuenta de las diversas metodologías o estrategias que los docentes emplean en periodo de transición para así lograr el buen desempeño atencional de los niños (as) correspondiente a las edades de 5 y 6 años respectivamente. Este tipo de estudio ofrece flexibilidad al permitir procedimientos rigurosos, pero no permite generalizaciones, por lo que este estudio es cualitativo. Tras su investigación se concluyó: 1. Tras analizar esta información, podemos decir que existen dos tipos de estrategias básicas: planificadas a partir de referentes didácticos, conscientes, inferidas o concebidas y, por el contrario, estrategias naturales y empleadas en el condicionamiento social de los docentes son menos reflexivos. 2. Las estrategias utilizadas por los maestros se matizan en cómo los alumnos las aceptan y qué ganan de ellas. El abismo es amplio cuando el maestro no se encuentra en el comportamiento deseado, ya que contraviene a los objetivos deseados y lo que quieren lograr con ellos.

Alvarado (2016) en su investigación: "Estrategias de enseñanza del docente para niños con capacidades diferentes". su propósito fue: conocer cuáles son las estrategias educativas que utilizan los docentes para trabajar con niños con capacidades diferentes en el aula del Centro de Educación Especial de la capital departamental Retalhuleu. Tras ello se concluyó: 1. Que el 28% maestros

que laboran en diversas instituciones de educación especial son conocedores y utilizan métodos y técnicas de clase, sí, mientras que el 22% restante demostró no conocer las técnicas y métodos que se pueden utilizar para trabajar con los niños, el 10% de maestros establecieron una escala de calificación, evaluando a los niños cada dos meses, el 15% maneja listas de verificación como elementos de evaluación, y un 25% califica a sus alumnos de la misma manera que en una institución educativa básica regular. 2. La investigación nos ha permitido identificar un número relevante de maestros los cuales no manejan ninguno de los mecanismos que permitirán mejorar la eficacia de la atención en los niños y niñas con necesidades educativas especiales, por ello queda como responsabilidad de los maestros actualizarse en diversas metodologías o estrategias didácticas para que logren integrar a los padres de familia y se involucren en el proceso de aprendizaje.

Ávalos Dávila (2016), en su estudio analizó las “Estrategias didácticas empleadas en la asignatura de Métodos Mixtos de Investigación de la Cátedra de Investigación para reconocer si estas promovían habilidades y destrezas para la formación en investigación. Como resultado destacó que las propuestas estratégicas sí mejoraron la generación de habilidades y destrezas en la investigación para la resolución de problemas educativos. La investigación concluyó que al rol docente le corresponde propiciar las oportunidades de aprendizaje al estudiantado a través de la formación de habilidades y destrezas en investigación, condición que se puede lograr a partir del uso adecuado de los métodos didácticos para el diseño de las estrategias que permitan dinamizar el aprendizaje e integrar los conocimientos.

Rubio (2018), en su investigación “Metodologías artísticas desde las estrategias didácticas de las formas discursivas del arte, como forma de aprendizaje y enseñanza” utilizando la estrategia didáctica como método de investigación, como medio expresivo. La investigación concluyó que,

mediante el uso de estas estrategias didácticas se genera un aprendizaje activo y despierto, enriquece el aprendizaje artístico y permite afrontar el proceso educativo con la profundidad y variedad de enfoques necesaria en cada caso. Del mismo modo, resaltó la creación colectiva como una cuestión “muy importante” porque determina un escenario adecuado para que se materialice el aprendizaje.

### *Antecedentes Nacionales*

Zavaleta (2018) con referencia a su investigación titulada “Estrategias didácticas que utilizan las docentes para el desarrollo de la expresión oral en niños y niñas de 4 años en una institución educativa privada del distrito de San Isidro”. Su propósito principal fue: dar a conocer las estrategias didácticas empleadas por los maestros para lograr la expresión oral en niños de nivel inicial hasta los cuatro años. Esta investigación implica cuestionamiento, flexibilidad y recopilación de información, explicaciones y observaciones, por lo que adoptamos un enfoque cualitativo. Se concluyó: Un maestro es alguien que alienta a los estudiantes a compartir conocimientos previos que pueden preservar el vocabulario nuevo. El desarrollo del vocabulario comienza cuando los niños imaginan las relaciones con su entorno, lo observan, generan preguntas y generan nuevos conceptos, y así continúan motivando a los niños a descubrir más sobre su entorno. 2. Las estrategias para participar en pláticas y diálogos se relacionan básicamente con las interacciones entre los alumnos en el aula. Los docentes involucran a otros en este intercambio, creando expectativas e intereses, y a través de la acción social, posibilitando el diálogo y el intercambio de ideas.

Gonzales (2021), en su estudio “Estrategias didácticas y desarrollo del pensamiento crítico en los estudiantes del II ciclo de la especialidad de Matemática y Computación del programa LEMM de la FACHSE-UNPRG, para mejorar su rendimiento académico, periodo 2018, tuvo

como objetivo proponer estrategias didácticas basada en el desarrollo del pensamiento crítico, para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. 220 estudiantes formaron parte de la población y 30 de ellos de la muestra, a quienes, se les aplicó un test de pensamiento crítico. Se concluyó que, los estudiantes del II ciclo académico de la especialidad de Matemáticas y Computación del Programa de Licenciatura en Educación Modalidad Mixta de la oficina de extensión de Cutervo, se encuentran en un nivel bajo en su rendimiento académico, como se comprobó en los registros de evaluaciones.

Degollar (2018), en su investigación “Estrategias didácticas cognitivas y aprendizaje en comunicación de estudiantes de primaria, Institución Educativa N° 1143, Domingo Faustino Sarmiento, Ate, 2018”, con el objetivo general de establecer la relación entre las dos variables estudiadas. Está diseñado de la siguiente manera: enfoque cuantitativo; paradigma positivista método hipotético deductivo; tipo básica y diseño correlacional. Método de Hipótesis Deductiva; Diseño compatible con tipo básico. El total de la población estuvo compuesta por 117 escolares de primaria de la institución N° 1143, Domingo Faustino Sarmiento, Ate, 2018. La muestra fue de tipo censal no probabilística (participó la totalidad de la población). El estadístico de confiabilidad del instrumento fue el alpha de Cronbach con valores de 0,732 y 0,61 (variable 1 y 2 sucesivamente). La correlación y la significación aumentaron la importancia de este estudio. El estadístico que se utilizó para este fin fue el Rho de Spearman, cuyos valores equivalentes fueron 0,79 y 0,029 (correlación y nivel de significancia). La correlación fue directa y positiva. Si  $p(\text{valor})$  0.029 es menor a 0.05, no se rechaza la hipótesis alternativa, concluyendo que existe una asociación directa y significativa entre las estrategias educativas cognitivas y el aprendizaje comunicativo en estudiantes de primaria. Institución Ate N° 11 3, Domingo Faustino Sarmiento, 2018.

### ***Locales***

Irigoin (2018), en su investigación “Las Estrategias Didácticas, orientadas a mejorar los Hábitos de estudio en estudiantes del segundo grado del nivel secundario de la Institución Educativa María Auxiliadora, Amazonas - 2018”, planteó como principal objetivo mejorar los hábitos de estudio, con el fin de mostrar el impacto de la estrategia de lecciones aprendidas. El estudio fue de nivel cuantitativo y tipo descriptivo, tuvo un diseño cuasi-experimental. El análisis y procesamiento de datos se realizó con el software SPSS25 para generar tablas y gráficos simples y porcentuales. Se utilizó una prueba t de equivalencia de medidas con la misma varianza  $t = -19,310$ ,  $df =$  y sig para confirmar la hipótesis. (bilateral), 000, con igual varianza,  $t = -19,310$ ,  $df = 3, 165$  y sig. Como resultado final se concluyó que: Las estrategias didácticas son importantes y han mejorado significativamente los hábitos de aprendizaje de los escolares de la población antes mencionadas.

Valdera (2015), en su estudio “Implementación y aplicación de estrategias didácticas cognitivas para mejorar los niveles de comprensión lectora en los alumnos de 4° grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Inca Garcilaso de la Vega” – Ascope”; de tipo experimental, la muestra, fue seleccionada por muestreo no probabilística y por su técnica por conveniencia a los alumnos del 4to. Grado “A”, siendo un total de 30 alumnos. Las conclusiones fueron las siguientes: Luego de aplicar el pre Test a los alumnos del cuarto grado de secundaria presentan un nivel de comprensión lectora en inicio y proceso en los niveles de decodificación, Literal, Inferencial, crítico y creativo. El grupo experimental en el pre test el 73% (22) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en inicio, el 23% (7) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en proceso, el 4% (1) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora logrado; en el grupo post test el 50% (15) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en

inicio, el 37% (11) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en proceso, el 13% (4) presentan un nivel de comprensión lectora logrado. El grupo control en el pre test el 77% (23) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en inicio, y en el grupo post test el 70% (21) alumnos presentan un nivel de comprensión lectora en inicio. Que las estrategias didácticas aplicadas a los alumnos del Cuarto grado “A” influyeron significativamente en su aprendizaje.

Vargas (2018), en su investigación “Estrategias didácticas activas en la enseñanza de la Filosofía para mejorar el Pensamiento crítico en estudiantes universitarios, Trujillo 2018”, tuvo como objetivo determinar en qué medida la aplicación de estrategias didácticas activas en la enseñanza de la Filosofía mejora significativamente el pensamiento crítico en estudiantes universitarios, Trujillo 2018. El estudio se realizó con una población de 143 estudiantes universitarios del V ciclo de la escuela de Psicología de una universidad privada de Trujillo Perú, matriculados en la asignatura de Filosofía durante el semestre 2018-2. Se desarrolló una investigación de tipo experimental, con un diseño cuasi experimental, se utilizó el tipo de muestreo no probabilístico, por conveniencia, la muestra estuvo conformada por 60 estudiantes, de los cuales 30 conformaron el grupo experimental y los otros 30 el grupo control. El nivel de pensamiento crítico fue medido a través de un cuestionario diseñado por Santiuste et al. (2001), compuesto por 30 preguntas encausadas a explorar las dimensiones Dialógica y Sustantiva, utilizando la técnica de la encuesta. Los resultados muestran que las estrategias didácticas activas tuvieron una influencia significativa en la mejora del pensamiento crítico ya que en el grupo experimental ninguno estuvo en la categoría baja, mientras que el grupo control tuvo 46.7%. En la categoría alta, el grupo control tuvo un 20% y el experimental tuvo un 50 %; esto implica que las estrategias didácticas tuvieron impacto positivo. Además, en la prueba de hipótesis se obtuvo un “p” valor con tendencia a cero. Finalmente determinamos que las estrategias didácticas activas de enseñanza

de la Filosofía, basadas en juego de roles y debate académico, mejoran significativamente el desarrollo del pensamiento crítico en los estudiantes universitarios.

Fonseca (2018), en su estudio “Aplicación de estrategias didácticas para desarrollar la inclusión educativa en los niños y niñas de cuatro años de una institución educativa pública, Trujillo, 2018”, su propósito fue establecer que la aplicación de estrategias didácticas lleva a cabo la integración educativa de los niños y niñas de cuatro años de edad en una institución estatal, con una población de 163 niños y niñas de los cuales 57 de ellos fue la muestra para la investigación, se utilizó en una lista de verificación y una evaluación de integración, la misma que fue validada por tres expertos con nivel de maestría con puntaje alto, los mismos que proporcionaron información relevante para la investigación. Según Richardson, la confiabilidad de este estudio fue de 0,908 y su consistencia fue alta. Se elaboró y ejecuto un programa basado en 15 sesiones correspondientes a las dimensiones siguientes: participación, agrupamientos diversos y socialización, Los datos fueron sometidos a medios estadísticos para su procesamiento. Los resultados mostraron que los niños y niñas de cuatro años de edad en el grado de integración escolar, por examen preliminar o pre test, en las dimensiones: participación y agrupamiento el 57% y 39% se ubicó en nivel regular, mientras que el 46% se encuentra en proceso (Tabla 2). En las pruebas posteriores o post test, la cooperación, el agrupamiento y la socialización se calificaron con un 71 %, 57 % y 64%. Porque la aplicación del programa fue exitosa (Tabla 2). Para probar la hipótesis sobre el grupo experimental, se utilizó una prueba t, arrojando un nivel de significación de 0.000, que es por debajo a la significancia estandarizada de 0.05, rechazando así la hipótesis nula.

## **2.1.2. Estrategia didáctica.**

### **2.1.2.1. Definición:**

Feo (2015), refiere que son procesos (actividades, técnicas, sesiones) con los que se constituyen conscientemente operaciones para desarrollar y lograr objetivos planificados y no planificados, de acuerdo con lo que los asistentes necesiten de forma relevante.

### **2.1.2.2. Componentes básicos de la estrategia didáctica**

Feo (2015) hace referencia a los siguientes componentes básicos para que se logre el aprendizaje y así lograr los objetivos esperados:

- a. Nombre de la estrategia,** cuentan con un modelo, el mismo debe ser personalizada, lo cual permitirá a los participantes poder reconocer y comprender procesos de manera lógica que se proponen en ella, esto involucra al entorno, tiempo, soporte temático, y sucesión de acciones.
- b. Recursos y Medios,** son los mecanismos que establecen e intervienen en el proceso de enseñanza y aprendizaje, estos forman diversos caminos para lograr los objetivos de aprendizaje planteados, estos configuran principios fundamentales que estimulan, motivan y comprometen a los estudiantes, además de orientar su aprendizaje, accediendo a convertirse en su propia fuente aprendizaje.
- c. Evaluación,** son procesos consensuados y creados a partir de la reflexión, teniendo en cuenta la evaluación y descripción de los logros en alumnos y docentes en cuanto a los objetivos de aprendizaje – enseñanza.

### **2.1.2.3. Dimensiones de estrategias didácticas**

**a.- Planificación:** Se enfoca en métodos y estrategias diseñadas para asegurar que todos los alumnos logren buenos resultados en el mismo tiempo y condiciones.

**b.- Ejecución:** Está destinado principalmente a la implementación de programas y/o proyectos especiales específicos en la estrategia para el logro de los objetivos.

**c.- Evaluación:** Proceso continuo y personal en el sistema de enseñanza y aprendizaje, cuya finalidad es conocer el desarrollo de cada alumno, de forma que, se puedan implantar medidas de refuerzo que aseguren la consecución de los objetivos de aprendizaje planteados.

### **2.1.2.4. Indicadores de estrategias didácticas**

**a.- Metodología:** Se entiende como la presentación sistemática de ideas orientadoras (filosóficas, psicológicas, pedagógicas, etc.), que se convierten en guía en las actividades educativas y en el diseño de contenidos de investigación.

**b.- Materiales didácticos:** Son elementos utilizados por los docentes para facilitar y orientar el aprendizaje de los alumnos (libros, afiches, mapas, videos, etc.).

**c.- Dinámicas Vivenciales:** Son utilizadas para mejorar habilidades y conocimientos que actúan como aceleradores en los procesos de aprendizaje e integración de los grupos de trabajo.

**d.- Ambiente:** Es un conjunto de estructuras físicas y de relaciones humanas en las que se desarrolla la comunidad educativa, ya sea un aula, un servicio o una facultad.

### **2.1.2.5. Tipos de estrategias didácticas**

Los autores, expertos en la temática de las estrategias didácticas, aseveran que existen dos

tipos de estrategias: Estrategias de enseñanza y estrategias de aprendizaje.

#### **a.- Estrategias de enseñanza**

Son procedimientos empleados por el profesor para hacer posible el aprendizaje del estudiante. Incluyen operaciones físicas y mentales para facilitar la confrontación del sujeto que aprende con el objeto de conocimiento, Ferreiro, (2004). Las estrategias de enseñanza se clasifican en varios tipos, pero en la presente investigación se da énfasis en la Estrategia del Trabajo Colaborativo (TC), la más común y en la cual convergen otras estrategias, por ello nos ocuparemos ampliamente para conocer sus bondades en la promoción de la enseñanza y aprendizaje de nuestros dicentes.

#### **b. Trabajo colaborativo (TC)**

“Es el empleo didáctico de grupos reducidos en que los alumnos trabajan juntos para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás”, Johnson et al., (2000).

##### **2.2.1.6. Características del trabajo colaborativo**

De acuerdo a lo planteado por Johnson et al. (2000, p. 9-10):

**1. Interdependencia positiva:** Los miembros del grupo deben tener claro que los esfuerzos de cada integrante no solo lo benefician a él mismo sino también a los demás miembros.

**2. Responsabilidad individual y grupal:** El grupo debe asumir la responsabilidad

de alcanzar sus objetivos, y cada miembro será responsable de cumplir con la parte del trabajo que le corresponde.

**3. Interacción estimuladora:** Los alumnos deben realizar juntos una labor en la que cada uno promueva el éxito de los demás, compartiendo los recursos, ayudándose y respaldándose.

**4. Prácticas interpersonales y grupales:** Habilidades para funcionar como parte de un grupo (dirigir, tomar decisiones, crear clima de confianza, manejar los conflictos, motivación). El docente debe enseñar estas prácticas con la misma seriedad y precisión que los contenidos y/o habilidades técnicas.

**5. Evaluación grupal:** El grupo debe analizar en qué medida están alcanzando sus metas y manteniendo relaciones de trabajo eficaces.

De acuerdo a Miguel (2006), las estrategias y tareas que realiza el estudiante se estructuran de la siguiente manera:

**Estrategias cognitivas:** Gestionar información (buscar, seleccionar, organizar, estructurar, analizar y sintetizar; inferir, generalizar y contextualizar principios y aplicaciones).

**Estrategias metacognitivas:** Realizar ejercicios que le permitan ser conscientes de su propia forma de aprender en comparación con la de sus compañeros y elaborar nuevas estrategias de aprendizaje.

**Actividades y entrenamiento de estrategias de autoapoyo:** Motivación y dificultades en relación a las tareas de aprendizaje. Desarrollo del sentido de autocompetencia y confianza en los demás.

**Habilidades sociales:** Al interactuar con sus compañeros y docentes, el estudiante va puliendo sus habilidades sociales y comunicativas, teniendo la posibilidad de ser retroalimentado por los otros actores del proceso de aprendizaje.

### 2.1.2.7. Tipología de las estrategias de aprendizaje

Existen una amplia gama de estrategias de aprendizaje, pero en la presente investigación se aborda solamente aquellas que son pertinentes para la pesquisa que está realizando. Así tenemos, por ejemplo:

**Estrategias disposicionales y de apoyo:** Estas estrategias son las que ponen la marcha del proceso y ayudan a sostener el esfuerzo. Aquí se incluyen dos tipos de estrategias: *Estrategias afectivo-emotivas y de automanejo*: Aquellas que integran procesos motivacionales, actitudes adecuadas, autoconcepto –autoestima, sentimiento de competencia,

relajación, control de la ansiedad, reducción del estrés, etc.

**Estrategias de control del contexto:** Se refieren a la creación de condiciones ambientales adecuadas, control del espacio, del tiempo, del material, etc.

**Estrategias de búsqueda, recogida y selección de información:** Integran todo lo referente a la localización, recogida y selección de información. El sujeto debe aprender, para ser aprendiz estratégico, cuáles son las fuentes de información y cómo acceder a ellas para disponer de la misma. Debe aprender, también, mecanismos y criterios para seleccionar la información pertinente.

**Estrategias de procesamiento y uso de la información adquirida, propiamente dichas:** Incluyen:

**Estrategias de atención:** Están dirigidas al control de la atención y a centrarse en la tarea.

**Estrategias de codificación, elaboración y organización de la información:** Controlan los procesos de reestructuración y personalización de la información, para integrarla mejor en la estructura cognitiva a través de tácticas como el subrayado, epigrafiado, resumen, esquema, mapas conceptuales, cuadros sinópticos, etc.

**Estrategias de repetición y almacenamiento:** Son aquellas que controlan los procesos de retención y memoria a corto y largo plazo, a través de tácticas como la copia, repetición, recursos mnemotécnicos, establecimiento de conexiones significativas, etc.

**Estrategias de personalización y creatividad:** Incluyen el pensamiento crítico, la reelaboración de la información, las propuestas personales creativas, etc.

**Estrategias de recuperación de la información:** Son aquellas que controlan los procesos de recuerdo y recuperación a través de tácticas como ejercicios de recuerdo, de recuperación de la información siguiendo la ruta de conceptos relacionados, etc.

**Estrategias de comunicación y uso de la información adquirida:** Aquellas que permiten utilizar eficazmente la información adquirida para tareas académicas y de la vida cotidiana a través de tácticas como la elaboración de informes, la realización de síntesis de lo aprendido, la simulación de exámenes, autpreguntas, ejercicios de aplicación y transferencia, etc.

**Estrategias metacognitivas, de regulación y control:** Están referidas al conocimiento, evaluación y control de las diversas estrategias y procesos cognitivos, de acuerdo con los objetivos de la tarea y en función del contexto.

### **2.1.3. Tolerancia social.**

El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2019) refiere que son modelos sociales y culturales referido a las actitudes, creencias, imaginarios presentes en el contexto los cuales dan lugar a actos de violencia de género y se resume en el alto índice de aceptación social de la violencia de género.

#### **2.1.3.1. Categorías de tolerancia social:**

El MIMP considera las siguientes categorías:

a) **Actitudes:** es una evaluación global de un individuo, un lugar, un objeto, o un tema donde afecta el pensamiento y las acciones, es decir, una actitud es una expresión básica de aprobación o desaprobación, gusto o disgusto, MIMP (2019). Las actitudes son juicios generales aprendidos sobre una persona, cosa, lugar o tema que influyen en los pensamientos y acciones, es decir, las actitudes son manifestaciones elementales de consentimiento o reprobación, soporte o disconformidad, agrado o desagrado.

b) **Las creencias:** es el acuerdo firme de algo. Son ideas que se consideran como ciertas y se cree plenamente que lo son, MIMP (2019)., por ello las creencias, son el acuerdo firme y están totalmente impuestas como ciertas.

c) **Los imaginarios:** son discursos sociales, mitos e ideologías. Estas historias se presentan en diferentes medios por los cuales la sociedad representa y comunica un significado, por lo que se atribuye, por ejemplo, a las diferencias de género en la evaluación, MIMP (2019). Son por tanto relatos que están disponibles en medios de comunicación y que son difundidos para que la sociedad pueda legitimar y divulgar sus significados y apreciaciones que atribuye a las diferencias de género.

### 2.1.3.2. Indicadores de tolerancia social:

#### Actitudes:

**Aceptación:** La influencia social ganada por la aceptación, es la influencia que se reconoce cuando un individuo permite ser influenciado por otro individuo o un grupo determinado para ser aceptado por esa persona o grupo de personas. MIMP (2019).

**Apoyar:** La formación de actitudes mediante la identificación con grupos de referencia lleva a actitudes subsiguientes que son consistentes con la actitud adquirida, la cual es autosostenible por un período de tiempo considerable. MIMP (2019).

**Incentivar:** Permite formar una organización permanente de las percepciones de manera general, y sus efectos también se dejan sentir sobre el tipo de afecto que se forma en el individuo respecto del objeto o suceso conocido como por ejemplo la violencia, dando a este conjunto una característica que hace sufrir al individuo para aceptar ciertos tipos de comportamiento. MIMP (2019)

**Promover:** Permite fortalecer cualquier suceso o acontecimiento en el campo estimulador que haga aumentar o conserve la fortaleza de cualquier respuesta. MIMP (2019)

#### Creencias:

**Exclusión:** La exclusión social es el proceso de acumulación de factores negativos en un individuo, con limitaciones que le impiden participar en la sociedad generalmente aceptada. MIMP (2019)

**Vínculos y comunicación:** Reúne todas las creencias sobre como las personales se relacionan entre si, cómo corregir los errores, la comunicación, las reglas y limitaciones que tutelan la familia. MIMP (2019)

**Búsqueda de identidad:** Tiene que ver con los resultados que conducen a la visualización de las creencias de las mujeres sobre su futuro, en la exploración de identidad, la afirmación de su singularidad, su identidad de género y su representación en relación con su tiempo. MIMP (2019)

**Poder:** Confluencia de toda la información relacionada con el ejercicio de la autoridad masculina basada en creencias patriarcales, la administración de normas y la fijación de límites y modelos parentales. MIMP (2019)

### **Imaginarios:**

**Estereotipos:** Categorías de atributos de grupo caracterizado por su inflexibilidad. Los estereotipos dan paso en la creación de representaciones. MIMP (2019).

**Imagen:** Es una representación pasiva de un exterior en el interior del individuo. La imagen se crea básicamente como una reproducción mental de un objeto externo y se relaciona básicamente con la percepción. MIMP (2019).

## **2.3. Hipótesis**

### **Hipótesis General**

La aplicación de estrategias didácticas mejora significativamente la tolerancia social en hombres del Instituto Superior Indoamérica– Trujillo 2022.

### **Hipótesis alternativa:**

Ha: La aplicación de estrategias didácticas mejora significativamente la tolerancia social en hombres del Instituto Superior Indoamérica– Trujillo 2022.

**Hipótesis nula:**

Ho. La aplicación de estrategias didácticas no mejora significativamente la tolerancia social en hombres del Instituto Superior Indoamérica– Trujillo 2022.

## **2.4. Variables**

### **2.4.1. Definición operacional.**

**Variable independiente = Estrategias didácticas**

Feo (2015), refiere que son procesos (actividades, técnicas, sesiones) con los que se constituyen conscientemente operaciones para desarrollar y lograr objetivos planificados y no planificados, de acuerdo con lo que los asistentes necesiten de forma relevante.

**Variable dependiente = Tolerancia Social**

El Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables (MIMP, 2019) refiere que son modelos sociales y culturales referido a las actitudes, creencias, imaginarios presentes en el contexto los cuales dan lugar a actos de violencia de género y se resume en el alto índice de aceptación social de la violencia de género.

### III. METODOLOGIA

#### 3.1. El tipo y el nivel de la investigación

La investigación es de tipo descriptiva porque permite explicar conceptos. Su interés está centrado en dar a conocer por qué se produce un fenómeno y en qué condiciones se presenta, o por qué pueden relacionarse dos o más variables.

El nivel es cuantitativo porque la recopilación de datos se usa para probar hipótesis basadas en mediciones numéricas, y el análisis estadístico, y estos se usan para crear patrones de comportamiento y probar teorías. (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010).

#### 3.2 Diseño de la investigación

Se utilizó el diseño cuasi experimental con pre y post test, con un grupo experimental y un grupo control.

El esquema es:

GE	O1	X	O2
GC	O3		O4

Donde: Grupo experimental

O=Estudiantes varones del instituto superior Indoamérica.

O1= Pretest aplicado al grupo experimental

O2=postest aplicado al grupo experimental

O3=pretest aplicado al grupo control

O4= postest aplicado al grupo control

X = talleres

### 3.3. Población y muestra

#### 3.3.1. Población.

Está conformada por un total de 120 estudiantes varones (del I – IX Ciclo) de la carrera técnico profesional de Educación Física del instituto superior Indoamérica – Trujillo (ver Tabla 1).

Con respecto a la población, Tamayo (2004) considera que esta es la totalidad de un fenómeno de estudio, en la que están incluidas las unidades de análisis con características comunes, que integran tal fenómeno y deben cuantificarse para realizar un determinado estudio. Asimismo, la cantidad de elementos o sujetos que constituyen una población estadística puede ser igual o mayor que el número de elementos que se obtienen de esta en una muestra.

**Tabla 1**

*Total de estudiantes varones de la carrera técnica profesional de Educación Física*

Ciclo	Hombres	Total
I	25	25
II	0	0
III	0	0
IV	34	34
V	0	0
VI	25	25
VII	0	0
VIII	31	31
IX	05	05
		120

*Fuente.* Nómina de matrícula del Instituto Superior Tecnológico Indoamérica (periodo académico 2022-II)

### 3.3.2. Muestra.

Debido a que, muchas veces no es posible analizar una población en su totalidad, es necesario trabajar con una muestra, la misma que debe ser representativa de la población a estudiar, es decir, debe reunir las características de la población de la que fue extraída, por lo que, para esta investigación se hizo una selección de muestra no probabilística intencional (según el criterio del investigador). La muestra estuvo constituida por 84 varones de I, IV, y VI ciclo académico del año 2022 del instituto superior tecnológico Indoamérica – Trujillo 2022 (ver Tabla 2).

**Tabla 2**

*Muestra de estudiantes varones de 18 a 59 años*

Ciclo	GRUPO CONTROL	GRUPO EXPERIMENTAL
I	12	13
IV	17	17
VI	13	12
TOTAL	42	42

*Fuente.* Nómina de matrícula del Instituto Superior Tecnológico Indoamérica (periodo académico 2022-II)

#### **Criterios de inclusión**

Se trabajó con estudiantes que cursan el I, IV, y VI ciclo del Instituto superior Indoamérica de la muestra.

#### **Criterios de exclusión**

No se consideraron mujeres.

### 3.4. Definición y operacionalización de las variables y los indicadores

**Tabla 3**

*Operacionalización de variables*

<b>Variables</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumentos</b>
Variable independiente Estrategias didácticas.	Son procesos (actividades, técnicas, sesiones) con los que se constituyen conscientemente operaciones para desarrollar y lograr objetivos planificados y no planificados, de acuerdo con las necesidades de los asistentes de forma significativa. Feo (2015)	La estrategia didáctica son aquellos procedimientos y/o acciones, la misma que comprende los momentos de Objetivo, secuencia didáctica y anexos.	Planificación  Ejecución  Evaluación	Aprendizaje  Metodología  Materiales didácticos  Dinámicas vivenciales  Ambiente	Estrategia didáctica mediante sesiones de taller

<b>Variables</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Categorías</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumentos</b>
Variable dependiente: Tolerancia social	Se refiere a modelos sociales y culturales referido a las actitudes, creencias, imaginarios presentes en el contexto los cuales dan lugar a actos de violencia de género y se resume en el alto índice de aceptación social de la violencia de género. Mimp (2019)	La variable dependiente tolerancia social se evaluará de acuerdo a sus categorías.	Actitudes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación</li> <li>- Apoyar</li> <li>- Incentivar</li> <li>- Promover</li> </ul>	Cuestionario de Tolerancia social frente a la violencia
			Creencias:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exclusión</li> <li>- Vínculos y comunicación</li> <li>- Búsqueda de identidad</li> <li>- Poder</li> </ul>	
			Imaginarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estereotipos</li> <li>- Imagen</li> </ul>	

### 3.5. Técnicas e instrumentos

#### 3.5.1. Técnicas.

**a. La observación:** Método que se utiliza para la recolección de datos que registra conductas y situaciones observables de manera sistemática, válida y confiable. Este enfoque arrojó información de comportamiento relevante que será valiosa para la investigación (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010 p 252).

**b. Encuesta:** El método utilizado para la realización de esta investigación fue la encuesta, la cual consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir (Sampieri et. al., 2003). Las encuestas pueden ser descriptivas o explicativas.

**c. Validez de expertos:** Grado en que un instrumento realmente mida la variable de interés, de acuerdo con expertos del tema (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010 p 204).

#### 3.5.2. Instrumento:

##### **Cuestionario Tolerancia Social Frente a la Violencia (TSV):**

###### CUESTIONARIO TSV

Ficha técnica

Nombre : Cuestionario TSV.

Autor : Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (Mimp,2018).

Estandarizado : Cuestionario Estandarizado en la provincia de Chiclayo por Diaz H. y Lazaro G. .en el año 2020.

Administración: Individual y Colectiva.

Duración : Aproximadamente de 15 minutos.

Aplicación : Adultos desde 18 a 59 años de edad

Materiales : hojas de evaluación.

### **a) Áreas que evalúa**

El cuestionario tiene como objetivo encontrar conductas de los varones frente a situaciones que fomentan la violencia hacia la pareja. El “Cuestionario TSV” contiene 35 ítems de escala de Likert cuyas dimensiones son 3: Actitudes, creencias e Imaginarios. Este cuestionario hace referencia a aspectos de 1 = Muy desacuerdo, 2 = en desacuerdo, 3 = De acuerdo y 4 = Muy de acuerdo frente a situaciones que toleran la violencia en la pareja. Las áreas que evalúa son actitudes, creencias e imaginarios.

### **b) Adaptación del test**

El instrumento original consta de 35 ítems, fueron sometidos a un proceso de adaptación lingüística determinando su validez por el criterio de jueces, así mismo los ítems cumplieron con lo requerido quedando finalmente los 35 ítems iniciales.

**Validez:** Validez de contenido (criterio de contenido). Validez de ítems test obteniendo como resultado los índices de discriminación (0.93 y 0.26).

Para determinar la validez del instrumento se utilizó el método de estudio piloto, obteniéndose una validez al nivel altamente significativa de 0.01. (las correlaciones superan el valor recomendado  $r > 0,30$ ).

El cuestionario TSV es válida (las correlaciones superan el valor recomendado  $r > 0,30$ ) y es confiable (el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach es mayor a 0,70).

### **a) Baremación**

Se determinaron los baremos (ver Tabla 4) haciendo uso de las normas percentilares obteniendo como resultado los siguientes baremos:

**Tabla 4**

*Baremación*

<b>TSV</b>	<b>BAJO</b>	<b>MEDIO</b>	<b>ALTO</b>
GENERAL	3 – 36	37 – 70	71 – 105
CREENCIAS	3 – 12	13 – 22	23 – 33
ACTITUDES	3 – 14	15 – 27	28 – 39
IMAGINARIOS	3 – 12	13 – 22	23 – 33

*Nota. xxx*

**b) Normas de Aplicación**

El cuestionario puede ser de aplicación tanto de manera individual como colectiva. Se le indica al evaluado que encontrará afirmaciones sobre las relaciones sociales entre varones y mujeres, se le pedirá por favor indique que tan de acuerdo o en desacuerdo está con cada afirmación.

Para poder marcar una afirmación según sea sus creencias debe utilizar las 4 escalas representadas por los números que van del 0 al 3, con su respectiva denominación, debiendo marcar “0” si está muy desacuerdo, “1” si está en desacuerdo, “2” si está de acuerdo, y finalmente “3” si está muy de acuerdo, Los valores intermedios se utilizan para indicar que la afirmación encaja en el grado variable

**CUESTIONARIO TSV**

Se aplicó una prueba piloto del cuestionario TSV a 50 varones del distrito de Chiclayo de las diferentes asociaciones de mototaxistas y se procedió a determinar los índices de discriminación de cada uno de ellos, mediante el método de correlación ítem-test, lo que nos

permitió conocer la validez de los ítems, obteniendo como resultados índices de discriminación que oscilan entre 0.26 hasta 0.961.

### **Confiabilidad.**

En la tabla cinco se observa que el índice de consistencia interna Alfa de Cronbach es mayor a 0,80 lo que indica de que el cuestionario TSV es altamente confiable.

En la tabla seis se observa que los coeficientes de correlación de Pearson son mayores a 0,30 lo que indica que el instrumento es válido.

### **Tabla 5**

#### *Estadístico de Fiabilidad*

<b>Estadísticos de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,961	35

*Nota. Xxx*

**Tabla 6***Correlación de elementos*

	Dimensión	Correlación elemento-total	Alfa de Cronbach
C1		,808	,959
C2		,838	,959
C3		,512	,961
C4		,720	,960
C5		,719	,960
C6	CREENCIAS	,777	,959
C7		,711	,960
C8		,751	,960
C9		,608	,961
C10		,503	,961
C11		,791	,959
A12		,657	,960
A13		,556	,961
A14		,521	,961
A15		,453	,961
A16		,364	,962
A17	ACTITUDES	,410	,961
A18		,572	,961
A19		,653	,960
A20		,638	,960
A21		,367	,962
A22		,467	,961
A23		,797	,960
A24		,886	,959
I25		,719	,960
I26		,550	,961
I27		,708	,960
I28		,686	,960
I29		,654	,960
I30	IMAGINARIOS	,786	,959
I31		,894	,959
I32		,558	,961
I33		,670	,963
I34		,654	,960
I35		,819	,959

*Nota. Xxx*

### **3.6. Plan de análisis:**

Obtenida la información a través del instrumento diseñado para dicho fin, se procesarán con el propósito de llegar a las conclusiones. Estos datos se analizarán concienzudamente para poder presentarlos con mucha claridad, buscando confirmar o, incluso, rechazar la hipótesis planteada.

El procesamiento de los datos se realizará a través de un tratamiento de la información que implica la tabulación de estos, se utilizará la estadística que nos permita describir (descriptiva) y deducir para interpretación de las variables, a través del programa estadístico Excel 2019.

### 3.7. Matriz de consistencia:

**Tabla 7**

*Estrategias Didácticas para Mejorar la Tolerancia Social en Hombres del Instituto Superior Indoamérica– Trujillo 2022*

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p><b>Problema general</b> ¿De qué manera las estrategias didácticas mejoraran la tolerancia social en hombres del instituto superior indoamerica-Trujillo-2022?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> - Determinar si la aplicación de las Estrategias didácticas mejorara la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> - Identificar el nivel de tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022, - Aplicar talleres de estrategias didácticas a para corregir la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022. - Evaluar la aplicación de las estrategias didácticas para para mejorar la tolerancia social en hombres machistas del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022.</p>	<p>La aplicación de los talleres de las estrategias didácticas mejora la tolerancia social en hombres del instituto superior indoamerica-Trujillo-2022</p>	<p><b>Variable de estudio:</b> - Estrategias Didácticas - Tolerancia social</p>	<p>Tipo: Descriptivo Nivel: Cuantitativo Diseño: Pre experimental</p>

### **3.8. Principios Éticos:**

Se centra la presente investigación son la libre participación y derecho para estar informado porque para realizar la presente investigación se consideró informar a la población de estudio sobre los propósitos y finalidades de la investigación. Se contó con la expresión de plena voluntad propia para participar como sujetos investigados, ya que la población estuvo informada, en todo momento de los fines de la presente investigación.

La justicia es otro principio considerado como vital en esta investigación porque como investigador ejercí con juicio razonable y ponderable al tomar las precauciones necesarias para asegurar que las limitaciones producidas en este estudio no den lugar prácticas injustas. Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus resultados.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Resultados.

Después de aplicar los instrumentos y procesar la información se obtuvieron los siguientes resultados.

a) Aplicación del pretest a los estudiantes del Instituto superior tecnológico Indoamérica Trujillo 2022.

**Tabla 8**

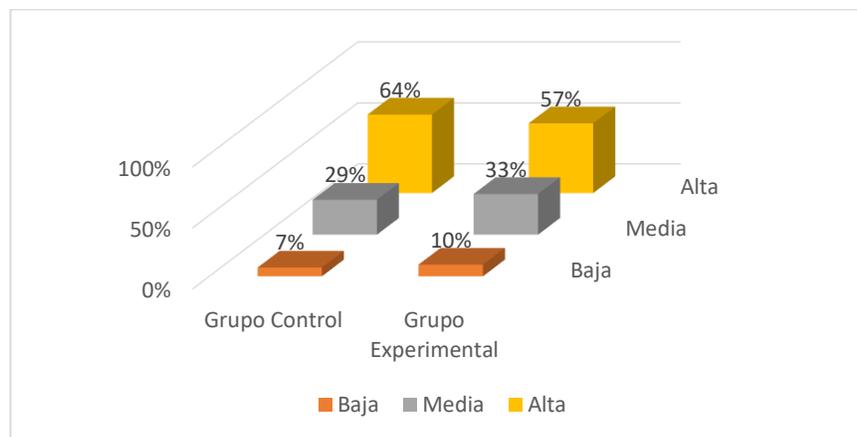
*Puntuaciones de los encuestados en el pre test - grupo control*

Niveles	Grupo Control	%	Grupo Experimental	%
Baja	3	7%	4	10%
Media	12	29%	14	33%
Alta	27	64%	24	57%
Total	42	100%	42	100%

*Fuente.* Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

**Figura 1**

*Puntuaciones de los encuestados en el pre test*



*Fuente.* Instrumento Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

## Interpretación

En la figura uno se observa que en el pretest un 7% de los hombres del grupo control y el 10% del grupo experimental se encuentran en el nivel bajo, también encontramos que un 29% de los hombres del grupo control y el 33% del grupo experimental en el pre test se encuentran en el nivel medio, finalmente el 64% de los hombres del grupo control y el 57% del grupo experimental en el pre test se encuentran en el nivel alto con respecto a la tolerancia social frente a la violencia lo cual quiere decir según estos resultados que no se evidencian diferencias significativos en relación a la tolerancia social frente a la violencia.

b) Aplicación del postest a los estudiantes del Instituto superior tecnológico Indoamérica Trujillo 2022.

**Tabla 9**

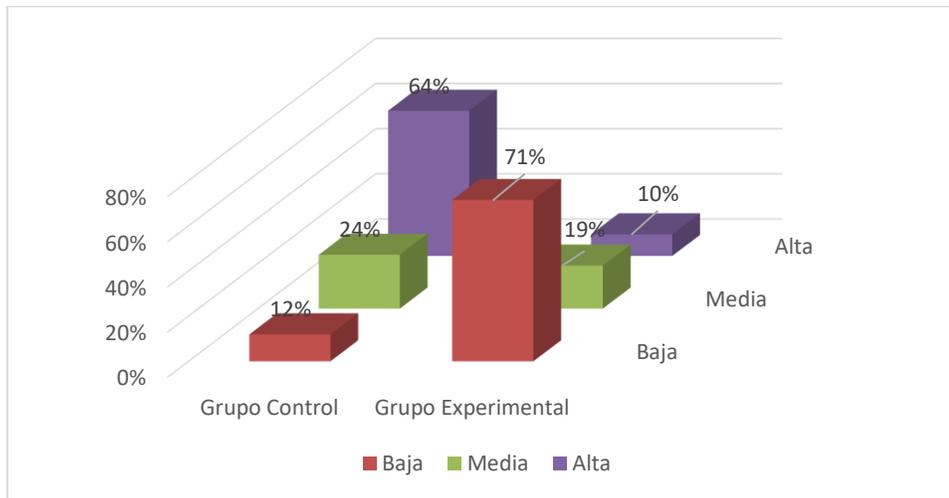
*Puntuaciones de los encuestados en el postest – grupo experimental*

<b>Niveles</b>	<b>Grupo Control</b>	<b>%</b>	<b>Grupo Experimental</b>	<b>%</b>
<b>Baja</b>	5	12%	30	71%
<b>Media</b>	10	24%	8	19%
<b>Alta</b>	27	64%	4	10%
<b>Total</b>	42	100%	42	100%

*Fuente.* Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

## Figura 2

*Puntuaciones de los encuestados en el postest*



*Fuente.* Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

## Interpretación

En la figura dos se puede observar que en el postest un 12% de los hombres del grupo control y el 71% del grupo experimental se encuentran en el nivel bajo no toleran, se muestran en contra de actos violentos contra la mujer y no permiten comportamientos machistas, en la figura también se muestra que un 24% de los hombres del grupo control y el 19% del grupo experimental se encuentran en el nivel medio ya que lo que refleja que los hombres reconocen y rechazan algunas creencias, actitudes e imaginarios que favorecen la violencia, por el contrario un 64% de los hombres del grupo control y el 10% del grupo experimental en el postest se encuentran en el nivel alto lo cual quiere decir que permiten, favorecen, normalizan y perpetúan actos de violencia contra la mujer e integrantes del grupo familiar.

c) Resultados presentan diferencias significativas en el grupo experimental en los estudiantes del Instituto superior tecnológico Indoamérica Trujillo 2022.

**Tabla 10**

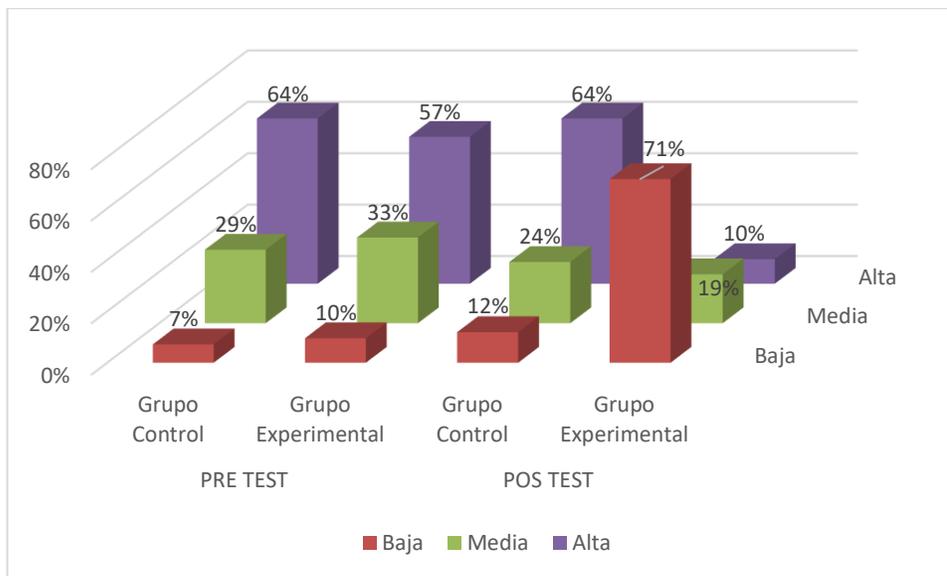
*Puntuaciones comparativas de los encuestados en el pre test y pos test*

Niveles	PRE TEST				POS TEST			
	GC	%	GE	%	GC	%	GE	%
<b>Baja</b>	3	7%	4	10%	5	12%	30	71%
<b>Media</b>	12	29%	14	33%	10	24%	8	19%
<b>Alta</b>	27	64%	24	57%	27	64%	4	10%
<b>Total</b>	42	100%	42	100%	42	100%	42	100%

*Fuente.* Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

**Figura 3**

*Puntuaciones comparativas de los encuestados en el pre test y pos test*



*Fuente.* Instrumento de evaluación - Tolerancia social frente a la violencia (TSV)

### Interpretación

En la figura tres con respecto al pretest se muestra que existe una diferencia del 3% en el pre test del grupo control y del 59% en el postest del grupo experimental de los hombres se encuentran en el nivel bajo lo que quiere decir que hubo un cambio significativo en los hombres ya que luego de participar en los talleres más hombres lograron reconocer,

cuestionar y corregir creencias, actitudes e imaginarios que permiten actos de violencia, así también se visualiza que existe una diferencia del 4% en el pre test del grupo control y del 5% en el pos test del grupo experimental de los hombres se encuentran en el nivel medio ya que lograron también reconocer algunas otras prácticas que perpetúan o favorecen a la violencia, finalmente se puede ver que existe una diferencia del 7% en el pre test del grupo control y del 54% en el pos test del grupo experimental de los hombres se encuentran en el nivel alto lo que permite deducir que se logró un cambio muy significativo ya que al finalizar los talleres existen menos hombres que permiten, normalizan, perpetúan, favorecen y toleran actos de violencia contra la mujer e integrantes del grupo familiar, esto con respecto a la tolerancia social frente a la violencia, Estos resultados presentan diferencias significativas en el nivel bajo y nivel alto de tolerancia social frente a la violencia en el grupo experimental.

## Contrastación de hipótesis

Prueba T Student para evaluar la correlación experimental, con la aplicación de un Test en el pos test después de la aplicación de las estrategias didácticas para mejorar la tolerancia social en hombres en el Instituto Superior Indoamérica– Trujillo.

**Tabla 11**

*Estadísticas de muestras emparejadas*

		Media	N	Desviación estándar	Media de error estándar
Pos	Grupo Control	17,2500	42	2,25198	,79620
Test	Grupo experimental	32,8750	42	3,04432	1,07633

**Tabla 12**

*Correlación de muestras emparejadas*

		N	Correlación	Sig
Pos	Grupo Control & Grupo	42	,793	,000
Test	Experimental			

Luego de evaluar la correlación de muestras emparejadas, se observó que existe una diferencia significativa en las medias de los puntajes del grupo control con el grupo experimental después de haber aplicado las estrategias didácticas. Por lo cual, se concluye que las estrategias didácticas sí influyen en la tolerancia social en hombres en el Instituto Superior Indoamérica– Trujillo. De hecho, los elementos de la muestra disminuyeron sus puntajes de 32 a 17, lo que implica que el nivel de representación de los hombres mejora considerablemente en 15 puntos.

**Tabla 13***Diferencias emparejadas*

Pos	GC-GE	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia		t	gl	Sig. (bilateral)
					Inferior	Superior			
Test		15,6250	2,55999	,90509	13,48479	17,76521	17,263	82	,000

La prueba t student para diferencia de medias para muestras emparejadas demuestra la efectividad de las estrategias didácticas ( $p < 0.01$ ) en la tolerancia social entre hombres.

**4.2. Análisis de resultados.**

La presente investigación se busca determinar si la aplicación de las Estrategias didácticas mejorara la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022, luego de la aplicación del pre y postest se logró determinar qué los hombres asistentes a los talleres tuvieron mejoras significativas

ya que en el postest un 12% de los hombres del grupo control y el 71% del grupo experimental se encuentran en el nivel bajo no toleran, se muestran en contra de actos violentos contra la mujer y no permiten comportamientos machistas, en la figura también se muestra que un 24% de los hombres del grupo control y el 19% del grupo experimental se encuentran en el nivel medio ya que lo que refleja que los hombres reconocen y rechazan algunas creencias, actitudes e imaginarios que favorecen la violencia, por el contrario un 64% de los hombres del grupo control y el 10% del grupo experimental en el postest se encuentran en el nivel alto lo cual quiere decir que permiten, favorecen, normalizan y perpetúan actos de violencia contra la mujer e integrantes del grupo familiar, del mismo

modo este contexto es semejante a lo encontrado en la investigación de Babcock, et al (2004) denominada “¿Funciona el tratamiento de los agresores? Una revisión meta analítica del tratamiento de la violencia doméstica”. Al observar los datos informados por la pareja de cinco estudios cuasiexperimentales, encontraron un tamaño del efecto de pequeño a mediano estadísticamente significativo ( $d = 0,35$ ) que favorecía al grupo de tratamiento en las medidas de victimización de la pareja. Esto significa que hubo menos denuncias de violencia por parte de las parejas de los agresores de violencia doméstica que participaron en intervenciones utilizando el modelo de Duluth, en comparación con los agresores que no participaron, encontraron también un tamaño del efecto pequeño pero estadísticamente significativo que favorecía al grupo de tratamiento ( $d = 0,19$ ) en las medidas de reincidencia. Esto significa que los delincuentes de violencia doméstica que participaron en las intervenciones utilizando el Modelo Duluth tenían menos probabilidades de reincidir, en comparación con los delincuentes que no participaron.

Según Dutton y Golant, (1997) a un 30% de los hombres que se atendieron en los grupos terapéutico de Dutton, se los denominó “Los agresores hipercontrolados”, de esta manera. “Parecen estar un tanto distanciados de sus sentimientos, y en los tests psicológicos muestran un acusado perfil de evitación y agresión pasiva”. Su ira irrumpe generalmente de pronto y de forma violenta después de haberse acumulado por un período largo de tiempo. En general es resultado de frustraciones brindadas por acontecimientos externos a la pareja. Hay dos clases, los activos y los pasivos. Los primeros se caracterizan por ser “fanáticos del control”, extendiendo hacia sus parejas esa necesidad de dominación de lo externo. Los segundos solo se limitan a poner distancia con sus parejas, por tanto, los problemas y discusiones aparecen por la imposibilidad de lograr acercamiento emocional. “En terapia

ambos tipos aparece como “buenos clientes”: son sumisos y se esfuerzan por complacer al terapeuta” (p.47). Sus agresiones se basan principalmente en el maltrato emocional, utilizado como una técnica de coerción para obtener la sumisión de su pareja.

Según Ramos (2005), en el Perú se han realizado experiencias de trabajo con hombres que ejercen violencia tomando como modelo la propuesta mexicana del Programa de Hombres que Renuncian a su Violencia, PHRSV, el cual forma parte de una iniciativa integral para escuchar, comprender e intervenir con hombres que ejercen violencia contra sus parejas e hijas/ os. Fue ejecutado en sus inicios por un equipo multidisciplinario, coordinado desde la Unidad de Sexualidad y Salud Reproductiva de la Facultad de Salud Pública y Administración de la Universidad Peruana Cayetano Heredia; y teniendo presencia en 04 distritos de Lima Metropolitana,

Según Filardo (2010), la “Intervención desde el trabajo social con hombres maltratadores en los centros penitenciarios españoles” reflexiona – desde la óptica del trabajo social - sobre los programas de intervención que se realizan con este colectivo. La orientación de las penas privativas de libertad hacia la reeducación viene recogida en nuestra Constitución, siendo imprescindibles las actuaciones que dentro de los tratamientos en los centros penitenciarios españoles se realizan en aras de dicha reinserción. Para ello se realiza un análisis de los rasgos psico-sociales de los maltratadores, estableciendo una tipología de los mismos y de las relaciones violentas que éstos ejercen desde la óptica de los modelos teóricos que explican la violencia doméstica. Como conclusión se reflexiona sobre los programas de intervención con maltratadores, para finalizar con el análisis de los que se ubican en los centros penitenciarios de nuestro país.

## V. CONCLUSIONES

1. Se reafirma la hipótesis planteada ya que la aplicación de estrategias didácticas mejora significativamente la tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica Trujillo 2022, esto debido que durante el proceso de aplicación de pretest un número significativo de estudiantes mostró un alto porcentaje en las creencias, actitudes e imaginarios, los cuales permitían perpetuar actos violentos que vulneran los derechos de las personas agraviadas, al realizar los talleres vivenciales como estrategia didáctica los varones que formaron parte de la investigación al finalizar mostraron cambios muy significativos los cuales han generado bienestar ya que reconocen que se puede erradicar actos violentos y vivir en una sociedad más justa e igualitaria para hombres y mujeres.
- 2.- Se identificaron los niveles o porcentajes de tolerancia social en hombres del instituto superior Indoamérica, en el pretest mostraron un nivel alto de tolerancia social frente a la violencia luego de aplicación de las estrategias didácticas el nivel de tolerancia obtuvo la categoría de bajo, siendo estos cambios altamente significativos.
- 3.- Se logro aplicar las estrategias didácticas (12 talleres), los mismos que sirvieron para reducir la tolerancia social en hombres y de esta forma podamos prevenir actos de violencia contra la mujer o poblaciones vulnerables como niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos mayores.

## **ASPECTOS COMPLEMENTARIOS**

La plana jerárquica del instituto debe realizar de manera continua diferentes talleres para poder reducir la tolerancia social en hombres, teniendo en cuenta que en la sociedad se aprendió a normalizar actos que vulneran los derechos de las personas.

Las Instituciones públicas y privadas deben aplicar Estrategias didácticas, orientadas a mejorar la tolerancia social frente a la violencia que ejercen los hombres en contra de las mujeres o poblaciones vulnerables y así reducir los grandes índices de violencia que aquejan a la sociedad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarado, H. M. M. (2016). Estrategias de enseñanza del docente para niños con capacidades diferentes. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/22/Alvarado-Maria.pdf>
- Araya, Sandra (2002): “Las representaciones sociales: Ejes teóricos para su discusión”.
- Ávalos, D. C. (2016). Estrategias didácticas empleadas en la asignatura de Métodos Mixtos de Investigación de la Cátedra de Investigación para reconocer si estas promovían habilidades y destrezas para la formación en investigación. Universidad Nacional de Educación a Distancia de España.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5607289>
- Beltrán, G. M. (2004). Tolerancia y derechos humanos. Instituto Intercultural para la Autogestión y la Acción Cultural: España.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-77422004000100012](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422004000100012)
- Bono, C.R. (20112). Diseños cuasi - experimentales y longitudinales. Universidad de Barcelona: España.  
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/30783/1/D.%20cuasi%20y%20longitudinales.pdf>
- Bourdieu, P (1999). La dominación masculina. Anagrama. Barcelona.  
<http://www.nomasviolenciacontramujeres.cl/wp-content/uploads/2015/09/Bourdieu-Pierre-la-dominacion-masculina.pdf>
- Camacho, Z.G. (2014). La violencia de género contra las mujeres en el Ecuador: Análisis de los resultados de la Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género

contra las Mujeres. Quito – Ecuador.

[https://oig.cepal.org/sites/default/files/violencia\\_de\\_gnero\\_ecuador.pdf](https://oig.cepal.org/sites/default/files/violencia_de_gnero_ecuador.pdf)

Castro, T. L. R., y Parraguez, M. V. J. (2021). Estrategias didácticas para la comprensión de textos en los alumnos del tercer grado de la Institución Educativa “Perú Birf” – Ferreñafe.

Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/69440>

Ceballos, A.G.P. (2017). Ideas de tolerancia y situaciones de intolerancia en la convivencia escolar del colegio El Salitre de Suba - Sede C jornada mañana. Pontificia Universidad Javeriana. Colombia.

[https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/46087/Tesis%20-](https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/46087/Tesis%20-%20Ideas%20de%20Tolerancia%20%20Patricia%20Ceballos.pdf?sequence=2&isAll)

[%20Ideas%20de%20Tolerancia%20%20Patricia%20Ceballos.pdf?sequence=2&isAll](https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/46087/Tesis%20-%20Ideas%20de%20Tolerancia%20%20Patricia%20Ceballos.pdf?sequence=2&isAll)

[owed=y](https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/46087/Tesis%20-%20Ideas%20de%20Tolerancia%20%20Patricia%20Ceballos.pdf?sequence=2&isAll)

Chén, C.M.B. (2017). Estrategias didácticas que aplican los docentes para el aprendizaje de la expresión oral y escrita del idioma español, como segunda lengua en primero básico.

Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/82/Chen-Mynor.pdf>

Contreras, José (2005): “Movilizar Creencias e Imaginarios de Violencia Intrafamiliar para la

Ruptura de la Transmisión Intergeneracional en las Nuevas Generaciones”. Pontificia

Universidad Javeriana, Facultad de Medicina. Pamplona, España. Pág. 18 - 22.

Degollar, H. C. E. (2018). Estrategias didácticas cognitivas y aprendizaje en comunicación de estudiantes de primaria, Institución Educativa N° 1143, Domingo Faustino Sarmiento,

Ate, 2018. Escuela de Posgrado. Universidad Cesar Vallejo.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/26204>

Del Prette, Z. A. P., Domeniconi, C., Amaro, L., Benitez, P., Laurenti, A., & del Prette, A. (2013).

La tolerancia y el respeto a las diferencias: efectos de una actividad educativa en la escuela. *Apuntes De Psicología*, 31(1), 59–66.

<https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/299>

Departamento de derecho internacional OEA (1994). Tratados multilaterales. Convención

interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer

"convención de Belem do para". <https://www.oas.org/juridico/spanish/tratados/a->

[61.html](https://www.oas.org/juridico/spanish/tratados/a-61.html)

Feo, R (2015) Orientaciones básicas para el diseño de estrategias didácticas. Tendencias

Feo, R. (2009). Estrategias Instruccionales para Promover el Aprendizaje Estratégico en

Estudiantes del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. Trabajo

de grado de Maestría no publicada, Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso

Martínez, Miranda. [file:///D:/DELL/Downloads/Dialnet-](file:///D:/DELL/Downloads/Dialnet-OrientacionesBasicasParaElDisenoDeEstrategiasDidac-3342741.pdf)

[OrientacionesBasicasParaElDisenoDeEstrategiasDidac-3342741.pdf](file:///D:/DELL/Downloads/Dialnet-OrientacionesBasicasParaElDisenoDeEstrategiasDidac-3342741.pdf)

Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (2010). Estudio sobre tolerancia Social

e institucional a la violencia basada en género en Colombia. Programa integral contra

violencias de género. Bogotá – Colombia.

[http://www.mdgfund.org/sites/default/files/GEN\\_ESTUDIO\\_Colombia\\_Tolerancia%](http://www.mdgfund.org/sites/default/files/GEN_ESTUDIO_Colombia_Tolerancia%20social%20e%20institucional%20a%20la%20violencia%20de%20genero.pdf)

[20social%20e%20institucional%20a%20la%20violencia%20de%20genero.pdf](http://www.mdgfund.org/sites/default/files/GEN_ESTUDIO_Colombia_Tolerancia%20social%20e%20institucional%20a%20la%20violencia%20de%20genero.pdf)

Fonseca, D. E. J., y Vidal, R. M. E. (2018). Aplicación de estrategias didácticas para desarrollar la

inclusión educativa en los niños y niñas de cuatro años de una institución educativa

pública, Trujillo, 2018. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29413>

García, H.A. (2011). Metodología de la investigación. Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, A.C.: México.

<https://sites.google.com/site/metodologiadelainvestigacionb7/capitulo-5-sampieri>

Gómez, V.C. (2017). Eparticipación y discurso en las políticas de igualdad. Un estudio con blogueras y blogs en perspectiva de género en España. Universidad de Salamanca. España.

[https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/136879/DSC\\_G%F3mezVillaltaC\\_Eparticipaci%F3n.pdf;jsessionid=D232E7CCA0D741323C79CE48B1A1B1F4?sequence=1](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/136879/DSC_G%F3mezVillaltaC_Eparticipaci%F3n.pdf;jsessionid=D232E7CCA0D741323C79CE48B1A1B1F4?sequence=1)

Gonzales, M. H. C. (2022). Estrategias didácticas y desarrollo del pensamiento crítico en los estudiantes del II ciclo de la especialidad de Matemática y Computación del programa LEMM de la FACHSE-UNPRG, para mejorar su rendimiento académico, periodo 2018. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.

<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10282>

Babcock, C. E. G. R. (2004) denominada “¿Funciona el tratamiento de los agresores? Una revisión meta analítica del tratamiento de la violencia doméstica”.

<https://crimesolutions.ojp.gov/ratedpractices/17#eb>

Instituto Interamericano de Derechos Humanos (2008). Herramientas básicas para integrar la perspectiva de género en organizaciones que trabajan derechos humanos. Editorama S.A.: Costa Rica. <https://www.corteidh.or.cr/tablas/25753.pdf>

Irigoin, H. S. (2018). Las Estrategias Didácticas, orientadas a mejorar los Hábitos de estudio en estudiantes del segundo grado del nivel secundario de la Institución Educativa María

- Auxiliadora, Amazonas – 2018. Universidad Católica Los Angeles de Chimbote.  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/10821>
- Kelman, H. C. (1961): “Social Influence and Personal Beliefs”, Nueva York: John Wiley and Sons, Inc., Publishers.
- Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables (2016). Violencia basada en género. Marco conceptual para las políticas públicas y la acción del estado. Lima – Perú.  
<https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgcvg/mimp-marco-conceptual-violencia-basada-en-genero.pdf>
- Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables (2019). Tolerancia Social.
- Newcomb, T. M., Koenig, K. E., Flacks, R. y Warmick, D. P. (1967): “Persistence and Change”, Nueva York: Wiley.
- Rodríguez, A. (1987): “Psicología social”, México: Trillas.
- Rubio, F. A. (2018). Metodologías Artísticas de Enseñanza. Un enfoque Escultórico para la educación artística. II Congreso Internacional de Investigación en Artes Visuales ANIAV 2015. España. <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/88582/1223-3657-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, C. (2018). Nuevas masculinidades: Hombres por la igualdad. Universidad autónoma del estado de Hidalgo. México.  
<https://www.uaeh.edu.mx/gaceta/2/numero21/noviembre/nuevas-masculinidades.html>
- Soriano, María Jesús (2007): “Violencia hacia las mujeres: Recuperación y creencias”. Barcelona.
- Valdera (2015) Implementación y aplicación de estrategias didácticas cognitivas para mejorar los niveles de comprensión lectora en los alumnos de 4º grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Inca Garcilaso de la Vega” – Ascope. Tesis para optar el grado

de Magister. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - Trujillo.

[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/10821/ESTRATEGIAS\\_DIDACTICAS\\_ESTUDIANTES\\_IRIGOIN\\_HOYOS\\_SERGIO.pdf?sequence=](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/10821/ESTRATEGIAS_DIDACTICAS_ESTUDIANTES_IRIGOIN_HOYOS_SERGIO.pdf?sequence=4)

[4](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/10821/ESTRATEGIAS_DIDACTICAS_ESTUDIANTES_IRIGOIN_HOYOS_SERGIO.pdf?sequence=4)

Vargas, R. J. (2018). Estrategias didácticas activas en la enseñanza de la Filosofía para mejorar el Pensamiento crítico en estudiantes universitarios, Trujillo 2018. Escuela de Posgrado.

Universidad Cesar Vallejo. Trujillo.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37309/vargas\\_rj.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37309/vargas_rj.pdf)

Vargas, U.M.A. (2020). Otro hombre es posible: GENDES y los hombres en la igualdad de género.

Revista Digital Universitaria. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

[https://www.revista.unam.mx/wp-content/uploads/a7\\_v21n4.pdf](https://www.revista.unam.mx/wp-content/uploads/a7_v21n4.pdf)

Vásquez, R.F. (2010). Estrategias de enseñanza: investigaciones sobre didáctica en instituciones educativas de la ciudad de Pasto. Universidad de la Salle: Bogotá – Colombia.

<http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/fce-unisalle/20170117011106/Estrategias.pdf>

Vélez, B. V. (2017). Estrategias didácticas implementadas por las docentes de jardín, para promover el desarrollo de la atención como habilidad de pensamiento. Corporación

Universitaria La Sallista. Colombia. [https://docplayer.es/9415032-Estrategias-](https://docplayer.es/9415032-Estrategias-didacticas-implementadas-por-las-docentes-de-jardin-para-promover-el-desarrollo-de-la-atencion-como-habilidad-de-pensamiento.html)

[didacticas-implementadas-por-las-docentes-de-jardin-para-promover-el-desarrollo-](https://docplayer.es/9415032-Estrategias-didacticas-implementadas-por-las-docentes-de-jardin-para-promover-el-desarrollo-de-la-atencion-como-habilidad-de-pensamiento.html)

[de-la-atencion-como-habilidad-de-pensamiento.html](https://docplayer.es/9415032-Estrategias-didacticas-implementadas-por-las-docentes-de-jardin-para-promover-el-desarrollo-de-la-atencion-como-habilidad-de-pensamiento.html)

Verdú, D.A.D, y Téllez, I.A. (2011). El significado de la masculinidad para el análisis social.

Universidad Miguel Hernández de Elche: España.

<http://www.revistadeantropologia.es/Textos/N2/El%20significado%20de%20la%20masculinidad.pdf>

Zavaleta, M. F. F. (2018). Estrategias que utilizan las docentes para el desarrollo de la expresión oral en niños y niñas de 4 años en una institución educativa privada del distrito de San Isidro. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima.  
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/10178>

## ANEXOS

### Anexo 1: Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	Actividades	Año 2022															
		Mayo				Junio				Julio				Agosto			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Título	X															
2	Introducción		X														
3	Planteamiento del problema			X													
4	Objetivos				X												
5	Justificación					X											
6	Antecedentes						X										
7	Marco Teórico							X									
8	Hipótesis								X								
9	Tipo y nivel de investigación									X							
10	Diseño de investigación										X						
11	Población y muestra										X						
12	Operacionalización											X					
13	Técnicas e instrumentos												X				
14	Matriz de consistencia												X	X			
15	Principios éticos														X		
16	Anexos															X	

## Anexo 2: Presupuesto

<b>Presupuesto desembolsable (Estudiante)</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% o Número</b>	<b>Total (S/.)</b>
<b>Suministros (*)</b>			
<input type="checkbox"/> Impresiones	3.00	6	3.00
<input type="checkbox"/> Fotocopias	10.00	100	10.00
<input type="checkbox"/> Empastado			
<input type="checkbox"/> Papel bond A-4 (500 hojas)			
<input type="checkbox"/> Lapiceros	28.00	100.00	28.00
<b>Servicios</b>			
<input type="checkbox"/> Uso de Turnitin	100.00	1	100.00
<b>Sub total</b>			
<b>Gastos de viaje</b>			
<input type="checkbox"/> Pasajes para recolectar información			
<b>Sub total</b>			
<b>Total de presupuesto desembolsable</b>			
<b>Presupuesto no desembolsable (Universidad)</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% ó Número</b>	<b>Total (S/.)</b>
<b>Servicios</b>			
<input type="checkbox"/> Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)			
<input type="checkbox"/> Búsqueda de información en base de datos			
<input type="checkbox"/> Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)			
<input type="checkbox"/> Publicación de artículo en repositorio institucional			
<b>Sub total</b>			141.00
<b>Recurso humano</b>			
<input type="checkbox"/> Asesoría personalizada (5 horas por semana)	50.00	6	300.00
<b>Sub total</b>			141.00
<b>Total de presupuesto no desembolsable</b>			441.00
<b>Total (S/.)</b>			

(\*) Se pueden agregar otros suministros que se utiliza para el desarrollo del proyecto.

### Anexo 3: Instrumento de recolección de datos

## ENCUESTA TSV

<b>EDAD:</b> 18 – 30 años ( ) 31 – 45 años ( ) 46 – 59 años ( )
--

<b>ESTADO CIVIL:</b> Soltero ( ) Casado ( ) Conviviente ( ) Divorciado ( ) Viudo ( )
---

<b>EDUCACIÓN:</b> Primaria ( ) Secundaria ( ) Técnico ( ) Universitario ( ) Post Grado ( )
---

**INSTRUCCIÓN:** A continuación, encontrará una serie de afirmaciones sobre las relaciones sociales entre varones y mujeres. Por favor indique que tan de acuerdo o en desacuerdo está con cada afirmación.

**NO hay respuestas buenas o malas, esta es una encuesta totalmente anónima por lo que agradeceremos su sinceridad.**

Nº	AFIRMACIONES	Muy desacuerdo	En Desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
<b>BLOQUE I CREENCIAS</b>					
1	La mujer cuando sale de casa descuida sus labores en el hogar	0	1	2	3
2	Generalmente las amistades o familiares de la mujer se entrometen en su relación de pareja, poniéndola en contra del esposo o pareja				
3	La mujer no debe trabajar si su esposo o pareja no quiere que lo haga				
4	El ingreso económico de varón casado o conviviente y la forma cómo lo gasta, es un asunto privado que solo le incumbe a él				
5	Algunas veces las mujeres solo entienden con gritos o golpes				
6	Toda mujer debe cumplir primero con su rol de madre, esposa o ama de casa, y después realizar sus propios sueños				
7	Desde muy niñas, las mujeres deben aprender a ser pacientes, comprensivas y complacer a sus esposos o parejas en todo				
8	A las mujeres les corresponde realizar todas las tareas del hogar				
9	En todo hogar se necesita a un varón para que ponga orden y disciplina				
10	El esposo o pareja, siempre debe ser el jefe del hogar y quien represente a su familia				
11	El esposo o pareja, es quien debe tomar las decisiones más importantes en el hogar				
Nº	AFIRMACIONES	Muy desacuerdo	En Desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

**BLOQUE II ACTITUDES**

12	En una discusión de pareja, es normal que el varón como expresión de cólera insulte a su esposa o pareja.				
13	Si se ve a un varón golpeando a su esposa o pareja, debe ser porque ella hizo algo malo				
14	El varón tiene derecho a golpear o castigar a su mujer, cuando la situación lo justifica				
15	Si una mujer le falta de respeto a su esposo o pareja, ella merece alguna forma de castigo				
16	Si una mujer no atiende a su esposo o pareja o no cumple con sus deberes del hogar, merece ser reprendida por su esposo o pareja				
17	El varón siempre debe dejar en claro que es él quien manda en la casa				
18	Aunque haya maltrato, una mujer siempre debe estar con su esposo / pareja				
19	En ninguna situación la mujer debe contradecir las decisiones de su esposo o pareja				
20	La mujer siempre debe estar dispuesta a tener relaciones sexuales cuando su esposo o pareja lo desea				
21	La mujer no puede tomar decisiones sin el permiso de su esposo /pareja				
22	A fin de evitar discusiones en el hogar, la mujer debería ceder				
23	La mujer no debe tener amistades que su esposo o pareja no apruebe				
24	La mujer no debe molestar a su esposo o pareja con preguntas sobre sus ingresos económicos				
<b>Nº</b>	<b>AFIRMACIONES</b>	<b>Muy desacuerdo</b>	<b>En Desacuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>Muy de acuerdo</b>

**BLOQUE III IMAGINARIOS**

25	A las mujeres que son sumisas les gusta que las traten mal				
26	El varón es dominante y agresivo por eso trata duramente a la mujer				
27	El cuerpo de la mujer se puede usar para la publicidad de productos comerciales				
28	La mujer debe permitir todo lo que su esposo o pareja le pida sexualmente				
29	Un varón tiene el derecho de usar la fuerza para corregir a su esposa o pareja si ella coquetea con otros varones				
30	La mujer que es infiel a su esposo o pareja debe tener alguna forma de castigo por él				
31	Las mujeres que descuiden a sus hijos merecen tener alguna forma de castigo por su esposo o pareja				
32	El amor y paciencia de la mujer, tarde o temprano hará que su esposo o pareja deje de ser violento				

33	El varón es violento por naturaleza y por eso no puede cambiar su conducta				
34	El varón cela a su esposa o pareja porque así le demuestra que la ama				
35	Una mujer que se viste provocativamente está buscando que la acosen sexualmente				

**CUESTIONARIO  
ESTRATEGIAS DIDACTICAS**

EL SIGUIENTE CUESTIONARIO TIENE LA FINALIDAD DE AVERIGUAR INFORMACIÓN IMPORTANTE RESPECTO AL USO DE LAS ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS EN SUS ACTIVIDADES ACADÉMICAS. LA INFORMACIÓN QUE NOS PROPORCIONE SERÁ ESTRUCTAMENTE CONFIDENCIAL. GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN:

N°	AFIRMACIONES	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
01	¿Considera que las estrategias didácticas son útiles para conducir el proceso de enseñanza-aprendizaje?					
02	Las estrategias didácticas deberían variar en complejidad conforme el estudiante pasa de un ciclo a otro.					
03	Considera que las estrategias didácticas que emplea son suficientes para impartir las clases.					
04	creo que es necesario implementar la lectura, como una estrategia didáctica para reforzar el análisis y la comprensión en los estudiantes					
05	Considera que los materiales didácticos son importantes para lograr el aprendizaje					
06	Considera que utilizar un programa educativo facilitara los objetivos trazados.					
07	Considera que el uso de talleres didácticos facilitara el logro de un mejor aprendizaje.					
08	Consideras que el uso de materiales permitirá un mejor aprendizaje					
09	Consideras que el uso de dinámicas vivenciales como estrategias didácticas permitirá que el estudiante se familiarice con los objetivos del aprendizaje.					
10	Consideras que para lograr los objetivos de las estrategias didácticas debe haber un ambiente adecuado para ello.					

#### Anexo 4: Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo \_\_\_\_\_

identificado con documento de identidad N° \_\_\_\_\_ ACEPTO:

Estar informado de manera clara, precisa y adecuada del propósito y objetivos del presente estudio. “ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS, PARA MEJORAR LA TOLERANCIA SOCIAL EN HOMBRES DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLOGICO INDOAMERICA TRUJILLO 2022”, así como en qué consiste mi participación.

Estos datos que he facilitado deberán ser tratados y protegidos con respeto a mi privacidad resguardando el anonimato de la información y protección de acuerdo con los principios éticos de la investigación científica. Con referencia a estos datos, tengo el derecho de información, rectificación o anulación, que puede ser ejercido frente al investigador responsable.

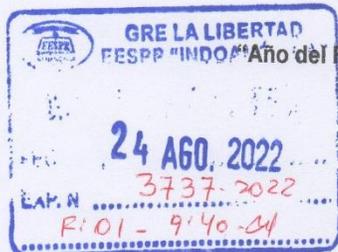
Al finalizar la investigación, se le notificarán los resultados obtenidos.

Por lo anteriormente expuesto otorgo **MI CONSENTIMIENTO** para contribuir con los objetivos de la presente investigación.

Trujillo, de del 2022.

---

**FIRMA**  
**DNI**



Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

**SOLICITO: AUTORIZACION PARA EJECUCION DE INVESTIGACION "ESTRATEGIAS DIDACTICAS PARA MEJORAR LA TOLERANCIA SOCIAL EN HOMBRES MACHISTAS"**

DR.

Arcadio Modesto Jara Aquise  
Director de IESPP Indoamérica - Trujillo

CESAR ELISEO DIAZ HERRERA, identificado con DNI N° 44431590. domiciliado en la Urb. Monserrate Mz. E. Lote 40, en mi condición de psicólogo especialista social comunitario, trabajador del ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables como también egresado de la maestría en educación con mención en docencia currículo e investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - ULAOECH, ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Conocedores del alto índice de violencia contra la mujer y poblaciones vulnerables y siendo testigos que los principales actores de dicho actos denigrantes son los hombres y que la justicia hace poco para mitigar dicha problemática social, es por ello que se desea realizar la investigación denominada "ESTRATEGIAS DIDACTICAS PARA MEJORAR LA TOLERANCIA SOCIAL EN HOMBRES EN EL INSITITUTO SUPERIOR INDOAMERICA- TRUJILLO 2022", con la finalidad de poder conocer cuales son las creencias, actitudes e imaginarios de los hombres en relación a la violencia, para luego poder procesar y obtener resultados que nos permitirán abordar con talleres didácticos y de esta forma erradicar las conductas machistas.

Para dicha investigación me gustaría pueda autorizarme trabajar con sus estudiantes de dos carreras técnicas del instituto que Ud. Lidera, siendo estos solo hombres que están en el rango de edad de 18 a 59 años de edad, del mismo modo me gustaría que me pueda brindar acceso a la cantidad de hombres que figuran en las dos carreras con mayor índice de hombres, dicha información si es de carácter urgente ya que se desea continuar con la investigación.

Para cualquier comunicación dejo mis datos, número telefónico 923539871 y correo electrónico cediazherrera@gmail.com

POR LO EXPUESTO: Siendo conocedor de su espíritu académico, ruego a usted acceder a lo solicitado.

  
CESAR ELISEO DIAZ HERRERA  
PS. Social Comunitario  
DNI N° 44431590  
C.P.S.P. 19286

**TALLERES**  
**(1ª a la 12ª sesión)**

Número de sesión	Tema y técnica de la primera parte	Tema y técnica de la segunda parte	Tiempo Total
Primera Sesión	Infancia T 1. Los roles en mi infancia	Infancia T 2. Las emociones en mi niñez	2 horas (45 min. Primera parte y 45 min. La segunda parte)
Segunda Sesión	Infancia T 3. El niño que podría haber sido	Adolescencia y juventud T 1. Los grupos de jóvenes	
Tercera Sesión	Adolescencia y juventud T2. ¿Indestructible?	Adolescencia y juventud T3. Comenzar de nuevo	
Cuarta Sesión	Trabajo T 1: “Es lo que hizo mi padre”	Trabajo T1: El trabajo en la relación de pareja	Encuadre 10 min.
Quinta Sesión	Trabajo T 3: ¿Ser o no ser?	Salud física T 1: Los hombres ante la enfermedad	Cierre o contención 10 min
Sexta Sesión	Salud física T 2: Mi salud y el trabajo	Salud física T 3: Cuidando mi cuerpo	Break 10 min.
Séptima Sesión	Salud emocional y mental T 1: Identificar mis autoengaños	Salud emocional y mental T 2: ¿Qué hago con mi enojo?	
Octava Sesión	Salud emocional y mental T 3: Mis sentimientos	Paternidad T 1: La paternidad tradicional	
Novena Sesión	Paternidad T 2: Soy papá de un adolescente	Paternidad T 3: Paternidad por la equidad de género	
Décima Sesión	Sexualidad T 1: Sexualidad masculina	Sexualidad T 2: Violencia sexual masculina	
Décimo primera	Sexualidad T 3: La sexualidad masculina desde la equidad de género	Relación de pareja T 1: entre la dependencia y la autonomía	
Décimo segunda	Relación de pareja T 2: El trabajo en la relación de pareja	Relación de pareja T 3: Construyendo la equidad en mi pareja	

## **DATOS IMPORTANTES**

Cabe señalar que deberá llenarse por cada sesión el “Formato de Reporte de la Sesión” que se encuentra al final en la sección de anexos, esto permitirá a la facilitadora a revisar la sesión para mejorar las técnicas y el trabajo de las sesiones.

En ese reporte se preguntan opiniones sobre las dos técnicas que usaste en la sesión e impresiones u opiniones sobre el proceso grupal y sobre cómo se están sintiendo en este trabajo con otros varones.

Junto al formato de reporte se encuentran instrumentos para que puedas aplicar a los usuarios y poder evaluar el proceso, tanto a nivel del cambio en los asistentes, como para evaluar el taller.

Cabe señalar que la población a trabajar serán hombres de entre 18 a 59 años.

No se sugiere trabajar con hombres menores de 18 o mayores de 59 años de edad, pues para esta población se sugieren otro tipo de técnicas ya que sus experiencias llegan a ser muy diferentes que las del primer grupo, y además las técnicas que se debieran de aplicar a adolescentes o adultos mayores requieren de mayor sensibilidad.

Tener en cuenta que los hombres a veces no tienen esa disposición para reflexionar sobre su identidad masculina, e incluso pueden verse “amenazados” por las reflexiones ya que pueden sentirse agredidos por éstos temas, por ellos se ha creído conveniente realizar la ejecución de los talleres con la población de estudiantes del instituto superior tecnológico Indoamérica Trujillo 2022.

En estos casos se sugiere grupos cerrados, para que así puedas evaluar los talleres y generes un espacio de conocimiento gradual con los varones. Podrán sumarse en la segunda o tercera sesión algunos otros. Pero no más allá de la tercera sesión y que sólo sean uno o hasta tres compañeros, pues éste ya habrá tenido un proceso de integración.

### **Aspectos a considerar para el desarrollo de las sesiones:**

1.- La mayoría de los hombres han asumido la ideología machista con el aprendizaje y práctica de la masculinidad, en los procesos de socialización desde la primera infancia y se ratifican, de manera cotidiana, en las experiencias vividas en los diversos ámbitos donde se desarrolla, desde lo cultural y político, hasta lo relacional y personal. El proceso de validación de estas maneras de ser hombre es permanente, cotidiana, y violenta esto logra impregnarse en la identidad masculina haciéndose cuerpo y sentimiento. Es por ello que el cambio de los hombres hacia relaciones igualitarias, no es una situación sencilla. Los hombres inmersos en una cultura machista y patriarcal no aceptarán cuestionamientos a su identidad desde una metodología expositiva y discursiva.

2.- La metodología planteada en estos talleres busca, que desde las propias vivencias de los hombres, desde sus maneras de comportarse y relacionarse, desde sus formas de expresar

las emociones y sentimientos, se pueda poner en evidencia las creencias, actitudes e imaginarios que favorecen a la desigualdad de género y a la violencia y se las cuestione.

3.- La metodología se basa en utilizar estrategias didácticas para lograr la reeducación de los hombres, como un proceso de aprendizaje en el que van a cuestionar sus formas de relacionarse y desarrollar nuevas habilidades y formas de comportamiento desde un plano igualitario, donde las relaciones de poder y la violencia no sean la principal forma de relacionarse, con la pareja, con las hijas e hijos u otros familiares, y con el resto del entorno social.

4.- En la metodología, como un proceso de reeducación para los hombres, el especialista, con la reflexión promoverán a que ellos puedan identificar el ejercicio del poder y los supuestos privilegios que tienen, comprender los costos de este ejercicio de poder (en las mujeres, en sus familias y en ellos mismos) y finalmente que faciliten en los hombres asistentes la identificación de conductas equitativas. Esta identificación es importante para que los varones se den cuenta que pueden deconstruir sus formas de relacionarse y de comprenderse como hombres desde el poder, y establecer un rol de responsabilidad ciudadana.

5.- El especialista en este proceso se sustenta en la dinámica grupal para lograr las reflexiones en los hombres. Así, se responsabiliza del entorno, la regulación de las interacciones entre los participantes, ayuda a reconocer las resistencias o justificaciones con respecto a la violencia y modela una actitud que favorezca el interés, la comunicación asertiva, el respeto, la empatía y la comprensión.

6.- Para ello, propongo a continuación algunos criterios básicos para la metodología, el rol de facilitación y las características que se debe tener como facilitadora:

El facilitador debe contar con las siguientes capacidades: lenguaje claro, preciso y sencillo; capacidad de análisis y síntesis; capacidad para establecer buenas relaciones interpersonales; habilidad para integrar y brindar confianza al grupo de participantes; habilidad para manejar situaciones difíciles, tener mucha habilidad para la escucha y regular su participación; saber cuándo preguntar y que preguntar para favorecer la reflexión y creatividad para resolver imprevistos.

El facilitador debe contar con las siguientes actitudes en el proceso de aprendizaje: motivación e interés por desarrollar los talleres y conducir los grupos de varones; dar instrucciones claras y precisas para la realización de las actividades; no criticar, tildar las formas de ser de los participantes (por ejemplo, bueno o malo, víctima o agresor), ni sus opiniones; evitar actitudes de victimizar a los participantes (por ejemplo, pobre todo lo que te ha sucedido); considerar que puede equivocarse o no contar con toda la información y aceptar estas limitaciones frente al grupo; no manipular al grupo para que acepte sus opiniones como únicas y validas; ser congruente en sus

actos y con lo que promueve en las sesiones; y darse cuenta y cuestionar/confrontar los discursos sexistas, homofóbicos, y misóginos en las opiniones de los participantes.

En los talleres una de las herramientas más utilizadas para lograr profundizar en las historias y los sentimientos de los hombres, es la confrontación. Para ello se debe tomar la descripción de las actividades propuestas como una guía que estructura la sesión y que va favorecer a que los hombres opinen en torno a las temáticas tratadas. Se debe usar la confrontación, a través de preguntas o de reflexiones que evidencien las prácticas de poder y violencia, en las opiniones de los varones. Por ejemplo, un participante puede compartir que se sentía mal al enterarse que su hijo dejó la escuela. Como facilitadora considero que se debe utilizar la confrontación, la cual intentara profundizar en esa opinión preguntando: ¿Qué significa para usted/ustedes sentirse mal? ¿Qué emociones acompañan esa sensación de malestar? ¿Cómo sentía su cuerpo y en que pensaba en ese momento en que se sentía mal?.

Estas preguntas pueden ayudar a que el participante y el grupo puedan ir profundizando en sus experiencias y ello les permita reflexionar en torno a las temáticas desarrolladas.

Otro ejemplo puede estar relacionado a hacer hincapié en situaciones que validen mensajes machistas.

Por ejemplo, un participante menciona que cuando su pareja le reclama porque no le aviso donde se encontraba, él no lo soporta y se “raya” ante esta situación.

En este contexto debería utilizarse la confrontación para evidenciar en el grupo que ese “rayarse” como menciona el participante es un ejercicio de violencia; y lo puede hacer preguntando: ¿Qué hace usted/ustedes cuando se “raya”? ¿Cómo calificarías ese comportamiento de “rayarse”? ¿Cómo le afecta a tu pareja y a la relación esa actitud de “rayarse”?

Como facilitador sugiero que en este proceso se debe estar muy alerta para poder realizar las preguntas que puedan confrontar a los participantes, solo de esa manera se llega a profundizar en las reflexiones y eso lograría una mayor sensibilización de los participantes.

### **Recomendaciones para facilitadoras/es**

Las siguientes recomendaciones serán útiles para fortalecer el desarrollo de las sesiones, tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Ampliar sus conocimientos técnicos y teóricos para fortalecerse como facilitador (a).
- Estar alerta a la comunicación no verbal, tanto de los participantes como la propia.
- Cuando no se sienta muy cómodo (a) por alguna opinión o cuestionamiento de los

participantes hacia ella, respire profundo e intente ordenar sus ideas.

Mantener el contacto visual con el grupo de participantes. El rehuir a la mirada puede generar incertidumbre o evidenciar temor. El mirar al grupo genera un clima de armonía y confianza y además permite estar alerta a lo que sucede.

Recomiendo que las (os) facilitadores (as) hayan realizado o realicen procesos de revisión personal terapéutica o en grupos de reflexión, para que puedan canalizar las emociones y aprendizajes que se van generando con la experiencia.

## **LAS TÉCNICAS DE TRABAJO**

A continuación, se presenta las estrategias didácticas a trabajar en los talleres, en ellas podrás encontrar:

Encuadre: Indica las dinámicas de presentación y revisión de reglas de la sesión

Temática: Describe que temática corresponde la técnica.

Nombre: Describe el nombre de la técnica.

Objetivo: Ofrece el objetivo de la técnica.

Tiempo: Informa sobre el tiempo sugerido para aplicar la técnica.

Recursos: Sugiere los materiales que se requiere para implementar la técnica.

Desarrollo: Ofrece el desarrollo de la técnica paso a paso hasta concluirla.

Ideas a destacar: Se sugieren algunas ideas relevantes para concluir el tema que abordaste con la técnica.

Alternativas y sugerencias: Se ofrecen algunas alternativas al desarrollo de la técnica, y sugerencias sobre el tema u otro aspecto de la técnica.

## DESARROLLO DE LAS SESIONES TECNICAS

A continuación, te presentamos los talleres que se realizaran, enmarcadas desde el taller 1 al taller 12:

<b>TALLER 1</b>			
<b>Tema:</b>	<b>INFANCIA</b>		
<b>Objetivo:</b>	<b>Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia</b>		
<b>Tiempo:</b>	<b>10 min</b>	<b>Recursos:</b>	<b>Lista de reglas del grupo</b>
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
<p>1.- Se da la bienvenida al taller a los asistentes.</p> <p>2.- En esta primera sesión se hace una ronda para que los asistentes se presenten (nombre) y digan porqué asisten al taller.</p> <p>3.- Una vez que se han presentado se indica cuales serán las reglas de convivencia. Estas pueden estar en una hoja y cada asistente lee uno o dos puntos, o pueden estar en un papelógrafo. Se sugieren al menos las siguientes reglas de trabajo grupal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hablar en primera persona.</li> <li>No dar juicios o sugerencias a los compañeros al compartir sus experiencias.</li> <li>Iniciar puntualmente a la hora que indiquen las facilitadoras.</li> <li>Participar en las técnicas que se implementen en el grupo.</li> <li>No agredir a las facilitadores ni a otro compañero.</li> <li>No llegar en estado de ebriedad, ni drogado, ni portal armas en el grupo.</li> <li>La facilitadora tiene derecho a terminar la sesión si consideran que no hay condiciones para continuar la sesión del día.</li> </ul>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Aunque aparezca repetitivo es importante revisar en todas las sesiones el encuadre, pues los hombres usualmente al calor de los temas o de alguna dinámica se les olvida. Recordemos que el encuadre nos ofrece un elemento de seguridad muy importante.</p> <p>Un aspecto central del encuadre consiste en que los asistentes no culpabilicen todo el tiempo a sus parejas, y vayan haciendo conciencia que, al culpar, aunque no está ahí, es importante que no use el espacio del taller o grupo para violentar.</p> <p>El encuadre es una forma de convivencia que se propone a los hombres para que la ejerciten no sólo en el grupo, sino además en sus casas.</p>			
<b>Alternativas y sugerencias</b>			
<p>Recuerda que al ser la sesión inicial debes aplicar una evaluación de entrada que te permita evaluar los conocimientos y las percepciones de los varones al inicio del programa preventivo. Se debe aplicar la misma evaluación al finalizar las sesiones.</p>			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 1</b>			
<b>Técnica 1:</b>	Los roles de mi infancia.		

Objetivo:	Que los asistentes identifiquen los juegos que tenían en la infancia y los mandatos de género relacionados a ellos.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas y plumas (lápices o lapiceros)
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se les indica a los asistentes que se reflexionará sobre los juegos y las vivencias que se tuvieron en la infancia. Se reparten hojas y lápices;</p> <p>Se solicita que escriban a qué juegan los niños de su comunidad en sus casas, escuelas o comunidades;</p> <p>En plenaria cada hombre comenta lo que escribió, y la facilitadora sintetiza las experiencias en el pizarrón;</p> <p>Se reflexiona cuáles juegos reprodujeron relaciones de violencia y masculinidad, y cuáles no.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Es importante identificar los juegos y actividades que se realizan en la comunidad, y si en estos hay rudeza, fuerza, uso de palabras obscenas, etc. que se relacionen con “ser varón”.</p> <p>Hay que reflexionar sobre los mensajes que las mamás, papas y/o otros cuidadores -e incluso maestras y maestros- les dicen a los niños sobre “el ser hombre” en la comunidad. Puedes preguntar para generar más reflexiones lo siguiente: ¿Qué mandatos sobre ser hombre tienen esos juegos? ¿Cuáles son los mensajes que tenían los adultos (mamá, papá, familiares, profesores/as) sobre cómo deben ser los hombres, cuando eras niño?</p> <p>Se sugiere reflexionar sobre la relación con las niñas, si se juega o no con ellas, si hay prácticas de abuso y que hacen los cuidadores ante esas conductas. Para ello puedes preguntar: ¿En los juegos de los niños cual es el rol de las niñas? ¿Qué imagen de las mujeres se va instalando dentro de las ideas de los hombres con los juegos en la infancia?</p>			
<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
Ninguna.			
Break	10 min		

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 1</b>			
Técnica 1:	Las emociones en mi niñez.		
Objetivo:	Que los asistentes identifiquen cómo eran tratadas las emociones en su infancia por parte de cuidadores y otras personas.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Ninguno
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los asistentes que se reflexionará sobre las emociones en la infancia.</p> <p>Se solicita que hagan parejas, y se les pide que recuerden y conversen que</p>			

mensajes recibían de niños cuando querían expresar una emoción (tristeza, enojo, alegría, dolor, etc.) Cuando están en parejas para favorecer el dialogo se les pregunta: ¿Cómo expresaban sus emociones en la infancia? Y cuando las expresaban ¿Cuáles eran los mensajes que tenían sus compañeros, amigos, y/o adultos sobre la expresión de las emociones?;

En plenaria se reflexiona sobre lo que va diciendo cada asistente, y se invita a mencionar cuál es el costo que se pagó por manejar de esa manera las emociones. Se registra en un pizarrón, y se hace una devolución.

#### Ideas a destacar

Es importante reflexionar sobre los mensajes en la infancia de expresar las emociones y los sentimientos. ¿Cómo se sentían los hombres? ¿Qué mensajes les daban los cuidadores?

Para generar mayor participación y reflexión en los hombres les puedes preguntar: ¿Cómo vamos aprendiendo los hombres a mostrar u ocultar las emociones desde niños? ¿Qué costos tiene esto en los varones?

Cuando de niños expresamos algunas emociones, como la tristeza, el miedo o la ternura, que son equivocadamente comprendidas por la cultura como emociones “femeninas” muchas veces entre los compañeros y amigos se utilizan insultos para controlar esas expresiones como: “pareces una niña”, “te portas como mujercita” y esto va generando en los niños una manera de ver a las niñas y a las mujeres, descalificándolas.

#### Alternativas y sugerencias:

Se puede escribir en papelógrafo como lluvia de ideas si asisten pocos varones.

En caso de que se indique que “así educó la mamá” siempre hay que preguntar: “¿Y cómo te educó tu papá en cuanto a las emociones de forma explícita o con el ejemplo?” la idea es dejar que ambos educan con presencia y ausencia.

Cierre

10 min

Objetivo

Dar por finalizada la sesión del día

#### Desarrollo del cierre de la sesión

Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;  
Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;

Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;

Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.

Ideas a destacar en el cierre

Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.

Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.

Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.

Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el

Anexo I	
Alternativas y sugerencias	
Ninguna.	

<b>TALLER 2</b>			
Tema:	INFANCIA Y JUVENTUD		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 2</b>			
Técnica 3:	El niño que podría haber sido.		
Objetivo:	Que los asistentes generen nuevas opciones de educación para los niños alejados de los estereotipos machistas y cercanos a la educación por la equidad de género.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas bond blancas, Colores, Lápices.
Desarrollo			
<p>Se señala a los asistentes que reflexionarán sobre nuevas opciones de educar a los niños.</p> <p>Se solicita que cierren los ojos en sus lugares sentados o recostados en el piso. Se hace un breve ejercicio de respiración: Se menciona lo siguiente “Vamos a hacer una respiración profunda por la nariz, retenemos el aire y contamos mentalmente hasta tres, luego exhalamos por la boca lentamente”, repetimos la respiración tres veces. Se indica que imaginen un niño cualquiera de 4 a 6 años de edad. Se pide que se observe cómo está vestido, de qué color es su cabello, sus ojos, su color de piel. Se pide que gradualmente abran los ojos con el niño en la mente. Se les reparten hojas blancas, lápices y colores, y se pide que dibujen ese niño;</p> <p>Una vez que se ha dibujado se indica que tienen la responsabilidad educar a ese niño sin una educación machista, y que para ello deben escribir atrás de la hoja cómo lo harán. Se indica que se les ayudará haciéndoles unas preguntas que pueden orientar sus nuevas pautas de crianza. Se pide que se escriba atrás de la hoja:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- ¿Cómo puedo educar a éste niño para aceptar y expresar el miedo, la tristeza y la soledad que puede sentir?</li> <li>2.- ¿Cómo puede educar a éste niño para que aprenda a tener fortaleza y</li> </ol>			

firmeza sin caer en el la dureza, el machismo y la violencia? 3.- ¿Cómo puedo enseñar a éste niño a respetar a las mujeres, a los ancianos, y a ser solidario con quienes menos tienen?; iv) Se comenta en plenaria y se reflexiona.	
<b>Ideas a destacar</b>	
<p>Los juegos no sexistas para niños son aquellos donde éstos aprenden a cuidar y a expresar emociones sin temor a ser censurados.</p> <p>Los juegos por la equidad de género pueden incluir niñas y niños por igual, la idea es convivir sin dañarse y buscando la aceptación e integración del otro y otra.</p> <p>Las y los adultos pueden tener miedos sobre los juegos no sexistas para niños, es importante recordar las consecuencias que hay en la infancia de los juegos machistas.</p> <p>Los padres como modelos de masculinidad cumplen un rol muy importante en la formación de los hijos.</p> <p>Los niños van a aprender de los padres a relacionarse con su pareja, observando el trato que le da Papá a Mamá; la participación en las labores domésticas viendo el involucramiento de sus padres en ello; la expresión de la afectividad con los hijos e hijas; y el ejercicio de la violencia en la familia. Preguntar ¿Cómo estos aspectos estuvieron presentes en su infancia? ¿Cómo se repiten en la actualidad?</p>	
<b>Alternativas y sugerencias:</b>	
<p>Se pueden entregar imágenes de niños e indicar que son responsabilidad de cada uno.</p> <p>Se pueden formar equipos, dar la instrucción de dibujar un niño y dictarle al grupo la tarea de cuidarlo con base a las preguntas.</p>	
<b>Break</b>	10 min

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 2</b>			
<b>Técnica 1:</b>	Los grupos de jóvenes.		
<b>Objetivo:</b>	Que los asistentes identifiquen los contenidos de género y masculinidad en la relación con otros adolescentes y/o jóvenes.		
<b>Tiempo:</b>	45 min	<b>Recursos</b>	Plumones, cinta adhesiva, papelógrafos
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los asistentes que se reflexionará sobre los adolescentes y jóvenes en la comunidad;</p> <p>Se hacen dos equipos, al primero se le pide que reflexione sobre lo que hacen entre ellos para demostrar ser hombres, al segundo se le pide que escriba cómo tratan los varones adolescentes y jóvenes a las mujeres jóvenes;</p> <p>Se reparten plumones, papelógrafos y cinta adhesiva;</p> <p>Una vez terminado cada equipo presenta y se reflexiona en plenaria.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
Los adolescentes y jóvenes se relacionan en grupos de hombres y entre ellos establecen retos para demostrar quién tiene más poder y el liderazgo del grupo.			

<p>La relación entre jóvenes implica la violencia y el lastimar el cuerpo. Quienes no aceptan estas reglas son excluidos del grupo.</p> <p>La relación de los jóvenes con las mujeres jóvenes usualmente implica dos aspectos: por una parte malestar y dolor por los rechazos de ellas, y por la otra, erotismo y deseo sexual. Algunos jóvenes ejercen maltrato por lo primero, y son afectivos y amorosos por lo segundo.</p>			
<p><b>Alternativas y sugerencias:</b></p>			
<p>Se puede hacer el ejercicio individualmente si hay pocos asistentes, pero siempre hay que explorar lo que hacen los jóvenes entre ellos y cómo se comportan con las mujeres.</p> <p>Para ayudarte en la reflexión puedes leer el siguiente texto: La experiencia de la violencia de género de los hombres jóvenes. Complejidad en la prevención y atención a la violencia de los hombres jóvenes en las escuelas. (<a href="http://www.flacsoandes.edu.ec/biblio/catalog/resGet.php?resId=24252">http://www.flacsoandes.edu.ec/biblio/catalog/resGet.php?resId=24252</a>)</p>			
Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
<p><b>Desarrollo del cierre de la sesión</b></p>			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre; Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;</p> <p>Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;</p> <p>Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>			
<p><b>Alternativas y sugerencias</b></p>			
<p>Ninguna.</p>			

<b>TALLER 3</b>			
<b>Tema:</b>	<b>JUVENTUD</b>		
<b>Objetivo:</b>	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
<b>Tiempo:</b>	10 min	<b>Recursos:</b>	Lista de reglas del grupo
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
<b>Ideas a destacar</b>			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
<b>Alternativas y sugerencias</b>			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 3</b>			
<b>Técnica 3:</b>	¿Indestructible?		
<b>Objetivo:</b>	Que los hombres identifiquen conductas de riesgo con base a temas específicos y los costos para ellos y los demás.		
<b>Tiempo:</b>	45 min	<b>Recursos</b>	Papelógrafos, plumones, cinta adhesiva.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se hacen 5 grupos, y a cada uno se le asigna un tema:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Consumo de alcohol y/o drogas;</li> <li>b) Acosar sexualmente a mujeres y a novias;</li> <li>c) Participar en riñas y actos vandálicos;</li> <li>d) Pelearse con los padres y salirse de la casa y</li> <li>e) Pelearse con figuras de autoridad como maestros y policías;</li> </ul> <p>Se indica a cada grupo que discuta experiencias en donde han participado en alguna de las actividades que les tocó;</p> <p>Se responde en un papelógrafos las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Cómo se presiona a los jóvenes para participar en éstas actividades? ¿Quién los presiona? Y</p> <p>¿Qué costo tiene para ellos y la sociedad el que reproduzcan ésta actividad?</p> <p>Se presenta en plenaria y se reflexiona.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Para demostrar su masculinidad muchos jóvenes tienen conductas de riesgo como las que se presentan, pero además el participar en ellas les da adherencia al grupo de jóvenes. El tema es cómo mantener la adherencia a su grupo sin reproducir las relaciones de abuso y riesgo.</p> <p>Los jóvenes son criminalizados en la sociedad por las conductas de riesgo que hacen. Al hacer el ejercicio, evitar hacer juicios y actuar como “mamás o papás regañones”.</p>			

<p>En lugar de ellos, hay que entender las motivaciones de los jóvenes. Existe la presión de grupo al tildar de hijitos de mamá a los compañeros que siempre hacen todo lo que dicen sus padres (en términos criollos se les denomina sanos, lornas, bebitos, o parroquianos a los chicos que son tranquilos y que no se enfrentan ante la autoridad).</p> <p>Es importante que los asistentes hablen sobre sus propias experiencias cuando fueron jóvenes y/o ahora que lo son.</p>	
<p><b>Alternativas y sugerencias:</b></p>	
<p>Se puede hacer individual, en una hoja se pueden dictar las actividades de riesgo, y que cada asistente responda cómo ha actuado ante ella. Después se puede compartir en pareja y al final en plenaria.</p>	
<p>Break</p>	<p>10 min</p>

<p><b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 3</b></p>			
<p>Técnica 3:</p>	<p>¿Comenzar de nuevo?</p>		
<p>Objetivo:</p>	<p>Que los hombres identifiquen las conductas de equidad de género que tuvieron en la adolescencia y reflexionen sobre las ganancias y los costos que generan.</p>		
<p>Tiempo:</p>	<p>45 min</p>	<p>Recursos</p>	<p>Ninguno.</p>
<p>Desarrollo</p>			
<p>Se señala a los asistentes que se reflexionará sobre formas equitativas de educar a los jóvenes;</p> <p>Se hacen dos equipos, equipo “A” y equipo “B”</p> <p>Equipo “A”, debe teatralizar la historia de un adolescente/joven que se considera muy hombre y lo demuestra constantemente a su grupo de amigos. Por ejemplo, busca demostrar que es más machito, conquistador, vivo, gracioso, fuerte, etc.</p> <p>Equipo “B”, debe presentar una propuesta antagónica a la anterior y mostrar como ante estas situaciones un adolescente/joven puede ser equitativo.</p> <p>Se reflexiona en plenaria.</p>			
<p>Ideas a destacar</p>			
<p>Los jóvenes en grupo piensan que deben de actuar de forma ruda y violenta para tener la aprobación de los demás, pero usualmente cuando actúan de otra forma y no hay presión entre ellos están más tranquilos y sin violencia.</p> <p>Los jóvenes no tienen idea de cómo no ser violento y ni homofóbico (la homofobia no solo en términos de repudio a los homosexuales sino como la situación en la que puedo sentirme con temor a que mis pares no me reconozcan como un verdadero hombre), pero ayuda mucho hablar de otros jóvenes que se rigen por otro tipo de valores como el estudio, el trabajo, el respeto a los demás etc. Debido a esto se indica a los jóvenes que siempre hay modelos a quienes seguir.</p> <p>Los modelos de comportamiento que los jóvenes reciben de parte de los adultos usualmente son machistas, pero llegan a haber hombres que dan mensajes equitativos en la</p>			

comunidad, los medios de comunicación, en la escuela o el trabajo. Siempre es importante identificar éstas otras posibilidades de modelos con los jóvenes.			
Alternativas y sugerencias:			
Se puede hacer una obra de teatro directamente, sin necesidad de que sea primero la violenta y después la alternativa. Pero se sugiere implementarla así, pues genera contraste entre los usuarios.			
Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;</p> <p>Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;</p> <p>Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;</p> <p>Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			

<b>TALLER 4</b>			
Tema:	<b>TRABAJO</b>		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 4</b>			
Técnica 1:	“Es lo que hizo mi padre”.		
Objetivo:	Reflexionar sobre el papel de proveedor que los hombres realizan en la		

	familia y en la sociedad.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Lectura de Raúl.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los asistentes que se reflexionará sobre el rol de proveedores que tienen en sus casas y en la sociedad;</p> <p>Se les lee la historia de Raúl, que se encuentra en la parte inferior de esta primera parte de la sesión 4 y en el Anexo II del programa;</p> <p>Se organizan equipos de tres o cuatro hombres; según la cantidad de asistentes en el día, cada equipo tendrá un nombre alusivo a la prevención de la violencia de género.</p> <p>Se solicita que reflexionen sobre las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué piensan de que Raúl sólo se dedique a trabajar?</p> <p>¿Qué opinan de que Raúl no realice labores domésticas y no permita que su esposa Susana trabaje?</p> <p>¿Qué opinan de que Raúl conviva poco con sus hijos?;</p> <p>En plenaria se reflexiona sobre éstas preguntas.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Los hombres piensan que una vez que se casan su única función en la sociedad es trabajar. Con ello tienen el privilegio de tener dinero y poder, y la pérdida de un contacto más cercano con la familia.</p> <p>Los hombres usualmente no ven el trabajo doméstico como su responsabilidad, pero lo es. Asimismo, las mujeres tienen derecho a trabajar, no es algo que los hombres autoricen o no, es derecho de ella.</p> <p>Los hijos de los varones que trabajan todo el tiempo extrañan un contacto más íntimo con el padre, y usualmente repiten el mismo esquema sin darse cuenta del daño emocional que generan.</p>			
<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
<p>La lectura se puede realizar y comentar en plenaria sin necesidad de formar equipos. se presenta la lectura de Raul.</p> <p>Raúl es un hombre responsable. Todos los días se levanta, va al trabajo de obrero que tiene en una fábrica de bicicletas y trabaja doble turno para tener el gasto de su casa. Susana, su esposa, le ha comentado que los 2 hijos que tienen a veces lo extrañan, y que no es adecuado que nunca vaya a las actividades escolares de los niños. Él le dice que es su papel como hombre trabajar para mantenerlos. De hecho, también le comenta que la casa ha estado muy sucia, y que su deber como mujer además de cuidar a los hijos es mantener limpia la casa...</p> <p>Susana quiere trabajar para ganar algo de dinero, y piensa que lo hará aunque Raúl no esté de acuerdo. Los hijos de Raúl desearían que su padre estuviera en las tardes con ellos. Entienden que tiene que trabajar, pero no comprenden cómo otros amigos sí conviven más con sus papás. Los niños lo extrañan, pero Raúl les dice: “Es lo mismo que hizo mi padre conmigo, y es lo que hacemos todos los hombres”.</p>			

Break	10 min		
<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 4</b>			
Técnica 1:	El trabajo en la relación de pareja.		
Objetivo:	Reflexionar sobre las ideas del trabajo y el uso del dinero de los hombres en la relación de pareja.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Anexo III, lápices.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se señala que se reflexionará sobre el uso del dinero en la familia y la importancia del trabajo para los hombres;</p> <p>Se reparte una hoja en blanco y se dictan tres preguntas:</p> <p>i) ¿Quién gana más dinero en mi pareja, yo, mi esposa u otra persona? ii) ¿Uso el dinero de forma equitativa?</p> <p>Por ejemplo, digo cuanto gano, lo comparto con ella y mis hijos y realizo gastos responsables como gastarlo en las necesidades de la casa como alimentos, rentas, ropa, y en gastos de diversión familiar.</p> <p>iii) ¿He llegado a gastar el dinero mío y/o de mi pareja en drogas, alcohol o mujeres, o la presiono de alguna manera a ella para controlar su dinero y usarlo en mi beneficio personal?</p> <p>Se va leyendo cada una de las preguntas, y los hombres irán contestando;</p> <p>Una vez contestadas se reflexiona en plenaria.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>El dinero y el trabajo se llegan a ver como un privilegio exclusivamente masculino, es importante cuestionar ésta idea debido a que deriva en relaciones de violencia.</p> <p>Los hombres al no tener trabajo tienen crisis existenciales profundas, en lugar de verlo como una oportunidad para que la familia se haga responsable del ser proveedora.</p> <p>El trabajo de la pareja y de la familia llega a ser minimizada de parte de los hombres, es importante detener esas conductas porque deriva en desvalorizar el esfuerzo de los demás.</p> <p>El aporte económico de cada uno a la familia o la relación de pareja muchas veces se divide de manera desigual por ejemplo cuando ambos aportan la misma cantidad a los gastos de la familia o la pareja y muchas veces es el hombre que gana más que la pareja y eso también es desigual. Aquí están presentes las maneras de ver a las mujeres y su sacrificio en torno a la familia y los beneficios de libertad en los hombres.</p>			
<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
<p>Se sugiere llevar fotocopias del cuestionario y el cuadro de resultados en una hoja de papelógrafo previamente a la sesión – Anexo III</p> <p>Anexo III</p> <p>Cuestionario sobre conductas en torno al trabajo y el dinero.</p> <p>Deseamos agradecer tu participación en ésta sesión. Para reflexionar sobre el uso</p>			

del dinero y la importancia del trabajo para los hombres, te solicitamos responder las siguientes preguntas. Marca sólo una opción por renglón.

Actitudes	He actuado así.	A veces actúo así.	Nunca he actuado así.
<b>Mi dinero y mi trabajo.</b>			
1.- Mi salario es principalmente para mí.			
2.- Lo peor que le puede pasar a un hombre es quedarse sin dinero y trabajo.			
3.- Es legítimo estar de mal o humor o muy triste si me quedo sin trabajo.			
4.- Los hombres son los únicos proveedores que tiene la sociedad.			
5.- Es caso de no tener nada de dinero es legítimo realizar actividades ilícitas para obtenerlo.			
6.- Mi padre nunca informaba a mi familia de sus gastos.			
7.- Usualmente me la paso trabajando, no tengo tiempo para estar con la familia.			
8.- Llego a relacionarme con mujeres en el trabajo que me agradan, es parte del trabajo.			
9.- Gasto en cosas extravagantes, pero inútiles.			
<b>El dinero y el trabajo de mi pareja.</b>			
1.- Para que mi pareja trabaje me debe de pedir permiso.			
2.- Comparto con mi pareja la información de cuánto dinero gano.			
3.- El trabajo y el dinero de mi pareja no son tan importantes como el mío.			
4.- La pareja no tiene porqué opinar sobre la manera en que uso el dinero en casa.			
5.- El trabajo doméstico es cosa de mi esposa, no mío.			
6.- Le pido a la pareja cuentas sobre sus gastos.			
7.- Mi esposa realiza el trabajo doméstico y yo trabajo en la empresa o en el Gobierno.			
8.- Es legítimo que una vez que esté en casa sea			

atendido por mi esposa.						
<b>El dinero y el trabajo en mi familia.</b>						
1.- Premio y castigo a mi familia a través del dinero						
2.- No tiene caso compartir el dinero con mi familia						
3.- Prefiero que mis hijos y mi pareja dependan económicamente de mí.						
4.- El dinero que gana mi pareja y el que ganan mis hijos también es de mi propiedad.						
<b>Cierre</b>	10 min	<b>Objetivo</b>	Dar por finalizada la sesión del día.			
<b>Desarrollo del cierre de la sesión</b>						
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;  Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;  Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;  Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.  Ideas a destacar  Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.  Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.  Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.  Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>						
<b>Alternativas y sugerencias</b>						
Ninguna.						

<b>TALLER 5</b>			
<b>Tema:</b>	<b>TRABAJO Y SALUD FISICA</b>		
<b>Objetivo:</b>	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
<b>Tiempo:</b>	10 min	<b>Recursos:</b>	Lista de reglas del grupo
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
<b>Ideas a destacar</b>			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			

Alternativas y sugerencias			
Ninguna			
PRIMERA PARTE DEL TALLER 5			
Técnica 3:	¿Ser o no ser?		
Objetivo:	Reflexionar sobre las opciones que se tienen ante situaciones de trabajo difíciles e insatisfactorias.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas, lápices.
Desarrollo			
<p>Se indica a los asistentes que se reflexionará sobre las situaciones de trabajo difíciles y/o precarias;</p> <p>Se señala que a veces hay trabajos que no agradan, o en los que se vive violencia y/o maltrato. Se comenta que el sistema capitalista ha creado trabajos de bajo ingreso para que las personas sobrevivan, pero no para que sean felices. Asimismo, se añade que si una persona no se siente realizada en su trabajo y no se siente feliz usualmente termina muy insatisfecha y amargada cuando llega a tener más de 70 años.</p> <p>Se reparten hojas blancas y se escriben en el pizarrón las siguientes preguntas:</p> <p>a) ¿Cómo me siento en mi trabajo actual? Satisfecho o insatisfecho. ¿Por qué?;</p> <p>b) Si me siento insatisfecho. ¿A qué se debe? Si me siento satisfecho. ¿A qué se debe?;</p> <p>c) ¿Qué puedo hacer inmediatamente para mejorar mi situación? ¿Qué puedo hacer a largo plazo para mejorar mi situación?;</p> <p>d) Influye mi satisfacción o mi insatisfacción en los problemas de mi relación de pareja. Se solicita que contesten; y</p> <p>Se reflexionan las respuestas en el grupo.</p>			
Ideas a destacar			
<p>Los hombres conciben el trabajo como una parte del rol de proveedor, pero muchos hombres no se sienten a gusto en el trabajo tanto por condiciones sociales adversas como por falta de preparación adecuada.</p> <p>Construir un proyecto de vida laboral es un tema que pocos hombres se plantean. Es importante definir qué cosas se pueden hacer para sentirse bien en el trabajo y cuidar no sólo el dinero, sino además la calidad de vida</p> <p>Al tener una mejor calidad de vida por tener un mejor trabajo posiblemente algunos hombres vean disminuidos sus ingresos. Entonces comprenderán la importancia de valorar el trabajo de las mujeres.</p>			
Alternativas y sugerencias:			
Ninguna.			
Break	10 min		

## SEGUNDA PARTE DEL TALLER 5

Técnica 1:	Los hombres ante la enfermedad.		
Objetivo:	Que los hombres reflexionen sobre el cuidado de su salud y la relación con la enfermedad.		
Tiempo:	45 min	Recursos	plumones y papelógrafos.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los hombres que reflexionarán sobre la salud y la enfermedad; Se solicita que se formen tres equipos a los cuales se les da plumones y hojas de papelógrafos.</p> <p>A cada equipo se le da un papelógrafo y plumones, se solicita los siguiente a los equipos:</p> <p>Equipo 1: Hagan una imagen de un hombre, y que indiquen usualmente en que partes de su cuerpo los hombres se enferman y que expliquen los motivos;</p> <p>Equipo 2: Se le pide que dibujen la imagen de un hombre, y que señalan que partes del cuerpo de los hombres son fuertes y les permiten enfrentar cualquier enfermedad;</p> <p>Equipo 3: Se les pide que platiquen dos historias que conozcan de hombres en donde a pesar de estar enfermos, no hayan ido al doctor, y qué consecuencias tuvo eso para ellos y sus familias;</p> <p>En plenaria cada equipo presenta y se reflexiona en grupo.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Usualmente los hombres no asisten al médico por creencias de fortaleza y fuerza. Estas los hace creer que no pueden enfermarse. Y si ello ocurre usualmente lo niegan hasta que caen enfermos.</p> <p>Los hombres que se enferman llegan a caer en pánico debido a que la experiencia de vulnerabilidad y de dolor les es desconocida, además socialmente fueron entrenados para negar éstos sentimientos.</p> <p>Los hombres van poco al médico, y conocen menos sus enfermedades. Usualmente asisten cuando están en una situación límite con consecuencias para su salud y la estabilidad familiar.</p>			
<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
<p>Se puede hacer el ejercicio individual haciendo tres listas: a) Las partes del cuerpo donde cada asistente se ha enfermado; b) lo que han hecho al enterarse de que estaban enfermos; y 3) Las consecuencias de atenderse o no a tiempo.</p> <p>Se recomienda ver el siguiente texto para profundizar en las enfermedades que afectan a los hombres en el Perú: Brechas de género: 2001 – 2013. Avances hacia la igualdad entre hombres y mujeres. En el siguiente link: <a href="http://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1210/index.html">http://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1210/index.html</a></p>			
Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
<b>Desarrollo del cierre de la sesión</b>			
Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;			

<p>Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;</p> <p>iii) Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo; iv) Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I.</p>
Alternativas y sugerencias
Ninguna.

<b>TALLER 6</b>			
Tema:	SALUD FISICA		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 6</b>			
Técnica 3:	Mi salud y el trabajo.		
Objetivo:	Identificar cómo el trabajo puede llevar a lastimar y a enfermar a los hombres.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Lectura de Fernando.
Desarrollo			
Se indica a los varones que se reflexionará sobre la salud de los hombres en el trabajo;			

Se lee la siguiente historia de Fernando que se encuentra en la parte inferior y también se encontrara en el Anexo IV de este programa preventivo;

Se reflexiona en el grupo sobre el contenido de la historia y se comenta si alguien ha vivido una situación similar.

#### Ideas a destacar

Los hombres llegan a realizar actividades laborales que los maltratan. Es importante tomar en cuenta que el cuerpo tiene un límite y que es mejor estar sano pero con trabajos de bajo riesgo, que lastimarse aunque la paga sea relativamente alta. Hay empresas que los llegan a apoyar cuando su cuerpo ha sido lastimado, pero hay otras que no y entonces los varones se quedan muy vulnerables.

Si el cuerpo se lastima por motivos del trabajo usualmente no queda igual para el siguiente trabajo. Y gradualmente los hombres van realizando actividades menos remuneradas, pues alguien que tenga una discapacidad o un problema físico o motriz severo ya no es lucrativo para el trabajo.

La familia vive el impacto de que el varón no se cuide el cuerpo y deje de trabajar. Es importante aceptar que todos pueden trabajar en casa, y que el ser proveedor no es sólo papel de los hombres, sino que todos pueden aportar de acuerdo a su formación y capacidades.

#### Alternativas y sugerencias:

Se puede representar la historia como un socio drama.

A continuación, se presenta la lectura de Fernando.

Anexo IV La historia de Fernando

Hola, soy Fernando. Posiblemente no me conozcan... bueno, seguramente no me conocen. Pero me han invitado para contarles sobre mi experiencia. Ya sé que no van a querer saber nada de quien ignora todo, pero les pido Señores, por favor, les pido que escuchen, por el bien de ustedes, por el de sus familias, la breve historia de mi vida.

Muchos años de mi vida fui taxista, como muchos dejé la escuela muy joven. No es que no me gustara, simplemente no alcanzó el dinero en mi familia para pagar los estudios de todos.

Primero trabajé a los trece años en la tienda de un tío. Me decía que como era hombre debería de cargar las cajas para acomodarlas. A mí me pesaban mucho, pero con el tiempo entendí que era cosa de hombres hacer el trabajo pesado. Con el tiempo me hice amigo del Señor que llevaba una marca conocida de gaseosas. No puedo decirles cuál es, pero es una que venden en todo el mundo, y contiene pura basura que la gente bebe felizmente. Bueno, pues éste Señor... creo que se llamaba José. En la tienda duré unos 5 años, y fue entonces cuando éste Señor me dijo que yo era trabajador, y que podría ser útil en la empresa de gaseosas. Y así, en menos de dos semanas ya estaba cargando cajas de gaseosas en la empresa mencionada.

Subía cajas al camión de la empresa a las 4 o 5 de la mañana, y durante todo el día hasta la hora de la comida repartíamos por toda la ciudad. Durante el camino, iba encima de las cajas, agarrándome como podía, sin ningún cuidado, soportando el calor y tratando de no

caerme.

Al llegar jalábamos las cajas con la carretilla, lo más pesado era cargar las botellas grandes de agua, pues tienen cerca de doce litros. Yo veía como mi cuerpo iba endureciéndose, se hacía fuerte y apenas acababa de cumplir 20 años, y me decían en casa que yo ya era todo un hombre.

La verdad no estaba mal el trabajo, aunque pagaban poco y era realmente pesado cargar tantas botellas de agua y gaseosa, con el tiempo uno se acostumbra. De la empresa de gaseosas seguí a una empresa de gas. Cargaba tanques de 20, 30 y 60 kilos de gas. Me sentía orgulloso de mi cuerpo, pues aguantaba mucho, pero creo que fue a los 25 años que sentí algo en la espalda. Un dolorcito al que no presté importancia.

Pero comencé a tener dolores de espalda más agudos. Era como una espina que se me clavaba en la columna. Fui a la posta médica de la empresa y me dijeron que sólo estaba fingiendo para no trabajar. No me dieron descanso. Después comencé a faltar pues simplemente el dolor no me permitía moverme. En la empresa de gas eran más estrictos, con tres faltas te botaban del trabajo, y como no estaba en planilla en cualquier momento me podían botar. Y eso sucedió. Simplemente no me dejaron entrar. Les pedí indemnización por el tiempo de servicio, pero me dieron solo lo que quisieron. Y con dinero prestado tuve que ir al médico para tratarme la espalda.

Un tiempo estuve bien. Pero necesitaba el dinero. A los 28 años comencé a manejar un taxi, al principio me gustó, pero la postura del asiento me comenzó a molestar. El médico me vio de nuevo, y me dijo que necesitaba operarme. ¡En mi vida imaginé operarme de la espalda! Bueno, de un anillo de la columna, que era el que me apretaba un nervio. Si quería operarme, pero para entonces ya me había casado. Los gastos de los niños y el pago del alquiler de la casa impedían que lo hiciera. Raquel mi esposa, me decía que ella podía apoyarme si trabajara, pero como ustedes saben el trabajo es cosa de hombres, y las mujeres deben cuidar a los niños ¿Acaso no tiene que ser así?

Entonces a escondidas compraba medicamentos para calmarme el dolor. Así estuve hasta los treinta años, hasta que un día no pude levantarme. ¿Les ha ocurrido algo así? Es horrible, simplemente despiertas, le ordenas a tus piernas moverse y no responden. Solo eso ¡no responden! ¿Pueden creerlo? Me arrastré como pude a la puerta del cuarto, les grité a Raquel y a los niños, pero ya se habían ido. Fue en el suelo que comencé a sentir realmente un dolor de espalda ¡qué digo la espalda! ¡De la columna! Esa por donde pasan –según me ha dicho el médico- todos los nervios del cuerpo. Entonces ¡El dolor lo sentía en todos los nervios del cuerpo! ¿Se imaginan eso? No lo creo, porque son cosas que comprendes hasta que te pasan. Estuve toda la mañana tirado, porque Raquel fue a ver a su mamá. Cuando regresó se asustó y la verdad yo estaba muy enojado, la maldecí, la empujé... pero la verdad me sentía humillado porque ni yo solo podía subir a la cama.

Llevo un año levantándome con ayuda de Raquel desde que ocurrió ese horrible día. El doctor dice que ahora que estoy peor la operación no sólo es más cara, sino que tiene más riesgo. Algo se infectó, algo realmente se quebró en mí, y en mi columna. Raquel comenzó

a trabajar porque no teníamos ni ahorros y yo era el sostén de la casa.

Ahora, Yo estoy estudiando computación desde mi casa pues la municipalidad ha implementado un programa para personas con discapacidad. Yo no me siento así, no me siento discapacitado, mi mente es fuerte, mi voluntad lo es más, y con mucho orgullo y mucha dignidad hago siempre mis ejercicios. Pero las piernas responden poco.

Yo no creo en la mala suerte. Tal vez alguien me embrujó. No sé pero, ¿quién está a los 33 años de vida sentado inútilmente como yo? ¿Qué hombre depende a ésta edad de una mujer? Pues yo... yo, y por eso quería contarles mi historia, pues a varios de ustedes seguramente tienen algo que les duele, que no se atienden y que piensan que no podrán ponerse mal. Pero si algo aprendí de esto es que si no cuidas tu cuerpo, nadie lo hará por ti. Si no lo cuidas se quiebra tarde o temprano de forma lenta. Y al romperse algo en él, también se rompe uno con él.

Break	10 min
-------	--------

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 6</b>			
Técnica 1:	Cuidando mi cuerpo.		
Objetivo:	Que los varones se comprometan con reflexionar sobre su autocuidado y hagan un plan mínimo para hacerse cargo de su salud física.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas de papel, lápices.
Desarrollo			
<p>Se indica a los usuarios que se hará un plan mínimo de autocuidado de la salud y del cuerpo;</p> <p>Se reparten hojas y lápices; se señala que se hará la “Carta compromiso de autocuidado”, que es un documento personal donde los asistentes se comprometen a realizar lo que ahí escriban;</p> <p>Se entrega una carta compromiso que se encuentra en el Anexo V. Se lee y se van dando pautas para que los hombres la llenen;</p> <p>Una vez que la han llenado cada asistente la lee y se comenta en plenaria sobre lo importante de escribir lo ahí escrito.</p>			
Ideas a destacar			
<p>Cuando se trata de cuidarse hay que ser más directivos con los hombres, y señalar con ejemplos cada uno de los puntos que se quieren poner en la carta. Por ejemplo, Realizar ejercicios físicos al menos tres veces a la semana, dejar de consumir cigarrillos, mejorar la alimentación, comiendo más saludable, hacer un chequeo médico una vez al año como mínimo.</p> <p>Las conductas de cuidado personal pasan por el convencimiento de realizarlas en el tiempo, y no solo durante un corto tiempo. Es frecuente que al tratarse de cuidado los hombres inician, pero no duran. Debido a esto hay que hacer consciencia que el autocuidado es el un cambio de vida, y no sólo unas conductas más.</p>			
Alternativas y sugerencias:			

Se sugiere utilizar la carta de compromiso para los varones.

Anexo V

Título: Carta compromiso de autocuidado.

Yo, \_\_\_\_\_ reconozco que he vivido varios años de mi vida sin estar al tanto 100% de mi cuerpo.

También reconozco que mi cuerpo envejece, es vulnerable a las enfermedades a los accidentes y cualquier situación en que yo la ponga en riesgo.

Debido a lo anterior reconozco que a veces mi cuerpo se ha enfermado de:

- 1.- \_\_\_\_\_
- 2.- \_\_\_\_\_
- 3.- \_\_\_\_\_
- 4.- \_\_\_\_\_
- 5.- \_\_\_\_\_
- 6.- \_\_\_\_\_

Y debido a que es importante quererme, respetar mi cuerpo y aprender a cuidarme. Así como estar claro en que no quiere tener un problema de invalidez, ni ser una carga para otra persona. Me propongo que:

A partir de hoy voy a cuidarme haciendo las siguientes actividades:

- 1.- \_\_\_\_\_
- 2.- \_\_\_\_\_
- 3.- \_\_\_\_\_
- 4.- \_\_\_\_\_
- 5.- \_\_\_\_\_
- 6.- \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del varón que desea comprometerse a cuidarse.

Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre; Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión; Se toma nota de aquellos puntos que se quieren destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo; Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima. Ideas a destacar Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina,			

<p>y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>
Alternativas y sugerencias
Ninguna.

<b>TALLER 7</b>			
Tema:	<b>SALUD EMOCIONAL Y MENTAL</b>		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 7</b>			
Técnica 1:	Identificar mis autoengaños		
Objetivo:	Identificar pensamientos distorsionados o autoengaños en las relaciones interpersonales, y las consecuencias que se generan.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hoja impresa de pensamientos erróneos (Anexo VI).
Desarrollo			
Se indica a los asistentes que reflexionarán sobre sus pensamientos erróneos y sus consecuencias;			
<p>Se comenta que un problema de salud mental frecuente es que las personas llegan a interpretar la realidad de forma distinta u opuesta a como es. A las ideas erróneas que se generan y que brindan información equivocada a como considerábamos las llamaremos “pensamientos erróneos”, o “autoengaños” o “pensamientos distorsionados”. Estos son frecuentes cuando uno toma una parte de la realidad y la interpreta como un todo, o cuando se niega o “no se ve” lo que otros u otras quieren decir, y con el tiempo las personas se enojan o se sienten decepcionadas;</p> <p>Se leen a los hombres ejemplos del Anexo V que trata de experiencias de</p>			

hombres que tuvieron pensamientos erróneos;

Una vez que se ha ilustrado la idea de lo que son pensamientos erróneos se reparten hojas, y cada usuario escribe un ejemplo donde haya vivido una situación en su relación de pareja y en su paternidad donde haya tenido ideas erróneas. Se pide que se identifiquen las consecuencias personales y/o en su relación de pareja o con los hijos;

Cada usuario da sus ejemplos. Se reflexiona en plenaria.

#### Ideas a destacar

Los pensamientos erróneos les ocurren a todas las personas, pero los hombres usualmente en sus relaciones de pareja se enamoran de mujeres que no son. Maximizan los aspectos que les agradan, y minimizan aquellos que no. Cuando se está casado, muchos varones dicen “ella no es la de antes”, pero usualmente ella siempre fue de una forma que el simplemente no quiso ver.

Los pensamientos distorsionados o autoengaños son pensamientos de opresión que los hombres llegan a tener sobre las mujeres. Por ejemplo: “Ella es inferior”, “ella debe hacer lo que yo le digo”, “Ella debe de obedecer”, “Ella no puede trabajar”, entre otros. Muchos hombres enfrentan los conflictos con estos pensamientos, pero ellos no son ni reales ni son útiles para enfrentar el problema.

Uno de los pensamientos erróneos más comunes en los hombres son los celos.

Estas ideas distorsionadas llegan muchas veces a compararse con el amor. “Si no siente celos no me ama”. Esta creencia se expresa en la relación de pareja como situaciones de control, violencia física y puede llegar hasta el feminicidio.

Entonces hay que generar pensamientos reales y verdaderos sobre las mujeres para relacionarse con ellas. Por ejemplo “Las mujeres tienen derechos humanos”, “Mi esposa es adulta y yo no soy su papá para decirle que tiene y que no tiene que hacer”, “Yo puedo pedir cosas a mi esposa, pero ella tiene el derecho de negarse”, “El trabajo y el dinero de mi esposa vale tanto como el mío”, entre otras ideas que indican que la única manera de relacionarse es respetándose.

#### Alternativas y sugerencias:

Se pueden poner más ejemplos y se sugiere hacer una síntesis de las ideas a destacar.

En grupos grandes de más de 10 personas una vez que se han escrito los ejemplos de pensamientos erróneos se pueden hacer parejas y comentarlos con la finalidad de ahorrar tiempo. Y en plenaria sólo se comparten sólo algunas experiencias.

Se pueden sugerir actividades como meditación, yoga y/o asistir a terapia para que los hombres puedan aprender a estar atentos a sus errores al relacionarse con otros.

Se presenta el anexo VI

Anexo VI

Pensamientos erróneos o autoengaños.

Ejemplo 1

Juan fuma desde la adolescencia, era una forma de convivir con sus amigos. Él

siempre pensó que no le pasaría nada. Ahora a los 35 años ha tenido una tos muy fuerte, el médico le dijo que es por el cigarro. Juan al llegar con su familia les comentó sorprendido que el cigarro le ha hecho daño severo a sus vías respiratorias. Sus hermanos y padres solo guardaron silencio.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Juan con relación al cigarro?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Juan para no sorprenderse con la información del médico?

#### Ejemplo 2

Alejandro es un hombre fuerte, de corpulencia imponente por el ejercicio que realiza en el gimnasio casi a diario. Pero hoy amaneció con dolor en la espalda, cree que es porque cargo un peso excesivo el día anterior. Al llegar a su trabajo, Antonia –la chica que le gusta- le pidió que bajara una máquina que no han podido cargar entre dos de los compañeros. Alejandro con gusto asiste a cargarla, pero en el primer intento siente una punzada muy dolorosa, suelta la máquina y ésta cae por los suelos.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Antonio con relación a la máquina que cayó?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Alejandro para no lastimarse?

#### Ejemplo 3

Gerardo estaba enamorado de Susana, la mujer que siempre soñó. Cuando llevaban cinco años de noviazgo por fin se casaron. La familia de Susana siempre ha tendido a tener sobre peso, y Susana no es la excepción. De hecho, el día de la boda ya mostraba un poco de sobrepeso. Al pasar de los años Susana sube más de peso, y Gerardo se queja porque dice que nunca le han gustado las mujeres con sobrepeso. Susana sabe que no es gorda, pero es inevitable que sea ancha de cadera y de hombros pues así es su complexión. Ha hecho ejercicio pero se da cuenta que no tendrá el cuerpo de antes de casarse. Un día Gerardo le dice que está muy desilusionada de ella, y que quiere divorciarse. Susana se siente consternada y enojada, pues le dice que él ya sabía que era así.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Gerardo con relación al cuerpo de Susana?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Gerardo para no desilusionarse?

#### Ejemplo 4

Luis es papá soltero desde hace dos años cuando se divorció. Le gusta salir con sus amigos. Usualmente el sale los viernes a las 8 de la noche y regresa de madrugada. Cuando sus hijos crecieron comenzaron a hacer lo mismo. Laura su hija mayor comenzó desde los 14 años, y después Dante su hijo menor también a los 13 años. A Luis le gusta beber, y llegaba a hacerlo enfrente de sus hijos hasta emborracharse. También Laura y Dante comenzaron a beber en la adolescencia. Cuando Luis se dio cuenta le platicó a su hermano, le dijo que estaba “sorprendido” de que sus hijos tuvieran esas conductas. Su hermana sólo lo escuchaba.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Luis?	
¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Luis para no sentirse sorprendido con la conducta de sus hijos?	
Break	10 min

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 7</b>			
Técnica 1:	¿Qué hago con mi enojo?		
Objetivo:	Reflexionar sobre el enojo y la forma adecuada de manejarlo.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas bond, Colores y/o plumones, Lápices.
Desarrollo			
<p>Se informa a los usuarios que se reflexionará sobre el enojo y formas adecuadas de manejarlo;</p> <p>Se pide a los hombres que cierren sus ojos y recuerden un momento de mucho enojo con su pareja y/o sus hijos. Se solicita que recuerden cómo se sentía su cuerpo y cómo era la expresión de su rostro cuando se enojan. Se da tiempo para que vayan recordando. El ejercicio se hace de forma pausada;</p> <p>Una vez que se ha recordado cómo era la expresión del cuerpo y particularmente cómo era el rostro enojado de cada usuario, se reparten hojas blancas y lápices a los usuarios. Y se ponen lápices y/o crayones de colores en medio del salón. Se indica que dibujarán una máscara con el gesto de enojo que tienen en su rostro cuando se enojan;</p> <p>Una vez que lo han hecho, se pide que escriban en la parte de atrás de la hoja respuestas a tres preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- ¿Qué conductas de violencia ejercí cuándo me enojé de ésta manera?,</li> <li>2.- ¿Qué daño generé con mi enojo en mi pareja?,</li> <li>3.- ¿Qué consecuencias hubieron para la relación enojarme de esa forma?;</li> </ol> <p>Se comparte en pareja y después en plenaria.</p>			
Ideas a destacar			
<p>Los hombres han sido educados para enojarse ante los conflictos, y no para solucionarlos de manera pacífica. Con el enojo los varones terminan imponiendo su voluntad a otros mediante conductas de violencia. Eso causa situaciones de opresión para los demás. A la larga quienes viven ésta violencia terminan alejándose de personas que se enojan frecuentemente ante los conflictos. El problema de muchos hombres es que no los educaron para darse cuenta de las consecuencias de manejar su enojo con violencia.</p> <p>El enojo también surge porque los hombres han aprendido a tener expectativas sobre los demás. Por ejemplo, en la familia esperan que la pareja y los hijos se comporten de una forma y/o digan las cosas de alguna manera. Cuando la otra persona no hace eso que él esperaba los varones se enojan. Usualmente los hombres culpan a los demás por el enojo que ellos sienten. Pero hay que hacer ver a los hombres que las mujeres y los hijos no tienen por qué cumplir sus expectativas, y que ellos pueden optar por otra manera de reaccionar</p>			

que no sea el enojo.

En los talleres se invita a los hombres a dejar el enojo como única respuesta ante los conflictos. Ellos también pueden optar por estar más tranquilos y respetar a los demás en sus decisiones. Los hombres que detienen sus expectativas sobre los demás y responden sin enojo a los conflictos son varones más equitativos que construyen familias sin violencia. Este tipo de hombres usualmente son más atractivos para las mujeres y los hijos e hijas los miran como un ejemplo a seguir.

Se puede desarrollar una breve explicación de la técnica del retiro (ver anexo VII) para tener una herramienta que nos permita detener el enojo y evitar la violencia.

#### Alternativas y sugerencias:

Se puede llevar un resumen de las ideas centrales del enojo en un papelógrafo para ahorrar tiempo.

Se reparte a los asistentes la técnica del retiro para que la puedan revisar de manera detallada en sus hogares.

Se presenta la técnica del retiro.

#### ANEXO VII

##### El Retiro

El retiro se define como la acción con la que decido no ejercer violencia a través de dejar el espacio de conflicto. Lo que me permite es un momento de reflexión en el cual clarifico ideas, sentimientos y señales del cuerpo, así como servicios y autoridades.

De esa forma redimensiono el conflicto y busco mi responsabilidad en él. El retiro no soluciona el conflicto, pero es una alternativa ante la violencia. Para realizarlo debo que seguir los siguientes pasos:

(a) La voluntad y decisión de retirarme. Ésta es una decisión personal, la decisión surge de mi voluntad de aplicarlo sin violencia. Es una disposición y un ejercicio constante de estar observándome, de estar atento a mis pensamientos, sensaciones en mi cuerpo y mis sentimientos ante un conflicto con mi pareja. Cuando me dé cuenta de que “voy a explotar”, o de que “ya no aguanto más”, decido dar paso a esta voluntad de ejercer el retiro, hago la señal acordada, y lo realizo. (b) Acordar el retiro. Antes de ejercitarlo debo acordar el retiro. En un momento de tranquilidad es mi responsabilidad platicar con mi pareja sobre el retiro. Explicarle que puedo violentar cuando vea que estoy identificando ideas, sentimientos y sensaciones que me llevan a la violencia. Debido a ello le comento una frase (como “me retiro” o “mejor me detengo”, etc.) y/o se lo expreso a través de un gesto de la mano en donde le comunico que me retiraré. Le explico que no es mi intención “mandarla al diablo” ni ignorarla ni violentarla, por el contrario, decido aplicar el retiro porque me doy cuenta que me estoy enojando, y necesito aclarar qué me ocurre.

(c) Retirarme. Aquí debo retirarme físicamente del lugar del conflicto después de acordar y hacer la señal o frase pactada. No esperaré a dar una última idea, ni consejo o sugerencia, pues estoy en una situación potencial de ejercer violencia, y todo lo que diga o

haga podría iniciar ese hecho violento. En el retiro siempre tendré en mente las siguientes reglas:

No tomar alcohol o drogas.

No buscar otros hombres que justifiquen la violencia.

No manejar vehículos para prevenir accidentes.

No manejar armas o instrumentos peligrosos.

Evitar ideas negativas sobre ella o la situación. Y hacer un esfuerzo por generar ideas que me alejen de la violencia y me permitan entender mejor su postura.

Reflexionar sobre mis sentimientos y el impacto de éstos en mi cuerpo. Buscar tranquilizarme haciendo ejercicios de respiración profunda como se ejercitan en el grupo.

El retiro no debe ser menor a una hora, aunque el tiempo deberá ser acordado con mi pareja, hasta que ella se sienta segura para recibirme. Antes de regresar con ella debo hablarle y preguntarle si está dispuesta a hacerlo. Puede hacerlo sólo para recibirme y no conversar, o para platicar sobre lo ocurrido, o para que se acuerde otra fecha y hora para platicar el problema. Si es el caso, es mi responsabilidad abordar sin violencia el problema posteriormente.

Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;                  Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;                  Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo; iv) Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			

TALLER 8			
Tema:	SALUD EMOCIONAL Y MENTAL Y PATERNIDAD		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo

Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
PRIMERA PARTE DEL TALLER 8			
Técnica 3:	Mis sentimientos.		
Objetivo:	Que los varones tengan conciencia de la importancia de las emociones con la finalidad de convivir con los demás.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hoja Anexo VI, lápices.
Desarrollo			
<p>Se comenta que se reflexionará sobre los sentimientos básicos y la forma adecuada de usarlos;</p> <p>Se reparte la hoja del Anexo VI con un lápiz por persona. Se indica que es importante reflexionar sobre los diversos sentimientos que tenemos, y que una primera manera de hacerlo es reconocer que los sentimos. Se solicita que se llene la hoja con lo primero que venga a la mente;</p> <p>Una vez que se llena se pregunta cómo se sienten y de qué se dan cuenta. Se escucha a los asistentes;</p> <p>Una vez que se ha compartido se señala que es importante tener en cuenta el manejo de esas emociones, que la idea del Psicólogo Goleman de inteligencia emocional es útil. Se señala que éste autor propone:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tomar conciencia de nuestras emociones.</li> <li>Comprender los sentimientos de los demás.</li> <li>Tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo.</li> <li>Acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo.</li> <li>Adoptar una actitud empática y social que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.</li> <li>Participar, deliberar y convivir con todos desde un ambiente armónico.</li> <li>Se reflexiona en plenaria y se da el cierre.</li> </ul>			
Ideas a destacar			
<p>Los hombres no han sido educados/criados en reconocer sus emociones. Debido a ello hay que reflexionar sobre ellas como parte del proceso educativo.</p> <p>Hay que hacer ver a los varones que es importante reconocer las diversas emociones que se tienen porque de esa forma se pueden ampliar las respuestas no violentas ante los diversos conflictos.</p> <p>Es importante que los varones reconozcan lo que sienten las demás personas, y sean sensibles a ello, pues es la única forma de convivir con los demás.</p>			

Alternativas y sugerencias:	
<p>Se sugiere que se pueda llevar información de talleres de manejo emocional, meditación y/o terapia para aquellos varones que deseen más información sobre éste tema.</p> <p>Se recomienda la siguiente lectura: Masculinidad y violencia conyugal. Experiencias de vida de hombres de sectores populares de Lima y Cusco. Páginas 13- 33 (<a href="http://hombressinviolencia.org/docs/MASCULINIDADES_VIOLENCIA.pdf">http://hombressinviolencia.org/docs/MASCULINIDADES_VIOLENCIA.pdf</a>)</p> <p>Se brinda el anexo VIII.</p> <p>Anexo VIII</p> <p>Mis sentimientos básicos.</p> <p>Completa la frase con lo primero que se te venga a la mente. No elabores mucho, tan solo conéctate con el sentimiento que corresponda a la frase:</p> <p>Cuando siento miedo...</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Cuando siento tristeza...</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Cuando siento enojo...</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Cuando siento alegría...</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Cuando siento afecto...</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	
Break	10 min

SEGUNDA PARTE DEL TALLER 8			
Técnica 1:	La paternidad tradicional.		
Objetivo:	Reflexionar sobre el ejercicio de la paternidad tradicional.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas, lápices.
Desarrollo			
<p>Se informa a los asistentes que se reflexionará sobre la paternidad tradicional y sus consecuencias;</p> <p>Se reparten hojas y se solicita que escriban las siguientes preguntas y las respondan:</p> <p>1.- ¿Cómo fue la infancia de mi papá?,</p>			

<p>2.- ¿Cuáles fueron los momentos de abuso que ejerció hacia mí cuando era menor de edad?,</p> <p>3.- ¿Cuáles fueron los momentos de intimidad y cercanía que tuvo conmigo?,</p> <p>4.- ¿Qué conductas violentas y de cercanía estoy repitiendo con mis hijos –o niños con quienes me relaciono?;</p> <p>En plenaria se reflexiona de qué se dan cuenta sobre la forma en que ejercen su paternidad.</p>			
Ideas a destacar			
<p>Usualmente los hombres han sido educados por papás que eran tradicionales. La paternidad tradicional se caracteriza por:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Usualmente se conciben sólo como proveedores, y pasan la mayor parte del tiempo afuera de casa;</li> <li>2.- Tienen un ejercicio jerárquico y violento de la autoridad;</li> <li>3.- Mantienen alejamiento emocional de los hijos y no expresan sus afectos;</li> <li>4.- Llegan a tener conductas de riesgo como consumo de alcohol y/o drogas; y</li> <li>5.- ejercen violencia hacia la pareja en distintos grados.</li> </ol> <p>Pero además los padres tradicionales tienen conductas esporádicas de cercanía con los hijos e hijas y ello les genera una sensación de ambivalencia: enojo por el maltrato que han recibido, y agradecimiento por los momentos de afecto.</p> <p>Muchos hombres reproducen las conductas de paternidad con sus hijos, algunos se inclinan más por las prácticas de abuso, y otros por las prácticas de violencia, con ello generan la misma sensación que ellos tienen con sus padres, con sus hijos.</p>			
Alternativas y sugerencias:			
<p>Existe la creencia de que los padres son ahora muy diferentes. Si bien es cierto que muchos papás han cambiado, aún está muy vigente el ejercicio de una paternidad tradicional.</p>			
Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;</p> <p>Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;</p> <p>Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;</p> <p>Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el</p>			

Anexo I	
Alternativas y sugerencias	
Ninguna.	

<b>TALLER 9</b>			
Tema:	PATERNIDAD		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 9</b>			
Técnica 2:	Soy papá de un adolescente.		
Objetivo:	Que los varones identifiquen sus prácticas cercanas y violentas de su paternidad.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas, lápices
Desarrollo			
<p>Se señala a los hombres que se reflexionará de forma libre sobre cómo ejercen su paternidad con sus hijos, o la manera de relacionarse con jóvenes cercanos con base determinadas problemáticas;</p> <p>Se pone a los hombres en círculo. Se dice que cada uno va a jugar dos personajes, por un lado, serán padres y por el otro serán hijos. Se señala que son padres del compañero que tienen a su derecha, quien es su hijo. Se pide que volteen a la derecha a ver a su hijo. Por otro lado, se señala que serán hijos del compañero que está a su izquierda. Se les pide que volteen a ver a su padre que está a la izquierda;</p> <p>Se les indica que en ese momento serán todos hijos, y que elijan una edad entre 14 y 16 años. Se da una pausa para que elijan la edad. Se continúa. Se indica que como adolescentes tienen una problemática específica, para conocerla se les pide que se enumeren</p>			

del 1 al 4. Una vez que lo han hecho se les indica:

Los unos son jóvenes que han embarazado a su novia;

Los dos son jóvenes que consumen drogas;

Los tres son jóvenes que han dejado la escuela y quieren irse de casa; y los cuatro son gays;

Una vez que se conoce la problemática se reparten hojas blancas y lápices, y se indica que les escribirán una breve carta de unas líneas a sus papás informándoles de la problemática que tienen. Una vez que la han escrito se las entregarán a sus padres que están a su izquierda, y a los papás se les pide que les contesten a sus hijos. Cuando los padres hayan contestado a su vez le darán la carta a su hijo quien nuevamente le responderá, y así sucesivamente. La idea es construir un diálogo entre los hijos y los padres;

Se señala que no hay un tiempo límite, y que cada hijo puede expresar como guste a su papá su problemática, a su vez que cada papá tiene la libertad de responder como guste;

Una vez que han pasado de 20 a 25 min se suspende, y en plenaria se explora cómo se sintieron como hijos con las respuestas de sus padres, una vez que se escucha se explora cómo se sintieron como papás con las problemáticas de sus hijos. Se busca llevar la reflexión al trato con sus hijos adolescentes y jóvenes, o al que recibieron cuando ellos eran jóvenes.

#### Ideas a destacar

Los padres ante determinadas problemáticas de los hijos llegan a exacerbar los mandatos de género, ignoran los aspectos emocionales de las problemáticas, y sólo expresan ideas sobre lo que sus hijos deberían o no hacer. Estos padres tienen prejuicios sobre los hijos y los miran en general como problemáticos.

Algunos padres, sin embargo, son más empáticos. Se preocupan por el aspecto emocional de sus hijos, y su bienestar. Asimismo, expresan cercanía con ellos con palabras amorosas y plantean que juntos encontrarán una solución al problema. Son papás que acompañan más.

Finalmente, muchos papás envían mensajes contradictorios a sus hijos. Por una parte, envían mensajes de castigo y sanción, y al mismo tiempo de afecto y cercanía. A veces los hijos no saben qué hacer ante tales ambivalencias de los padres, y terminan por reproducir el rol tradicional o ser demasiado permisivos. Pues al final de todo lo importante es acompañar con afecto, pero manteniendo límites y educando sobre las consecuencias de los actos como papás.

#### Alternativas y sugerencias:

Leer de forma detenida las instrucciones, pues a veces al implementarse no se fomenta el diálogo entre padres e hijos, y se hace sólo una carta que no se contesta o se contesta una vez. La idea es que los hijos planteen sus ideas y problemáticas varias veces y que los padres brinden su punto de vista más de una vez. La idea es construir un diálogo

generacional.	
Break	10 min

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 9</b>			
-----------------------------------	--	--	--

Técnica 3:	Paternidad por la equidad de género.		
Objetivo:	Que los conozcan aspectos centrales de una paternidad equitativa.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hoja del Anexo IX sobre paternidad equitativa.

<b>Desarrollo</b>			
-------------------	--	--	--

Se informa a los asistentes que reflexionarán sobre la equidad de género en el ejercicio de la paternidad con hijos adolescentes;

Se señala que usualmente los adultos tienen una visión negativa de las y los adolescentes y jóvenes. Se les ve como problemáticos y rebeldes, y a esa mirada se suman faltas de oportunidades, represión de policías y la violencia de los grupos delincuenciales. Debido a ello hay que crear una paternidad más cercana a las y los jóvenes, que los incluya y no les excluya de la sociedad. A esa manera de ser papá se le llama en las sesiones “Paternidad por la Equidad de género”;

Se tienen muestra de la lectura del Anexo IX. Se da a un hombre y se pide que lea el primer párrafo, se generan dos o tres opiniones del mismo, y al término de la lectura se hacen reflexiones generales;

Una vez que se han externado opiniones se hace una lista de compromisos de los usuarios para impulsar en sus hogares una paternidad por la equidad de género. Se hace una lluvia de compromisos que se escriben en el pizarrón con el nombre de quien hace el compromiso.

<b>Ideas a destacar</b>			
-------------------------	--	--	--

Es importante identificar las conductas sociales que discriminan y violentan a los adolescentes y jóvenes, y generar la disposición de ejercer una adultez y una paternidad más solidaria con éstos.

De ser posible se puede compartir una copia de la lectura con los asistentes, de esa forma podrán realizarla con más calma en sus casas. O que los mismos hombres se organicen para que le saquen copia.

<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
------------------------------------	--	--	--

Se brinda el Anexo IX sobre paternidad equitativa.

Anexo IX

Algunos Ingredientes para una paternidad por la equidad de género con hijos e hijas adolescentes

Usualmente los hombres han ejercido una paternidad autoritaria que tiene como resultado que los hijos crezcan con temor, resentidos y sin una orientación adecuada con sus hijos. Debido a ello es importante reflexionar sobre qué debiera de contener una paternidad que no fuera tradicional, y que se acercará más a los ideales de ciudadanía y la

equidad de género. Los siguientes son puntos importantes para tomar en cuenta:

Piensa de una forma clara y se informa.- Un papá que ejerce la equidad de género se mantiene sin prejuicios sobre los y las adolescentes. Se informa sobre lo que significa ésta edad, comprende la importancia de los amigos y amigas, del noviazgo, de la escuela y de mantenerse alejado de cualquier tipo de adicción. Pero a pesar de éstos riesgos no ve a sus hijos e hijas con prejuicios. Esto es, no los ve como “personas problemáticas” sino como personas que están creciendo y que entrarán a una nueva etapa de su vida donde los papás son más importantes a pesar de que los hijos actúen como si no lo fueran. Comprende que todo problema es pasajero, pero la relación con su hijo o hija es para toda la vida.

Saben expresar y regular sus emociones.- Un papá sabe regular sus propias emociones ante situaciones conflictivas de sus hijos. No maximiza sus propias emociones cuando está enojado o molesto, pero tampoco las minimiza y silencia. Expresa lo que siente, y sabe formular preguntas o generar frases que confrontan a los hijos para que a su vez éstos reflexionen sobre sus conductas. También sabe preguntar a sus hijos sobre cómo se sienten y sobre aquello que les preocupa. Diferencia entre lo oportuno de apoyarlos en algunos aspectos, y lo oportuno de dejar que ellos solucionen sus problemas para que crezcan.

Sabe cómo comunicarse de forma asertiva.- Un papá sabe construir espacios de comunicación con sus hijos. Invita a hablar porque observa algo que le preocupa, o porque desea estar cercano a sus hijos. O por ambas cosas. No impone un diálogo, y tampoco convierte éste en una sesión de regaños y sanciones. Sabe preguntar, escuchar y con base a la información recibida formula una serie de sugerencias, límites y consecuencias. Entiende lo importante de mantener un lazo o una relación con los hijos e hijas a pesar de lo difícil que sea la situación.

Educa para hacer ciudadanos y ciudadanas.- Un papá que busca educar a ciudadanos comprende que su principal rol con sus hijos es brindar amor y ofrecer educación. Los papás tradicionales piensan que es proveer sin estos elementos, pero a éste hay que superponer la educación y el amor. Un papá que busca la equidad sabe que no puede educar a sus hijas en los estereotipos de género femeninos tradicionales, pues las educaría para vivir con un hombre violento y en la dependencia total; también sabe que no puede educar a su hijo para que sea un macho y no conozca límites, pues un hijo así se quedará solo en la vida. Sabe que tendría que ser flexible con los roles de género: que a hijas e hijos hay que enseñarles a estudiar y trabajar, a realizar labores domésticas, a expresar sus sentimientos por igual, a ser responsables en su vida sexual, y a que el diálogo y el llegar a acuerdos es la única manera de convivir.

Respeto la diversidad sexual de los hijos e hijas.- Un papá que busca la equidad comprende que los hijos en la adolescencia van a experimentar con o sin su consentimiento una vida sexual. Por eso se informa sobre sexualidad, les ofrece esa misma información a los hijos e hijas. Les habla sobre la importancia de vivir el placer con responsabilidad y de que los hijos pueden elegir entre tener vida sexual cuidándose con métodos anticonceptivos

o cuidarse sin tener vida sexual y posponerla hasta una etapa adulta. No castiga a las hijas si se embarazan, no expulsa a los hijos si cometen errores como consumir drogas, cigarros o alcohol, no abandona a las hijas e hijos ante infecciones de transmisión sexual. Conoce, se informa y acepta la orientación sexual de su hijo cuando éste se la comparte, y en caso de no saber qué hacer pide ayuda.

Trasmite lo que ha aprendido del trabajo y el dinero.- Los papás han aprendido a trabajar y a hacer dinero desde muy jóvenes. Debido a ello pueden transmitir ideas muy importantes a los hijos e hijas sobre cómo relacionarse en el mundo del trabajo. Un papá que educa a sus hijos con ésta información estará formando personas autónomas económicamente, con inteligencia financiera sobre el uso del dinero, la importancia del trabajo y lo relevante de estudiar siempre.

Respeto a la pareja.- Un papá que busca la equidad de género con sus hijos e hijas reconoce a la mamá de éstos sea o no su pareja. Le da su lugar, respeta sus opiniones, aprende de ella porque comprende que las mujeres en la sociedad han recibido una educación desde la infancia para cuidar a los hijos. Hace de la relación de madre y padre una relación de diálogo y de acuerdos para acompañar a los hijos hacia una vida plena más satisfactoria. Comprende que la relación con la mamá de sus hijos será toda la vida sean o no esposos, estén casados o divorciados, o sea o no el papá biológico de los adolescentes que eligió educar.

Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día.
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;          Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;          Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;          Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.          Ideas a destacar          Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.          Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.          Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.          Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			

<b>TALLER 10</b>	
Tema:	<b>SEXUALIDAD</b>

Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 10</b>			
Técnica 1:	Sexualidad masculina		
Objetivo:	Que los asistentes reflexionen sobre la construcción social de la sexualidad masculinidad.		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas, lapiceros, vasos descartables.
Desarrollo			
<p>Antes de iniciar la sesión se tienen preparados papelitos que tengan escrito los siguientes temas sobre la sexualidad masculina: “Impotencia sexual”, “Homosexualidad”, “Tamaño del pene”, “Infidelidad ejercida y vivida”, “Violación ejercida y vivida”, “infecciones de transmisión sexual”. Se pueden tener hasta cuatro papelitos de cada tema para 4 equipos de trabajo;</p> <p>Ya en el grupo se indica a los hombres que se reflexionará sobre la sexualidad masculina;</p> <p>Se pide que se formen 4 equipos, y a cada equipo se le dará un paquete con todos los temas en un vaso descartable no transparente y con los papeles doblados para que no se puedan ver;</p> <p>Una vez formados los equipos y entregados los vasos con los papelitos dentro se dice que un integrante del equipo sacará cualquier papel, y que se lee a los demás miembros del equipo el tema que se eligió. Una vez que se conoce cada miembro del equipo platica una experiencia sobre el tema que se eligió y las ideas que tenga en torno a ese tema. La participación de cada hombre no podrá ser mayor a 2 minutos para que todos participen y se vea el mayor número de temas por equipo;</p> <p>Una vez que se cumplen 30 minutos, se da por terminado el trabajo en equipo y se reflexiona en plenaria.</p>			
Ideas a destacar			
<p>La sexualidad es un tema que los hombres conocen y conversan poco, debido a ello es importante platicar y reflexionar sobre los diversos temas que hay en torno a ésta.</p> <p>La diversidad sexual es un tema que llega a ser especialmente molesto para los hombres, pues es frecuente prácticas homofóbicas y de abuso. Se sugiere detectar</p>			

comentarios homofóbicos y reflexionarlos en los grupos.	
<p>Los hombres usualmente miran a la sexualidad como algo ajeno, y colocan en las mujeres el deseo y el placer sexual. Es importante identificar aquello que sienten los hombres y validarlo sin censurarlo. En éste sentido mucho de la sexualidad masculina aún se conduce por la autocensura, el poder y la homofobia internalizada.</p>	
<b>Alternativas y sugerencias:</b>	
<p>Se sugiere que antes de dar ésta sesión revise literatura sobre las dimensiones biológica-reproductiva, socioafectiva y ético moral de la sexualidad para que puedas dar más información a los usuarios. Te sugerimos el libro “Salud sexual para el milenio” de la Organización Panamericana de la Salud, que puede bajarse en internet.</p> <p>Lo ideal es que cada equipo tenga mínimo tres y máximo 5 hombres para que alcancen a reflexionar sobre el mayor número de temas.</p> <p>Es útil que se lleve información extra a los hombres que les informe sobre los diversos temas que se abordaron en ésta dinámica, y que previamente lleguen con información. Así se podrá orientar mejor a los varones.</p>	
<b>Break</b>	10 min

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 10</b>			
<b>Técnica 2:</b>	Violencia sexual masculina.		
<b>Objetivo:</b>	Que los hombres reflexionen sobre la violencia sexual masculina y su impacto en la pareja y la sociedad.		
<b>Tiempo:</b>	45 min	<b>Recursos</b>	Papelógrafos, plumones, cinta adhesiva.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Previo a la sesión se prepara una presentación de las ideas centrales de la lectura del Anexo X;</p> <p>Se informa a los hombres que se reflexionará sobre la violencia sexual masculina;</p> <p>Se forman 5 equipos, y a cada uno se le asigna un espacio social:  1.- La calle; 2.-el transporte público; 3.- La casa; 4.- El trabajo; 5.- La escuela;  A cada equipo se le pide que conteste tres preguntas y que escriba las respuestas en un papelógrafo que será presentado en el grupo. Las preguntas son:  1.- ¿cuáles son las prácticas de violencia sexual hacia las mujeres que se ejercen en ésta espacio social?</p>			

2.- ¿Cuáles son las excusas que dan los hombres para ejercerlas? ¿Qué daño causan ésta violencia en las mujeres y en la sociedad?; v) Se presenta en grupo, y se reflexiona en plenaria; y

Se hace una presentación de las ideas que se presentan en el anexo X, y se comenta en el grupo.

#### Ideas a destacar

La sexualidad masculina se rige por la insensibilidad y el ejercicio del poder. Coloca en la mujer toda la posibilidad de erotización y afectividad, y en el hombre centra el placer en el pene y el coito, con ello se termina en algunas ocasiones abusando de las mujeres u otros hombres.

En las relaciones de noviazgo es frecuente que los jóvenes busquen situaciones para abusar de las mujeres jóvenes. Tanto ellas como ellos desean conocer la vida sexual, pero las mujeres buscan una relación para un compromiso con el otro, y una muestra franca de confianza y establecimiento de pareja. Para los hombres es tener “sexo” y por tanto sólo penetración, no implica las emociones y tampoco un compromiso. Para las mujeres es más calidad, y para los hombres cantidad. Entre jóvenes es frecuente la coerción sexual hacia la mujer, que es una escalada de presiones hacia una mujer de parte de un hombre con el fin de que ella acceda a tener relaciones sexuales.

En el matrimonio es frecuente la violencia sexual: cuando se ejerce la infidelidad, cuando se toca el cuerpo sin el consentimiento de la pareja, cuando se obliga a ver pornografía sin previo consentimiento; cuando se impone el coito con otras personas sin previo acuerdo; o cuando se impone que la pareja se prostituya para el beneficio económico. Asimismo, hacia la familia se puede llegar a ejercer violencia sexual: cuando se abusa sexualmente de las hijas o hijos, cuando se desinforma a los hijos e hijas sobre educación sexual; entre otras conductas de riesgo de parte del padre.

#### Alternativas y sugerencias:

Se puede hacer una presentación de las ideas centrales de ésta dinámica sin haber hecho el ejercicio de llenar la violencia sexual que se ejerce en el espacio público, pero ello implicaría una sesión más cognitiva sin haber tocado la experiencia. La ventaja es que se pueden transmitir ideas más claras sobre la violencia sexual masculina.

Se presenta el anexo X

Anexo X

Algunas reflexiones sobre la sexualidad de los hombres a partir de los estudios de la masculinidad

Ivonne Szaszl

En años recientes, al privilegiar la perspectiva relacional, los estudios de género han propuesto rescatar la óptica de la experiencia masculina para entender las relaciones hombre-mujer. En especial a partir de los años ochenta surgieron corrientes que iniciaron el estudio sistemático de la construcción social de la masculinidad y de las relaciones entre lo

masculino y lo femenino. En este trabajo sintetizamos –con el riesgo de simplificarlos– los planteamientos sobre la sexualidad de los varones que hacen algunos autores de esta corriente del pensamiento feminista. Estos autores son G. Horowitz, M. Kaufman, M. Kimmel, M. Lamas y V. Seidler. En particular, en este trabajo se reseñan los planteamientos de Horowitz y Kaufman sobre el tema.

Estos autores han propuesto la existencia de ciertas características de la masculinidad dominante: la masculinidad de los hombres blancos, heterosexuales y de clase media de las sociedades occidentales protestantes y modernas. Éstos se definen básicamente por conductas que se separan de la feminidad, que establecen distancia de lo emocional y afectivo –para que se pueda depender de ellos– y requieren manifestar permanentemente su hombría ante otros hombres. En esta demostración, el desempeño sexual es clave (Kimmel, 1992; Seidler, 1995).<sup>2</sup>

Hasta antes de los años ochenta, en los que se inició el desarrollo de los estudios de género, el pensamiento feminista definía la sexualidad masculina como agresiva, cosificadora de las mujeres, dominadora y opresiva, considerando a éstas como víctimas y objetos de esta sexualidad masculina. Destacaba la presencia de un doble estándar de moral sexual, que estimula en los varones la actividad, la diversidad de parejas y de experiencias, y la expresión pública de su iniciativa sexual, mientras exige a las mujeres la conducta contraria (Horowitz y Kaufman, 1989).<sup>3</sup>

El desarrollo de los estudios de género, y en particular de los estudios de masculinidad, ha permitido pensar que existe una permanente tensión y confusión en los varones entre sus deseos sexuales y los imperativos de dominación, y que son las construcciones culturales de dominación masculina las que generan fantasías y formas de conducta opresivas para las mujeres (Horowitz y Kaufman, 1989).

Estos autores señalan que aunque las definiciones de masculinidad cambian constantemente de una cultura a otra, en el tiempo y según clases, razas, etnias, preferencias sexuales y etapas en la trayectoria de vida, los hombres de diversas culturas tienen en común la necesidad de demostrar de manera permanente su virilidad, y esto es particularmente intenso en aquellas sociedades en que la separación del niño de la madre es psicológicamente dolorosa (Kimmel, 1992). De esta manera, lo que una cultura define como el comportamiento sexual apropiado para los varones, requiere ser usado para demostrar su virilidad, independientemente de los deseos y preferencias de éstos, en una permanente tensión entre el deseo de placer y el de poder.

Seidler se refiere a las tensiones entre los deseos de los varones y la construcción occidental de la masculinidad, que se expresan en su sexualidad. Junto con la noción de la sexualidad como una "necesidad irresistible", que es expresión de la "naturaleza animal" de los humanos, la modernidad occidental protestante proclama el dualismo cartesiano entre mente y cuerpo e identifica la masculinidad con la racionalidad, situando al cuerpo como una entidad separada, que necesita ser controlada por la mente, entrenada y disciplinada (Seidler, 1995).

Este autor expresa que los varones insertos en esta masculinidad dominante crecen con la idea de la sexualidad en términos de conquista y rendimiento, como una manera de probar su masculinidad frente a los pares, y no en relación con sus deseos y emociones. De esta manera, los varones se sienten acosados por el temor a la intimidad y al rechazo y tienden a separar la sexualidad del contacto y las emociones (Seidler, 1995).

Según este autor, el aprendizaje del autocontrol racional de sus emociones y sentimientos, fuentes de determinación y falta de libertad, aparece como necesario para alcanzar la autonomía e independencia que requiere el ser masculino. Puesto que la razón se sitúa en oposición a la naturaleza y la sexualidad –entendida como los deseos, las fantasías, las atracciones– es concebida como parte de esa naturaleza, la superioridad masculina se construye en parte a través del control de la sexualidad. En esta construcción de la masculinidad, las mujeres son identificadas con lo irracional -las emociones, la sexualidad, la naturaleza- pero al mismo tiempo se les niega la autonomía de sus propios deseos sexuales. Siendo objeto del deseo masculino, provocadoras de su descontrol, responsables de la excitación masculina (Seidler, 1995).

Afirma Seidler que para demostrarse a sí mismos y a sus iguales que son hombres, los varones usan el lenguaje para defender su imagen y no para expresar sus necesidades emocionales, resultando difícil conciliar la forma en que necesitan comportarse con otros varones y la forma en que quieren ser en una relación íntima con una mujer. Sienten que hablar de sexo es la manera más segura de matar sus sentimientos, estando poco inclinados a hablar de sus necesidades y vulnerabilidades. La ruptura entre sexo e intimidad y la relación externa y posesiva de la mente con el propio cuerpo convierte al sexo en un asunto de rendimiento. La inestabilidad de la identidad masculina, la necesidad permanente de demostrar y afirmar que se es hombre, genera una presión interna hacia el tener relaciones sexuales –independientemente de un reconocimiento íntimo de deseos–, transformando al rendimiento sexual en una meta, un medio para demostrar y afirmar masculinidades (Seidler, 1995).

Horowitz y Kaufman, por otro lado, proponen que la sexualidad masculina debe ser interpretada en el contexto de una sociedad clasista que reprime la polisexualidad y sobrepone la masculinidad y la feminidad al dualismo actividad/pasividad. Refiriéndose a las sociedades capitalistas, proponen que independientemente de las diferencias culturales, de clase, étnicas y generacionales, la mayoría de los hombres en estas sociedades tienen sentimientos confusos respecto de su sexualidad, sintiéndose atrapados entre sus deseos sexuales y las necesidades de afirmación de la masculinidad, que encierran fantasías y formas de conducta agresivas y posesivas (Horowitz y Kaufman, 1989).

Apoyándose en el constructivismo social y el psicoanálisis, señalan a la sexualidad como un sistema socialmente construido de conflicto y tensión interna. Expresan que una de las principales tensiones presentes en la sexualidad masculina es la imposibilidad de abrigar simultáneamente deseos activos y pasivos sin que esto genere conflicto y temor. Los autores sitúan esos temores en sociedades que atribuyen un valor simbólico de actividad

y poder a los genitales masculinos, y que fundan su sistema cultural en la oposición de dualismos que se superponen (Horowitz y Kaufman, 1989; Lamas, 1998).<sup>4</sup>

Estos autores dicen que a la polaridad actividad/pasividad se sobrepone fálico/castrado, y es esta superposición lo que da lugar a la masculinidad y la feminidad. Independientemente de las relaciones entre las personas, es un conjunto de instituciones, de normas sobre la familia y el parentesco, toda una cultura lo que enseña que ser hombre equivale a ser activo, agresivo, extrovertido, ambicioso, independiente. Oposiciones binarias tales como sujeto/objeto, actividad/pasividad y nociones de causa y efecto se sitúan en la estructura básica de las lenguas indoeuropeas de las sociedades modernas. En ellas, la construcción social de la sexualidad reprime y suprime una amplia gama de placeres sexuales en la medida que se interiorizan las divisiones básicas de esa sociedad: masculino versus femenino, activo versus pasivo, sujeto versus objeto, normal versus anormal, clases dominantes versus clases dominadas, humano versus naturaleza (Horowitz y Kaufman, 1989; Lamas, 1998).

Una de esas superposiciones consiste en el proceso de cosificación sexual o reducción de las mujeres a su cuerpo, como objetos del deseo sexual masculino, así como la concentración de lo sexual en ciertas partes del cuerpo y la reducción del cuerpo de las mujeres a una de dos "funciones" posibles: reproductiva o erótica (Horowitz y Kaufman, 1989).

Los autores reseñados señalan que mediante este proceso, la polisexualidad se reduce a la heterosexualidad como norma y a la sexualidad genital. La masculinidad-agresión y la feminidad-pasividad se superponen a la división natural de los sexos. Para ser hombre se requiere dominar la naturaleza (la sexualidad), las mujeres y la pasividad. Junto con la represión de la polisexualidad y la tendencia inconsciente a que el cuerpo y partes del cuerpo representen a la persona objeto del deseo, fragmentando a esa persona en partes y procesos componentes, se agrega la definición social de las mujeres en relación con ciertos atributos físicos, que son objeto de deseo sexual. La concentración en ciertas actividades o partes del cuerpo se relaciona con experiencias que proporcionan simultáneamente alguna forma de satisfacción sexual y formas de seguridad frente a la ansiedad y el miedo: la visión del cuerpo de una mujer como un cuerpo carente de falo confirma que se es hombre (Horowitz y Kaufman, 1989).

Expresan que otra supresión consiste en la represión de la pasividad en los hombres, que conlleva la represión de la ternura y la receptividad, así como la represión de la actividad sexual en las mujeres. "La estructura de la masculinidad es inseparable de una feminidad proyectada, adorada, despreciada y temida que existe como su opuesto" (Horowitz y Kaufman, 1989, p 92). Si masculino es activo, femenino tiene que ser pasivo. La masculinidad, como objetivo escurridizo e inalcanzable, se confirma teniendo como reflejo opuesto a una feminidad pasiva, dominada. Y la confirmación de la masculinidad, en una sociedad basada en el género, confirma la hombría (Horowitz y Kaufman, 1989).

Para estos autores, el comportamiento sexual activo frente a mujeres

sexualmente pasivas, así como una atracción intensa y permanente hacia las mujeres, confirman esa hombría. El varón requiere apropiarse del cuerpo de la mujer y también de su deseo y actividad. La búsqueda sexual no es solamente una búsqueda de placer, sino un intento de colmar ansiedades, de aumentar la autoestima, de confirmar la masculinidad (Horowitz y Kaufman, 1989).

Esta breve revisión de algunos planteamientos de autores de la corriente feminista de los estudios de la masculinidad señala interesantes dimensiones de la relación entre sexualidad y género que pueden ser exploradas como líneas de investigación. Aunque se trata de reflexiones generadas en contextos sociales anglosajones e industrializados y se refieren a los segmentos dominantes de esas sociedades, proponen relaciones que pueden ser exploradas empíricamente en un contexto heterogéneo, diverso y desigual como México.

#### Referencias

Investigadora del Centro de Estudios Demográficos y de Desarrollo Urbano en El Colegio de México. Correo-e: [iszasz@colmex.mx](mailto:iszasz@colmex.mx)

M. Kimmel, "La producción teórica sobre la masculinidad: nuevos aportes", Isis Internacional, Ediciones de las mujeres, núm. 17, Santiago de Chile, 1992, pp. 129-138; Seidler, V., "Los hombres heterosexuales y su vida emocional", en Debate feminista, año 6, vol. 11, México, abril de 1995, pp. 78-111. Correo-e: [MichaelSKimmel@compuserve.com](mailto:MichaelSKimmel@compuserve.com)

G. Horowitz, y M. Kaufman, "Sexualidad masculina: hacia una teoría de liberación", en M. Kaufman, Hombres: placer, poder y cambio, Centro de Investigación para la Acción Femenina (CIPAF), República Dominicana, 1989, pp. 65-99. Correo-e: [mkmk@sympatico.ca](mailto:mkmk@sympatico.ca)

Marta Lamas, "Sexualidad y género: la voluntad de saber feminista", en I. Szasz y S. Lerner (comps.), Sexualidades en México. Algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales, México, El Colegio de México, 1998, pp. 49-67. Correo-e:

[gire@laneta.apc.org](mailto:gire@laneta.apc.org)

Este artículo fue publicado en Salud Reproductiva y Sociedad (órgano informativo del programa Salud Reproductiva y Sociedad de El Colegio de México), Año III, No. 8, 1999.

Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;          Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;          Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;          Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p>			

<p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I</p>
Alternativas y sugerencias
Ninguna.

<b>TALLER 11</b>			
<b>Tema:</b>	<b>SEXUALIDAD Y RELACION DE PAREJA</b>		
<b>Objetivo:</b>	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia.		
<b>Tiempo:</b>	10 min	<b>Recursos:</b>	Lista de reglas del grupo
<b>Desarrollo de la sesión</b>			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
<b>Ideas a destacar</b>			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
<b>Alternativas y sugerencias</b>			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 11</b>			
<b>Técnica 3:</b>	La sexualidad masculina desde la equidad de género.		
<b>Objetivo:</b>	Que los asistentes identifiquen las prácticas de una sexualidad equitativa, placentera y responsable.		
<b>Tiempo:</b>	45 min	<b>Recursos</b>	Papelógrafos, plumones, cinta adhesiva.
<b>Desarrollo</b>			
Se comenta al grupo que se reflexionará sobre el ejercicio de una sexualidad equitativa;			
Se señala que para vivir una sexualidad equitativa es importante tener en cuenta los principios que se indican en el Anexo IX. Se explican estos principios;			
Una vez que se han revisado se hace una lista tipo lluvia de ideas en donde los hombres se comprometan a ejercer una sexualidad respetuosa de los derechos humanos de sus parejas y respetuosa; Se revisa en plenaria la lista y se reflexiona en el grupo.			
<b>Ideas a destacar</b>			
Es importante que siempre vinculemos el concepto de placer sexual con el de			

<p>respeto a los derechos humanos de las mujeres. No pude haber un real placer sexual ahí donde la mujer vive violencia de cualquier tipo.</p> <p>Es importante que los hombres se reeduquen sobre la sexualidad, y que asistan a talleres, terapias, cursos, etc. para estar más informados.</p> <p>De fondo es importante que los varones comprendan que no son dueños del cuerpo de las mujeres, y que cada quien nace solo, se relaciona con una pareja un tiempo y siempre puede existir la posibilidad de la separación. Debido a ello es importante entender que el placer de cada quien es sólo su responsabilidad.</p>	
<b>Alternativas y sugerencias:</b>	
Al igual que los otros temas de sexualidad, es importante llegar con información para el grupo.	
Break	10 min

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 11</b>			
<b>Técnica 1:</b>	Entre la dependencia y autonomía		
<b>Objetivo:</b>	Identificar las características de una relación de pareja violenta y otra que respete los derechos humanos de sus integrantes		
<b>Tiempo:</b>	45 min	<b>Recursos</b>	Plumones de colores, cinta adhesiva, papelógrafos, lectura anexo XI.
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los asistentes que se reflexionará sobre los prejuicios sociales en torno a la pareja y el matrimonio;</p> <p>Se hacen dos equipos, al primero se le pide que escriba una lista de características que debiera de tener una mujer que quiera ser “buena esposa” de un hombre. Al segundo equipo se le dice que escriba una lista de características de un hombre que quiera casarse con una “buena mujer”;</p> <p>Una vez hechas las listas se presentan en plenaria, y se identifican los opuestos que hay en cada una, por ejemplo en ellas “bellas”, “buenas madres”, bonita, servicial, etc. y en ellos “proveedor”, “fuerte”, “líder”, etc. y se reflexiona sobre la idea que tiene la sociedad de que las personas se complementen para ser pareja y formar una familia.</p> <p>Se hace la lectura del Anexo XI sobre complemento o autonomía, y se reflexiona.</p> <p style="padding-left: 40px;">Se presenta la lectura del anexo XI Anexo XI Sexualidad desde la equidad de género</p> <p>Para poder ejercer una sexualidad alejada de la violencia y más cercana a la responsabilidad y al placer, es importante tener en cuenta al menos los siguientes principios</p> <p style="padding-left: 40px;">Equidad de género.- La sexualidad nunca será placentera en relaciones donde no haya equidad de género. Usualmente, las mujeres que viven violencia en la relación de</p>			

pareja, sólo viven la sexualidad como una parte más de la violencia que sufren y que se transforma en violencia sexual; o viven la sexualidad como una “luna de miel” (etapa de reconciliación y perdón en el ciclo de la violencia). Pero es raro que vivan el placer desde una percepción del respeto y amor del hombre por ella. Entonces, si se quiere vivir una sexualidad plena se tendría que detener todo comportamiento abusivo.

Reivindicación del derecho al placer.- Todas y todos tenemos un cuerpo que siente placer ante determinados estímulos. Pero el placer que surge de contextos de confianza y equidad, así como de la intimidad con alguien, es muy diferente de la sensación que ofrece el sexo que llega a ser impuesto, o que ignora los límites que se quieren poner, o del sexo que se ejerce por presión o miedo. El placer que permite hacer crecer a las personas es sólo aquél que se decide de forma libre, sin ningún tipo de coerción sexual hacia la mujer. El hacer cambiar de opinión a la pareja respecto a sus ganas de tener relaciones sexuales y su deseo son actos de coerción y presión donde no hay confianza y equidad.

Respeto a la diversidad sexual.- Todas y todos tenemos una orientación sexual. No se tiene claro si se nace con ella o si se elige, pero lo real es que algunas personas sienten placer a estar con una persona del sexo opuesto; otras al estar con personas del mismo sexo; y otras al estar con personas de ambos sexos. Como no hay una regla en el placer, y no se sabe si se elige por la biología o la educación, no es legítimo sancionar la orientación sexual de las personas. Cuando alguien tiene respeto irrestricto hacia la orientación sexual de otros y otras, y al derecho humano de vivir su sexualidad libre de presiones, de violencia y de estigmatización, las personas son más felices en todos los ámbitos de su vida.

Fomentar la educación y la salud sexual integral.- Es saludable ejercer la sexualidad desde el autocuidado, estando informado sobre las Infecciones de Transmisión sexual, sobre los métodos anticonceptivos, y asistiendo a espacios de reeducación donde se enseñe a ejercer el erotismo, a respetar el de la pareja; a hacer de la sexualidad un juego lúdico, respetuoso y placentero. Es importante que los hombres comprendan que el tiempo de imponer el coito y el sexo a las mujeres se ha acabado, y que para estar relacionados sexualmente con las mujeres hay que vincular el placer con el respeto a los derechos humanos de todas y todos.

#### Ideas a destacar

La idea de ser complementos en la pareja implica aceptar situaciones de desigualdad, donde ella se inscribe al ámbito privado y a las labores domésticas, y el al ámbito público y a las labores públicas. Al acceder de manera desigual al trabajo y al dinero se genera desigualdad en la pareja.

Las relaciones de pareja respetando la autonomía de ambos implica organizarse de una nueva forma en la relación de pareja, donde ambos circulan con responsabilidades específicas entre el ámbito público y privado.

La idea central de toda relación de pareja y de familia debiera ser el respeto a los derechos humanos de sus miembros, con la idea de apoyarlos para crecer y aprender a ser ciudadanos responsables en la sociedad. El machismo no busca éste ideal, la equidad de

género, sí.			
Alternativas y sugerencias:			
Se puede hacer la lectura y reflexionar en grupo, pero de hacer así la dinámica habría que dejar muy claro la relación que hay entre los dos tipos de pareja (machista y de equidad de género) con los roles de género y la idea de complemento. Se sugiere ir de lo vivencial a la lectura para que quede más claro.			
Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;</p> <p>Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;</p> <p>Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;</p> <p>Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima.</p> <p>Ideas a destacar</p> <p>Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina, y de acuerdo al tiempo cuestionarlas.</p> <p>Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios.</p> <p>Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos.</p> <p>Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I.</p>			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			

<b>TALLER 12</b>			
Tema:	<b>SEXUALIDAD Y RELACION DE PAREJA</b>		
Objetivo:	Brindar información sobre la forma de trabajar en el grupo y sus reglas de convivencia		
Tiempo:	10 min	Recursos:	Lista de reglas del grupo
Desarrollo de la sesión			
Se presentan las normas del grupo (ver el desarrollo del encuadre de la primera sesión).			
Ideas a destacar			
Se puede preguntar a los participantes como les fue durante la semana y que recuerden que temas trataron en la sesión anterior como introducción.			
Alternativas y sugerencias			
Ninguna.			
<b>PRIMERA PARTE DEL TALLER 12</b>			
Técnica 3:	El riesgo fatal en la relación de pareja		
Objetivo:	Que los asistentes reconozcan sus señales de pensamiento, de sentimientos y		

	de cuerpo, previas al ejercicio de la violencia, cuando su poder y autoridad en la relación de pareja son cuestionados.		
Tiempo:	45 min	Recursos	hojas blancas, lápices
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se reparte hojas blancas a los participantes. Se les solicita que escriban dos o tres frases que, cuando sus parejas se las dicen, les causa mucha indignación. Se deja un tiempo para que escriban.;</p> <p>Luego se les pide que se levanten de sus asientos con sus hojas en la mano y formen dos columnas, mirándose frente a frente a una distancia de 30 centímetros. Cuidar que cada quien tenga una pareja.;</p> <p>Se pide que intercambien sus hojas escritas con el compañero que tienen al frente.;</p> <p>Se solicita primero que los que están a la derecha imaginen que quienes están al frente son sus parejas. Se les indica que deberán estar atentos a sus sentimientos, pensamientos y a las sensaciones de sus cuerpos.</p> <p>Se les pide, primero a los que están a la derecha, que les lean en voz alta a los compañeros que tienen al frente las frases que estos escribieron en la hoja. Los que están al frente, ante cada demanda dirán ¡Ese soy yo y respeto lo que dices! Terminan de leer la hoja y volverán a leer las demandas de servicios desde el principio, hasta que la facilitadora del taller diga, luego de aproximadamente unos 3 minutos ¡Alto! El paso siguiente es el cambio de roles. A los que están en la fila de la izquierda se les hará las mismas recomendaciones y son los que están al frente quienes dirán ¡Ese soy yo y respeto lo que dices!</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Se le pregunta a cada participante qué pensamientos pasaron por su cabeza, qué sentimientos percibieron y qué sensaciones en sus cuerpos pudieron notar, cuando “su pareja” les decía esas frases. Hacerles notar que esas constituyen señales que aparecen instantes previos a nuestra decisión de violentar, cuando sentimos que nuestro poder y autoridad están en juego.</p> <p>Que la capacidad de identificarlas en ese instante nos permite tomar la decisión de retirarnos de la escena del conflicto, evitando violentar (ver en anexos técnica del retiro).</p>			
<b>Alternativas y sugerencias:</b>			
Se pueden hacer equipos y reflexionarse cada una de las preguntas, o dar la lista de preguntas y que cada grupo las converse. La desventaja es que puede haber hombres que no participen.			
Break	10 min		

<b>SEGUNDA PARTE DEL TALLER 12</b>			
Técnica 3:	Construyendo la equidad en mi pareja		
Objetivo:	Identificar relaciones de equidad de género en la relación de pareja		
Tiempo:	45 min	Recursos	Hojas blancas, lápices

<b>Desarrollo</b>
<p>Se indica que una manera de controlar a la pareja es mediante las expectativas que se tiene de ella, y que para construir relaciones más equitativas hay que detener éstas y los servicios, y generar nuevas maneras de pensar y de actuar que permitan construir una relación equitativa;</p> <p>Se reparten el formato del Anexo XI y se lee en plenaria. Se inicia el llenado del ejercicio;</p> <p>Una vez terminado se reflexiona en plenaria.</p>
<b>Ideas a destacar</b>
<p>Las expectativas son ideas que tienen los hombres sobre las mujeres en un sentido de superioridad. Muchas de estas ideas no son vistas así, los varones las ven como “algo normal, que cualquier mujer debiera hacer”. Es importante recalcar el sentido abusivo de éstas ideas.</p> <p>Las conductas de servicio es aquella manera de actuar que el varón espera que la mujer haga. Es importante que se haga ver a los varones que al demandar a las mujeres servicios las están colocando en un papel de “servidumbre”, de “sirvienta” y que ello anula no sólo la condición de esposa y pareja, sino además el de ciudadana y mujer. Y que ello termina desilusionando a las mujeres profundamente de los hombres.</p> <p>Ejercitar una relación sin expectativas de servidumbre sobre la pareja requiere hombres que asuman cabalmente la responsabilidad sobre sus necesidades y su vida sin esperar que la pareja, los hijos/as u otra persona se haga cargo de él. Un hombre autónomo siempre va a apoyar a su pareja para que lo sea.</p>
<b>Alternativas y sugerencias:</b>
<p>Presentar anexo XII</p> <p>Anexo XII</p> <p>¿Complemento o autonomía en la relación con las mujeres?</p> <p>En ésta lectura buscaremos reflexionar sobre la siguiente pregunta: ¿Cómo quieren relacionarse los hombres con las mujeres? Veamos dos tipos de parejas:</p> <p>El hombre que ejerce el machismo.- Al enamorarse estos varones generan diversas expectativas sobre la mujer para que ella se acomode al ideal de él de mujer. Entonces desde el principio de la relación vinculan afecto y amor con expectativas y servicios. Por ejemplo, una expectativa es que ella siempre sea “bonita y bella” para él, y el servicio que se pide es que siempre esté dispuesta para tener relaciones sexuales. Otra expectativa es que ella sea “buena ama de casa” y una “buena mamá”, y los servicios que se piden es que haga el trabajo doméstico y cuide y atienda a los hijos e hijas. Otra expectativa es que ella “se quede en casa” entonces se sanciona las amistades de ella, y mucho más si son amigos. También otra expectativa es que ella “dependa de él”, y por ello el servicio que se le pide es que deje su trabajo y que gane menos dinero que él. Cada expectativa y cada servicio hacen que el hombre se sienta obligado a controlar su dinero y su trabajo. Todas éste control busca hacer de la pareja una mujer que se someta a él y</p>

dependa económica y emocionalmente de él. Pero los varones usualmente no sus expectativas, sus servicios y sus conductas de control como violencia, más bien dicen que toda relación debe ser así porque ambos se “complementan”. Así, desde el discurso de los varones ella y él deben de “complementarse”, pero el problema es que gradualmente él piensa que y desde la ideología machista si ella no quiere es legítimo usar la violencia emocional, física, sexual o económica para que ella acepte ser su complemento.

El hombre que ejerce la equidad de género.- Una postura opuesta a la anterior es el varón que no tiene expectativas sobre su pareja, ni le exige servicios, ni mucho menos busca controlarla. Los hombres al ejercer la equidad de género se dan cuenta que tanto él como ella son ciudadanos, y que viven juntos por el amor, el deseo y el placer de estar en compañía de esa persona. Además viven en pareja porque llegan a compartir un proyecto: viajar, educar hijos e hijas, hacerse de un patrimonio, etc. Esto es, tienen objetivos comunes, pero estos no borran o hacen invisibles las metas y objetivos personales. El estar coincidiendo o no en proyectos y actividades no desgasta su relación porque hay un acuerdo de mutua confianza y respeto. Una relación con éstas características de equidad de género tiene la meta importante de ayudar a crecer a quienes son parte de la familia. No busca que una de las personas se quede “en casa”, o “no estudie”, o “sea dependiente”, pues su filosofía es la de impulsar los derechos que todos los miembros tienen. Sin embargo, debido a que éste tipo de familia da más libertad, las personas requieren tener más habilidades y educación para manejar el conflicto y manejar la dinámica emocional de las personas.

Cada hombre tendrá que decidir qué tipo de relación quiere. La relación que se inscribe en una ideología machista busca una “familia feliz” y que sea “pacífica” porque el sometimiento es común por medio de la violencia. La familia o relación de pareja equitativa no es una “familia feliz o pacífica”, al contrario en ella el conflicto es frecuente porque las personas experimentan más libertad y viven más oportunidades y situaciones de riesgo. Pero para enfrentar ésta libertad en una pareja equitativa se esperarían personas emocionalmente más maduras, y con más recursos para manejar el conflicto negociando y sin violencia.

Cierre	10 min	Objetivo	Dar por finalizada la sesión del día
Desarrollo del cierre de la sesión			
<p>Se indica a los asistentes a la sesión que se realizará la actividad de cierre;          Se solicita que comenten cómo se sienten y qué reflexión se llevan de la sesión;          Se toma nota de aquellos puntos que se quieran destacar, y se hacen comentarios a lo dicho por el grupo;          Se da por terminada la sesión y se invita para la próxima,          Se aplica instrumentos de evaluación final (Ver en anexos prueba de entrada y salida).</p> <p>Ideas a destacar          Hay que estar atentos a ideas que reproduzcan formas de dominación masculina,</p>			

y de acuerdo al tiempo cuestionarlas. Hay que validar la experiencia emocional de los usuarios. Hay que reconocer avances de usuarios y ofrecerles incluso apoyo grupal o aplausos. Puedes desarrollar unas de las técnicas de contención que se presentan en el Anexo I
Alternativas y sugerencias
Ninguna.

### III. TÉCNICAS DE CONTENCIÓN

Una actividad de contención es aquella que pretende contener y orientar de manera saludable a un grupo o un usuario ante una experiencia o idea perturbadora, o ante el desbordamiento de una emoción intensa sensación de malestar. La contención tiene la finalidad de facilitar la expresión saludable de la experiencia emocional, por un lado, y por el otro asimilar una idea o información. Ambos, emoción y pensamiento son igual de importantes, pues quien aclara una emoción puede tener un mejor juicio, y viceversa.

En el trabajo con hombres en grupos de reflexión y en talleres en la comunidad se ha logrado entender que es insuficiente que las técnicas de contención sólo sean usadas para “relajar” al grupo o a algún usuario en particular, pues a veces al hacerlo se evita el aprendizaje significativo. Ésta surge en momentos muy concretos: cuando el usuario comprende la dimensión e importancia de un concepto, cuando identifica las consecuencias de sus actos o reconoce y aclara una emoción, o cuando identifica un momento de su vida especialmente traumático.

El “darse cuenta” llega a surgir con crisis y tensión en algunos varones a nivel individual o grupal. Cuando esto ocurra sugerimos que se les permita sentir ésta experiencia, pues algo usual en su educación masculina es que se haya bloqueado ese contacto y con ello se haya inhibido el aprendizaje que surge de la experiencia. Si permitimos que un hombre llore en el taller tan solo acompañándolo será benéfico para su salud mental y emocional, y también para el grupo al estar con él. Si hacemos lo mismo con un hombre que se muestra enojado, y lo contiene un grupo que no se intimida ante sus amenazas, y tan solo le devuelven lo que está haciendo y le recuerdan las reglas del grupo, entonces el varón podrá aprender que hay otras personas a las cuales no se les puede intimidar, y que al final él vivirá las consecuencias de sus actos.

A veces se llega a aplicar inmediatamente una acción de contención que busca cerrar el contacto emocional profundo, y con él el proceso de aprendizaje significativo del varón. De hecho, hay dos reacciones de la facilitadora ante la crisis masculina: La primera reacción surge de una facilitadora que siente miedo o temor al ver la reacción emocional de los hombres -ya sea ésta de mucho enojo o de mucho miedo- e inmediatamente implementar la técnica de contención. No deseamos éste tipo de respuestas, porque quien hace esto no piensa en la necesidad del varón, sino en su propia emoción de miedo o enojo. Esto surge por la dificultad de acompañar al hombre en su malestar emocional. El resultado es que no se genera aprendizaje significativo, y el hombre aprende uno tradicional: “sentir está mal, e inmediatamente debo sofocar lo que siento”. Entonces la contención puede inhibir el aprendizaje significativo, y genera uno tradicional que es machista porque no se le permitió aprender algo alejado del mandato masculino de no sentir.

Lo opuesto es una facilitadora que aprende a mantener estabilidad emocional y mental, así como conductual y relacional ante la crisis del usuario. Esto es, una facilitadora que ante el estallido del otro o el arranque de amargura del usuario comprende que éste es el resultado del trabajo de varias sesiones. Entonces “ya lo esperaba”, y cuando ocurre no siente sorpresa, más bien lo encuentra listo. Debido a ésta disposición no reacciona “a bote pronto”, o “desde las vísceras”, sino que se observa la crisis, escucha lo que dice el usuario, mira al grupo y por ambos establece empatía. Así mismo, se pregunta “¿Qué paso puedo dar ahora? ¿Lo sigo escuchando? ¿Le pregunto en tal o cual dirección? ¿Le comento que respire y le doy una breve contención? ¿Detengo el proceso y doy contención grupal? ¿Ya alcancé mi objetivo y es innecesario que profundice tanto en su malestar? O ¿No es alcanzado mi objetivo, y es importante que el compañero se vaya a su casa con ese malestar?” Todos estos pensamientos de la facilitadora nos hablan de alguien que está atenta con todos los sentidos al proceso de crisis del usuario. Con base en éstas preguntas, y en la respuesta que se ofrezca ella misma al observar, escuchar y sentir al usuario y al grupo decide si hace o no la contención, y si la hace medita si a nivel grupal o a nivel individual, si hace alguna que venga en éste manual u otra que ella crea que es más pertinente, y piensa si la implementa en el tiempo que se señala aquí en éste manual, o si la acorta o la alarga.

A continuación ofrecemos un ejemplo de dos tipos de intervenciones de éste último tipo de intervención, una validando la experiencia de malestar emocional de un usuario, y la segunda confrontando la experiencia de enojo de otro:

Primer ejemplo:	
Objetivo	Acompañando el malestar emocional de un usuario.
Es importante identificar las señales de crisis emocional, por ejemplo:	
Que el usuario tenga voz quebrada	
Que comience a tallarse los ojos continuamente para retener llanto.	
Que comience a sonarse la nariz frecuentemente por llanto	

<p>Que comience a tener rostro rojo o desencajado al narrar su experiencia</p> <p>Que disminuya el tono de voz</p> <p>Que encorve el cuerpo o tenga expresión emocional disminuida</p> <p>Que voltee a ver a varios lados como queriendo evadir la mirada del facilitador</p> <p>Que comience llanto</p>
<p>Para contener éste tipo de crisis se puede:</p>
<p>Escuchar su narración, y observar cómo va desarrollándose la crisis en silencio de parte del facilitador.</p> <p>Valorar el momento de llanto diciendo frases como “Que importante son las lágrimas que estás llorando”.</p> <p>Devolver lo que se observa comentando “veo que estas llorando”.</p> <p>Solidarizarse personal y grupalmente con el usuario señalando “compañeros acompañemos en su malestar a Juan. No estás solo.”</p> <p>Señalar el último sentimiento que el usuario diciendo “Entonces sentiste tristeza...” o “Era miedo lo que sentías...”</p>
<p>Una vez que la crisis pasó</p>
<p>Preguntarle cómo se siente para continuar las actividades en el grupo. Permitir la salida si no puede o que continúe –hay que estarlo observando-</p> <p>Dirigirse a los otros usuarios cómo se sientes, y escucharlos.</p>

Segundo ejemplo:	
Objetivo	Confrontando el enojo de un usuario
<p>Un usuario comienza a enojarse cuando:</p> <p>Levanta el tono de voz</p> <p>Su tono de voz es amenazante.</p> <p>Usa frases para insultar, amenazar o socavar la asistencia de un usuario o facilitador.</p> <p>Expresa frases que envía un mensaje de intimidación al grupo u otra persona en específico del mismo.</p> <p>Se le pone el cuerpo rígido, parlotea con las manos, y en general se muestra intranquilo.</p> <p>Su mirada se ve dura e intensa, su quijada se endurece y las manos se pueden ver crispadas.</p>	
<p>Para contener éste tipo de crisis se puede:</p>	
<p>Se le devuelve lo que dice, por ejemplo “comentas que estás muy enojado” o “escucho decir que te molestó que dijo el compañero”.</p> <p>Se le señala que está subiendo el tono de voz “Compañero, estás levantando el tono de voz” o “Jorge, estás gritando”.</p> <p>Se describe lo que se observa: “Veo que mueves las manos” o “Observo</p>	

<p>que tu postura se pudo rígida cuando te dije que la conducta que hiciste era violencia...”</p> <p>Se le pregunta “¿Estás enojado?”, “¿Para qué gritas?, ¿Qué pretendes alcanzar con amenazar?” o “¿Buscas intimidar a los asistentes o a los facilitadores?”. o Se le pregunta ¿Qué justifica que te expreses de esa forma? y/o ¿Qué sientes?</p> <p>Se habla de la propia sensación: “Cuando dices las cosas con ese tono de voz me siento amenazado...”, “Cuando le hablas así al compañero lo estas insultando” o “cuando me dices esas palabras me estás insultando”.</p>
<p>Una vez que la crisis pasó</p>
<p>Preguntarle cómo se siente para continuar las actividades en el grupo. Permitir la salida si no puede o que continúe –hay que estarlo observando- Dirigirse a los otros usuarios cómo se sientes, y escucharlos.</p>

Con relación al enojo esas posibilidades de respuesta buscan que el usuario se haga responsable de su conducta. Se puede describir y hablar de la propia experiencia. Incluso se puede señalar cuál es una conducta de violencia. Sugiero que al final siempre se pregunte ¿Qué buscas con gritar así? ¿Para qué insultas? Con la idea de que se reflexione sobre la conducta del usuario y no se tome como algo personal la confrontación. Se invita siempre a la reflexión.

Finalmente, con relación a los momentos de contención del malestar los facilitadores deben estar atentas a si se conectan demasiado con el sentimiento o los sentimientos del usuario, y si ellas mismas no están entrando en crisis. También debieran estar atentas a su respiración (que no estén con respiración acelerada), a su fortaleza emocional (que no se sienta débil), a su respiración y velocidad del corazón (que no transpire y se mantenga estable).

Entonces la aplicación de una contención debiera estar muy meditada por la facilitadora, pues todas las dinámicas de éste manual abren procesos en los cuales cualquier persona pudiera entrar en crisis en cualquier instante. Como sabemos hay muchas técnicas de contención, aquí te sugerimos algunas que hemos usado en el trabajo con hombres. No son las únicas, y puedes incluir otras, pero te solicitamos que el espíritu de las que apliques sea similar a lo que arriba se señala y a lo que abajo te compartimos. Cabe señalar que éstas se enfocan en contener la experiencia de los varones en tres aspectos:

La regulación mental, esto es que los usuarios desenfocuen una idea o pensamiento distorsionado o de abuso que en ese momento no les permite asimilar lo que se está viendo en ése momento en el grupo, y al hacer el ejercicio de contención aclares su mente con la idea de retomar y repensar la experiencia, concepto o idea que se estaba trabajando en el grupo, pero que lo aborden desde otro lugar mental.

La regulación de la respiración, con la idea de que los usuarios oxigenen su cerebro, permitan la expansión del pecho y con ello la apertura a alguna sensación o emoción contenidas. O incluso porque de esa forma se podría facilitar que expresaran algunas palabras que de otra forma “no saldrían”.

Distensión en el cuerpo, con la finalidad de que algunas partes del cuerpo como el rostro, las manos, etc. disminuyan su tensión y puedan permitir que el usuario se relaje. Esta tensión puede surgir porque los usuarios van llegando de una jornada laboral larga, o por tensiones que se tienen por conflictos de pareja, o con los hijos, u otra serie de eventos que al final dan el resultado un cuerpo rígido que dificulta la reflexión y el aprendizaje.

Todos estos aspectos en los cuales sugerimos contener a los varones son “ámbitos” que se interrelacionan, y creemos que es importante que facilitadoras al usarlos hagan hincapié a los varones que ellos debieran apropiarse de ellos para hacerse responsables de su salud mental, de la deconstrucción de los estereotipos de género, y de la construcción de equidad de género.

A continuación te compartimos las técnicas de contención dirigidas a aclarar los pensamientos, a regular los sentimientos y reconocer la experiencia corporal ante las técnicas del grupo.

## ANEXOS

### ANEXO I: ACTIVIDADES DE CONTENCIÓN

TEMATICA: CONTENCIÓN			
Tema:	Paro de pensamientos		
Objetivo:	Que los usuarios identifiquen sus pensamientos y los detengan por medio de la respiración		
Tiempo:	20 min	Recursos:	Ninguno
Desarrollo			
<p>Se solicita que los usuarios se sienten cómodos, y se indica que se hará una actividad de contención;</p> <p>Se pide que cierren sus ojos, y que tomen una respiración profunda sacando el aire por la boca;</p> <p>Se les solicita que identifiquen cómo se están sintiendo con los ejercicios del día, y que identifiquen estas emociones sin conectar con ellas, tan solo observándolas;</p> <p>Se pide que identifiquen los pensamientos que tienen en sus mentes, y que los miren sin seguir las ideas que les presentan; Por ejemplo, se señala que pueden estar pensando sobre ideas que se han dicho en el grupo, o sobre preocupaciones de cosas de la pareja o la casa, o con los hijos. Se les invita a los hombres soltar esas ideas, y no concentrarse en ellas. Solo dejar que surjan y que las suelten;</p> <p>Para soltar las ideas se indica que respiren de forma profunda, y que sienten que el aire que entra limpia su mente y al exhalar salen las ideas. Se repite éste ejercicio de forma pausada, hasta 3 veces;</p> <p>Se indica que gradualmente van sintiendo una mente en blanco, sin ideas y que sólo se siente vacía, sin rumia mental ni pensamientos distorsionados;</p> <p>Se repite el punto v dos o tres veces;</p> <p>Se señala que observen cómo pueden generar en unos minutos una mente pacífica, que no siente odio por nadie, ni se preocupa por nada. Se indica que disfruten tener la mente en paz unos instantes;</p>			

Después de 2 minutos se indica 2 veces que tomen aire y exhalen por la boca, después que poco a poco vayan abriendo los ojos.  
Se pregunta cómo se sienten, y se reflexiona.

**Ideas a destacar**

Se señala que usualmente las ideas dirigen a los hombres, y que las ideas distorsionadas u opresivas hacen que se actúe así y se lastime a otras personas. Se comenta que los estereotipos de género son tan solo eso, ideas. Y que no pueden dominar la conducta de los hombres, y menos cuando justifican la violencia. Se señala que, por eso, ante un conflicto con la pareja u otra persona hay que observar qué ideas surgen en la mente que pueden justificar una reacción violenta.

Se indica que la respiración permite limpiar la mente y generar un pensamiento más tranquilo, que ayuda mucho hacer yoga, asistir a meditación o hacer deporte en donde por la actividad física que se hace y los ejercicios de respiración que se ejercitan, la mente se tranquiliza y el resultado es “sentirse mejor”. No es sólo por la actividad física que uno se siente así, también lo es porque la mente deja de trabajar tanto, y descansa.

**Alternativas y sugerencias**

Ninguna.

**Temática: Contención**

**Nombre:** Regulación de las emociones

**Objetivo:** Que los asistentes regulen sus emociones a través de la respiración

**Tiempo:** 45 min **Recursos**

**Desarrollo**

Se solicita que los usuarios se sienten cómodos, y se indica que se hará una actividad de contención;

Se pide que cierren sus ojos, y que tomen una respiración profunda sacando el aire por la boca;

Se les solicita que identifiquen cómo se están sintiendo con los ejercicios del día, y que identifiquen éstas emociones sin conectar con ellas, tan solo observándolas;

Se pide que observen las diversas emociones que pueden sentir, y que piensen que éstas no son ni buenas ni malas, tan solo son parte de ellos mismos;

Se solicita que las miren con detenimiento, y que se den cuenta que durante mucho tiempo se les dijo que no podían sentir las, lo cual siempre fue una mentira. Se indica que tomen una respiración profunda, y que exhalen por la boca con suavidad;

Se pide que identifiquen sólo un sentimiento, el que sea el más representativo de lo que sienten en ése instante;

Una vez que lo identificaron se pide que lo observen, sin contactar con él, sino identificándolo como a un viejo amigo que siempre ha estado ahí, pero que hasta ahora lo ven. Se les indica que lo miren unos instantes de forma apacible, y nuevamente que tomen aire, y exhalen por la boca suavemente;

Después de 2 minutos se indica que gradualmente vayan abriendo los ojos con la presencia de la emoción en ellos.

Se pregunta cómo se sienten, y se reflexiona sobre la importancia de sentir las emociones.
<b>Ideas a destacar</b>
Las emociones se pueden reconocer en los varones sin generar ninguna idea sobre ellas. Al hacerlo se puede ver que las emociones simplemente son, y que los pensamientos le asignan una sobrevaloración o una devaluación de acuerdo al género. Por ejemplo, en los hombres se sobrevalora el enojo y en las mujeres el miedo y la tristeza. Pero cuando una mujer siente enojo se desvalora, y cuando un hombre siente miedo o tristeza es devaluado.
De entre todas las emociones hay algunas que fueron reforzadas en la infancia, y que debido a ello son las que más se expresan o se sienten en los conflictos. Pero a veces el cuerpo requiere sentir otra emoción, pero se educó en ellas. Y además surgen pensamientos que descalifican la nueva emoción. Entonces hay que asistir a espacios de terapia donde se ayuda a contactar con la nueva experiencia emocional. Se comenta que eso puede pasar al vayan a esos talleres, y que es importante que los hombres que sientan mucho malestar después de cada sesión asistan a su vez a terapia.
<b>Alternativas y sugerencias:</b>
Ninguna

<b>Temática: Contención</b>			
<b>Nombre:</b>	Círculo de apoyo Objetivo		
<b>Objetivo:</b>	Que los hombres manifiesten palabras de apoyo y afecto para contenerse emocionalmente.		
<b>Tiempo:</b>	20 min.	<b>Recursos</b>	Ninguno
<b>Desarrollo</b>			
<p>Se indica a los varones que se hará una técnica de contención;  Se les pide que se pongan de pie y hagan un círculo;  En el círculo se les pide que se pongan en fila dándole la espalda al compañero;  Se extiende los brazos de forma tal que se tocan los hombros del compañero de enfrente; se les indica que le den un pequeño masaje al compañero en sus hombros y poco a poco en su espalda; Se indica que debe ser un masaje suave y no brusco, y que puede ser con la punta de los dedos, con la palma completa o con pequeños golpecitos con el puño cerrado;</p> <p>Una vez que se ha dado un leve masaje, se pide a los compañeros que se volteen y den otro masaje al compañero de enfrente;  Si el tiempo lo permite se reflexiona en grupo en plenaria.</p>			
<b>Ideas a destacar</b>			
<p>Es importante resaltar lo importante de que los hombres se toquen y no sientan temor de hacerlo.</p> <p>Se puede sugerir el que ellos mismos den éste tipo de masajes a sus padres e</p>			

hijos y otros varones a quienes se estima haciendo el hábito de demostrar el afecto que se tiene por éstos.

Este tipo de técnicas además de contener, evita la homofobia.

Alternativas y sugerencias:

Ninguna

Anexo II

La historia de Raúl

Raúl es un hombre responsable. Todos los días se levanta, va al trabajo de obrero que tiene en una fábrica de bicicletas y trabaja doble turno para tener el gasto de su casa. Susana, su esposa, le ha comentado que los 2 hijos que tienen a veces lo extrañan, y que no es adecuado que nunca vaya a las actividades escolares de los niños. Él le dice que es su papel como hombre trabajar para mantenerlos. De hecho, también le comenta que la casa ha estado muy sucia, y que su deber como mujer además de cuidar a los hijos es mantener limpia la casa...

Susana quiere trabajar para ganar algo de dinero, y piensa que lo hará aunque Raúl no esté de acuerdo. Los hijos de Raúl desearían que su padre estuviera en las tardes con ellos. Entienden que tiene que trabajar, pero no comprenden cómo otros amigos sí conviven más con sus papás. Los niños lo extrañan, pero Raúl les dice: “Es lo mismo que hizo mi padre conmigo, y es lo que hacemos todos los hombres”.

Anexo III

Cuestionario sobre conductas en torno al trabajo y el dinero.

Deseamos agradecer tu participación en ésta sesión. Para reflexionar sobre el uso del dinero y la importancia del trabajo para los hombres, te solicitamos responder las siguientes preguntas. Marca sólo una opción por renglón.

Actitudes	He actuado así.	A veces actúo así.	Nunca he actuado así.
<b>Mi dinero y mi trabajo.</b>			
1.- Mi salario es principalmente para mí.			
2.- Lo peor que le puede pasar a un hombre es quedarse sin dinero y trabajo.			
3.- Es legítimo estar de mal o humor o muy triste si me quedo sin trabajo.			
4.- Los hombres son los únicos proveedores que tiene la sociedad.			
5.- Es caso de no tener nada de dinero es legítimo realizar actividades ilícitas para obtenerlo.			
6.- Mi padre nunca informaba a mi familia de sus gastos.			
7.- Usualmente me la paso trabajando, no tengo tiempo para estar con la familia.			

8.- Llego a relacionarme con mujeres en el trabajo que me agradan, es parte del trabajo.			
9.- Gasto en cosas extravagantes, pero inútiles.			
<b>El dinero y el trabajo de mi pareja.</b>			
1.- Para que mi pareja trabaje me debe de pedir permiso.			
2.- Comparto con mi pareja la información de cuánto dinero gano.			
3.- El trabajo y el dinero de mi pareja no son tan importantes como el mío.			
4.- La pareja no tiene porqué opinar sobre la manera en que uso el dinero en casa.			
5.- El trabajo doméstico es cosa de mi esposa, no mío.			
6.- Le pido a la pareja cuentas sobre sus gastos			
7.- Mi esposa realiza el trabajo doméstico y yo trabajo en la empresa o en el Gobierno.			
8.- Es legítimo que una vez que esté en casa sea atendido por mi esposa.			
<b>El dinero y el trabajo en mi familia.</b>			
1.- Premio y castigo a mi familia a través del dinero.			
2.- No tiene caso comparto el dinero con mi familia.			
3.- Prefiero que mis hijos y mi pareja dependan económicamente de mí.			
4.- El dinero que gana mi pareja y el que ganan mis hijos también es de mi propiedad.			

<b>Anexo IV</b>
<b>La historia de Fernando</b>
<p>Hola, soy Fernando. Posiblemente no me conozcan... bueno, seguramente no me conocen. Pero me han invitado para contarles sobre mi experiencia. Ya sé que no van a querer saber nada de quien ignora todo, pero les pido Señores, por favor, les pido que escuchen, por el bien de ustedes, por el de sus familias, la breve historia de mi vida.</p> <p>Muchos años de mi vida fui taxista, como muchos dejé la escuela muy joven. No es que no me gustara, simplemente no alcanzó el dinero en mi familia para pagar los</p>

estudios de todos.

Primero trabajé a los trece años en la tienda de un tío. Me decía que como era hombre debería de cargar las cajas para acomodarlas. A mí me pesaban mucho, pero con el tiempo entendí que era cosa de hombres hacer el trabajo pesado. Con el tiempo me hice amigo del Señor que llevaba una marca conocida de gaseosas. No puedo decirles cuál es, pero es una que venden en todo el mundo, y contiene pura basura que la gente bebe felizmente. Bueno, pues éste Señor... creo que se llamaba José. En la tienda duré unos 5 años, y fue entonces cuando éste Señor me dijo que yo era trabajador, y que podría ser útil en la empresa de gaseosas. Y así, en menos de dos semanas ya estaba cargando cajas de gaseosas en la empresa mencionada.

Subía cajas al camión de la empresa a las 4 o 5 de la mañana, y durante todo el día hasta la hora de la comida repartíamos por toda la ciudad. Durante el camino, iba encima de las cajas, agarrándome como podía, sin ningún cuidado, soportando el calor y tratando de no caerme.

Al llegar jalábamos las cajas con la carretilla, lo más pesado era cargar las botellas grandes de agua, pues tienen cerca de doce litros. Yo veía como mi cuerpo iba endureciéndose, se hacía fuerte y apenas acababa de cumplir 20 años, y me decían en casa que yo ya era todo un hombre.

La verdad no estaba mal el trabajo, aunque pagaban poco y era realmente pesado cargar tantas botellas de agua y gaseosa, con el tiempo uno se acostumbra. De la empresa de gaseosas seguí a una empresa de gas. Cargaba tanques de 20, 30 y 60 kilos de gas. Me sentía orgulloso de mi cuerpo, pues aguantaba mucho, pero creo que fue a los 25 años que sentí algo en la espalda. Un dolorcito al que no presté importancia.

Pero comencé a tener dolores de espalda más agudos. Era como una espina que se me clavaba en la columna. Fui a la posta médica de la empresa y me dijeron que sólo estaba fingiendo para no trabajar. No me dieron descanso. Después comencé a faltar pues simplemente el dolor no me permitía moverme. En la empresa de gas eran más estrictos, con tres faltas te botaban del trabajo, y como no estaba en planilla en cualquier momento me podían botar. Y eso sucedió. Simplemente no me dejaron entrar. Les pedí indemnización por el tiempo de servicio, pero me dieron solo lo que quisieron. Y con dinero prestado tuve que ir al médico para tratarme la espalda.

Un tiempo estuve bien. Pero necesitaba el dinero. A los 28 años comencé a manejar un taxi, al principio me gustó, pero la postura del asiento me comenzó a molestar. El médico me vio de nuevo, y me dijo que necesitaba operarme. ¡En mi vida imaginé operarme de la espalda! Bueno, de un anillo de la columna, que era el que me apretaba un nervio. Si quería operarme, pero para entonces ya me había casado. Los gastos de los niños y el pago del alquiler de la casa impedían que lo hiciera. Raquel mi esposa, me decía que ella podía apoyarme si trabajara, pero como ustedes saben el trabajo es cosa de hombres, y las mujeres deben cuidar a los niños ¿Acaso no tiene que ser así?

Entonces a escondidas compraba medicamentos para calmarme el dolor. Así

estuve hasta los treinta años, hasta que un día no pude levantarme. ¿Les ha ocurrido algo así? Es horrible, simplemente despiertas, le ordenas a tus piernas moverse y no responden. Solo eso ¡no responden! ¿Pueden creerlo? Me arrastré como pude a la puerta del cuarto, les grité a Raquel y a los niños, pero ya se habían ido. Fue en el suelo que comencé a sentir realmente un dolor de espalda ¡qué digo la espalda! ¡De la columna! Esa por donde pasan –según me ha dicho el médico- todos los nervios del cuerpo. Entonces ¡El dolor lo sentía en todos los nervios del cuerpo! ¿Se imaginan eso? No lo creo, porque son cosas que comprendes hasta que te pasan. Estuve toda la mañana tirado, porque Raquel fue a ver a su mamá. Cuando regresó se asustó y la verdad yo estaba muy enojado, la maldecí, la empujé... pero la verdad me sentía humillado porque ni yo solo podía subir a la cama.

Llevo un año levantándome con ayuda de Raquel desde que ocurrió ese horrible día. El doctor dice que ahora que estoy peor la operación no sólo es más cara, sino que tiene más riesgo. Algo se infectó, algo realmente se quebró en mí, y en mi columna. Raquel comenzó a trabajar porque no teníamos ni ahorros y yo era el sostén de la casa.

Ahora, Yo estoy estudiando computación desde mi casa pues la municipalidad ha implementado un programa para personas con discapacidad. Yo no me siento así, no me siento discapacitado, mi mente es fuerte, mi voluntad lo es más, y con mucho orgullo y mucha dignidad hago siempre mis ejercicios. Pero las piernas responden poco.

Yo no creo en la mala suerte. Tal vez alguien me embrujó. No sé pero, ¿quién está a los 33 años de vida sentado inútilmente como yo? ¿Qué hombre depende a ésta edad de una mujer? Pues yo... yo, y por eso quería contarles mi historia, pues a varios de ustedes seguramente tienen algo que les duele, que no se atienden y que piensan que no podrán ponerse mal. Pero si algo aprendí de esto es que si no cuidas tu cuerpo, nadie lo hará por ti. Si no lo cuidas se quiebra tarde o temprano de forma lenta. Y al romperse algo en él, también se rompe uno con él.

## Anexo V

### Título: Carta compromiso de autocuidado.

Yo, \_\_\_\_\_ reconozco que he vivido varios años de mi vida sin estar al tanto 100% de mi cuerpo.

También reconozco que mi cuerpo envejece, es vulnerable a las enfermedades a los accidentes y cualquier situación en que yo la ponga en riesgo.

Debido a lo anterior reconozco que a veces mi cuerpo se ha enfermado de:

- 1.- \_\_\_\_\_
- 2.- \_\_\_\_\_
- 3.- \_\_\_\_\_
- 4.- \_\_\_\_\_
- 5.- \_\_\_\_\_

Y debido a que es importante quererme, respetar mi cuerpo y aprender a cuidarme. Así como

estar claro en que no quiere tener un problema de invalidez, ni ser una carga para otra persona. Me propongo que:

A partir de hoy voy a cuidarme haciendo las siguientes actividades:

- 1.- \_\_\_\_\_
- 2.- \_\_\_\_\_
- 3.- \_\_\_\_\_
- 4.- \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del varón que desea comprometerse a cuidarse.

## Anexo VI

### Pensamientos erróneos o autoengaños.

#### Ejemplo 1

Juan fuma desde la adolescencia, era una forma de convivir con sus amigos. Él siempre pensó que no le pasaría nada. Ahora a los 35 años ha tenido una tos muy fuerte, el médico le dijo que es por el cigarro. Juan al llegar con su familia les comentó sorprendido que el cigarro le ha hecho daño severo a sus vías respiratorias. Sus hermanos y padres solo guardaron silencio.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Juan con relación al cigarro?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Juan para no sorprenderse con la información del médico?

#### Ejemplo 2

Alejandro es un hombre fuerte, de corpulencia imponente por el ejercicio que realiza en el gimnasio casi a diario. Pero hoy amaneció con dolor en la espalda, cree que es porque cargo un peso excesivo el día anterior. Al llegar a su trabajo, Antonia –la chica que le gusta- le pidió que bajara una máquina que no han podido cargar entre dos de los compañeros. Alejandro con gusto asiste a cargarla, pero en el primer intento siente una punzada muy dolorosa, suelta la máquina y ésta cae por los suelos.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Antonio con relación a la máquina que cayó?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Alejandro para no lastimarse?

#### Ejemplo 3

Gerardo estaba enamorado de Susana, la mujer que siempre soñó. Cuando llevaban cinco años de noviazgo por fin se casaron. La familia de Susana siempre ha tendido a tener sobre peso, y Susana no es la excepción. De hecho, el día de la boda ya mostraba un poco de sobrepeso. Al pasar de los años Susana sube más de peso, y Gerardo se queja porque dice que nunca le han gustado las mujeres con sobrepeso. Susana sabe que no es gorda, pero es inevitable que sea ancha de cadera y de hombros pues así es su complexión. Ha hecho ejercicio pero se da cuenta que no tendrá el cuerpo de antes de casarse. Un día Gerardo le dice que está muy desilusionado de ella, y que quiere divorciarse. Susana se siente consternada y enojada, pues le dice que él ya sabía que era así.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Gerardo con relación al cuerpo de Susana?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Gerardo para no desilusionarse?

Ejemplo 4

Luis es papá soltero desde hace dos años cuando se divorció. Le gusta salir con sus amigos. Usualmente el sale los viernes a las 8 de la noche y regresa de madrugada. Cuando sus hijos crecieron comenzaron a hacer lo mismo. Laura su hija mayor comenzó desde los 14 años, y después Dante su hijo menor también a los 13 años. A Luis le gusta beber, y llegaba a hacerlo enfrente de sus hijos hasta emborracharse. También Laura y Dante comenzaron a beber en la adolescencia. Cuando Luis se dio cuenta le platicó a su hermano, le dijo que estaba “sorprendido” de que sus hijos tuvieran esas conductas. Su hermana sólo lo escuchaba.

¿Cuál fue el pensamiento erróneo de Luis?

¿Cuál debió haber sido el pensamiento adecuado de Luis para no sentirse sorprendido con la conducta de sus hijos?

## ANEXO VII

### El Retiro

El retiro se define como la acción con la que decido no ejercer violencia a través de dejar el espacio de conflicto. Lo que me permite es un momento de reflexión en el cual clarifico ideas, sentimientos y señales del cuerpo, así como servicios y autoridades.

De esa forma redimensiono el conflicto y busco mi responsabilidad en él. El retiro no soluciona el conflicto, pero es una alternativa ante la violencia. Para realizarlo debo que seguir los siguientes pasos:

(a) La voluntad y decisión de retirarme. Ésta es una decisión personal, la decisión surge de mi voluntad de aplicarlo sin violencia. Es una disposición y un ejercicio constante de estar observándome, de estar atento a mis pensamientos, sensaciones en mi cuerpo y mis sentimientos ante un conflicto con mi pareja. Cuando me dé cuenta de que “voy a explotar”, o de que “ya no aguanto más”, decido dar paso a esta voluntad de ejercer el retiro, hago la señal acordada, y lo realizo. (b) Acordar el retiro. Antes de ejercitarlo debo acordar el retiro. En un momento de tranquilidad es mi responsabilidad platicar con mi pareja sobre el retiro. Explicarle que puedo violentar cuando vea que estoy identificando ideas, sentimientos y sensaciones que me llevan a la violencia. Debido a ello le comento una frase (como “me retiro” o “mejor me detengo”, etc.) y/o se lo expreso a través de un gesto de la mano en donde le comunico que me retiraré. Le explico que no es mi intención “mandarla al diablo” ni ignorarla ni violentarla, por el contrario, decido aplicar el retiro porque me doy cuenta que me estoy enojando, y necesito aclarar qué me ocurre.

(c) Retirarme. Aquí debo retirarme físicamente del lugar del conflicto después de acordar y hacer la señal o frase pactada. No esperaré a dar una última idea, ni consejo o sugerencia, pues estoy en una situación potencial de ejercer violencia, y todo lo que diga o haga podría iniciar ese hecho violento. En el retiro siempre tendré en mente las siguientes reglas:

No tomar alcohol o drogas.

No buscar otros hombres que justifiquen la violencia.  
No manejar vehículos para prevenir accidentes.  
No manejar armas o instrumentos peligrosos.

Evitar ideas negativas sobre ella o la situación. Y hacer un esfuerzo por generar ideas que me alejen de la violencia y me permitan entender mejor su postura.

Reflexionar sobre mis sentimientos y el impacto de éstos en mi cuerpo. Buscar tranquilizarme haciendo ejercicios de respiración profunda como se ejercitan en el grupo.

El retiro no debe ser menor a una hora, aunque el tiempo deberá ser acordado con mi pareja, hasta que ella se sienta segura para recibirme. Antes de regresar con ella debo hablarle y preguntarle si está dispuesta a hacerlo. Puede hacerlo sólo para recibirme y no conversar, o para platicar sobre lo ocurrido, o para que se acuerde otra fecha y hora para platicar el problema. Si es el caso, es mi responsabilidad abordar sin violencia el problema posteriormente.

#### Anexo VIII

##### Mis sentimientos básicos.

Completa la frase con lo primero que se te venga a la mente. No elabores mucho, tan solo conéctate con el sentimiento que corresponda a la frase:

Cuando siento miedo...

---

---

Cuando siento tristeza...

---

---

Cuando siento enojo...

---

---

Cuando siento alegría...

---

---

Cuando siento afecto...

---

---

#### Anexo IX

Algunos Ingredientes para una paternidad por la equidad de género con hijos e hijas adolescentes.

Usualmente los hombres han ejercido una paternidad autoritaria que tiene como resultado que los hijos crezcan con temor, resentidos y sin una orientación adecuada con sus hijos. Debido a ello es importante reflexionar sobre qué debiera de contener una paternidad que no fuera tradicional, y que se acercará más a los ideales de ciudadanía y la equidad de género. Los siguientes son puntos importantes para tomar en cuenta:

Piensa de una forma clara y se informa.- Un papá que ejerce la equidad de género se mantiene sin prejuicios sobre los y las adolescentes. Se informa sobre lo que significa ésta edad, comprende la importancia de los amigos y amigas, del noviazgo, de la escuela y de mantenerse alejado de cualquier tipo de adicción. Pero a pesar de éstos riesgos no ve a sus hijos e hijas con prejuicios. Esto es, no los ve como “personas problemáticas” sino como personas que están creciendo y que entrarán a una nueva etapa de su vida donde los papás son más importantes a pesar de que los hijos actúen como si no lo fueran. Comprende que todo problema es pasajero, pero la relación con su hijo o hija es para toda la vida.

Saben expresar y regular sus emociones.- Un papá sabe regular sus propias emociones ante situaciones conflictivas de sus hijos. No maximiza sus propias emociones cuando está enojado o molesto, pero tampoco las minimiza y silencia. Expresa lo que siente, y sabe formular preguntas o generar frases que confrontan a los hijos para que a su vez éstos reflexionen sobre sus conductas. También sabe preguntar a sus hijos sobre cómo se sienten y sobre aquello que les preocupa. Diferencia entre lo oportuno de apoyarlos en algunos aspectos, y lo oportuno de dejar que ellos solucionen sus problemas para que crezcan.

Sabe cómo comunicarse de forma asertiva.- Un papá sabe construir espacios de comunicación con sus hijos. Invita a hablar porque observa algo que le preocupa, o porque desea estar cercano a sus hijos. O por ambas cosas. No impone un diálogo, y tampoco convierte éste en una sesión de regaños y sanciones. Sabe preguntar, escuchar y con base a la información recibida formula una serie de sugerencias, límites y consecuencias. Entiende lo importante de mantener un lazo o una relación con los hijos e hijas a pesar de lo difícil que sea la situación.

Educa para hacer ciudadanos y ciudadanas.- Un papá que busca educar a ciudadanos comprende que su principal rol con sus hijos es brindar amor y ofrecer educación. Los papás tradicionales piensan que es proveer sin estos elementos, pero a éste hay que superponer la educación y el amor. Un papá que busca la equidad sabe que no puede educar a sus hijas en los estereotipos de género femeninos tradicionales, pues las educaría para vivir con un hombre violento y en la dependencia total; también sabe que no puede educar a su hijo para que sea un macho y no conozca límites, pues un hijo así se quedaría solo en la vida. Sabe que tendría que ser flexible con los roles de género: que a hijas e hijos hay que enseñarles a estudiar y trabajar, a realizar labores domésticas, a expresar sus sentimientos por igual, a ser responsables en su vida sexual, y a que el diálogo y el llegar a acuerdos es la única manera de convivir.

Respeto la diversidad sexual de los hijos e hijas.- Un papá que busca la equidad

comprende que los hijos en la adolescencia van a experimentar con o sin su consentimiento una vida sexual. Por eso se informa sobre sexualidad, les ofrece esa misma información a los hijos e hijas. Les habla sobre la importancia de vivir el placer con responsabilidad y de que los hijos pueden elegir entre tener vida sexual cuidándose con métodos anticonceptivos o cuidarse sin tener vida sexual y posponerla hasta una etapa adulta. No castiga a las hijas si se embarazan, no expulsa a los hijos si cometen errores como consumir drogas, cigarros o alcohol, no abandona a las hijas e hijos ante infecciones de transmisión sexual. Conoce, se informa y acepta la orientación sexual de su hijo cuando éste se la comparte, y en caso de no saber qué hacer pide ayuda.

Trasmite lo que ha aprendido del trabajo y el dinero.- Los papás han aprendido a trabajar y a hacer dinero desde muy jóvenes. Debido a ello pueden transmitir ideas muy importantes a los hijos e hijas sobre cómo relacionarse en el mundo del trabajo. Un papá que educa a sus hijos con ésta información estará formando personas autónomas económicamente, con inteligencia financiera sobre el uso del dinero, la importancia del trabajo y lo relevante de estudiar siempre.

Respeto a la pareja.- Un papá que busca la equidad de género con sus hijos e hijas reconoce a la mamá de éstos sea o no su pareja. Le da su lugar, respeta sus opiniones, aprende de ella porque comprende que las mujeres en la sociedad han recibido una educación desde la infancia para cuidar a los hijos. Hace de la relación de madre y padre una relación de diálogo y de acuerdos para acompañar a los hijos hacia una vida plena más satisfactoria. Comprende que la relación con la mamá de sus hijos será toda la vida sean o no esposos, estén casados o divorciados, o sea o no el papá biológico de los adolescentes que eligió educar.

## Anexo X

Algunas reflexiones sobre la sexualidad de los hombres a partir de los estudios de la masculinidad. Ivonne Szaszl

En años recientes, al privilegiar la perspectiva relacional, los estudios de género han propuesto rescatar la óptica de la experiencia masculina para entender las relaciones hombre-mujer. En especial a partir de los años ochenta surgieron corrientes que iniciaron el estudio sistemático de la construcción social de la masculinidad y de las relaciones entre lo masculino y lo femenino. En este trabajo sintetizamos –con el riesgo de simplificarlos– los planteamientos sobre la sexualidad de los varones que hacen algunos autores de esta corriente del pensamiento feminista. Estos autores son G. Horowitz, M. Kaufman, M. Kimmel, M. Lamas y V. Seidler. En particular, en este trabajo se reseñan los planteamientos de Horowitz y Kaufman sobre el tema.

Estos autores han propuesto la existencia de ciertas características de la masculinidad dominante: la masculinidad de los hombres blancos, heterosexuales y de clase media de las sociedades occidentales protestantes y modernas. Éstos se definen básicamente por conductas que se separan de la feminidad, que establecen distancia de lo emocional y

afectivo –para que se pueda depender de ellos– y requieren manifestar permanentemente su hombría ante otros hombres. En esta demostración, el desempeño sexual es clave (Kimmel, 1992; Seidler, 1995).<sup>2</sup>

Hasta antes de los años ochenta, en los que se inició el desarrollo de los estudios de género, el pensamiento feminista definía la sexualidad masculina como agresiva, cosificadora de las mujeres, dominadora y opresiva, considerando a éstas como víctimas y objetos de esta sexualidad masculina. Destacaba la presencia de un doble estándar de moral sexual, que estimula en los varones la actividad, la diversidad de parejas y de experiencias, y la expresión pública de su iniciativa sexual, mientras exige a las mujeres la conducta contraria (Horowitz y Kaufman, 1989).<sup>3</sup>

El desarrollo de los estudios de género, y en particular de los estudios de masculinidad, ha permitido pensar que existe una permanente tensión y confusión en los varones entre sus deseos sexuales y los imperativos de dominación, y que son las construcciones culturales de dominación masculina las que generan fantasías y formas de conducta opresivas para las mujeres (Horowitz y Kaufman, 1989).

Estos autores señalan que aunque las definiciones de masculinidad cambian constantemente de una cultura a otra, en el tiempo y según clases, razas, etnias, preferencias sexuales y etapas en la trayectoria de vida, los hombres de diversas culturas tienen en común la necesidad de demostrar de manera permanente su virilidad, y esto es particularmente intenso en aquellas sociedades en que la separación del niño de la madre es psicológicamente dolorosa (Kimmel, 1992). De esta manera, lo que una cultura define como el comportamiento sexual apropiado para los varones, requiere ser usado para demostrar su virilidad, independientemente de los deseos y preferencias de éstos, en una permanente tensión entre el deseo de placer y el de poder.

Seidler se refiere a las tensiones entre los deseos de los varones y la construcción occidental de la masculinidad, que se expresan en su sexualidad. Junto con la noción de la sexualidad como una "necesidad irresistible", que es expresión de la "naturaleza animal" de los humanos, la modernidad occidental protestante proclama el dualismo cartesiano entre mente y cuerpo e identifica la masculinidad con la racionalidad, situando al cuerpo como una entidad separada, que necesita ser controlada por la mente, entrenada y disciplinada (Seidler, 1995).

Este autor expresa que los varones insertos en esta masculinidad dominante crecen con la idea de la sexualidad en términos de conquista y rendimiento, como una manera de probar su masculinidad frente a los pares, y no en relación con sus deseos y emociones. De esta manera, los varones se sienten acosados por el temor a la intimidad y al rechazo y tienden a separar la sexualidad del contacto y las emociones (Seidler, 1995).

Según este autor, el aprendizaje del autocontrol racional de sus emociones y sentimientos, fuentes de determinación y falta de libertad, aparece como necesario para alcanzar la autonomía e independencia que requiere el ser masculino. Puesto que la razón se sitúa en oposición a la naturaleza y la sexualidad –entendida como los deseos, las

fantasías, las atracciones— es concebida como parte de esa naturaleza, la superioridad masculina se construye en parte a través del control de la sexualidad. En esta construcción de la masculinidad, las mujeres son identificadas con lo irracional -las emociones, la sexualidad, la naturaleza- pero al mismo tiempo se les niega la autonomía de sus propios deseos sexuales. Siendo objeto del deseo masculino, provocadoras de su descontrol, responsables de la excitación masculina (Seidler, 1995).

Afirma Seidler que para demostrarse a sí mismos y a sus iguales que son hombres, los varones usan el lenguaje para defender su imagen y no para expresar sus necesidades emocionales, resultando difícil conciliar la forma en que necesitan comportarse con otros varones y la forma en que quieren ser en una relación íntima con una mujer. Sienten que hablar de sexo es la manera más segura de matar sus sentimientos, estando poco inclinados a hablar de sus necesidades y vulnerabilidades. La ruptura entre sexo e intimidad y la relación externa y posesiva de la mente con el propio cuerpo convierte al sexo en un asunto de rendimiento. La inestabilidad de la identidad masculina, la necesidad permanente de demostrar y afirmar que se es hombre, genera una presión interna hacia el tener relaciones sexuales —independientemente de un reconocimiento íntimo de deseos—, transformando al rendimiento sexual en una meta, un medio para demostrar y afirmar masculinidades (Seidler, 1995).

Horowitz y Kaufman, por otro lado, proponen que la sexualidad masculina debe ser interpretada en el contexto de una sociedad clasista que reprime la polisexualidad y sobrepone la masculinidad y la feminidad al dualismo actividad/pasividad. Refiriéndose a las sociedades capitalistas, proponen que independientemente de las diferencias culturales, de clase, étnicas y generacionales, la mayoría de los hombres en estas sociedades tienen sentimientos confusos respecto de su sexualidad, sintiéndose atrapados entre sus deseos sexuales y las necesidades de afirmación de la masculinidad, que encierran fantasías y formas de conducta agresivas y posesivas (Horowitz y Kaufman, 1989).

Apoyándose en el constructivismo social y el psicoanálisis, señalan a la sexualidad como un sistema socialmente construido de conflicto y tensión interna. Expresan que una de las principales tensiones presentes en la sexualidad masculina es la imposibilidad de abrigar simultáneamente deseos activos y pasivos sin que esto genere conflicto y temor. Los autores sitúan esos temores en sociedades que atribuyen un valor simbólico de actividad y poder a los genitales masculinos, y que fundan su sistema cultural en la oposición de dualismos que se superponen (Horowitz y Kaufman, 1989; Lamas, 1998).<sup>4</sup>

Estos autores dicen que a la polaridad actividad/pasividad se sobrepone fálico/castrado, y es esta superposición lo que da lugar a la masculinidad y la feminidad. Independientemente de las relaciones entre las personas, es un conjunto de instituciones, de normas sobre la familia y el parentesco, toda una cultura lo que enseña que ser hombre equivale a ser activo, agresivo, extrovertido, ambicioso, independiente. Oposiciones binarias tales como sujeto/objeto, actividad/pasividad y nociones de causa y efecto se sitúan en la estructura básica de las lenguas indoeuropeas de las sociedades modernas. En ellas, la

construcción social de la sexualidad reprime y suprime una amplia gama de placeres sexuales en la medida que se interiorizan las divisiones básicas de esa sociedad: masculino versus femenino, activo versus pasivo, sujeto versus objeto, normal versus anormal, clases dominantes versus clases dominadas, humano versus naturaleza (Horowitz y Kaufman, 1989; Lamas, 1998).

Una de esas superposiciones consiste en el proceso de cosificación sexual o reducción de las mujeres a su cuerpo, como objetos del deseo sexual masculino, así como la concentración de lo sexual en ciertas partes del cuerpo y la reducción del cuerpo de las mujeres a una de dos "funciones" posibles: reproductiva o erótica (Horowitz y Kaufman, 1989).

Los autores reseñados señalan que mediante este proceso, la polisexualidad se reduce a la heterosexualidad como norma y a la sexualidad genital. La masculinidad-agresión y la feminidad-pasividad se superponen a la división natural de los sexos. Para ser hombre se requiere dominar la naturaleza (la sexualidad), las mujeres y la pasividad. Junto con la represión de la polisexualidad y la tendencia inconsciente a que el cuerpo y partes del cuerpo representen a la persona objeto del deseo, fragmentando a esa persona en partes y procesos componentes, se agrega la definición social de las mujeres en relación con ciertos atributos físicos, que son objeto de deseo sexual. La concentración en ciertas actividades o partes del cuerpo se relaciona con experiencias que proporcionan simultáneamente alguna forma de satisfacción sexual y formas de seguridad frente a la ansiedad y el miedo: la visión del cuerpo de una mujer como un cuerpo carente de falo confirma que se es hombre (Horowitz y Kaufman, 1989).

Expresan que otra supresión consiste en la represión de la pasividad en los hombres, que conlleva la represión de la ternura y la receptividad, así como la represión de la actividad sexual en las mujeres. "La estructura de la masculinidad es inseparable de una feminidad proyectada, adorada, despreciada y temida que existe como su opuesto" (Horowitz y Kaufman, 1989, p 92). Si masculino es activo, femenino tiene que ser pasivo. La masculinidad, como objetivo escurridizo e inalcanzable, se confirma teniendo como reflejo opuesto a una feminidad pasiva, dominada. Y la confirmación de la masculinidad, en una sociedad basada en el género, confirma la hombría (Horowitz y Kaufman, 1989).

Para estos autores, el comportamiento sexual activo frente a mujeres sexualmente pasivas, así como una atracción intensa y permanente hacia las mujeres, confirman esa hombría. El varón requiere apropiarse del cuerpo de la mujer y también de su deseo y actividad. La búsqueda sexual no es solamente una búsqueda de placer, sino un intento de colmar ansiedades, de aumentar la autoestima, de confirmar la masculinidad (Horowitz y Kaufman, 1989).

Esta breve revisión de algunos planteamientos de autores de la corriente feminista de los estudios de la masculinidad señala interesantes dimensiones de la relación entre sexualidad y género que pueden ser exploradas como líneas de investigación. Aunque se trata de reflexiones generadas en contextos sociales anglosajones e industrializados y se

refieren a los segmentos dominantes de esas sociedades, proponen relaciones que pueden ser exploradas empíricamente en un contexto heterogéneo, diverso y desigual como México.

#### Referencias

Investigadora del Centro de Estudios Demográficos y de Desarrollo Urbano en El Colegio de México. Correo-e: [iszasz@colmex.mx](mailto:iszasz@colmex.mx)

M. Kimmel, "La producción teórica sobre la masculinidad: nuevos aportes", Isis Internacional, Ediciones de las mujeres, núm. 17, Santiago de Chile, 1992, pp. 129-138; Seidler, V., "Los hombres heterosexuales y su vida emocional", en Debate feminista, año 6, vol. 11, México, abril de 1995, pp. 78-111. Correo-e: [MichaelSKimmel@compuserve.com](mailto:MichaelSKimmel@compuserve.com)

G. Horowitz, y M. Kaufman, "Sexualidad masculina: hacia una teoría de liberación", en M. Kaufman, Hombres: placer, poder y cambio, Centro de Investigación para la Acción Femenina (CIPAF), República Dominicana, 1989, pp. 65-99. Correo-e: [mkmk@sympatico.ca](mailto:mkmk@sympatico.ca)

Marta Lamas, "Sexualidad y género: la voluntad de saber feminista", en I. Szasz y S. Lerner (comps.), Sexualidades en México. Algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales, México, El Colegio de México, 1998, pp. 49-67. Correo-e: [gire@laneta.apc.org](mailto:gire@laneta.apc.org)

Este artículo fue publicado en Salud Reproductiva y Sociedad (órgano informativo del programa Salud Reproductiva y Sociedad de El Colegio de México), Año III, No. 8, 1999.

#### Anexo XI

##### Sexualidad desde la equidad de género

Para poder ejercer una sexualidad alejada de la violencia y más cercana a la responsabilidad y al placer, es importante tener en cuenta al menos los siguientes principios

Equidad de género.- La sexualidad nunca será placentera en relaciones donde no haya equidad de género. Usualmente, las mujeres que viven violencia en la relación de

pareja, sólo viven la sexualidad como una parte más de la violencia que sufren y que se transforma en violencia sexual; o viven la sexualidad como una “luna de miel” (etapa de reconciliación y perdón en el ciclo de la violencia). Pero es raro que vivan el placer desde una percepción del respeto y amor del hombre por ella. Entonces, si se quiere vivir una sexualidad plena se tendría que detener todo comportamiento abusivo.

**Reivindicación del derecho al placer.-** Todas y todos tenemos un cuerpo que siente placer ante determinados estímulos. Pero el placer que surge de contextos de confianza y equidad, así como de la intimidad con alguien, es muy diferente de la sensación que ofrece el sexo que llega a ser impuesto, o que ignora los límites que se quieren poner, o del sexo que se ejerce por presión o miedo. El placer que permite hacer crecer a las personas es sólo aquél que se decide de forma libre, sin ningún tipo de coerción sexual hacia la mujer. El hacer cambiar de opinión a la pareja respecto a sus ganas de tener relaciones sexuales y su deseo son actos de coerción y presión donde no hay confianza y equidad.

**Respeto a la diversidad sexual.-** Todas y todos tenemos una orientación sexual. No se tiene claro si se nace con ella o si se elige, pero lo real es que algunas personas sienten placer a estar con una persona del sexo opuesto; otras al estar con personas del mismo sexo; y otras al estar con personas de ambos sexos. Como no hay una regla en el placer, y no se sabe si se elige por la biología o la educación, no es legítimo sancionar la orientación sexual de las personas. Cuando alguien tiene respeto irrestricto hacia la orientación sexual de otros y otras, y al derecho humano de vivir su sexualidad libre de presiones, de violencia y de estigmatización, las personas son más felices en todos los ámbitos de su vida.

**Fomentar la educación y la salud sexual integral.-** Es saludable ejercer la sexualidad desde el autocuidado, estando informado sobre las Infecciones de Transmisión sexual, sobre los métodos anticonceptivos, y asistiendo a espacios de reeducación donde se enseñe a ejercer el erotismo, a respetar el de la pareja; a hacer de la sexualidad un juego lúdico, respetuoso y placentero. Es importante que los hombres comprendan que el tiempo de imponer el coito y el sexo a las mujeres se ha acabado, y que para estar relacionados sexualmente con las mujeres hay que vincular el placer con el respeto a los derechos humanos de todas y todos.

## **Anexo XII**

### **¿Complemento o autonomía en la relación con las mujeres?**

En ésta lectura buscaremos reflexionar sobre la siguiente pregunta: ¿Cómo quieren relacionarse los hombres con las mujeres? Veamos dos tipos de parejas:

El hombre que ejerce el machismo.- Al enamorarse estos varones generan diversas expectativas sobre la mujer para que ella se acomode al ideal de él de mujer. Entonces desde el principio de la relación vinculan afecto y amor con expectativas y servicios. Por ejemplo, una expectativa es que ella siempre sea “bonita y bella” para él, y el servicio que se pide es que siempre esté dispuesta para tener relaciones sexuales. Otra expectativa es que ella sea “buena ama de casa” y una “buena mamá”, y los servicios que se piden es que haga el trabajo doméstico y cuide y atienda a los hijos e hijas. Otra expectativa es que ella “se quede en casa” entonces se sanciona las amistades de ella, y mucho más si son amigos. También otra expectativa es que ella “dependa de él”, y por ello el servicio que se le pide es que deje su trabajo y que gane menos dinero que él. Cada expectativa y cada servicio hacen que el hombre se sienta obligado a controlar su dinero y su trabajo. Todas éste control busca hacer de la pareja una mujer que se someta a él y dependa económica y emocionalmente de él. Pero los varones usualmente no sus expectativas, sus servicios y sus conductas de control como violencia, más bien dicen que toda relación debe ser así porque ambos se “complementan”. Así, desde el discurso de los varones ella y él deben de “complementarse”, pero el problema es que gradualmente el piensa que y desde la ideología machista si ella no quiere es legítimo usar la violencia emocional, física, sexual o económica para que ella acepte ser su complemento.

El hombre que ejerce la equidad de género.- Una postura opuesta a la anterior es el varón que no tiene expectativas sobre su pareja, ni le exige servicios, ni mucho menos busca controlarla. Los hombres al ejercer la equidad de género se dan cuenta que tanto él como ella son ciudadanos, y que viven juntos por el amor, el deseo y el placer de estar en compañía de esa persona. Además viven en pareja porque llegan a compartir un proyecto: viajar, educar hijos e hijas, hacerse de un patrimonio, etc. Esto es, tienen objetivos comunes, pero estos no borran o hacen invisibles las metas y objetivos personales. El estar coincidiendo o no en proyectos y actividades no desgasta su relación porque hay un acuerdo de mutua confianza y respeto. Una relación con éstas características de equidad de género tiene la meta importante de ayudar a crecer a quienes son parte de la familia. No busca que una de las personas se quede “en casa”, o “no estudie”, o “sea dependiente”, pues su filosofía es la de impulsar los derechos que todos los miembros tienen. Sin embargo, debido a que éste tipo de familia da más libertad, las personas requieren tener más habilidades y educación para manejar el conflicto y manejar la dinámica emocional de las personas.

Cada hombre tendrá que decidir qué tipo de relación quiere. La relación que se inscribe en una ideología machista busca una “familia feliz” y que sea “pacífica” porque el sometimiento es común por medio de la violencia. La familia o relación de pareja equitativa no es una “familia feliz o pacífica”, al contrario en ella el conflicto es frecuente porque las personas experimentan más libertad y viven más oportunidades y situaciones de riesgo. Pero

para enfrentar ésta libertad en una pareja equitativa se esperarían personas emocionalmente más maduras, y con más recursos para manejar el conflicto negociando y sin violencia.

### Anexo XIII

#### Cambiar de control a la equidad

En éste ejercicio se identificarán expectativas y servicios que se tienen sobre la pareja para cambiarlos a pensamientos y conductas de responsabilidad. La idea es darse cuenta cómo al cambiar las ideas y las conductas se pueden ir construyendo relaciones de equidad de género.

Veamos algunos ejemplos:

Expectativa (pensamiento): “Que ella sea buena madre”

Servicio (conducta): Que ella haga el alimento a los hijos e hijas.

Asumir mi responsabilidad (nuevo pensamiento): “Yo también soy papá de mis hijos e hijas”.

Nueva conducta responsable: Hacer la comida para los hijos e hijas tres veces a la semana

Otro ejemplo:

Expectativa (pensamiento): “Que ella adelgace y se vea bonita”.

Servicio (conducta): Presionarla para que haga dietas, se opere y esté lista para mí.

Asumir mi responsabilidad (nuevo pensamiento): Puedo opinar mi preocupación por el sobrepeso de mi esposa, pero ella es la única responsable de su cuerpo. Respeto su cuerpo.

Nueva conducta responsable: Apoyarla cuando ella lo solicite mi intervención, y detener todo tipo de críticas y presiones relacionadas sobre su cuerpo. Cuidar yo de mi cuerpo asistiendo a hacer ejercicio o cuidarme con una dieta.

A continuación te invitamos a identificar cuatro expectativas (ideas tradicionales) sobre tu pareja, y cambiarlas a ideas y conductas que construyan la equidad de género en tu relación de pareja:

Forma Tradicional de Relacionarse		Forma Equitativa de Relacionarse	
Expectativas	Servicios	Pensamiento responsable	Conducta responsable

**Anexo XIV**

**Formato para reportar sesiones**

**Formato de Reporte de Sesión**

Fecha:		Lugar de ejecución de la sesión:	
--------	--	----------------------------------	--

Facilitador (a):

A.-N° de sesión / Nombre de la técnica aplicada / Comentarios sobre la Técnica:

B.-N° de sesión /Nombre de la técnica aplicada / Comentarios sobre la Técnica:

C.- Comentarios de la sesión:

D.- Comentarios sobre el/la facilitador (a)