¡DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN!

Modelo de Atención para Hombres Generadores de Violencia hacia las Mujeres para el Estado de Jalisco

¡DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN!

Modelo de Atención para Hombres Generadores de Violencia hacia las Mujeres para el Estado de Jalisco

Créditos del Manual de Facilitación Grupal

Mtro. Mauro Antonio Vargas Urías
Lic. Ricardo E. Ayllón González
Dr. Felipe Antonio Ramírez Hernández

Créditos del Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas (Modelo CECOVIM), auspiciado por la CONAVIM

Coordinador general:
Mtro. Mauro Antonio Vargas Urías

Investigador:
Dr. Luis Antonio Botello Lonngi

Equipo de investigación:
Lic. Ricardo E. Ayllón González, Lcda. Patricia Carmona Hernández y Lic. René López Pérez

Auxiliares de investigación:
Psic. Juan Antonio Ornelas Vázquez, Psic. Kenia Lucena Tapia, Dr. David Pinilla Muñoz, Psic. María Antón Ordorika y Psic. Guillermo Mendoza Rivera

DE LA REFLEXIÓN... ¡A LA ACCIÓN!

Contenido

5 Presentación

7 Generalidades del Modelo de Atención para Hombres Generadores del Violencia hacia las Mujeres del Estado de Jalisco

10 Acerca del Manual de Facilitación Grupal

10 Finalidad y objetivos

10 Personas destinatarias

12 Perfil de las personas facilitadoras

14 Manual de Facilitación Grupal

16 Elementos clave de la metodología de intervención

16 Objetivos de la intervención

17 Características del equipo facilitador

20 El proceso de intervención

21 Elementos para el encuadre de las sesiones

28 Desarrollo de las sesiones

29 Condiciones previas a cada sesión

29 Estructura y agenda de las sesiones

62 Seguimiento y sistematización

65 Materiales de apoyo

66 Glosario

79 Formato de testimonio

81 Listado de ejemplos de violencia

86 Sugerencias para acompañar e identificar el cambio en los hombres

89 El potencial del pensamiento positivo

92 Anexo : Acerca del Modelo CECOVIM

105 Fuentes consultadas

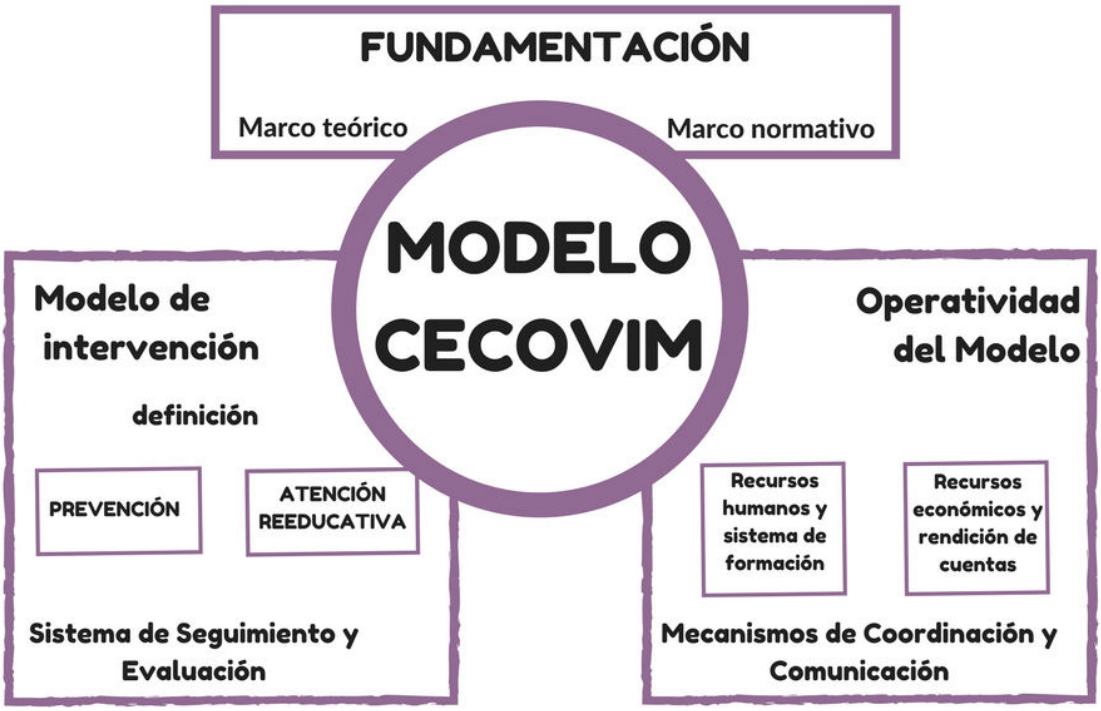
DE LA REFLEXIÓN... ¡A LA ACCIÓN!

PRESENTACIÓN

El **Manual de Facilitación Grupal *¡De la Reflexión a la Acción!: Modelo de Atención para Hombres Generadores de Violencia hacia las Mujeres para el Estado de Jalisco*** es un instrumento que se desprende del componente *Atención reeducativa* del Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas (Modelo CECOVIM).

El Modelo CECOVIM es una propuesta de intervención desarrollada por **GENDES, A.C.**, organización de la sociedad civil que trabaja desde la perspectiva de género con énfasis en las masculinidades, impulsando procesos de reflexión, intervención, investigación e incidencia para promover y fortalecer, en alianza con otros actores, relaciones igualitarias entre las personas para así contribuir al desarrollo social. El Modelo fue creado a partir de que **GENDES** atendiera la convocatoria de carácter nacional y participación electrónica número IA-004000998-N103-2014, emitida por la CONAVIM en 2014.

El Modelo CECOVIM está conformado por distintos componentes, mismos que se muestran en el siguiente gráfico:



El presente Manual es resultado de un riguroso proceso de investigación que implicó tanto la conceptualización de sus contenidos y el diseño de sus lógicas de abordaje, como la prueba y ajuste a partir de un ejercicio de pilotaje realizado en los municipios considerados como de mayor incidencia en cuanto a situaciones de violencia hacia las mujeres en el estado de Guanajuato y, posteriormente, en el estado de Hidalgo. La implementación de tales ejercicios intersectoriales, avalados por la CONAVIM, se llevó a cabo por parte del personal del Instituto para las Mujeres Guanajuatenses (IMUG), en 2015, y desde el Centro de Justicia para las Mujeres del Estado de Hidalgo (CJM-H), en el 2016, en ambos casos el trabajo se realizó con resultados satisfactorios, contándose con la capacitación y el acompañamiento metodológico del equipo **GENDES**.

A finales del año 2016, el Instituto de las Mujeres de San Luis Potosí (IMES) solicitó información a la Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (CONAVIM) sobre la implementación, en territorio potosino, de uno de los componentes del Modelo, en específico, el de *Atención reeducativa*[1].

Con base en las evidencias generadas, y gracias al decidido interés del el Instituto Jalisciense de las Mujeres, a inicios de 2017 se crearon las condiciones para instrumentar un proceso de intervención en el estado de Jalisco en marcha del Modelo -en sus componentes de atención y prevención-, en el contexto en la estrategia integral contra la violencia hacia las mujeres Juntos por Ellas, muestra del compromiso del gobierno local por activar estrategias complementarias con miras a erradicar la violencia contra las mujeres en esta entidad.

Es un gusto anticipar, como corolario de esta presentación, que la adecuada y rigurosa aplicación de los contenidos de este Manual, permitirán la consecución de resultados significativamente favorables, toda vez que dichos contenidos se adaptan asertivamente al contexto de cada entidad para que sean comprendidos y bien recibidos por la mayoría de los usuarios que asistan a las sesiones de los grupos, concretándose, según las mediciones de los aspectos a evaluar a lo largo del proceso, en la definición de una propuesta eficaz y útil para el estado. Exhortamos, por tanto, a las personas responsables de asumir el compromiso profesional de abrir grupos para la reeducación de hombres generadores de violencia, a actuar con ética, responsabilidad y respeto en su desempeño, pues de su apego a estos valores dependerá, en gran medida, el acceso de muchas mujeres a una vida verdaderamente libre de violencia.

1 Con el fin de tener una referencia completa del Modelo, en el Anexo se presentan las ideas clave.

Generalidades del Modelo de Atención para Hombres Generadores de Violencia hacia las Mujeres para el Estado de Jalisco

GENERALIDADES DEL MODELO DE ATENCIÓN PARA HOMBRES GENERADORES DE VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES PARA EL ESTADO DE JALISCO

El presente Modelo es una propuesta de intervención que pone en el centro de sus intenciones la idea de cambio, permitiendo articular sistemáticamente la transformación de las personas, es por ello que se define como:

> Una estrategia de intervención integral para la erradicación de la violencia contra las mujeres que, desde el enfoque de género, pauta metodologías de trabajo en el campo de la atención reeducativa para hombres que la ejercen, e incorpora un sistema de evaluación y control que asegure la calidad y la mejora continua en su implementación.

Son, por tanto, **elementos clave** para la definición del Modelo, los siguientes:

- Se trata de un Modelo **INTEGRAL** porque trata de considerar las dimensiones que entran en juego en el abordaje para erradicar la violencia de género: su dimensión teórica conceptual, la interrelación y complementariedad entre atención y prevención, así como su inserción en la política pública.

- La **PERSPECTIVA DE GÉNERO** se incorpora de forma transversal a la totalidad de los elementos que componen el Modelo. Se parte, así, de una concepción explícita de la violencia contra las mujeres como la expresión de la desigual distribución del poder en la sociedad patriarcal y uno de los principales mecanismos para asegurar su mantenimiento.
- El Modelo propone ciertas "formas de hacer", enfatizando no sólo en lo *que* hay que abordar para avanzar en la erradicación de las conductas masculinas violentas, sino, especialmente, en *cómo hacerlo* (**METODOLOGÍAS** de trabajo). Es, en este sentido también, un Modelo basado en **PROCESOS** que pone el acento en la secuencia de acciones a desarrollar, pero también en los procedimientos de trabajo, quiénes han de llevarlos a cabo, en qué contexto (espacios) y con cuáles herramientas.
- Es un Modelo que pone el énfasis en su **VIABILIDAD**. La realidad nos demuestra la enorme riqueza de planteamientos, muchos de ellos teórica e incluso metodológicamente intachables, pero difícilmente realizables en la práctica. Partiendo del aprendizaje de las dificultades que se evidencian cuando se evalúan otras experiencias puestas en marcha en este mismo ámbito[2], el Modelo que se propone trata de incorporar, en el núcleo mismo del diseño, la reflexión acerca de los recursos mínimos necesarios para su puesta en marcha.
- Se trata de un Modelo que se articula desde las **POLÍTICAS PÚBLICAS**, en virtud de que tal es su marco general de operación. Por ello, su implantación depende también del posicionamiento estratégico de las políticas generales de igualdad entre mujeres y hombres, de las cuales aquellas orientadas a erradicar la violencia son parte sustancial. Como tal, requiere del compromiso institucional y la implicación de todos los niveles de gobierno involucrados en el abordaje del problema de la violencia de género y de su articulación con las organizaciones de la sociedad civil y el sector académico, para lo cual es necesario arbitrar un sistema de coordinación claro y generar procesos transparentes y bien comunicados.
- El Modelo es, en sí mismo. un sistema de **CALIDAD**, en tanto que sistematiza los procedimientos y estandariza la intervención, hace posible la *replicabilidad* de metodologías y, con ello, la evaluación de resultados e impacto. Y, lo que quizá sea más relevante, posibilitará un mejor conocimiento de los factores que están en la base del éxito (o fracaso) de las estrategias de intervención reeducativa y preventiva para erradicar conductas violentas.

2 Es muy frecuente en el campo de las políticas de igualdad que se recurra a la "política simbólica", es decir, aquella limitada a la enunciación de principios y declaración de intenciones sin una contrapartida en cuanto a disponibilidad de recursos (en sentido amplio) que las haga realizables.

ACERCA DEL MANUAL DE FACILITACIÓN GRUPAL

Finalidad y objetivos

El horizonte final de la puesta en marcha del **Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de Conductas Violentas** (CECOVIM)es promover la igualdad entre mujeres y hombres mediante la erradicación de uno de los elementos que contribuye de manera más ostensible a generar y reproducir las desigualdades e injusticias de género: la violencia contra las mujeres.

Con esta finalidad, se plantean los siguientes objetivos del Manual de Facilitación Grupal:

- El objetivo general es garantizar la integridad y seguridad personal (física, psicológica, económica, sexual, etc.) de las mujeres víctimas de violencia[3].
- Se propone también contribuir a la desactivación de los mecanismos patriarcales de reproducción de las desigualdades que operan en la violencia de género, promoviendo en los hombres que la ejercen la asunción de responsabilidad, el reconocimiento (auto)crítico de las dinámicas de poder, dominación y control que movilizan, y, finalmente, el cese de sus conductas violentas.
- Vinculado a lo anterior, promover un compromiso activo con la igualdad sustantiva que contribuya a erradicar los elementos que están en la base de la violencia de género, visibilizando los mecanismos de poder y control hacia las mujeres, cuestionando el sexismo y las normas rígidas de género, y empoderando a las mujeres contra todo tipo de violencia.
- Garantizar condiciones de viabilidad, eficacia y calidad de las intervenciones para erradicar la violencia de género, estandarizando procedimientos y proporcionando pautas, técnicas y herramientas concretas, que sean de utilidad para las personas e instituciones implicadas en su implementación.

Personas destinatarias

El Modelo de intervención que buscamos desarrollar mediante el uso de este Manual, tiene como principal **población beneficiaria** a las mujeres en general, y a las que están en situación de violencia de género en particular, toda vez que son ellas quienes mayoritaria y contundentemente padecen los efectos de la violencia y sus implicaciones.

De manera más específica se dirige a los hombres en general mayores de edad o, si fuera el caso, a varones menores de edad que estén o hayan estado en una relación de pareja, residentes en ámbitos urbanos; priorizando, en particular, a aquellos que ejercen violencia

3 Asumimos aquí el criterio de calidad básico que se establece en uno de los documentos de referencia en el ámbito de la intervención con hombres violentos (Criterios de calidad para intervenciones con hombres que ejercen la violencia con sus parejas), enunciado así: "(…) el objetivo primario es preservar la integridad física y psíquica de las víctimas, anteponiéndolo a cualquier otra consideración de orden teórico o técnico".

contra las mujeres, pues son quienes tienen la *responsabilidad* de desactivar los mecanismos de control y dominación que usan, mismos que están en la base de sus conductas violentas. Así, podrán ingresar a los grupos de reeducación tanto quienes lleguen por su cuenta como quienes sean canalizados por organizaciones de la sociedad civil; por otro lado, podrán acceder a este esquema de atención quienes lleguen a partir de algún mandato oficial emitido por cualquier instancia del sector público, sobre todo por aquellas encargadas de atender la violencia de género en cada entidad. Será posible atender a hombres homosexuales que acepten participar a partir del reconocimiento de algún rasgo violento en su relación de pareja o con mujeres.

Los criterios de exclusión se procesarán en una entrevista individual en la que se aplicará un cuestionario filtro. En primera instancia, se considerarán NO aptos para ingresar a un grupo de reeducación aquellos hombres que hayan ejercido violencia "severa"[4] (intento de asesinato, asesinato, violación, entre otros delitos), quienes padezcan de algún trastorno psicopatológico y no estén en tratamiento; mientras que aquellos otros que declaren sufrir alguna adicción, podrán participar bajo la condición de que acudan simultáneamente a una institución que atienda tal situación.

Asimismo, el Modelo tiene como **público destinatario** a todos aquellos agentes que, en sus diferentes niveles de responsabilidad, están implicados en su operación, entre otros:

- **Responsables de las políticas públicas** en general, y de las de igualdad de género y erradicación de la violencia contra las mujeres en las que el Modelo se inserta, quienes, dando cumplimiento al marco legislativo aplicable, habrán de posicionar esta política en un *nivel estratégico*, gestionando los recursos necesarios para su *operación* y asegurando la calidad de las intervenciones que se produzcan bajo su auspicio.
- **Responsables de entidades que trabajan en la prevención de la violencia de género con población joven y la atención a hombres** que ejercen violencia contra las mujeres: entidades de la administración pública, organizaciones civiles y de cualquier otro tipo, que tienen en el Modelo un *marco general de actuación* integral y coordinada.
- También, aunque indirectamente, **las personas al frente de organizaciones que trabajan con mujeres** en situaciones de violencia de género, que pueden encontrar en el Modelo una guía de *canalización*, *coordinación y comunicación* que genere sinergias para el trabajo conjunto con el mismo fin: garantizar el acceso de las mujeres a una vida libre de violencia.

4 Si bien desde esta perspectiva no es pertinente calificar las violencias, es decir, no existen violencias graves y otras menos graves -léase aceptables o menos condenables-, consideramos que cuando la violencia forma parte de un delito tipificado por la ley deben ser otros espacios los responsables de atender a quienes han actuado como victimarios o delincuentes.

- **Y, finalmente, el presente documento está dirigido, de manera muy especial, a las personas profesionales responsables de la intervención en atención reeducativa, quienes encontrarán en el Modelo tanto el sustento teórico como el respaldo de un *Manual* que, a manera de guía metodológica con técnicas y herramientas concretas, les permitirá orientar la práctica de un modo probado para trabajar con hombres agresores.**

Perfil de las personas facilitadoras

El perfil profesional esperado o deseable de quienes van a estar frente a un grupo de hombres generadores de violencia de género, facilitando las sesiones contenidas en este Manual, corresponde a los siguientes elementos:

- Ramas profesionales relacionadas con carreras humanistas, de la salud mental o de las ciencias sociales, ejemplos: Antropología, Psicología, Pedagogía, Sociología o Trabajo Social. Un equipo multidisciplinario puede enriquecer la efectividad del trabajo.
- Contar con capacitaciones e idealmente con experiencia probada en perspectiva de género, masculinidades y, de manera específica, con capacidad de análisis de la violencia contra las mujeres en el marco de este enfoque.
- Conocimiento del marco legal que determina sus actuaciones y límites provenientes del sistema jurídico y penalista, tanto desde un orden general como local.
- Que las personas facilitadoras vivan o hayan pasado por un proceso de análisis que les permita identificar su relación y su postura personal respecto a la violencia de género. Lo importante aquí es tener formación que les permita *desaprender* un modo tradicional de pensar, sentir y tratar la cuestión de la violencia, junto a un trabajo personal de revisión de las propias creencias genéricas, acompañado de un programa de educación para la *no-violencia*. Para ello, se recomienda que participen previamente en grupos orientados por los mismos fines reeducativos. Asimismo, se recomienda que las y los facilitadores practiquen las sesiones de este Manual como si fueran personas usuarias y después las repliquen bajo técnicas de supervisión antes de abrir un grupo.
- Contar con habilidades en el manejo de grupos, el conocimiento y experiencia práctica en dinámicas y técnicas grupales (terapéuticas o socioeducativas), que les permitan disponer de elementos y capacidades para coordinar y estar frente a cada grupo.
- Conocer el Modelo en su totalidad. Para tal efecto, se debe entregar un ejemplar completo del Manual a todas las personas facilitadoras de este Modelo.
- En cuanto al sexo del equipo de facilitación, es recomendable que la intervención reeducativa con agresores sea facilitada por hombres; sin embargo, lo anterior no impide que este trabajo pueda realizarse por un equipo mixto, varón y mujer (siempre y cuando ella haya vivido la capacitación en el Modelo y esté al tanto de que sus posibles heridas de género no serán un obstaculizador frente a un grupo de hombres agresores). En todo

caso, habrá de evitarse la reproducción de estereotipos tradicionales con los roles que se asuman en la facilitación. En virtud de que históricamente aún vivimos en una dinámica sociocultural marcadamente machista, recomendamos evitar que el equipo de facilitación se integre sólo de mujeres, toda vez que en el desarrollo de las sesiones pueden sobrevenir diferentes tipos de riesgos y otros factores que pueden distraer, afectar o incidir en el cumplimiento de los objetivos de cada sesión.

Manual de Facilitación Grupal

El propósito último de este Manual es promover el desarrollo de entornos privados y públicos libres de violencia para las mujeres en México. La razón por la que esta propuesta de intervención prioriza el análisis de las violencias que ocurren en las relaciones de pareja se sustenta en el hecho de que no es posible crear sociedades respetuosas, justas, igualitarias -y verdaderamente democráticas- sin cuestionar esa pauta cultural que genera formas de violencia más severas hacia una gran cantidad de mujeres, niñas y niños en otros ámbitos de relación; en otras palabras, proponemos que al erradicar la violencia en casa contribuiremos a disminuir las violencias que se ejercen contra las mujeres en otros contextos sociales.

El desafío de cambiar tal cotidianidad implica un análisis profundo y constante de los diversos factores que influyen en que cada varón tome la decisión de ejercer, o no, violencia contra su pareja. Para lograr este análisis, el presente Manual se sustenta en tres fundamentos teóricos: en primer lugar, **la perspectiva de género**, enfoque cuyos postulados permiten analizar de manera crítica los elementos que, a partir de la diferencia sexual, tienden a sobrevalorar lo masculino sobre lo femenino en contextos tradicionales, generando con ello relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres. Esta perspectiva explica por qué muchos hombres llegan a agredir a sus parejas, así como también plantea el proceso que les puede llevar a dejar de ejercer violencia. El segundo fundamento parte del **marco ecológico**, propuesta que incluye a la persona misma en varias dimensiones (su cuerpo, sus pensamientos, sus emociones, sus conductas), así como los diversos espacios sociales en donde se relaciona y desarrolla. Dentro de esta base ecológica tenemos un marco psicológico que explica cómo y por qué los individuos que se responsabilizan y comprometen consigo mismos, cambian. El tercer fundamento es una aproximación a la **atención plena**, enfoque que promueve el máximo desarrollo humano de cada sujeto apoyado en sus creencias acerca de la espiritualidad, si las quiere usar. Una noción que permite ilustrar el alcance de este fundamento es la capacidad que toda persona tiene para contactar la conciencia que surge al enfocar su atención, sin juicios de valor, en el momento presente: cuando entramos -aquí y ahora- en perfecto balance con nosotras y nosotros mismos, con el medio ambiente y con otras personas, logramos ese poder creativo que nos permite entender y manejar un proceso de crecimiento individual encaminado hacia la promoción del bien personal y colectivo. Podemos entonces equilibrarnos, individual y socialmente, para asumirnos como agentes de crecimiento, de satisfacción, de desarrollo, de cambio.

Este Manual es una herramienta para el equipo de facilitación encargado de acompañar procesos de cambio de hombres dispuestos a relacionarse respetuosa e igualitariamente con las mujeres en cualquier ámbito. Su uso debe ejercerse con responsabilidad: partimos de la premisa de que no podemos cambiar a otras personas, sólo nos podemos cambiar a nosotros mismos, así que todos los conceptos, ejercicios y técnicas que aquí se proponen empiezan por revisar cómo hemos aprendido muchas de nuestras conductas y cómo podemos decidir dejar

de ejercer violencia para así dar paso al desarrollo de relaciones respetuosas, empáticas, solidarias, armónicas e igualitarias con las personas que compartimos los distintos espacios en los que socializamos.

ELEMENTOS CLAVE DE LA METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN

Objetivos de la intervención

Son objetivos para el personal *facilitador:*

- Incidir pedagógicamente en los usuarios para que dejen de ejercer violencia y con ello promover el desarrollo de familias y comunidades cooperativas e igualitarias.
- Participar en procesos de reflexión que, desde el trabajo personal, le permitan un ejercicio constante de revisión de sus propias violencias.
- Aprender a facilitar los contenidos del Manual.
- Informarse y actualizarse metodológicamente en temas relacionados con género, masculinidades, la violencia de género, el marco legal, trabajo con grupos, etc.
- Acompañar ética y responsablemente los procesos de cambio de los usuarios.
- Cumplir con los requerimientos técnicos y administrativos diseñados para la cabal ejecución del proceso de intervención.
- Promover temas de interés para los hombres por medio de grupos de apoyo, participando en presentaciones públicas en espacios laborales, escuelas, universidades, talleres, conferencias, clases, etc. para promover el Modelo, este Manual y demás materiales que lo componen.

Son criterios observables en los *usuarios:*

- Participar en un proceso reeducativo que analice críticamente la cultura patriarcal que sustenta la desigualdad en las relaciones, reconociendo sus ejercicios de violencia contra las mujeres.
- Aprender a identificar la tensión y fricción de las situaciones que pueden llevarlos a actuar violentamente contra las mujeres.
- Reconocer los espacios físico e intelectual y analizar cómo influye el espacio cultural en el proceso violento.
- Identificar los diferentes tipos de violencia.
- Poner en práctica la atención plena, las señales del cuerpo, el contacto emocional, el tiempo fuera y otros recursos para evitar ser violento.
- Diseñar y poner en práctica el plan de igualdad para resolver las situaciones de tensión y fricción de manera creativa y sin violencia.

- Crear un nuevo espacio cultural al establecer acuerdos con las personas para compartir los espacios de manera respetuosa e igualitaria.
- Activar su responsabilidad para generar bienestar y fomentar el desarrollo de sociedades igualitarias, cooperativas y democráticas.

Características del equipo facilitador

En todo proceso reeducativo sustentado en la dinámica grupal para efectos como los que aquí nos ocupan, una adecuada facilitación es un factor clave que puede aportar el conjunto de herramientas, técnicas y habilidades para alcanzar los objetivos planteados, lograr que los participantes asimilen los aprendizajes previstos, tomar buenas decisiones, crear confianza y establecer una comunicación clara y fluida entre los involucrados a lo largo del proceso. Así, la integración y capacitación de un buen equipo facilitador (en este caso está contemplada la facilitación por pares) ayuda a prevenir los conflictos potenciales del grupo utilizando de manera adecuada su posición de liderazgo, responsabilizándose del entorno, regulando las interacciones entre los participantes, destrabando las resistencias y las estructuras que crean opresión y privilegios, modelando una actitud que favorezca el interés, la comunicación, el respeto, la empatía y la comprensión.

Para ser facilitador/a de un grupo de hombres que han decidido dejar de actuar violentamente contra las mujeres, no sólo es necesario conocer algunos conceptos que se desprenden de la perspectiva de género y de diversas técnicas destinadas a identificar y detener la violencia, es igualmente importante desarrollar una actitud que favorezca la buena comunicación, la colaboración, la confianza y el pensamiento reflexivo del grupo. Para adquirir estas habilidades, cada facilitador debe desprenderse primero de su propio acervo de abusos, opresiones y deseos de control, lo cual solo se consigue a través de una práctica sistemática que puede durar años.

A continuación, se exponen algunos criterios generales sobre habilidades y actitudes que podrían ajustarse a partir del desarrollo de esta estrategia de intervención, una vez que la experiencia misma genere los límites y alcances de este proceso reeducativo. En tal sentido, los criterios que aquí se comparten son básicos y deberán contemplarse en el perfil y las acciones de cada facilitador/a para que actúe de manera congruente.

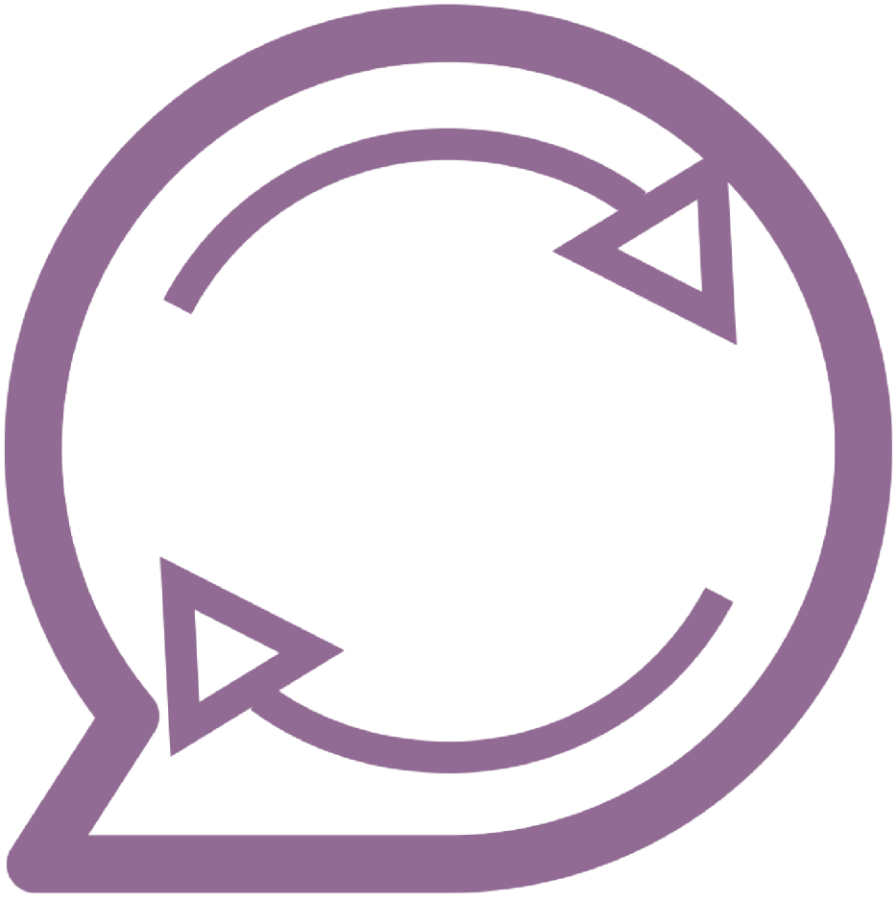
Persona facilitadora:

- Es importante ser **auténtico/a y congruente**, en el sentido de que te presentes con tus debilidades y fortalezas, y muestres cómo, desde éstas, puedes facilitar el proceso de cambio de otros.
- Asimismo, ayuda mucho tener **orden en tu trabajo**: lecturas previas, una buena preparación de los materiales, cuidado, organización y seguridad del espacio, adecuado manejo del tiempo, coordinarse con otros facilitadores y practicar las técnicas -antes y después del desarrollo de las sesiones- constituyen acciones que permiten crear un

ambiente armonioso con sensación de seguridad que le da agilidad y claridad a la facilitación.

- A nivel personal, **te sugerimos continuar en la búsqueda de nuevos conocimientos** para tu desarrollo humano, además de los técnicos y teóricos básicos, para fortalecerte en lo profesional como facilitador/a.
- En la medida de lo posible, sería importante **asistir a espacios terapéuticos** para mantener claridad tanto de tu propio proceso de crecimiento, como para estar al tanto de tus ejercicios de violencia (si eres facilitador), y si eres facilitadora, para estar consciente de tus heridas de género, así como de tus fortalezas, para ser asertiva y enfrentar posibles situaciones de riesgo. También puede ser conveniente contar con *espacios de contención grupal* como una herramienta constante de auto-reflexión con relación a la violencia.
- Es importante **escuchar con atención y sin juzgar** a los usuarios: sus preocupaciones y dudas, avances y retrocesos, así como sus experiencias de violencia.
- También es muy importante **mantener el contacto visual con los usuarios** ya que este contacto nos acerca a cada persona, favorece que los integrantes del grupo se sientan tomados en cuenta; el rehuir la mirada puede hacer sentir inseguridad, rechazo o temor. El mirar al grupo facilita la creación de un clima armónico, además, nos permite estar alerta a lo que sucede. Sólo ten cuidado de evitar fijar tu mirada de una manera tal que pueda ser o parecer amenazante para los usuarios.
- Por otro lado, te recomendamos **mantener la atención del grupo en el objetivo pedagógico de cada sesión** pues en todo momento pueden emerger situaciones que llamen mucho la atención y desvíen a los usuarios del tema en turno. En este sentido, una buena relación con ellos es importante, sin llegar necesariamente a la amistad, aunque tampoco rayando en la indiferencia. Hay que estar cercanos a los hombres identificando tu posición de facilitador/a, que es diferente a la de un usuario: ambos hacen trabajo personal analizando ejercicios de violencia, pero el primero tiene más responsabilidades que el segundo porque tiene más experiencia e información sobre cómo detenerla.
- En el manejo del grupo te sugerimos **plantear instrucciones claras y precisas** para la realización de las actividades, evitando censurar las personalidades de los participantes o descalificar sus opiniones, aunque siempre será importante poner límites a las expresiones de violencia contra las mujeres o contra otros usuarios. Se requiere que puedas expresarte verbalmente de forma precisa y sencilla, mostrando una actitud de respeto, creatividad y entusiasmo con los asistentes. Usa palabras que los usuarios puedan comprender, evitando caer en formalismos o tecnicismos excesivos; a la vez, recomendamos tener siempre la disposición de aclarar las dudas que surjan en el grupo y motivar e invitarlos a la reflexión.

- **Es importante que fortalezcas tus capacidades de análisis y de síntesis**, pues a veces se expresan muchas experiencias y opiniones en el grupo y hay que devolver resúmenes de éstas.
- Asimismo, requerirás desarrollar o fortalecer tus **habilidades para el manejo de la comunicación no verbal**, lo cual implica fijar tu atención en los mensajes corporales del grupo, pues con miradas, bostezos, posturas, silencios u otras actitudes, algunos usuarios expresan más de lo que dicen con palabras.
- Finalmente, **es necesario desarrollar tu habilidad para manejar situaciones conflictivas en el grupo y prever situaciones inusuales, complicadas y/o problemáticas**. Esto es central pues estás trabajando el tema de la violencia con hombres que la ejercen. Entonces hay que estar atentos a los comentarios en grupos en el pasillo, a lo que te comentan los compañeros, a tus propias sensaciones, etc. Lo anterior evitando caer en una actitud de persecución, pero tampoco minimizando los riesgos de este trabajo**.**



Proceso de Intervención

EL PROCESO DE INTERVENCIÓN

Este proceso de intervención se desarrollará durante 16 sesiones continuas de dos horas y media a la semana. La modalidad de los grupos es abierta y las sesiones están diseñadas de tal suerte que todo hombre que decida ingresar a un grupo (habiendo pasado los filtros y criterios establecidos), pueda aprender algo de cada sesión. Cada usuario puede repetir hasta dos veces todo el ciclo para así reforzar el compromiso con su propio cambio.

En cada sesión se analizan, en una primera parte, todos los elementos conceptuales que conforman el proceso violento, para, en un segundo momento, procesar el testimonio de un hecho real de violencia que haya ejercido algún miembro del grupo. Por último, mediante un ejercicio vivencial, en grupo se analiza a detalle uno de los 16 conceptos que se revisan a lo largo de la intervención. Esta agenda de trabajo no debe rebasar las dos horas y media por sesión. Para participar se requiere sólo de la decisión de cada hombre para ingresar a un grupo, sin embargo, para *cambiar* se requiere, fundamentalmente, de un ejercicio de voluntad traducido en honestidad consigo mismo, disposición y constancia, entre otros elementos que poco a poco y con el acompañamiento de sus pares en el grupo, cada participante podrá fortalecer.

Cabe aclarar que el trabajo iniciado en los grupos promueve un compromiso permanente con la igualdad entre hombres y mujeres en todos los ámbitos de socialización, lo cual implica para cada usuario el desafío cotidiano de individuarse de los mandatos machistas para sostenerse permanentemente en una versión alternativa de sí mismo en un contexto cultural que impone la supremacía masculina como el "deber ser" de cada hombre. Darnos cuenta de los impactos negativos que genera esta dinámica tradicional tanto para quienes nos rodean como para nosotros mismos, sin duda es un punto de partida para asumir la responsabilidad de revisar nuestro sistema de creencias y, con ello, modificar nuestras conductas. El reto de cada día será, entonces, practicar las herramientas del Manual para dirimir los conflictos y las situaciones de tensión o de fricción que constantemente se nos presentan en la vida cotidiana, lográndolo de una manera creativa y no violenta.

Elementos para el encuadre de las sesiones

Sobre el número de participantes

Cada grupo puede conformarse a partir de 2 y hasta un máximo de 25 integrantes. Lo ideal es establecer las condiciones para lograr un acercamiento humanista entre el equipo de facilitación y cada participante, de tal suerte que el proceso permita, por ejemplo, identificar a cada quién por su nombre, conocerle gradualmente en el marco de un acercamiento respetuoso y promover con ello su confianza y apego al grupo.

Puntualidad y asistencia

En cada oportunidad (partiendo de la apertura de cada grupo), será importante informar a los usuarios que cada sesión inicia y termina en los tiempos programados. Si un hombre llega quince minutos después de empezada la sesión y se queda, esa sesión no le cuenta ni como falta ni como asistencia, aunque sin duda le será útil en su proceso de reaprendizaje. Este dato es particularmente importante para aquellos que hayan sido canalizados mediante algún mandato judicial.

Se requiere promover permanentemente el que los participantes sean constantes en la asistencia al grupo, pues ello fortalece el proceso de cambio de cada usuario. Es fácil dejar de asistir porque cambiar requiere bastante esfuerzo: es complicado renunciar a los (ilusorios) privilegios con los que nos seduce el patriarcado; pero aquellos realmente comprometidos en detener sus ejercicios de violencia para así enriquecer sus relaciones más significativas, necesitan realizar un trabajo consistente y asistir puntualmente al grupo cada semana.

Asimismo, es pertinente recordar que todo individuo interesado en fortalecer su proceso de cambio puede repetir hasta dos veces el ciclo de las 16 sesiones contempladas en el Manual, lo cual implicaría poco más de un año de participación en este ejercicio reeducativo. Lo importante a observar en todo momento por el equipo de facilitación, es el hecho de que no se esté usando la asistencia al grupo como un argumento para mentir, manipular o simular el cambio, pues tales actitudes ponen en riesgo a la pareja del usuario.

Confidencialidad

Toda la información que se trabaja en el grupo de reeducación es confidencial, excepto en los siguientes casos: si algún usuario expresa la amenaza de ser violento con su pareja o con alguien en el grupo; si durante su proceso ejerce violencia sexual con menores de edad o severa con personas de la tercera edad; si algún participante necesita que se envíe información a alguien calificado (por ejemplo, un juez, psicoterapeuta o abogado). De igual manera debe quedar claro que este componente de atención no mantiene confidencialidad con las parejas de los usuarios, de modo que ellas pueden llamar y ser informadas sobre el proceso del participante en cuestión sin que ellos se enteren de esas llamadas, pues el proceso de intervención debe activar permanentemente todos los mecanismos de protección hacia ellas.

Finalmente, es indispensable la firma de una carta de consentimiento informado por cada usuario, documento en que se expliquen de manera general los principales elementos descritos en este y otros apartados.

Política sobre la posesión y manejo de armas

Si algún usuario posee armas o herramientas que representen algún riesgo (armas blancas, de fuego o de cualquier otro tipo; pinzas, martillos, mazos, etc.), deberá establecer un compromiso expreso con el grupo en el sentido de deshacerse de ellas si eso es factible, o de

no llevarlas a este espacio en caso de ser su herramienta de trabajo (policías, guardias de seguridad, militares, médicos, mecánicos, carniceros, jardineros, etc.). Para el segundo de los casos, el equipo de facilitación deberá prevenir algún dispositivo para resguardar las armas o herramientas en el supuesto de que el usuario, por razones de trabajo, deba cargar tales objetos y los lleve al Centro, de tal suerte que éstos nunca pasen al espacio grupal.

Se plantea lo anterior en virtud de que es imposible garantizar la no violencia futura de cualquier usuario, en tal sentido, al mantener la posesión de un arma o herramienta peligrosa pone en riesgo su vida, la de su pareja, e incluso la vida de los demás integrantes del grupo y del equipo de facilitación.

Alcohol y drogas

En caso de que algún usuario manifieste tener problemas con el consumo de alcohol u otras drogas, deberá comprometerse a asistir sobrio durante todas las sesiones. No se permitirá fumar durante las sesiones ni al interior de las instalaciones en las que se realice este trabajo de reeducación.

Asimismo, si ese consumo de alcohol o drogas representase un problema de adicción para algún usuario, se le debe condicionar la asistencia al grupo promoviendo que también acuda a un programa para dejar de beber o detener el consumo de drogas mientras participe en este grupo, pues tales adicciones suelen estar asociadas con eventos de violencia. Debe quedarle claro que no podrá recibir atención reeducativa mientras no se comprometa a asistir de manera paralela a un espacio de control de alcoholismo u otras adicciones.

Medidas de autocuidado y de seguridad

Se recomienda no compartir los números ni demás datos personales de los facilitadores a los usuarios; pero sí contar con teléfonos de emergencia a la mano, así como disponer de un protocolo básico para prevenir y atender situaciones de riesgo para el equipo. En dicho protocolo se deben contemplar situaciones hipotéticas de riesgos que podrían presentarse tanto durante las sesiones como al inicio o final de éstas, como en las dinámicas de relación entre los usuarios y entre usuarios con el equipo de facilitación, complementándose con medidas de prevención y/o solución a esas posibles situaciones.

La experiencia ha demostrado que son raras las situaciones límite que llegan surgir durante el desarrollo de una estrategia de intervención de este tipo, sin embargo, hay que tener conciencia de que en cualquier momento pueden presentarse, por lo que es importante estar preparados para abordarlas.

Elementos para crear y mantener la armonía grupal durante las sesiones

El equipo de facilitación deberá promover como mínimo y a manera de acuerdos, los siguientes elementos en cada sesión:

- La puntualidad y la constancia.
- La participación (disposición, escucha y respeto).
- Que el usuario levante la mano para solicitar la palabra al facilitador.
- Que cada usuario hable en primera persona.
- El respeto (a las opiniones y a las personas de los demás).
- Evitar la expresión de juicios, de críticas y de consejos entre compañeros durante las sesiones.
- La confidencialidad.
- Mantener los celulares apagados o en modo silencio y evitar otros distractores durante la sesión.
- Promover el "uno a la vez..." (salir al sanitario, servirse café, atender alguna llamada urgente, etc.).

Es importante que estos **acuerdos para la armonía grupal** queden plasmados en alguna forma impresa (sea en una cartulina pegada frente al grupo o en fotocopias que se entreguen a los usuarios), de tal suerte que puedan servir de apoyo preventivo revisándolos al inicio de las sesiones, o bien, como referente ante cualquier situación en la que sea necesario promover que algún usuario atienda y respete los principios creados por el mismo grupo.

Sobre la convocatoria, la integración y el funcionamiento de los grupos

Convocar a hombres para que participen de manera voluntaria en grupos de este tipo, es un reto permanentemente complejo. Los medios, los momentos, los mensajes y las imágenes, así como las estrategias de difusión, son elementos relevantes, en sí mismos y como un todo. Para lograr una asistencia regular a los grupos, sugerimos tomar en cuenta las siguientes ideas al convocarlos:

- Colaborar de forma cercana con las mujeres: estar en contacto con las instancias que atienden a mujeres receptoras de violencia es fundamental, pues ellas requieren información de los grupos de hombres para canalizar, en lo posible, a las parejas de sus usuarias. Es importarte compartirles folletería con los horarios, teléfonos y la dirección del grupo. Hay que sistematizar datos sobre los grupos de mujeres en cada localidad y realizar un directorio, pues llamarán muchas parejas solicitando apoyo tanto para sus maridos como para ellas mismas, por tanto, es un imperativo el brindarles informes sobre los servicios que apoyan a mujeres.

- Asimismo, hay otras mujeres que pueden convertirse en aliadas para promover la canalización de hombres: psicólogas, trabajadoras sociales, médicas, abogadas, comunicadoras, profesoras, investigadoras académicas, etc., a quienes resultará estratégico informarles sobre esta propuesta de intervención e invitarlas a conocer el trabajo para que tengan claridad de cómo explicar sobre este servicio a posibles nuevos usuarios.

- La constancia de los espacios de atención: si se decide la apertura de un grupo es importante que siempre mantengamos abierto ese espacio en el horario que ofrecimos estar, lleguen o no los usuarios, pues poco a poco se correrá la voz de que hay "un grupo para hombres". Algunos asistirán tal vez por curiosidad, otros por necesidad, unos más por la información brindada por instituciones, la pareja, algún amigo o por cualquier medio de comunicación.
- Una vez que se ha establecido el propósito institucional de abrir un grupo de reeducación para hombres que ejercen violencia de género, se pueden producir materiales que inviten a los hombres a asistir a los grupos. A continuación, se ofrecen algunas ideas para que el diseño de materiales logre formas atractivas para este perfil de hombres.

Sobre el diseño de materiales:

- Considerar perfiles de hombres diversos: es importante pensar en el diseño de materiales que puedan incluir a los diferentes tipos de hombres que hay en cualquier contexto social: desconfiados y curiosos, guapos y feos, con escolaridad o sin ella, jóvenes y adultos mayores, etc., siendo conscientes de la población a la que deseamos dirigirnos como grupos blanco.
- Pueden dedicarse al desempeño de un oficio como mecánicos, choferes, guardias, plomeros, electricistas, vendedores, etc., estar desempleados, tener una empresa o ejercer alguna profesión (abogados, médicos, profesores, ingenieros, arquitectos, contadores, albañiles, etc.).
- Asimismo, es útil tener claridad sobre el grupo social con el que se identifican: urbano, rico, pobre, clase media, región geográfica, edad, grupo étnico al que pertenezcan, etc., para así lograr la empatía adecuada con cada uno de ellos y, a la vez, homologar formas de atención sustentadas en el respeto para todos.
- Movimiento en el diseño: usualmente la ropa, los objetos de uso personal y las "cosas de hombres" son presentadas de forma fría y seria en ciertas ilustraciones. Los colores que se usan para los hombres generalmente son los cafés, grises, azules, etc., en sus diversos tonos. Al parecer, los hombres rechazan los colores vivos y las formas llamativas, por ello mismo sugerimos producir materiales que rompan tales estereotipos masculinos y que jueguen con colores mediante formas diversas y con movimiento en el diseño.
- No obstante, cabe aclarar que no existen reglas definitivas en este apartado, más bien lo que se propone es desatar la creatividad desde imágenes e ideas que en todo momento respeten a la persona humana, pero que, a la vez, logren interesar la atención de los varones.
- Implicar las emociones y sentimientos de los hombres: los mensajes, frases e ideas expresadas, así como las imágenes y colores, deben intentar generar algún interés en

los hombres. Básicamente el propósito es lograr que reaccionen al ver los materiales, que sientan algo y no puedan permanecer indiferentes ni al material, ni al mensaje. A la vez es importante no estigmatizar, avergonzar, culpabilizar o agredir, pues lo único que haríamos es alejarlos, lo que proponemos es encontrar ideas creativas para convocarlos a ejercer su responsabilidad.

- Frases asertivas: en un país como el nuestro parece no haber hombres que ejerzan violencia en el ámbito doméstico, en las calles, el trabajo, ni en ningún lugar, por lo que convocarlos de esa manera, es decir, etiquetándolos como "hombres violentos u hombres agresores" para que participen en un grupo de reeducación con el objetivo de reconocer tal rasgo de su comportamiento y cambiar, parece ser un llamado que no encontrará eco.
- La experiencia ha demostrado que la mayoría de ellos son más receptivos si se les convoca a través de mensajes que impulsen el fortalecimiento de su comunicación con la pareja o a estrechar sus vínculos con las y los hijos o con la familia, por tanto, ha sido útil invitarlos a participar con frases que alientan su disposición para participar en espacios donde fortalecerán sus capacidades para relacionarse mejor con su pareja, para convivir de manera más rica con sus hijos o para ser hombres más responsables con sus familias.

Sobre la exposición del tema de violencia:

- Fomentar la responsabilidad de los hombres sobre su violencia: comúnmente cuando se habla de violencia masculina en folletos o carteles suele victimizarse o se culpa a los hombres. En el primer caso se cae en la justificación de la violencia: "él ejerce violencia porque así lo aprendió en su entorno", mientras que, por el otro lado, se les sobredimensiona: "todos los hombres *son* violentos". Es importante que en los materiales se encuentre un punto medio y se hable de la responsabilidad de los hombres sobre su violencia, usando frases asertivas, por ejemplo, mensajes en primera persona: "mi violencia", "mi problema", "la responsabilidad sobre mis actos violentos"; "me comprometo a…" o "mi compromiso con la no violencia es…".
- Mostrar las consecuencias de la violencia: los materiales, mensajes, imágenes, etc., podrían destacar que existen consecuencias (tangibles e intangibles) de la violencia tanto para ellos mismos como para las mujeres, las y los niños, y también para las y los adultos/as mayores, así como para otras personas que les rodean. Y que incluso la violencia "más pequeña" puede dejar daños para toda la vida en quienes la han sufrido consuetudinariamente. Conviene, en contraposición, hacerles ver lo que "se gana" con el cambio desde imágenes también tangibles e intangibles: recuperar la confianza de mi pareja, el amor de mis hijas/os, cuidar mi salud, fortalecer mi autoestima, dejar de gastar en lo superfluo para invertir en mi casa y familia, entre otras posibilidades, mostrando así imágenes del "hombre diferente que puedo llegar a ser".

- Abordar de forma creativa el tema de la violencia, pero sin trivializarla: el tema de la violencia masculina comúnmente es visto como algo muy serio donde se usan grises, negros y rojos e imágenes que rayan en el drama y la obscuridad. También hay rostros lastimados, trastes y muebles rotos, etc. Si bien es real todo esto, usualmente a los hombres no les da sentido ver estas imágenes, pues, como ya se ha comentado, generalmente tienden a pensar que "el otro es muy violento, pero yo no", o no tienen elementos de aprendizaje que les permitan identificar muchas de las violencias que ejercen.
- El reto es provocar la reflexión sobre la violencia de género como un problema social y promover el reconocimiento de los propios ejercicios de violencia de cada hombre que entra en contacto con algún material o una campaña para prevenirla. Nuevamente, consideramos que para ello es necesario activar la creatividad: a veces de manera muy sutil y en otras ocasiones con imágenes o mensajes muy claros y directos.

Sobre la canalización de los hombres:

- Informar a los hombres: es importante informar a los hombres sobre las alternativas que existen para atender su malestar emocional y detener sus ejercicios de violencia. En los materiales hay que incluir, además de los datos de tu institución, los teléfonos y direcciones de otras instancias de gobierno y/o de organizaciones de la sociedad civil que realicen labores para apoyar a hombres con necesidades específicas (cierto tipo de enfermedades, paternidad, desempleo, disfunciones sexuales, atención psiquiátrica o emocional, etc.).

Estas sugerencias pueden ser enriquecidas por la propia experiencia de tu institución al desarrollar campañas y actividades de difusión. Llega a ocurrir que estas áreas no tienen incorporada la perspectiva de género en su desempeño profesional, o si la tienen, generalmente cuentan con poca experiencia en comunicar el tema de la violencia masculina. Te sugerimos por tanto un trabajo muy cercano con el personal de esas áreas para que se trasmitan con cuidado y asertividad algunas de las ideas arriba señaladas.

Desarrollo de las Sesiones

DESARROLLO DE LAS SESIONES

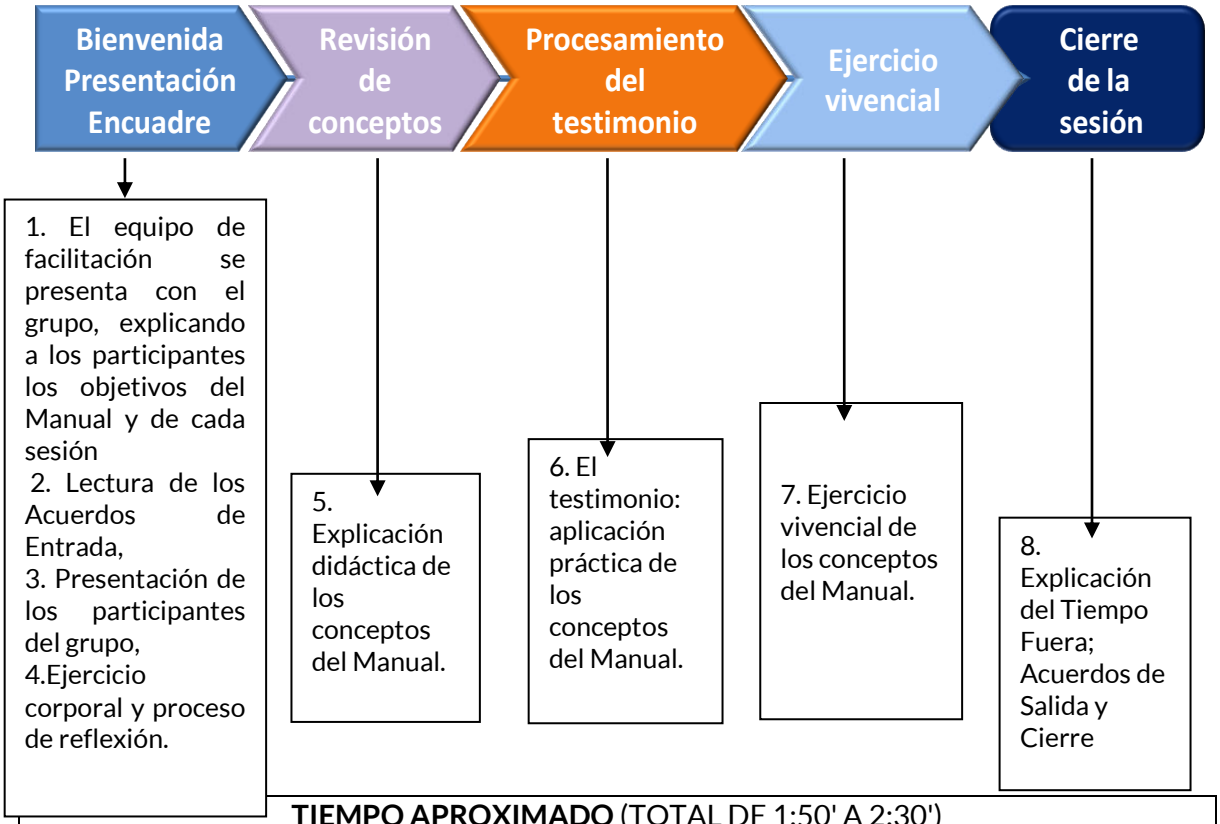
Condiciones previas a cada sesión

El equipo de facilitación debe estar en el espacio una hora antes del inicio de cada sesión para anotar el diagrama del proceso violento (pág. 41) en el pizarrón, verificar y tener listos los formatos, así como todas las condiciones materiales para la realización del trabajo según lo que aplique para cada sesión: un espacio amplio, limpio, ventilado, iluminado e idealmente ubicado en un lugar discreto libre de distractores, sillas suficientes, un pizarrón, marcadores, hojas, lápices o plumas, papelógrafos (o cartulinas), en caso de ser posible, café y agua, etc.

Asimismo, es importante que sean dos facilitadores por sesión y antes de la misma hayan acordado quién facilitará cada etapa de la sesión.

Estructura y agenda de las sesiones

Las sesiones se estructuran en cinco partes fundamentales gráficamente representadas así:



TIEMPO APROXIMADO (TOTAL DE 1:50' A 2:30')				
De 20' a 30'	De 30' a 40'	De 30' a 40'	30'	10'

A continuación, se desglosan los ocho componentes de la agenda de la sesión:

1. El equipo de facilitación se presenta con el grupo

Tiempo aproximado: 5 minutos.

En esta etapa el equipo de facilitación expresa frases de bienvenida para el grupo y explica brevemente los objetivos del Manual a los integrantes del grupo.

Para iniciar, se lee en voz alta una breve explicación del trabajo que se realizará en la sesión. Se sugieren las siguientes frases:

> "¡Bienvenido! …Somos un grupo de hombres dispuestos a compartir positivamente. Cada uno de nosotros reconoce haber tenido problemas con nuestra pareja (o con alguna mujer) y deseamos dejar de tenerlos. Sabemos que no es suficiente con identificar y detener nuestras violencias, necesitamos también aprender a crear relaciones cooperativas, dignas e igualitarias.
>
> Si es tu primera sesión, te invitamos a estar atento, escuchando y participando en la medida de tus posibilidades. Poco a poco te darás cuenta de que este es un espacio libre de juicios y prejuicios, donde priva el respeto para lograr, en un marco de armonía grupal, la revisión de nuestras conductas violentas y, con ello, descubrir aspectos positivos en cada uno de nosotros que poco a poco podremos compartir con las demás personas dentro y fuera del grupo, contribuyendo así al desarrollo de entornos libres de violencia, tanto en nuestras casas como en nuestros trabajos y en otros espacios públicos en los que compartimos la vida cotidiana."

2. Los acuerdos de entrada

Tiempo aproximado: 10 minutos.

Es necesario sensibilizar a los usuarios sobre la importancia de aprender a establecer y cumplir acuerdos para fomentar la igualdad en las relaciones, explicando que al comprometerse con otro compañero se está practicando cómo establecer bases de respeto e igualdad con sus demás vínculos interpersonales.

Así, el equipo facilitador se encargará de promover la lectura de los "Acuerdos de entrada/Acuerdos de salida", llamados así debido a que se leerán tanto al iniciar como al finalizar las sesiones. A cada usuario se le entregará una hoja con los Acuerdos impresos.

Para la lectura se formarán parejas. Cada pareja se sentará frente a frente y decidirán entre ellos quién de los dos será "A" y quién "B". Primero, el "Usuario A" dará lectura a cada compromiso en voz alta al "Usuario B", quien al final de cada frase le responderá: "Yo te apoyo". Una vez que "A" haya concluido la lectura de todos los acuerdos, la acción se invierte:

ahora el “Usuario B" leerá cada compromiso al "Usuario A", quien tras cada frase le responderá: "Yo te apoyo".

Los Acuerdos de Entrada/Acuerdos de Salida a los cuales se dará lectura, son los siguientes:

1.- Yo me comprometo a asistir puntual y constantemente a este grupo para dejar de ejercer violencia hacia mi pareja y otras personas.

2.- Yo me comprometo a venir sobrio a mis sesiones.

3.- Yo me comprometo a ser igualitario y respetuoso.

4.- Yo me comprometo a atender las intervenciones de la facilitadora o del facilitador.

5.- Yo me comprometo a contactar mi *atención plena*.

6.- Yo me comprometo a satisfacer mis necesidades, sin esperar servicios.

7.- Yo me comprometo a mantenerme en mi atención plena y a proponer un tiempo fuera antes de ser violento.

8.- Yo me comprometo a escuchar y respetar las opiniones de mi pareja.

9.- Yo me comprometo a no culpar ni responsabilizar a mi pareja por mis ejercicios de violencia.

10.- Yo me comprometo a no seguir a mi pareja cuando busque refugio como consecuencia de mis violencias.

11.- Yo me comprometo a crear bienestar para mí y para otras personas.

Se recomienda al equipo de facilitación imprimir y plastificar al menos 25 ejemplares de estos Acuerdos en una hoja tamaño carta para tenerlos a la mano al inicio y cierre de cada sesión, a fin de contar con este material disponible de manera permanente y evitar contratiempos. La experiencia ha demostrado que, si se le entrega una fotocopia a cada usuario, algunos de ellos la extraviarán o la olvidarán en algún lugar, retrasando así el inicio de las sesiones.

Asimismo, en la primera sesión, tras leer estos Acuerdos de Entrada, los mismos usuarios establecerán los *Acuerdos para la Armonía Grupal* (como la puntualidad, la confidencialidad, alzar la mano para pedir el uso de la palabra, etcétera), acuerdos que se anotarán con letra clara y suficientemente grande, en una cartulina que deberá ser visible para todo el grupo, mismos que se revisarán o ajustarán al inicio de cada sesión para cuidar que las actividades y la convivencia se realicen de la mejor manera posible y desde el buen trato.

3. Presentación de los participantes del grupo

Tiempo aproximado: 5 minutos.

Cada usuario se presentará, mencionando:

- Su nombre o la manera en la que prefiere le llamemos en el grupo.
- El número de asistencias que tiene en el grupo.
- El tipo de violencia que haya ejercido la semana en curso y contra quién (priorizando violencias contra su pareja o alguna mujer, de manera clara y concreta).
- La frase: "estoy aquí para apoyar y ser apoyado", para finalizar.

4. Ejercicio corporal y proceso de reflexión.

Tiempo aproximado: 10 minutos.

Nombre de la actividad: EJERCICIOS TAOÍSTAS	
Objetivo	Promover la relajación corporal practicando movimientos específicos en cada parte del cuerpo.

Descripción

Se pide a los participantes que se pongan de pie y formen un círculo. El facilitador responsable explica que los siguientes son ejercicios corporales que se llaman Movimientos Taoístas. Son útiles para despertar y contactar cada parte del cuerpo, ayudan a concentrar nuestra atención en el mismo y ser conscientes de que es el lugar que habitamos y, por tanto, que debemos procurar su cuidado dándole *buentrato*. Conviene comentarles que nuestro cuerpo puede ser tanto receptor como emisión de violencias, de ahí la importancia de contactarlo y cuidarlo. Una vez realizada la explicación anterior, se indica al grupo que repliquen lo que el facilitador vaya haciendo.

1.- Froten sus manos de manera intensa para generar una gran fricción con ellas, háganlo de manera suave y sin lastimarse, pero firme para que se sienta el máximo calor posible. Una vez acumulado ese calor, lleven sus manos a su cabeza y aplíquense un ligero masaje en iniciando en la parte superior: con los dedos dense un masaje con movimientos circulares empezando por la coronilla, bajando por la parte posterior y pasando a los costados de la cabeza. Sin detenerse, toquen con los dedos su frente y sigan aplicándose un masaje en círculos, vayan a sus sienes y luego bajen a los pómulos y mejillas hasta llegar a la barbilla y mentón. Suban nuevamente para tocar sus orejas por dentro y por fuera terminando en los lóbulos, bajen a sus cejas, sus pestañas, cierren sus ojos y toquen sus globos oculares; abran sus ojos y ahora denle un masaje suave a su nariz, iniciando por el puente para luego poner sus dedos en los costados y froten, bajen ahora sus dedos a los labios y rocen sus yemas con ellos tratando de mantener en todo momento la circularidad en los movimientos. Al terminar esta etapa, respiramos y exhalamos profundamente.

2.- Ahora, estiren su brazo derecho hacia el frente con la mano abierta y, a la vez, coloquen su mano izquierda en puño y empiecen a darle pequeños golpecitos a su hombro izquierdo por la orilla, vayan bajando al brazo, al antebrazo, la muñeca, la mano y continúen subiendo por la parte interna del mismo hasta llegar a la axila. Sigan bajando por su tronco debajo de la axila

y continúen aplicando golpecitos firmes pero suaves a la vez en todo su costado, bajando por la cintura hasta llegar a la parte externa desde la pierna hasta el pie; luego suban dándose los mismos golpes pero ahora por la parte interna de su pierna, subiendo desde el pie, por la pantorrilla, por su muslo, y al llegar de nuevo a la cintura suban aplicándose golpecitos por todo su perímetro izquierdo con su brazo derecho otra vez hasta llegar al hombro y terminar en el cuello. Si es necesario agacharse o apoyarse en alguien o algo, adelante. Respiren y exhalen nuevamente.

Repitan el ejercicio, pero ahora con su mano derecha iniciando en su hombro izquierdo siguiendo todo el recorrido anterior. Recuerden que deben ser golpes firmes, pero sin que provoquen dolor o sobre-esfuerzos: no es competencia ni se trata de ver quién si puede o quien no puede, terminen esta etapa dándose golpecitos en los glúteos. Nuevamente, al terminar, promueva que respiren y exhalen profundamente. Ahora haga una breve pausa y pregunte al grupo, ¿cómo se van sintiendo?, ¿cómo sienten su cuerpo? Cuide que los comentarios sólo se limiten a reportes sobre las sensaciones corporales que van sintiendo.

3.- Se indica al grupo que continuarán otra etapa del trabajo corporal. El facilitador les indica que estiren su brazo derecho y empiecen a mover cada uno de sus dedos, despacio, girándolos y sintiendo como se mueven, tras unos 15 segundos y sin mediar pausa les pide que giren la muñeca y los dedos de forma simultánea, luego de un lapso de tiempo similar les pide que agreguen el movimiento del codo y luego de todo el brazo (siempre sumando o moviendo de manera simultánea cada parte señalada). De tal suerte que cada articulación de

su lado derecho tenga movimiento. El período de tiempo entre la incorporación de una y otra parte del cuerpo no debe ser mayor a 15 segundos. Pídales que hagan lo mismo con su lado izquierdo y luego que lo intenten con las dos extremidades al mismo tiempo.

Una vez que concluyan cada etapa se promueve una respiración profunda.

4.- Para continuar se les indica que se mantengan de pie y ligeramente levanten su pierna derecha solicitándoles que empiecen a mover sólo los dedos del pie, luego de unos segundos se les pide que muevan simultáneamente los dedos y el tobillo, para gradualmente incorporar la rodilla y terminar con toda la pierna. Se les pide realizar lo mismo con su pierna izquierda dándoles las instrucciones y los tiempos para realizarlo. Se hace otra pausa y se promueve otra respiración profunda. En esta parte se les puede indicar que piden permiso para apoyarse en el compañero de al lado, o en una silla, en caso de que se les dificulte el movimiento.

5. Por último, pida que se estiren como si intentaran tocar con una de sus manos el techo mientras, al mismo tiempo, con la otra buscaran alcanzar el piso, indicándoles que al estirar, inhalen, mantengan la tensión dos o tres segundos, y que al soltar o aflojar el cuerpo, exhalen. Se repite esta última indicación un par de veces.

Revise con cada usuario: ¿cómo está ahora tu cuerpo? Se les puede sugerir que sea un ejercicio que realicen cada día en la mañana, para que su cuerpo se active y mantengan

atención plena en cada parte de su cuerpo. Nuevamente, cuide que los comentarios se centren en referencias corporales y promueva una reflexión sobre la importancia de habitar el cuerpo, de darnos cuenta de la importancia que tiene para cada uno de nosotros y cómo, generalmente, nos "automatizamos" en la vida cotidiana y nos olvidamos de él.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado
Tiempo	10 minutos
Comentarios	Es necesario que el equipo de facilitación conozca estos ejercicios y los practique previamente para que, al momento de aplicarlos los pueda modelar, no existan equivocaciones y se sigan paso a paso. Si alguna persona no los puede realizar, se le pide que observe o que haga los que pueda, sin forzar nada. En caso que un usuario decidiera no participar de manera reiterada, entonces será indispensable indagar lo que esté ocurriendo y encontrar una solución como equipo. Para variar la aplicación de este ejercicio, puede intercalar las etapas durante las sesiones

- Adaptado de los talleres de psicoerotismo masculino y femenino de la Dra. Fina Sanz

Proceso de reflexión

Nombre de la actividad: Atención plena	
Objetivo	Promover la atención corporal a través de la respiración, potenciando el contacto con el cuerpo.

Descripción

La atención plena es un componente esencial en procesos de intervención de este tipo, en virtud de que es un enfoque que promueve el máximo desarrollo humano de cada individuo. Implica la capacidad que toda persona tiene para contactar la conciencia que surge al enfocar su atención, sin juicios de valor, en el momento presente; es decir, cuando entramos en un perfecto balance desde nuestra intimidad con quienes somos, con las y los demás y con el medio ambiente que nos rodea, logramos activar un poder creativo que nos permite entender y manejar un proceso de crecimiento individual orientado al bien personal y colectivo, generando con ello un equilibrio que nos impulsa como agentes de crecimiento, de satisfacción, de desarrollo, de cambio. Es una especie reconocimiento de un camino interior que ilumina nuestro andar en el exterior.

En este Manual dicho concepto nos es útil para identificar señales del cuerpo y su vínculo con la vida afectiva, lo que resulta necesario para analizar estados emocionales relacionados con la violencia en los varones.

Para promover el contacto de los usuarios con su atención plena, proponemos los siguientes pasos:

El facilitador responsable indica a los participantes que se sienten y apoyen su espalda en el respaldo de la silla sin cruzar brazos ni piernas. Les comenta que realizarán un ejercicio de respiración y de manera clara les ofrece las siguientes instrucciones: pongan su mano derecha en el corazón y la izquierda en el abdomen a la altura del ombligo, una vez en esa postura les pide que cierren sus ojos y focalicen toda la atención en su respiración.

Es recomendable que el facilitador fortalezca el contacto de cada usuario con su cuerpo mediante preguntas como la siguiente: dense cuenta, ¿cómo es respirar? ...poco a poco vayan regulando su ritmo hasta llegar a un modo suave. Una vez que están relajados, se lanza la siguiente instrucción: inhalen aire por su nariz y exhálenlo por su boca, y una vez realizada cada exhalación, todos digan en voz alta: "Éste, soy Yo".

Se repite esta respiración al menos diez veces, de una manera suave, despacio y con tranquilidad.

Manteniendo esa misma postura, se les pide que sigan respirando suave y ahora, al inhalar solo de manera mental, dirán para ellos mismos, "Yo" y al exhalar, "Soy".

Se repite esta respiración al menos diez veces, de una manera suave, despacio y con tranquilidad.

Una vez que los usuarios terminaron el ejercicio, se les indica que lentamente abran sus ojos y empiecen a mover cada parte de su cuerpo.

Cierre la actividad, preguntado: ¿cómo está el cuerpo?

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado
Tiempo	10 minutos
Comentarios	Observe a los usuarios mientras realizan el ejercicio, esté al tanto de ellos, de su respiración de sus cuerpos.

- Adaptado del modelo de atención CECEVIM. Autor: Dr. F. Antonio Ramírez Hernández

5. Explicación didáctica de los conceptos

Tiempo aproximado: de 30 a 40 minutos

En esta etapa el facilitador responsable de llevar la sesión promoverá que, en grupo, los usuarios evoquen algún hecho violento real que hayan ejercido en contra de su pareja o de alguna mujer. Les pedirá con un tono de voz firme y suave a la vez que cierren sus ojos y traigan a su memoria alguna situación de violencia recientemente ejercida, preguntándoles cuál fue el detonador, cómo inició, cómo se desarrolló y en qué momento se detuvo esa situación, hasta llegar a la visualización de las consecuencias: qué le pasó a él mismo, a su

pareja y a quienes estaban cercanos a ellos mientras duró esa situación de violencia. Una vez que todos los hombres hayan construido esa situación de violencia en su mente, el facilitador les pedirá que lo indiquen alzando la mano, manteniendo todavía los ojos cerrados. Luego de verificar que todos los usuarios hayan levantado su mano, les indicará que realicen una respiración profunda y que, al exhalar, cada quien, a su ritmo, abra los ojos y contacte al grupo sólo con su mirada.

A continuación, el facilitador anuncia que se dará paso a la lectura de una serie de conceptos que conforman “el proceso violento”, mismos que ayudarán a comprender cómo decidimos ejercer esa violencia en las situaciones que evocamos, así como a prevenir que las continuemos ejerciendo en el futuro. Cada concepto será leído a la vez por un usuario diferente; el facilitador promoverá que quien lea complemente el concepto en turno ilustrándolo con elementos de la situación que acaba de evocar, cuidando aclarar cualquier duda, sesgo o error que pudiera surgir. Al terminar de leerse un concepto, el facilitador promoverá que ese mismo usuario "pase" la voz a otro que elija dentro del grupo para promover que todos estén atentos, continuando así hasta el final de esta etapa de la sesión, siempre teniendo especial cuidado en el uso del tiempo para no rebasar lo establecido.

Tal como se ha sugerido en el apartado de *Acuerdos de Entrada y de Salida*, sería conveniente que el equipo de facilitación transcriba e imprima los conceptos del proceso violento en un par de hojas, de tal suerte que cada usuario pueda disponer de un juego completo en todas las sesiones. Es decisión del equipo de facilitación regalar esas hojas tantas veces como sean necesarias o plastificarlas y prestarlas en las sesiones a cada usuario. Reiteramos el hecho de que la experiencia nos dice que algunos usuarios pueden no ser tan cuidadosos con los materiales y suelen extraviarlos u olvidarlos de una sesión a otra, por lo que es importante tener esto en cuenta para siempre contar con material suficiente para cada sesión.

Conceptos[5] del proceso violento:

- SITUACIÓN: La tensión o fricción que surge al cambiar las fronteras. La base de las relaciones sociales son las fronteras. Las fronteras son espacios de seguridad que ayudan a cada persona a mantener su vida en una forma satisfactoria y adecuada.
- ESPACIO FÍSICO: Es mi cuerpo y todo lo que me rodea. Existen dos formas de espacio físico: interno y externo.
  Espacio Físico Interno: Son mis 5 sentidos (tacto, oído, olfato, gusto y vista).
  Espacio Físico Externo: Es todo lo que me rodea.
- ESPACIO INTELECTUAL: Pensamientos e ideas, la forma en que proceso lo que he percibido.

5 Para profundizar en los conceptos, en el apartado “Materiales de apoyo” encontrarás el Glosario donde se explicita cada uno de ellos.

- ESPACIO CULTURAL: Son los códigos o mandatos machistas aprendidos socialmente que guían y dictan mis formas de conducta al invadir mi pensamiento.

- AUTORIDAD: Me atribuyo una posición de superioridad desde la cual actúo autoritariamente. Es opuesta a las autoridades nutricias, propositivas o responsables.
  ¿Quién? Me creo el que manda y que soy superior a ella.

- CONTROL Y DOMINIO: Forzar a mi pareja u otras personas a hacer lo que mi Autoridad demanda.
  ¿Cómo controlo y domino?

- SERVICIOS: Uso los recursos de mi pareja u otras personas para mi beneficio.
  ¿Qué servicios estoy pidiendo?

- MIS SEÑALES CORPORALES: Es el momento en que las sensaciones de mi cuerpo me indican que estoy a punto de cometer violencia.

  Los cinco pasos para evitar ser violento:

  1. Me comprometo a reconocer las señales de mi cuerpo *antes* de ejercer violencia.
  2. Reconozco qué servicios quiero y dejo de pedir esos servicios.
  3. Reconozco mi autoridad y renuncio a ella.
  4. Respiro profundamente contactando mi atención plena, doy un paso atrás y me digo: "no soy violento".
  5. Aplico mi señal de tiempo fuera (pág. 59).

VIOLENCIA: Invado los espacios de mi pareja para dañarla y controlarla.

- DECIDO COMETER VIOLENCIA EMOCIONAL: Hago algo calculadamente, o por omisión, para sacar de su equilibrio a mi pareja (u otras personas) y dañarla psicológicamente.

- DECIDO COMETER VIOLENCIA VERBAL: Uso palabras o sonidos para invadir los espacios de mi pareja u otras personas.

  Cosificar: La llamo con nombres que le quitan su valor como persona.
  Menospreciar: La hago sentir menos de lo que vale.
  Amenazar: Prometo ser violento en el futuro.

- DECIDO COMETER VIOLENCIA ECONÓMICA: Controlo los recursos monetarios o bienes para poner en peligro la sobrevivencia de mi pareja o de algún miembro de la familia.

- DECIDO COMETER VIOLENCIA FÍSICA:
  De contacto: Invado el espacio personal de mi pareja u otras personas teniendo contacto físico violento.
  Alrededor: Invado el espacio personal al cometer violencia física alrededor de mi pareja u otras personas.

- DECIDO COMETER VIOLENCIA SEXUAL: Todo acto sexual con mi pareja u otra persona, que la dañe. Invado así todos sus espacios: Emocional, Intelectual, Físico, Social y Cultural.

ACTITUDES IRRESPONSABLES O CÍNICAS:

NEGAR: No acepto que mi acto de violencia existió.
CULPAR: Pongo la responsabilidad de mi violencia en otra persona, cosa o situación.
MINIMIZAR: Hago menos mi acto de violencia.
COMPLICIDAD: Apoyo mi violencia o la de otras personas.

IMPACTOS: Son las consecuencias de la violencia que ejercí. Existen impactos para mi pareja, hijas e hijos, para la familia o comunidad, y para mí mismo.

PLAN DE IGUALDAD: A partir de la revisión de mi hecho violento, activo alternativas creativas y viables que promuevan bienestar para mi pareja, mis hijas e hijos, mi familia o comunidad y para mí mismo.

6. El testimonio: aplicación práctica de los conceptos del Manual

Tiempo aproximado: de 30 a 40 minutos.

Habiendo revisado teóricamente el proceso por el cual todo hombre pasa cuando ejerce violencia, se procede a la puesta en práctica del mismo. Este ejercicio es de alto impacto y suele ser un parteaguas durante el proceso de cada hombre. En esta etapa se menciona lo siguiente: "Ahora alguno de los compañeros nos va a compartir un testimonio. Generalmente, quien decide pasar descubre los pasos que le llevaron a ejercer violencia, de tal suerte que, al revisar su proceder, se dará cuenta de que puede aplicar un conjunto de herramientas para evitar ejercer violencia en el futuro".

El testimonio consta de seis partes:

1. Primero, el usuario narrará toda la violencia que cometió durante la situación que decida compartir (dónde estaban, cuándo fue, cómo inició o qué la detonó, qué hizo, qué dijo, cómo maltrató, hasta llegar al momento en que acabó la situación).
2. Luego, identificará cada paso de su violencia en el diagrama dibujado en el pizarrón (uno de los facilitadores anotará en el pizarrón lo que el usuario vaya describiendo para cada concepto).
3. A continuación, el equipo de facilitación abrirá el proceso de apoyo grupal.
4. Acabado el rescate escrito de la narración de la forma más completa posible, el usuario referirá los impactos que su violencia tuvo en sí mismo, en su pareja, en sus hijos e hijas y en su comunidad.

5. Se procederá a la elaboración de un pequeño Plan de Igualdad
6. Finalmente, el grupo apoyará al compañero que realizó su testimonio practicando “los cinco pasos para no ser violento”.

Es importante reiterar al usuario que está en un espacio seguro, donde el respeto y la confidencialidad siempre serán promovidos y cuidados.

Pasos del testimonio:

1. *Narra tu violencia*

El usuario cuenta en detalle toda la violencia y maltrato que cometió contra su pareja en la situación que haya elegido para compartir: como empezó tal situación, cuándo fue, dónde estaban, quiénes los rodeaban, qué le hiciste, qué te dijo, cómo fueron tus violencias; el facilitador debe promover que el usuario sea tan descriptivo como pueda y con sus propias palabras (incluyendo groserías, maldiciones y demás expresiones verbales que surjan y cuidando que no surjan burlas, colusiones ni muestras de descalificación o sanción entre los participantes del grupo), hasta llegar al momento en que detuvo sus agresiones. Una vez concluida la narración, se promueve una respiración profunda del usuario, se le pregunta cómo se siente y si puede continuar.

2. *Identificar cada paso de la violencia en el diagrama*

Si el usuario está en condiciones de avanzar, se voltea hacia el pizarrón y, con el apoyo del equipo de facilitación, el usuario llena los conceptos que pueda identificar, es decir, tomando como guía el diagrama (pág. 41), va a describir cada paso de su proceso violento mientras el co-facilitador anota en el pizarrón lo que textualmente corresponda a cada concepto. Si algo no queda claro y el usuario no puede avanzar más, puede pedir apoyo a los compañeros del grupo, ellos le ayudarán a describir el resto. En caso de que los integrantes del grupo no puedan apoyarle, o no sepan hacerlo de manera adecuada, el equipo de facilitación entra para resolver dudas y aclarar lo que se requiera a todo el grupo, buscando en todo momento respetar, tal cual, la narración del usuario.

3. *El Proceso de Apoyo Grupal*

Una vez que el usuario ha completado el diagrama con la descripción del hecho de violencia que narró, está listo para ser apoyado. En esta etapa de la sesión se le sugiere que pida el apoyo de los compañeros. El trabajo de los hombres es ayudar a reconocer todo el proceso por el que pasó cuando el usuario ejerció violencia. El facilitador debe evitar que los usuarios, al participar, dicten consejos o emitan criticas o recomendaciones que no sean solicitadas por quien narró. Por tanto, para que este proceso sea de modo cooperativo y útil, cada hombre se compromete a levantar la mano para preguntarle al usuario que procesó si le gustaría oír lo que le quiere sugerir. El usuario puede decir sí, o no. Para estar seguro de que ésta es una relación de cooperación, el compañero en turno sólo le expresará su sugerencia si

el usuario que procesó toma la responsabilidad de decidir si quiere oírlo diciéndoselo explícitamente. No pasa nada si decide no escuchar a alguien, es parte del proceso de cada integrante aprender a manejar las situaciones que se vayan presentando durante la sesión.

Al aceptar el usuario la participación de cada compañero, éste le va a expresar, ***sólo a partir de lo que escuchó u observó durante su narración***, si considera que algo debe ser cambiado o completado, y al decirle dónde y cómo piensa que debe colocarse (es decir, qué es lo que sugiere en concreto y en cuál concepto del diagrama), el usuario va a responder si está de acuerdo o no y por qué. De esta forma va a profundizar en su propia capacidad de entender su proceso de violencia y a evitar pasar por este proceso en el futuro.

4. *Impactos*

Finalmente, el usuario comparte con el grupo los impactos o consecuencias que causó al haber ejercido violencia contra su pareja, hijos e hijas, etc., ubicando también lo que le dejó a sí mismo esa experiencia en específico. Una vez realizado este breve recuento, sugerimos darle un tiempo para que procese en silencio lo registrado en el diagrama (entre treinta segundos y un minuto es suficiente), luego se le pregunta otra vez cómo se siente y si puede continuar.

5. *Plan de Igualdad*

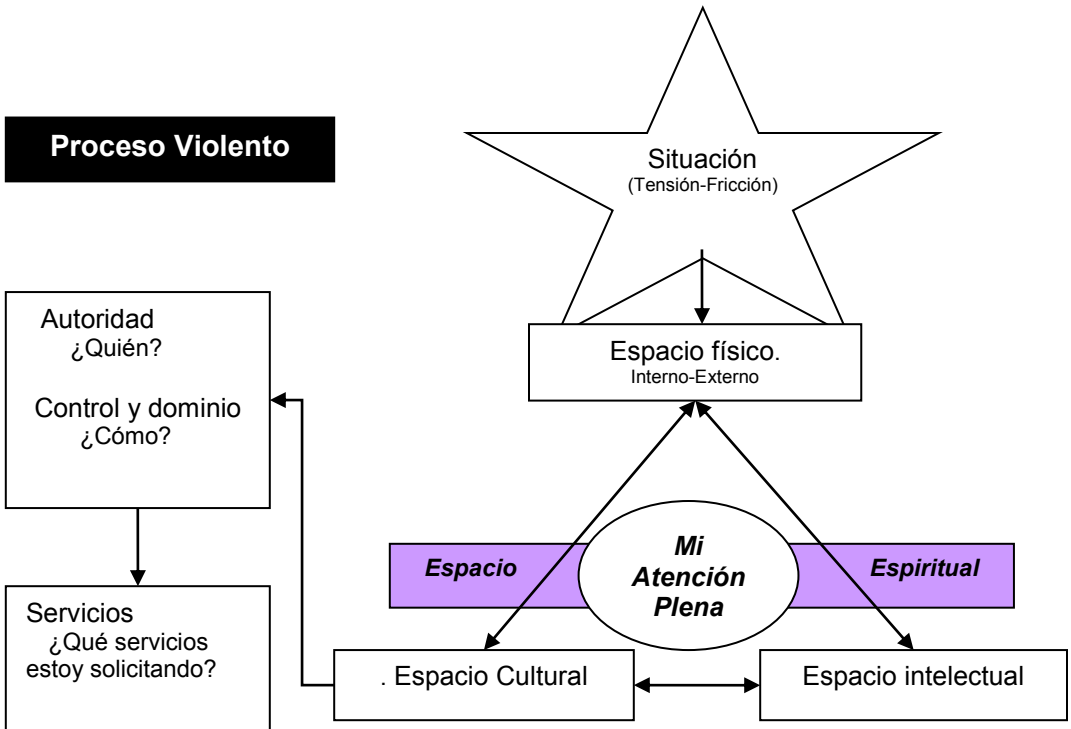
Es muy importante que en un espacio de reeducación y reflexión como el que se busca conformar, cada usuario aprenda a desarrollar acciones alternativas a la violencia para evitarlas en el futuro.

El Plan de Igualdad es una estrategia en la que, al final de cada testimonio, el usuario puede imaginar al menos tres acciones que podría desarrollar para ya no ejercer violencia en una situación similar a la que acaba de compartir. Una vez que las ha verbalizado y fueron anotadas en el pizarrón, se le pide que elija a algún compañero o facilitador del grupo con quien quiera comprometerse a realizar estas acciones; la persona elegida se pondrá de pie frente al usuario y después de que éste le exprese cada acción anotada, aquél le responderá: "Yo te apoyo", cerrándose esta etapa con un abrazo entre ambos participantes. Es importante siempre considerar el tiempo fuera dentro de este breve Plan de igualdad. Poco a poco el usuario se dará cuenta que puede incorporar esta herramienta a su vida cotidiana, promoviendo con ello una mejor relación con su pareja y bienestar para todas y todos en su hogar.

6. *Los pasos para evitar ser violentos*

Realizar esta etapa es fundamental para la incorporación de los conceptos y su correcta aplicación en los momentos de tensión y fricción. Apoyar al usuario en este proceso es esencial para el aprendizaje colectivo.

Diagrama



Violencia
- D.C.V. Emocional
- D.C.V. Económica
- D.C.V. Verbal
  - Cosificar
  - Menospreciar
  - Amenazar
- D.C.V. Física
  - Contacto
  - Alrededor
- D.C.V. Sexual

Actitudes irresponsables o cinismo:
- Negar.
- Culpar.
- Minimizar.
- Complicidad.

Impactos:
- En mí
- En mi pareja
- En mis hijas/os
- En mi familia/comunidad

Plan de Igualdad
Alternativas a mi violencia:
1.
2.
3.

7. Ejercicios vivenciales de los conceptos

Tiempo aproximado: 25 a 30 minutos

Actividad para la Sesión 1. Concepto a revisar: Situación

Nombre de la actividad: PREGUNTAS REFLEXIVAS SOBRE EL CONCEPTO "SITUACIÓN"	
Objetivo	Analizar de manera crítica las tensiones o fricciones que se viven al pasar las fronteras de la pareja o de otras mujeres y personas.

Descripción

Ejercicio 1. Mi espacio vital: Se indica a los integrantes del grupo que formen dos filas con igual número de integrantes en ellas y que, en silencio, se pongan frente a frente separados por un par de metros contactando la mirada de quien haya quedado al frente. Espere unos segundos a que en silencio se concentren y sólo observen a la persona que está ante sus ojos; a continuación, dígales que ambas filas den un paso al frente y promueva que poco a poco se vayan acercando (otro paso, medio paso...) hasta quedar justo en un punto equiparable al espacio límite vital de cada quién, sin que se toquen ni se hablen y que permanezcan así, en silencio y sólo viéndose, por un lapso de entre 30 segundos y hasta un minuto.

Una vez agotado el tiempo pídales que respiren y se separen buscando cada quien su espacio vital para procesar lo sucedido preguntándoles: ¿cómo se sintieron?, ¿cómo es sentirse sólo observado por otra persona?, ¿qué te habría gustado decir?, ¿cómo es sentir invadido o sentir que se invade tu espacio vital? Esta etapa no deberá durar más de 10 minutos.

Ejercicio 2. Analizando el concepto "Situación": Se pide a los usuarios que formen un círculo con sus sillas y permanezcan sentados para realizar la actividad. Una vez que estén listos, se plantean las siguientes preguntas respecto del concepto "Situación":

Pregunta 1: ¿Tienes claridad sobre cuáles son los límites de tus fronteras en cualquier situación?

- Dé unos minutos para que el grupo procese la pregunta y espere a que algún integrante del grupo responda. Oriente la discusión hacia el darse cuenta de los límites propios, hasta dónde ponen un límite y las formas que tienen al ponerlo. Regule el tiempo, de tal suerte que cuente con 5 minutos.

Pregunta 2: ¿Sabes cuándo invades las fronteras de tu pareja?

- En esta pregunta es muy importante que el usuario hable de *sus* acciones, no de las de la pareja. Es decir, debemos orientar la discusión hacia las acciones que hace el usuario para invadir los espacios (cuerpo, tiempo, objetos, relaciones, espacios, etc.) de la pareja. Regule el tiempo, de tal suerte que cuente con 5 minutos.

Pregunta 3: ¿Es posible, estando solo, invadir las fronteras de tu pareja?

- Esta pregunta puede llevar a la discusión y análisis de todas las formas en que, usando los pensamientos, se invaden los espacios, cuerpo u objetos de la pareja. Regule el tiempo, de tal suerte que cuente con 5 minutos.

Por último, lea el párrafo que corresponde al concepto "Situación" e indique a cada usuario que enliste al menos tres acciones concretas que cada usuario puede realizar para respetar los espacios, cuerpo, objetos o relaciones de su pareja, evitando la invasión de las fronteras (pág. 66).

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, sillas movibles, material de lectura. Nota: en esta etapa de la sesión será necesario promover la lectura de un párrafo o una cuartilla en la que describe o analiza el concepto en turno, por tanto, es muy importante prevenir en rubro de los materiales para cada sesión, un número suficiente de fotocopias de tal suerte que cada usuario cuente con la suya, a fin de que pueda ir acumulando esta información y la revise siempre que le sea necesario fuera del grupo. Puede ocurrir lo mismo con los Acuerdos de Entrada y de Salida, los tipos de pensamiento, la explicación del tiempo fuera y otros elementos de las sesiones que el equipo de facilitación considere pertinentes.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Promueva la expresión de los usuarios tanto como sea posible, al principio de cada proceso grupal (y dependiendo de las personalidades de los participantes) es muy probable que se mantengan en silencio, pero poco a poco y aprovechando los "Acuerdos para la Armonía Grupal", el equipo de facilitación encontrará la manera de lograr que hablen al recordarles su compromiso con la participación, el no juicio, el respeto y otros elementos aportados por el mismo grupo para que se sientan en confianza, respetando a la vez los tiempos de cada usuario. Conforme vayan avanzando las sesiones, motive a los usuarios que lleven más tiempo a que respondan posibles dudas. De ser necesario, explique cada pregunta y sus posibles respuestas. Recuerde siempre estar al tanto de evitar situaciones en las que los usuarios hablen de sus parejas como las responsables de las violencias ejercidas, o de comentarios donde haya complicidades sobre ciertas situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo: ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo? Si nos hubiera respuesta, usted señale la colusión y observe la manera en que se esté culpando a alguna mujer, promoviendo la responsabilidad de los usuarios.

Actividad para la Sesión 2. Concepto a revisar: Espacio Físico

Nombre de la actividad: MIS CINCO SENTIDOS "AQUÍ Y AHORA"	
Objetivo	Promover el contacto con el cuerpo y las sensaciones de cada usuario a través de activar sus sentidos.
Descripción Solicite a los participantes que se pongan de pie y formen un círculo para escuchar las instrucciones de la siguiente actividad.	

Indíqueles que van a caminar en silencio por el espacio y lo harán sin tener alguna trayectoria fija, que se moverán de un lado a otro tratando de abarcar todos los lugares posibles del salón en el que estén trabajando. De una señal para que inicien aclarándoles que lo hagan de manera tal que sea un andar tranquilo, suave y lento, siempre manteniendo el silencio. Luego de un par de minutos detenga ese caminar y de la siguiente instrucción.

Indíqueles que lleven su atención hacia todo lo que pueden observar: y deles un tiempo para hablar, de uno en uno, sobre el sentido de la vista y lo que en ese espacio pueden ver. Si alguno debe caminar para enfocar su vista, puede hacerlo. Haga lo mismo con los sentidos del olfato, del oído y del gusto. Más o menos tome un tiempo de dos a tres minutos por sentido, dejando al final el sentido del tacto. Acláreles que pueden tocar las cosas u objetos que se encuentren en el salón y que si quieren tocar a algún compañero pidan permiso antes de hacerlo. Para finalizar esta etapa, pida que pongan pausa a su caminar, que cierren sus ojos y se den cuenta de las sensaciones, pensamientos y emociones que tuvieron al realizar esta actividad.

Termine el ejercicio con la lectura del párrafo correspondiente (pág. 67) y active un ejercicio de reflexión sobre la importancia del darse cuenta de todo lo que hay a su alrededor, de la manera en que utilizan sus sentidos y del papel que éstos tienen en las situaciones de violencia que han ejercido, haciéndoles ver que, en ciertos momentos, han decidido afectar a su pareja o familia y que siempre pueden decidir formas alternativas a la violencia para resolver o afrontar situaciones. De ahí la importancia de estar más en contacto con nuestros cuerpos por medio de nuestros sentidos.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Es muy importante estar pendientes de aquellas expresiones que hablen de comentarios discriminatorios, frases de violencia contra las mujeres, minimización de lo femenino o juicios sobre algún compañero del grupo. Si hubiera alguno de esos comentarios haga un alto y pregunte al grupo: ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo? Procese las respuestas. Si no hubiera respuesta, usted señale la colusión o la situación de violencia que haya detectado.

Actividad para la Sesión 3. Concepto a revisar: Espacio Intelectual

Nombre de la actividad: PENSAMIENTO POSITIVO	
Objetivo	Identificar pensamientos o ideas que generen bienestar y promuevan el ejercicio de conductas de *buentrato*.

Descripción

El facilitador responsable indica a los participantes que se sienten, cierren sus ojos y se den cuenta de su respiración, primero promoviendo que noten la forma en que están respirando para, poco a poco, llevarlos a que su respiración sea más pausada y profunda.

A continuación, explíqueles que existen cuatro tipos de pensamiento: 1) el pensamiento necesario; 2) el pensamiento inútil; 3) el pensamiento negativo; y 4) el pensamiento positivo. Descríbalos y explíquelos con ejemplos claros (pág. 89). Indique ahora que lleven a su mente un pensamiento inútil y si es posible, que noten sus sensaciones corporales.

Tratando de mantener un ritmo a la vez pausado y dinámico para evitar que pierdan su concentración, promueva que los participantes traigan a su mente un pensamiento negativo y, de igual forma, que se den cuenta de sus sensaciones. Ahora invítelos a que evoquen un pensamiento necesario y déjelos un poco más tiempo ahí. Por último, llévelos a que terminen con uno o varios pensamientos positivos.

Estando en ese último estado, pida que regresen, abran sus ojos y comenten la experiencia en pares. Promueva la reflexión para que se den cuenta de todas las formas de pensamiento inútil y negativo que tienen y la importancia de pensar de manera positiva, constructiva y útil.

Al finalizar, promueva la lectura del párrafo correspondiente al "Espacio Intelectual" (Pág. 68).

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, pizarrón, plumones, cartulinas, material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Es muy importante estar al tanto de situaciones donde pueda haber comentarios discriminatorios o de violencia contra las mujeres, lo femenino o sobre algún compañero del grupo. Si hubiera alguno de dichos comentarios, haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si no hay respuesta, usted señale la colusión o la situación de violencia que haya detectado. Observe los tipos de pensamiento que los usuarios describen y, de ser necesario, intervenga para aclarar si existe alguna confusión en los tipos de pensamiento. Conviene exponerles en el pizarrón o en un papelógrafo (o cartulina), o en hojas que puedan llevarse, la definición escrita de cada tipo de pensamiento.

Actividad para la Sesión 4. Concepto a revisar: Espacio Cultural

Nombre de la actividad: LOS CÓDIGOS	
Objetivo	Identificar las creencias machistas que los usuarios tienen acerca de las mujeres, reflexionando al respecto y buscando nuevos códigos que promuevan relaciones de respeto e igualdad.
Descripción Pida a los usuarios que se queden en sus sillas, entrégueles un par de hojas y un lápiz e indíqueles que de manera individual identifiquen, anoten y compartan algunos códigos culturales (es decir, ideas o creencias machistas) que tienen o han escuchado sobre las mujeres, tantos como vengan a sus mentes. Cuide que cada usuario exprese sus códigos sin juzgar el tipo de palabras que utilice. De hecho, es deseable promover que se expresen como si estuvieran fuera del grupo (por ejemplo, en una cantina) para que al final se lleven una reflexión más significativa. Una vez que todo el grupo haya compartido sus hallazgos, indíqueles que ahora tendrán que identificar de qué personas, en qué etapa de su vida y en cuáles espacios aprendieron dichos códigos. De igual forma, cada usuario comparte lo que se haya aclarado. Por último, se les pide que identifiquen, anoten y compartan códigos o mensajes alternativos a los tradicionales que promuevan respeto e igualdad. Al finalizar, promueva la lectura del párrafo sobre el concepto de "Espacio Cultural" (pág. 68) y aclare dudas o responda las preguntas que pudieran ir saliendo.	
Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas y lápices, material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Es muy importante estar al tanto de aquellas expresiones que hablen de comentarios discriminatorios, frases de violencia contra las mujeres, minimización de lo femenino o juicios sobre algún compañero del grupo. Si hubiera alguno de esos comentarios haga un alto y pregunte al grupo: ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo? Procese las respuestas. Si no hubiera respuesta, usted señale la colusión o la situación de violencia que haya detectado.

Actividad para la Sesión 5. Concepto a revisar: Autoridad

Nombre de la actividad: MIS AUTORIDADES	
Objetivo	Identificar cuáles son las posiciones de poder que los usuarios se atribuyen, buscando alternativas desde el respeto y la igualdad.
Descripción Indique a los usuarios formar un círculo con sus sillas y que permanezcan sentados de una manera que les sea cómoda para escuchar una lectura en voz alta del texto que habla sobre el concepto "Autoridad" (pág. 69). Una vez leído el texto, plantee las siguientes preguntas. Pregunta 1: ¿Cuáles son tus autoridades? De unos minutos para que el grupo procese la pregunta y espere a que algún participante responda. Si lo considera necesario, apóyelos para que vayan definiendo esas autoridades. Pregunta 2: ¿Cómo las impones? Oriente a que cada participación sea lo más concreta posible. Para finalizar, promueva que el usuario identifique al menos tres aspectos positivos de su personalidad desde los cuáles podría contrarrestar esas autoridades.	
Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Es importante distinguir entre las autoridades autoritarias y las autoridades nutricias, propositivas o responsables, explicándoles que en este Manual se vincula a este concepto con las nociones de dominio y control que, desde la perspectiva de género, aplican para entender la dominación masculina que se ejerce en ámbitos cotidianos. Es muy importante estar al tanto de aquellas expresiones que hablen de comentarios discriminatorios, frases de violencia contra las mujeres, minimización de lo femenino o juicios sobre algún compañero del grupo. Si hubiera alguno de esos comentarios haga un alto y pregunte al grupo: ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo? Procese las respuestas. Si no hubiera respuesta, usted señale la colusión o la situación de violencia que haya detectado.

Actividad para la Sesión 6. Concepto a revisar: Control y Dominio

Nombre de la actividad: "TE LIBERO DE MIS EXPECTATIVAS"	
Objetivo	Sensibilizar a los usuarios sobre las formas de controlar que usan y promover el ejercicio de la autosuficiencia como estrategia para generar bienestar para ellos mismos y para sus parejas.

Descripción

Solicite al grupo que cada integrante elija y se ubique en un determinado espacio del salón. Una vez que se hayan distribuido indíqueles que cierren sus ojos y contacten su respiración.

Ahora promueva que traigan a su mente la imagen de su pareja o de alguna mujer con quien convivan con frecuencia y que identifiquen todas las expectativas que tienen de ella o sobre ella (es decir, lo que esperan de su pareja o de esas mujeres). Enfatice el que logren identificar todos los servicios que esperan de ella(s). Luego de un minuto indíqueles que respiren de manera pausada y que abran sus ojos.

Para continuar pídales que imaginariamente traigan a esa pareja al grupo y que, desde donde estén, cada uno complete la siguiente frase en voz alta: "a partir de hoy te libero de mis expectativas, que son...". Se puede promover que estas frases las digan de manera simultánea, aunque una variante puede ser que las vaya diciendo uno por uno. Esa decisión dependerá del tamaño del grupo. Cuide que enlisten todas las expectativas y los servicios que esperan de ella.

Ahora indíqueles que regresen al círculo y comenten al grupo su experiencia.

Al finalizar promueva la lectura del párrafo que corresponde al concepto de "Control y Dominio" (pág. 70).

Haga énfasis en las formas que usamos para controlar si esas expectativas no se cumplen, de ahí la importancia de dejar de tener esas expectativas, pues evitará frustraciones si, a la vez, activamos la autosuficiencia responsable en cada usuario.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado y el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	En este ejercicio, identifique y resalte aquellas expectativas que se tengan de las mujeres desde la perspectiva de género y hágalas ver al grupo. Comente la importancia de que cada uno puede generar bienestar al "soltar" sus expectativas sobre la otra persona, toda vez que la libera de muchas cargas y, al mismo tiempo, activa un principio de autosuficiencia que derivará en bienestar para sí mismo y para a otras personas.

Actividad para la Sesión 7. Concepto a revisar: Servicios

Nombre de la actividad: "AUTOSUFICIENCIA"	
Objetivo	Identificar las distintas formas en que los usuarios pueden generar autosuficiencia, y, desde ahí, promover en la familia una dinámica de bienestar y *buentrato*.

Descripción

El facilitador responsable promueve la lectura del párrafo que corresponde al concepto de "Servicios" (pág. 71).

Una vez realizada la lectura, el facilitador solicita a los participantes que, sentados, formen un círculo indicándoles que en una hoja anoten una lista de todos los servicios que, de manera cotidiana, cada usuario le solicita a su pareja. Una vez realizada la lista, promueva que la comenten y vaya observando las reacciones de los usuarios, evitando complicidad de violencias y promoviendo la responsabilidad en lo que se va expresando.

Ahora indíqueles que en otra hoja anoten un título que diga "Mi convenio de amor y *buentrato*", donde se comprometerán por escrito a generar acciones de bienestar para ellos, para su pareja y su familia. Incluirán ahí los servicios que solicitaban de la pareja y que ellos pueden realizar. En su caso, se comprometerán a dejar de pedir los servicios que ella no puede o no quiere dar y a buscar actividades creativas que les lleven a la satisfacción de ellos mismos. El convenio, deberá enlistar: compromisos individuales, de pareja y de familia. Será el mismo número de acciones por cada apartado (al menos tres).

Si el tiempo lo permite, se dará paso a que cada persona lea su lista. Si no es así, haga que los más nuevos lo vayan haciendo primero. Una vez que se hayan escuchado, promueva que cada usuario anote el lugar, la fecha y su nombre al final de la hoja, así como el nombre de su vecino a la derecha, quien fungirá como testigo, estampando ambos sus firmas. Cierre la sesión, comentando ¿cómo se sienten?

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumas o lápices, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Verifique el contenido del "convenio de amor y *buentrato*", observando que anoten acciones congruentes, reales, posibles, alcanzables y que generen, efectivamente, un buen trato tanto para sí mismos como para quienes les rodean en sus familias. Mientras más específicas, claras y concretas sean tales acciones, más probable será su realización. Es recomendable, en sesiones posteriores, preguntar sobre el avance o el cumplimiento de ese convenio. Incluso se puede promover que quien fungió como testigo, pueda dar seguimiento a la consecución de las

	acciones enlistadas, cuidándose siempre que prive el respeto entre ellos en dicho acompañamiento.

Actividad para la Sesión 8. Concepto a revisar: Señales del Cuerpo

Nombre de la actividad: SEÑALES DEL CUERPO	
Objetivo	Promover el darse cuenta en cada usuario de sus señales corporales identificando las que aparecen antes de que decida ejercer violencia, para optar por el contacto de su Atención Plena.
Descripción En una hoja en blanco, solicite a los usuarios que tracen un dibujo de sí mismos. Acláreles que no es una clase de dibujo y que éste no se va a interpretar, que sea una imagen libre y rápida de cada uno. Ahora, indíqueles que con un color rojo (o cualquier otro color que resalte) marquen las partes o señales del cuerpo que identifican *antes* de ejercer violencia, o cuando se sienten muy enojados, frustrados, o muy tensos: si les tiemblan las manos, se ponen rojos, sudan o sienten palpitaciones, por ejemplo. Promueva que cada uno vaya mostrando y comentando lo escrito. Una vez que todos lo hayan hecho, pida que dejen sus hojas a un lado y prepárelos para practicar una respiración profunda. Indique que la siguiente respiración es para contactar su Atención Plena, es decir, esa parte interna creativa que promueve el bienestar y la responsabilidad en cada uno. Explíqueles que la mejor forma de llegar a su Atención Plena es con una respiración que active el contacto responsable de sí mismos. Pídales que se sienten con la espalda recta apoyada en el respaldo de su silla, sin cruzar manos ni piernas y que cierren sus ojos, que contacten su respiración y que cada vez lo vayan haciendo lo más lento posible: tomando aire por su nariz y exhalándolo por la boca. Ahora pondrán su mano derecha en el corazón y la izquierda sobre el abdomen, a la altura del ombligo. En esa posición, tras cada exhalación, dirán en voz alta: "éste soy yo", repetirán esto 10 veces de manera pausada. Una vez que terminen la anterior serie de respiraciones, seguirán haciéndolo en la misma posición, pero ahora, cada vez que inhalen dirán para sí mismos (en silencio) la palabra "Yo" y, cuando exhalen, pensarán la palabra "Soy". Esto lo repetirán también 10 veces, en un ritmo lento. Al concluir este ejercicio, indíqueles que, con calma, al ritmo de cada quien, abran sus ojos. Finalmente, promueva la lectura del párrafo correspondiente a las "Señales del Cuerpo" (pág. 72).	
Requerimientos	Un salón amplio e iluminado, hojas blancas, lápices y colores o plumones rojos, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos

Comentarios	Este ejercicio es fundamental para prevenir (y parar) las violencias que ejercemos. Brinde el apoyo necesario para que poco a poco cada usuario identifique las señales corporales que surgen en su cuerpo antes de ejercer violencia. De ser necesario déjeles como tarea la respiración para contactar su "Atención Plena", para que la practiquen al despertar, antes de dormir y cuando sientan alguna tensión o enojo.

Actividad para la Sesión 9. Concepto a revisar: Violencia Emocional

Nombre de la actividad: IDENTIFICANDO Y TRANSFORMANDO	
Objetivo	Darse cuenta de las formas de violentar emocionalmente y promover actitudes desde el *buentrato* que cada usuario puede poner en práctica para el bienestar emocional de su pareja y sus demás relaciones.
Descripción Promueva la lectura del párrafo correspondiente al concepto "Violencia Emocional" (pág. 73). Una vez realizada la lectura pida a los usuarios que recuerden las principales formas de violentar emocionalmente que hayan ejercido. De ser necesario, auxilie a los usuarios a identificarlas junto con el grupo, ya sea compartiendo ejemplos o recordando situaciones narradas por ellos que no logren ver pero que fueron de ese tipo de violencia. A la par de recordarlas, el facilitador solicitará que anoten una lista de dichas violencias. Luego de unos minutos se les pide que lean lo escrito en voz alta. Haga una pausa para revisar las sensaciones y emociones. Ahora, la indicación será pedirles que anoten lo contrario: para cada una de esas violencias, escribirán formas creativas y posibles que, desde el *buentrato*, pudieron haber realizado para no ejercer, en este caso, violencia emocional. Haga otra pausa y revise las sensaciones y emociones que fueron apareciendo. Comente las sensaciones y la importancia de empezar a practicar ya dichas acciones de *buentrato*.	
Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumones, material de lectura.
Tiempo	30 minutos

Comentarios	En esta sesión es importante hacer ver que no existen "violencias pequeñas", que una mirada o un silencio pueden ser tan hirientes como un golpe físico, afectando también la autoestima de la pareja u otras personas. Asimismo, es indispensable comentar al grupo que la violencia emocional suele estar invisibilizada socialmente y para nosotros mismos, pero a la vez acompaña o está presente siempre en los demás tipos de violencia que podamos ejercer. Suele ser la base de los "micromachismos", es decir, de ese conjunto de violencias sutiles que podemos seguir ejerciendo a pesar de sentir que hemos cambiado hacia el respeto y la igualdad. Recuerde estar al tanto de situaciones donde puede hablarse de las parejas como responsables de las violencias, o de comentarios donde haya colusiones o complicidades sobre situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si nos hubiera respuesta, usted señale la colusión o la responsabilización que se está haciendo a alguna mujer. Observe a los usuarios del grupo, sus reacciones, discursos y aliente a quienes van apoyando a otros, detienen complicidades o logran identificar violencias de otros y las detectan.

Actividad para la Sesión 10. Concepto a revisar: Violencia Verbal

Nombre de la actividad: IDENTIFICANDO Y TRANSFORMANDO	
Objetivo	Los usuarios se darán cuenta de las formas de violentar verbalmente y se promoverán acciones de *buentrato* verbales que podrán poner en práctica con su pareja y con sus demás relaciones.

Descripción

Indique al grupo que iniciarán con la lectura del párrafo correspondiente al concepto "Violencia Verbal" (pág. 74). Una vez revisada la lectura, pida a los usuarios que traigan a su memoria las formas más significativas o recurrentes de violentar verbalmente que hayan realizado, priorizando aquellos hechos en los que hayan afectado a sus parejas. Pídales que las compartan en voz alta de manera organizada. Si fuera necesario, apoye a los usuarios a identificarlas en grupo, ya sea que expresen ejemplos o recuerden situaciones narradas por ellos en alguna sesión sobre ese tipo de violencia. Tras haberlas identificado y compartido de manera suficiente, se les pedirá anotar en el pizarrón una lista textual de dichas violencias. Al terminar todos, se les pedirá leerlas en voz alta, cuidando el tiempo disponible para este ejercicio. Haga una pausa para revisar las sensaciones y emociones que vayan surgiendo.

Una vez que hayan compartido las emociones que surgieron, se les indica que por cada una de esas violencias verbales expresadas, escriban formas creativas y posibles de *buentrato* que

ahora podrán decir para evitar ejercer violencia verbal en el futuro. Nuevamente, haga énfasis en el hecho de que no existen "violencias pequeñas" y que muchas veces nuestras palabras pueden afectar de manera contundente la autoestima de quienes decimos amar, por lo que es muy importante reconocer y detener este tipo de expresiones. Haga otra pausa y revise las sensaciones y emociones que hayan emergido. Para finalizar, comente sobre la importancia de empezar a practicar ya dichas frases de *buentrato*.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumones, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Recuerde estar al tanto de situaciones donde puede hablarse de las parejas como responsables de las violencias, o de comentarios donde haya colusiones o complicidades sobre situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si no hubiese respuesta, usted señale la colusión o la responsabilización que se está haciendo a alguna mujer. Observe a los usuarios del grupo, sus reacciones, discursos y aliente a quienes van apoyando a otros, detienen complicidades o logran identificar violencias de otros y las detectan. Recuerde las distintas formas de violencia verbal que existen.

Actividad para la Sesión 11. Concepto a revisar: Violencia Económica

Nombre de la actividad: IDENTIFICANDO Y TRANSFORMANDO	
Objetivo	Impulsar el darse cuenta en los participantes sobre las formas de violentar económicamente que ejercen y promover acciones económicas de *buentrato* que puedan poner en práctica con su pareja y en su casa

Descripción

El facilitador responsable promueve la lectura y análisis del párrafo correspondiente al concepto "Violencia Económica" (pág. 73).

Al finalizar esta etapa, solicite a los usuarios que evoquen las principales formas de violentar que, desde lo económico, han realizado. De ser necesario, apóyelos a identificarlas junto con el grupo, ya sea compartiendo ejemplos o recordando situaciones narradas por ellos en las sesiones pasadas que no logren ver que corresponden a ese tipo de violencia.

Una vez recuperadas, harán una lista de dichas violencias. Las anotarán en la hoja y se revisarán en voz alta. Haga una pausa para revisar las sensaciones y emociones.

Ahora, el facilitador promoverá lo contrario: para cada una de esas violencias les pedirá que

escriban formas creativas y posibles de *buentrato* que pudieron haber actuado para evitar ejercer violencia económica. Haga otra pausa y revise las sensaciones y emociones que fueron apareciendo.

Comente las sensaciones y la importancia de empezar a practicar ya dichas acciones de *buentrato* económico, analizando el uso del dinero como elemento de poder y control en la vida cotidiana, pero también reflexionando sobre los usos positivos de esos recursos económicos.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas, lápices, plumones y el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Recuerde estar al tanto de situaciones donde puede hablarse de las parejas como responsables de las violencias, o de comentarios donde haya colusiones o complicidades sobre situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si no hubiera respuesta, usted señale la colusión o la responsabilización que se está haciendo a alguna mujer. Observe a los usuarios del grupo, sus reacciones, discursos y aliente a quienes van apoyando a otros, detienen complicidades o logran identificar violencias de otros y las detectan.

Actividad para la Sesión 12. Concepto a revisar: Violencia Física

Nombre de la actividad: IDENTIFICANDO Y TRANSFORMANDO	
Objetivo	Los participantes se darán cuenta de las formas que han ejercido para violentar físicamente a sus parejas y se promoverán alternativas de acciones físicas que, desde el *buentrato*, podrán poner en práctica con su pareja y demás integrantes de su familia.

Descripción

La sesión inicia con la promoción de la lectura del párrafo correspondiente al concepto "Violencia Física" (pág. 74). Una vez analizada la lectura, se invita a los usuarios a que recuerden las principales formas de violentar físicamente que han ejercido contra su pareja u otras mujeres. De ser necesario, ayude a los usuarios a identificarlas, junto con el grupo, ya sea enlistando ejemplos o recuperando situaciones narradas por ellos en sesiones previas. Tan pronto como las hayan evocado, se pedirá a cada usuario anotar una lista de dichas violencias para luego proceder a leerlas y analizarlas en voz alta. Haga una pausa para revisar las sensaciones y emociones que vayan surgiendo al compartir en cada usuario.

Para continuar, se promoverá que por cada una de esas violencias anoten formas creativas y

acciones posibles que, desde el *buentrato*, en este caso desde lo físico, podrán realizar para evitar afectar físicamente a sus parejas en adelante. Las comparten y reflexionan. Haga otra pausa y revise las sensaciones y emociones que fueron apareciendo.

Finalmente, comente sobre la importancia de empezar a practicar ya dichas acciones de *buentrato* físico.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumones, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Recuerde estar al tanto de situaciones donde pueda hablarse de las parejas como responsables de las violencias, o de comentarios donde haya colusiones o complicidades sobre situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si no hubiera respuesta, usted señale la colusión o la responsabilización que se está haciendo a alguna mujer de algo ejercido por el usuario en turno. Observe a los participantes del grupo, sus reacciones, discursos y aliente a quienes van apoyando a otros, detienen complicidades o logran identificar violencias de otros y las detectan. Recuérdeles las distintas formas de violencia física que existen.

Actividad para la Sesión 13. Concepto a revisar: Violencia Sexual

Nombre de la actividad: IDENTIFICANDO Y TRANSFORMANDO	
Objetivo	Darse cuenta de las formas de violentar sexualmente y promover acciones de *buentrato* sexual que pueden acordar y poner en práctica con su pareja.

Descripción

Se promueve la lectura del párrafo correspondiente al concepto de "Violencia Sexual" (pág. 75). Ya que se ha reflexionado la lectura, el facilitador indica a los usuarios que recuerden las diferentes formas de violentar sexualmente a su pareja (u otras mujeres) que hayan ejercido en cualquier punto de su relación.

Si fuera necesario, apoye a los usuarios a identificarlas, ya sea compartiendo ejemplos o recordando situaciones narradas por ellos mismos en otras sesiones. Recuerde que este tipo de violencia es el que más daño causa a las mujeres y suele ser negado, evadido, matizado o minimizado por algunos varones, toda vez que suelen considerar los actos de violación como formas extremas de agredir que ellos no realizan y dejan de lado muchas acciones que cotidianamente ejercen, pero no reconocen como tales. Una vez recordadas, se les pedirá que en una hoja anoten su lista de dichas violencias, mismas que revisarán en voz alta con los

demás compañeros. Haga una pausa para revisar las sensaciones y emociones.

Se procederá a ubicar alternativas para este tipo de violencias: para cada una de las violencias anotadas, escribirán formas creativas y posibles de *buentrato* con su pareja y otras mujeres, en este caso desde lo sexual. Haga otra pausa y revise las sensaciones y emociones que fueron apareciendo. Comente sobre esas sensaciones y sobre la importancia de empezar a practicar ya dichas acciones de *buentrato*.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumones, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Recuerde estar atento de situaciones donde pueda hablarse de las parejas como responsables de las violencias, o de comentarios donde haya colusiones o complicidades sobre situaciones de violencia y haga un alto, preguntado al grupo, ¿se dan cuenta de lo que está ocurriendo?, si no hubiese respuesta, usted señale la colusión o la responsabilización que se está haciendo a alguna mujer. Observe a los usuarios del grupo, sus reacciones, discursos y aliente a quienes van apoyando a otros, detienen complicidades o logran identificar violencias de otros y las detectan.

Actividad para la Sesión 14. Concepto a revisar: Actitud irresponsable: Culpar

Nombre de la actividad: DEJANDO DE CULPAR	
Objetivo	Reflexionar sobre la forma en que cada usuario puede usar la culpa como un mecanismo para no asumir la responsabilidad de las violencias que ejerce.

Descripción

El facilitador responsable indica a los usuarios que reflexionen sobre todas las ocasiones en las que han culpado a sus parejas, a otras personas o incluso a otras cosas, de las violencias que han cometido en casa.

A continuación, lo compartirán con el grupo.

Promueva la participación de los usuarios de mayor tiempo, para que los nuevos se animen a participar.

Una vez que se haya escuchado a todos los hombres, promueva la lectura del párrafo que corresponde al concepto "Culpar" (pág. 76).

Abra un espacio para comentarios.

Ahora, pida que reflexionen sobre formas creativas para asumir la responsabilidad de sus violencias y dejando de culpar a otras personas, cosas o circunstancias. Se comparte en plenaria. Explore las sensaciones y emociones y con eso de por cerrada la sesión.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas y plumones, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Apoye a los usuarios, en la elaboración de las formas de responsabilizarse, promueva que los hombres que llevan más tiempo lo hagan también. Y recuerde, evitar, señalar y procesar las actitudes irresponsables que pudieran surgir durante la sesión.

Actividad para la Sesión 15. Concepto a revisar: Actitud irresponsable: Complicidad

Nombre de la actividad: ME ALÍO CON...	
Objetivo	Indagar y reflexionar propositivamente sobre las formas de complicidad que cada usuario activa tras un hecho de violencia: las personas con quienes lo hace y cómo lo hace, para promover el desarrollo de vínculos con redes positivas de apoyo para no ejercer violencia.

Descripción

La sesión da inicio con la lectura del párrafo que corresponde a "Complicidad" (pág. 76).

A continuación, el facilitador responsable solicita a los usuarios que se queden en sus sillas y anoten una lista de las personas con las que se alían o buscan complicidad tras ejercer violencia. Complicidad en este apartado significa acudir con alguien para intentar justificar la violencia que hemos ejercido, esperando una respuesta que atenúe nuestra responsabilidad o que incluso reafirme la falsa noción de que actuamos de manera adecuada al ejercer violencia.

Ahora promueva una respiración profunda para contactar la Atención Plena de cada usuario en sí mismo y así logren identificar con quiénes se pueden apoyar para lo contrario: asumir la responsabilidad de cualquier violencia ejercida y le ayuden con sugerencias asertivas, respetuosas e igualitarias a dejar de cometerlas. De igual forma, promueva que compartan con el grupo.

Pida que en grupo escriban en el pizarrón o en una hoja grande (cartulina), acciones para promover la no complicidad en espacios públicos y que sean acciones dirigidas a la comunidad. Al finalizar, se promueve una lectura de lo escrito a todo el grupo y cierre la sesión.

Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, hojas blancas, cartulinas, plumas o lápices y plumones
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Busque junto con el grupo las formas de promover acciones en la comunidad, que sean posibles y concretas, para que se lleven a cabo.

Actividad para la Sesión 16. Concepto a revisar: Actitudes irresponsables: Minimizar y Negar

Nombre de la actividad: RESPONSABILIZÁNDOME DE MIS VIOLENCIAS	
Objetivo	Promover el darse cuenta de las formas en que cada usuario minimiza o niega sus actos tras ejercer algún tipo de violencia.
Descripción El facilitador responsable promueve la lectura del párrafo que corresponde ("Minimizar y Negar", (pág. 76), así como una breve reflexión entre los usuarios. Llévelos a que contacten su "Atención Plena" por medio de la respiración. A continuación, de manera individual se les indica que van a escribir en hojas de rotafolio o cartulinas todas las formas que imaginan o recuerden para dejar de minimizar y negar sus violencias, haciéndose cargo de lo que han hecho y proponiendo acciones de *buentrato*. Para facilitarles este ejercicio, se les puede sugerir la pregunta, ¿qué puedo hacer para generar relaciones de *buentrato*? Promueva que anoten todas las ideas y al finalizar que lean en grupo cada punto escrito. Para finalizar se les pregunta, ¿cómo se sintieron en la sesión? y de por terminado el grupo	
Requerimientos	Un espacio amplio e iluminado, cartulinas y plumones, el material de lectura.
Tiempo	30 minutos
Comentarios	Observe las reacciones de los usuarios, puede surgir en este ejercicio algún hombre que quiera sugerir o juzgar a otro usuario, promueva que se respeten los compromisos grupales. Apoye para que las acciones que vayan saliendo sean desde el *buentrato* y desde la responsabilización de sus acciones.

8. Explicación del *tiempo fuera*:

Tiempo aproximado: 5 a 10 minutos

A los hombres integrantes de este grupo se les aclara que, para vivir un proceso orientado hacia la no violencia, se requiere de su voluntad activa y de un compromiso honesto consigo mismos. Por tanto, es fundamental que sepan lo que significa el tiempo fuera y aprendan a usarlo como una herramienta que les será útil a partir de este día para ya no ejercer violencia.

El tiempo fuera es la acción con la que decidimos no ejercer violencia alejándome del espacio de conflicto. Lo que me permite ese retiro momentáneo no es evadir o ignorar el conflicto sino darme un espacio de tiempo para reflexionar, clarificar mis ideas, contactar mis sentimientos e identificar las señales de mi cuerpo, así como los servicios que estoy demandando y las autoridades desde las cuales estoy actuando. De esta manera, redimensiono la situación e identifico mi responsabilidad desde un ángulo que me permita reaccionar de formas empáticas y respetuosas. El Tiempo Fuera no soluciona en sí el conflicto, pero es una poderosa alternativa para no ejercer violencia.

Con base en lo anterior, te pedimos toda tu atención para que escuches los siguientes pasos, a fin de que poco a poco los pongas en práctica:

Tomar un tiempo fuera

- En un momento de tranquilidad, pregunta a tu pareja para ver si está dispuesta a escuchar una explicación sobre qué es un Tiempo fuera desde este Manual.
- Haz un acuerdo con tu pareja lo más pronto posible para escoger una señal o indicación de seguridad que sea reconocible fácilmente y que sea siempre la misma (cuida que no sea una señal amenazante para ella, lo más común es la señal de "tiempo fuera" que se usa en ciertos espacios deportivos).
- Comparte esa señal o indicación con tu pareja claramente cada vez que necesites hacer un tiempo fuera. Esto generalmente se requiere en un momento de frustración o de mucho enojo y donde las señales del cuerpo te indiquen que estás a punto de ejercer violencia.
- Si te es posible, deja el espacio o lugar donde esté tu pareja por un lapso de 60 minutos, ni más ni menos.
- Durante ese período, usa las siguientes indicaciones de apoyo:
    - Parte 1:
        - Realiza los ejercicios de respiración que hemos aprendido en las sesiones.
        - Llama al facilitador o llama a algún compañero del grupo para compartir y procesar desde un ángulo positivo lo que está pasando.

- Si no encuentras un apoyo y si las condiciones lo permiten, te proponemos caminar por algún parque o meditar y reflexionar sobre lo sucedido en algún espacio en el que estés seguro.
- Tras los 60 minutos llama a tu pareja para ver si se siente segura para que regreses, expresándole que ya estás tranquilo y sereno, que no vas a ejercer ningún tipo de violencia.
- No des por hecho que al regresar ella estará dispuesta a conversar sobre lo sucedido, pregúntale, y si hay acuerdo, platiquen, en caso contrario, promueve un acuerdo para hablar sobre la situación sin violencia en otro momento, cuando las condiciones para ambos sean propicias.

- Parte 2:
  - No manejes tu auto.
  - No tomes alcohol.
  - No uses drogas.
  - No hagas otras cosas que sean peligrosas.
  - Trata de no anclarte en pensamientos negativos sobre ella o sobre la situación.
  - Evita acudir con alguien que respalde tu violencia o te incite a ejercerla.
  - No uses el tiempo fuera para controlar y coaccionar a tu compañera (no la presiones, manipules ni chantajees).

Tus Autoridades pueden usar cualquier justificación o pretexto que les des para controlar e intentar coaccionar a tu compañera y manipular cualquier situación en la que estés, para cometer violencia.

9. Cierre de la sesión

Tiempo aproximado: 10 minutos

Se requiere comenzar la sesión a tiempo y terminarla a tiempo. Al final de cada sesión se promoverá que los participantes formen un círculo de pie y que, en ronda, expresen con un par de frases cortas cómo se sintieron y qué se llevan tras lo vivido en esas dos horas y media.

En ocasiones se requerirán algunos minutos más completar trabajo del alguien; en ese caso, pediremos un acuerdo con los demás participantes del grupo para terminar tarde. Si alguien debe salir, podrá hacerlo sin problema, cuidando solamente que lo haga sin afectar el proceso del compañero que esté aclarando alguna duda o situación especial. Se especificará el tiempo necesario para completar el trabajo.

Si alguien necesita urgentemente salir a tiempo se promoverá que avise cinco minutos antes de terminar la sesión para que exprese sus compromisos de salida y pueda salir a la hora exacta.

Cierre para los facilitadores

Una vez concluida cada sesión, ambos facilitadores revisarán sus sensaciones corporales y emocionales; se retroalimentarán teórica y técnicamente y procederán al llenado de los formatos previstos[6]. En caso de solicitudes o peticiones especiales planteadas por los usuarios, o bien, a partir de la observación de expresiones o situaciones extraordinarias sobre el comportamiento de algún usuario, deberán informar de inmediato al equipo de coordinación.

6 Ver en *Anexo de instrumentos de seguimiento y sistematización del Manual de Facilitación Grupal*, el instrumento no. 6. Bitácora del equipo de facilitación.

Seguimiento y Sistematización

SEGUIMIENTO Y SISTEMATIZACIÓN

Se ha creado un sistema de evaluación *mixto*, a saber: el de seguimiento (individual, caso por usuario) y el de sistematización (grupal, el espacio de facilitación). Dicha evaluación estará orientada por los siguientes objetivos:

- Contar con información disponible y de calidad que sirva de base para valorar el proceso, resultados e impacto de la implementación del Manual.
- Identificar elementos de mejora, tanto en el diseño como en la implementación del Manual, que faciliten la toma de decisiones sobre los cambios a incorporar para incrementar su impacto positivo en la erradicación de la violencia contra las mujeres.

Para su diseño, se piensa en un sistema de evaluación continua, si bien con hitos definidos en los momentos inicial, intermedio, final y diferido (usualmente, a los cuatro años de implantación del Manual, para la evaluación de su impacto). Se utilizará para ello una combinación de técnicas cuantitativas y cualitativas de recogida y análisis de información (que pueden ser desde entrevistas hasta pruebas psicológicas) como se presenta en el siguiente cuadro[7].

INSTRUMENTO	DESCRIPCIÓN
1. Formato de entrevista inicial.	Datos sociodemográficos, historia médica, educación y valoración económica, relaciones con la pareja y con la familia, así como actitudes acerca de sus ejercicios de violencia hacia las mujeres.
2. Formato de entrevista final.	Relación con la pareja y con la familia, así como actitudes acerca de sus ejercicios de violencia hacia las mujeres.
3. Carta de consentimiento informado.	En la que se informa al usuario sobre aspectos generales del proceso: límites y alcances, las pruebas psicológicas que se aplicarán, las formas de seguimiento que se darán a su caso, así como los beneficios que puede obtener al asumir un compromiso responsable y constante.
4. Pruebas psicológicas. Estas pruebas se aplican al principio y al final del proceso.	• Guía de interpretación. • Instrumento para medir la violencia ejercida. • Inventario para evaluar las dimensiones atributivas a la instrumentalidad expresiva. • Prueba para determinar las estrategias del abuso del poder. • Instrumento para medir la resolución de conflictos[8].

[7] Todos los instrumentos antes referidos podrán encontrarse en el documento: *Anexo de instrumentos de seguimiento y sistematización del Manual de Facilitación Grupal*.

8 Estas pruebas fueron construidas en la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México y Género y desarrollo DF, cuenta con su aval para la aplicación de las mismas en los casos con los que trabaja el Manual.

	• Prueba psicológica "Desiderativo" - proyectiva de personalidad. • Test de Laureta Bender (para detectar algún trastorno orgánico o daño cerebral). • Ficha de expediente.
5. Notas de integración	Sobre cada concepto del Manual se anota si el usuario cumplió o no la evidencia (lista de cotejo; ejemplos: detectó sus señales corporales antes de ejercer violencia, aplicó el tiempo fuera evitando violencia directa, etc.).
6. Bitácora de sesión	Se registran detalles de las situaciones de violencia que cada usuario reporta durante su proceso, tales como: sus actitudes de colusión, es decir, acciones o gestos de complicidad machista, o situaciones de violencia en el grupo. Se reportan además apoyos positivos en el grupo, sus ejercicios de planes íntimos, etc.
7. Bitácora de facilitación.	Se sistematizan las sensaciones y /o emociones vividas por el equipo de facilitación durante el trabajo grupal.
8. Cuestionario de deserción.	Se obtienen datos y argumentos de los usuarios que abandonan el proceso (es decir por qué se van).
9. Formato de referencia y contra referencia.	Formato para dar seguimiento a las canalizaciones efectuadas.
10. Formato de entrevista a la pareja del usuario.	Deberá ser aplicado por alguien que tenga elementos de contención emocional. de preferencia una psicóloga, y se explora a través de la pareja (previo consentimiento informado y con absoluta confidencialidad), el nivel de cambio observable en el usuario.
11. Formato de atención jurídica.	Deberá contar con el seguimiento jurídico necesario, según lo que proceda en cada entidad.
12. Formato de autorización menores	En caso de atención a menores de edad, se requiere que padres/madres/tutores firmen de consentimiento.
13. Formato de seguimiento	Se dará seguimiento al proceso del usuario entre los 3 , 6 y 9 meses de haber concluido el proceso.

Materiales de Apoyo

MATERIALES DE APOYO

En este apartado se presentan los materiales de apoyo para la facilitación, a saber: el glosario, el formato de testimonio, el listado de ejemplos de violencia, las sugerencias para acompañar e identificar el cambio en los hombres y, por último, la lectura del potencial del pensamiento positivo.

Glosario

Mi Atención Plena (un recurso para contactar tu Espacio Espiritual)

Ahora que ya has reconocido el uso del proceso violento y sus impactos en ti y en las personas receptoras de tus agresiones, requieres salirte físicamente de tu autoridad contactando tu atención plena. Para lograr esto necesitas relajar tu cuerpo (es decir, tu espacio físico interno) para así poder permitirte entrar en contacto con tu **Atención Plena**, es decir, con esa dimensión positiva de ti mismo que aparece con mayor claridad cuando creas las condiciones para darle oportunidad de que emerja. Lo puedes lograr colocando tu mano derecha en tu pecho y la izquierda sobre tu ombligo, una vez hecho lo anterior, te pedimos que respires profundamente, con un ritmo pausado, diciendo en voz alta, al exhalar, la frase: "éste soy yo". Este ejercicio te permitirá darte un tiempo y espacio para recuperar tu armonía y equilibrio, brindándote la capacidad de reflexionar a fondo sobre cada situación, pero ahora, desde tu **Atención Plena**, es decir, **ese poder creativo, constructivo, empático, propositivo y nutricio que está dentro de ti y que puede ayudarte a sobrevivir satisfactoriamente**.

Situación

Por **situación** entenderemos ese momento de tensión o fricción que surge al compartir o intercambiar tus fronteras: lo que estás viviendo a cada instante. Las fronteras son nuestros espacios de seguridad, en otras palabras, son esos espacios vitales que cada persona necesita le sean respetados para vivir adecuadamente: su piel, su cuerpo, sus sentimientos, sus ideas, su ropa, su tiempo, su cuarto, su casa, etc. Las fronteras (o límites) son necesarias para cada persona porque le crean seguridad; en tal sentido, cada vez que nos relacionamos con alguien abrimos nuestras fronteras y damos paso a cualquier posibilidad de interacción (inocua, nutricia o destructiva), lo cual causa momentos de tensión y fricción. La tensión surge cuando dos personas quieren separarse o alejarse y la fricción cuando desean acercarse. Cuando abrimos nuestras fronteras tenemos que ajustarnos a las de las otras personas, es por esto que cada vez que estamos en contacto con alguien sentimos esa tensión/fricción. Esto no representa ningún problema cuando estamos claros de las fronteras que tenemos, cuando tomamos en cuenta las fronteras de nuestras parejas o de otras personas, o cuando intercambiamos fronteras por medio de acuerdos.

Siempre estamos en una **situación**, cualquiera que ésta sea, puede ser nutritiva o conflictiva, incluso puede ser neutral. Por ejemplo, si vas a llegar tarde a una cita con tu pareja, eso te causa tensión o fricción porque ambos esperan encontrarse a determinada hora y sabes que ella se va a molestar porque quiere usar su tiempo en una forma adecuada o conforme a lo que ya habían acordado. Así, estás cambiando la frontera del tiempo que ambos habían establecido.

Espacio Físico

El espacio físico incluye dos aspectos: tu cuerpo y el espacio donde desarrollas tus actividades. Desde este Manual, el espacio físico interno (o corporal), equivale a tus cinco sentidos: el tacto, el gusto, el olfato, el oído y la vista. También son tus características individuales, tales como tu color de piel, tus movimientos, tu estatura, tus gustos, etc. Por otra parte, el espacio físico externo es el contexto en el que desarrollas tus necesidades personales físicas e incluye lugares como tu casa, y dentro ella, el espacio para dormir, el baño, la cocina, la sala; pueden ser también espacios para desarrollar trabajos como tu cochera, tu taller, tu oficina, un cuarto de servicio o un local; tus lugares de descanso, de entretenimiento; tus espacios personales como el escritorio o tu cama, etc. Son los lugares donde ejecutas tareas cotidianas para ti y en los que muchas veces estás acompañado.

Te das cuenta de que estás en una determinada situación por medio de tus cinco sentidos, es decir, por lo que escuchas, ves, hueles, pruebas, tocas, etc. Para darte cuenta de que estás en una situación vas a usar tus sentidos y reconocerás que tu pareja o tú han cambiado algo que les afecta y que ese cambio está causando tensión y fricción a la otra persona. Si usas tus cinco sentidos sin juzgar o interpretar lo que percibes, estarás obteniendo una información clara y valiosa de la situación en la que te encuentras. Necesitas aprender que antes de hacer juicios o interpretaciones, requieres tener la mayor cantidad de información posible. Cuando respondes impulsiva o mecánicamente, estás ignorando una gran parte de lo que está sucediendo y puedes cometer errores al responder desde algo que simplemente estás asumiendo. Por ejemplo, si llegas a tu casa y tu pareja no está, puedes pensar inmediatamente que ella salió a ver a otro hombre. Pero si consideras toda la información del momento y pones atención desde tu olfato y vista te darás cuenta de que la comida está caliente y en la estufa, lo cual cambia toda la situación, pues ella pudo haber tenido una emergencia o salió brevemente por algo.

Así, tienes que aprender a usar el espacio físico como una forma de "saber", es decir, como una manera de obtener o completar toda la información posible para llegar a formarte una idea con bases sólidas y claras. Tú siempre puedes obtener la información correcta, es tu espacio intelectual el que falla al interpretar lo que percibes.

Espacio Intelectual

Por espacio intelectual entendemos todas las ideas, pensamientos y creencias de una persona; por tanto, el espacio intelectual es la forma de interpretación individual que cada sujeto tiene del mundo. Es la manera en que analizas y entiendes tus experiencias usando tus estructuras simbólicas, la forma en que procesas los hechos por medio de tu conocimiento y experiencia. Tus ideas y pensamientos conforman los significados sobre un hecho y constituyen el medio por el cual llegas a entender y crear respuestas o soluciones sobre los hechos que percibes.

El espacio intelectual se desarrolla por medio de la experiencia y por el aprendizaje social y cultural, por lo tanto, no es exclusivo de cada persona. Cuando usas tu espacio intelectual basado en tu aprendizaje social y cultural, generalmente vas a hacerlo usando el proceso violento, dado que es esto lo que has aprendido en el pasado: juzgarás, harás interpretaciones y decidirás intelectualmente que todas las otras personas no tienen razón y que debes controlarlas para que no se opongan a ti. Generalmente creemos que nuestras ideas son las únicas válidas y tendemos a destruir o anular las de otras personas que nos causan tensión o fricción. Nota que las ideas que te hacen sentir que eres superior existen solamente en tu espacio intelectual, es decir, en tu pensamiento. Date cuenta de que estás siendo violento en tu mente sólo al pensar que tienes el derecho de invalidar y destruir a tu pareja. Tu pensamiento es la semilla que genera tus violencias. Por esto es necesario llegar a un cambio profundo, un cambio en el que la violencia no exista en tu pensamiento, lo cual representa una meta demasiado complicada y que toma mucho tiempo, pero que, afortunadamente también, se puede lograr con voluntad y práctica. Por ahora, sólo date cuenta de cómo te vas al proceso violento desde tu espacio intelectual.

El Proceso Violento

Espacio Cultural

El espacio cultural es el conjunto de códigos aprendidos que guían y dictan nuestras formas de conducta y de pensamiento. Es la forma de procesar la realidad de acuerdo con parámetros establecidos por el aprendizaje que cada individuo ha recibido en su grupo social, familiar, grupo económico, étnico, religioso, educativo y geográfico. Son las tradiciones y costumbres de tu grupo social. Desafortunadamente en México vivimos en una cultura predominantemente machista que promueve el uso de la violencia para resolver la tensión y fricción de las situaciones, considerando al hombre y lo masculino como superior a la mujer y lo femenino. Crecimos pensando y viviendo la violencia como algo normal y natural y, por lo tanto, difícilmente vemos alternativas cuando estamos en esas situaciones. Los códigos (o mandatos machistas) que hemos aprendido nos han enseñado a pensar y actuar violentamente y a asumir que las otras personas son una amenaza para nosotros, no importa si son desconocidas o si son nuestras propias parejas. La dimensión más problemática detrás

de esto es la división jerárquica de la sociedad en la que vivimos. La división más marcada que tradicionalmente se ha impuesto en nuestro país propone que como hombre eres superior a las mujeres y que, "cuando se requiere" tienes el derecho de violentarlas para mantener esa superioridad. La cultura te sugiere, a través de distintos medios y mensajeros, que uses la violencia para mantener tu posición de superior dentro de la jerarquía de tu grupo, en este caso, en tu relación de pareja y en tu relación con las y los demás integrantes de la familia que has formado.

Es importante que entiendas y definas cuáles códigos culturales usas cuando estás interactuando con tu pareja, en otras palabras, que te preguntes si estás esperando que ella actúe con apego al código de “la mujer sumisa y abnegada” o como la mujer adulta y autónoma que es, con el derecho a opinar y tomar decisiones que en ocasiones pueden entrar en contradicción con las tuyas.

Autoridad

Cuando actúas desde alguna “autoridad” para imponerte sobre tu pareja u otras personas, te atribuyes una posición de superioridad. Cada autoridad que uses se sustenta en las creencias machistas con las que creciste. A la vez, cada acto de violencia empieza con la creencia de que eres superior a tu pareja y que debes imponerte sobre ella. No puedes demostrar(te) ser superior y desde ahí controlar si no impones esa idea de superioridad. Este es el momento en el que crees que eres tú quien debe mandar en el hogar y que tu pareja debe limitarse a cumplir tus órdenes. Puedes creerte "el patrón", "el dueño", o "el jefe", etc. Esas autoridades no existen en realidad, así que te pasas la vida tratando de comprobar que eres la autoridad. Si algo no se puede palpar, o si no puedes probar su existencia en alguna forma, obviamente no existe, así que tienes que materializar tu autoridad controlando y dominando a tu pareja.

En el desarrollo de este concepto tenemos dos preguntas: ¿quién es mi autoridad?, y ¿cómo actúo cuando quiero imponer esa autoridad? En primer lugar, necesitas definir quién te crees en cada situación en la que te sientes superior a tu pareja y a otras personas: un jefe, el dueño, el amo, la víctima, un paciente, el derrotado, el patrón, etc., identificar esas identidades te ayudará a difuminarlas gradualmente. La segunda pregunta tiene una respuesta relativamente sencilla pues ya sabemos que lo que queremos es controlar y dominar a nuestra pareja. Conocer los métodos que usas para controlar y dominar en cada situación es uno de los primeros pasos que te ayudarán a dejar de ser violento, pues cuando te des cuenta de que estás actuando desde esa autoridad, podrás dejar de controlar y dominar. En tal sentido, es necesario que simbólicamente aceptes dejar “morir” esa autoridad para promover igualdad en tus relaciones. Resumiendo: es importante saber que siempre que actúas desde tu autoridad estás en riesgo de actuar violentamente, así que dejar de ser violento está en función de tu decisión de renunciar a esa posición.

Ahora bien, es verdad que el concepto "autoridad" tiene también una connotación positiva, denotando los rasgos de prestigio y crédito que alguien puede tener, así como la legitimidad y facultad para actuar con reconocimiento en ciertos contextos. En este Manual, y desde la perspectiva de género, usamos la definición en su vínculo con la posibilidad de ejercer tales rasgos y capacidades como instrumentos de poder de un hombre para controlar y dominar a su pareja, tal como se verá más adelante.

Control y Dominio

En pocas palabras: forzar a otras personas a hacer lo que mi autoridad demanda. Cuando quieres controlar y dominar tienes expectativas de tu pareja y le impones tales expectativas: le das una lista de tareas y con ello simbólicamente defines su identidad. Controlar quiere decir asignarle una identidad a una persona, mantenerla dentro de las características de esa identidad y dictarle determinadas tareas esperando que las ejecute. Para ser más claros, podríamos ejemplificar diciendo que desde tu autoridad te atribuyes el papel del jefe de la casa y a tu pareja le asignas, por mencionar algo, el papel de sirvienta. Una vez que le impusiste ese rol tienes que asegurarte que lleve a cabo las tareas que desde ahí deseas o esperas. Dominar es poner en práctica las estrategias necesarias para mantener dicho control, por ejemplo, puedes dominar a tu pareja al no darle o quitarle su dinero, manipularla emocionalmente, actuar de manera prepotente, amenazarla o incluso golpearla; es la forma de someter o subyugar a tu pareja para que lleve a cabo las tareas que le impusiste. Controlar es el proceso por el cual vas a vigilar que tu pareja haga lo que quieres. Le impones ciertas tareas y te aseguras de que las lleve a cabo en la forma, tiempo y modo que ordenaste.

Un hombre en nuestra sociedad, desde una mirada tradicional o machista, es definido como alguien que debe ejercer dominio, mando, preponderancia y que obtiene todo esto por medio de ser quien comprueba, inspecciona, fiscaliza e interviene para regular las acciones o conductas de otras personas. Desde pequeño aprendiste que existen sistemas de regulación o control y que eres tú quien debe llevarlos a cabo. Ser hombre-jefe-hijo-padre-esposo, te requiere ser quien regula, es decir, quien controla y domina. Para hacer esto tienes que destruirte a ti mismo, debes evitar, incluso destruir, tu Atención Plena, pues se te ha enseñado que sólo vales si eres la autoridad. Cuando decides evitar tu Atención Plena (entendida como aquella parte de ti que puede activar al esposo que apoya, aquél que comparte sus cosas, el padre cariñoso, el que platica para aprender y enseñar), para entonces imponerte desde la autoridad que destruye, que es impaciente, el que no quiere hablar, que te muestra como irritable o castigador, tú mismo estás negando el contacto con tu potencial creativo y nutricio para darle paso al macho impositivo, iracundo e indolente. Cuando sabes cómo y para qué usas tu autoridad, estás listo para dejar de ser violento.

Servicios

En este Manual el término "servicios" significa usar los recursos de otras personas para tu beneficio. Los recursos de tu pareja son los medios de supervivencia que ella tiene: su propio cuerpo, dinero, trabajo, ideas, cuidados, atenciones, amistades, su tiempo, etc.

Cuando te relacionas con ella desde tus autoridades, esperas sin más que te obedezca en todo lo que tu mandes y que te de todo antes de darse algo a sí misma. Si te asumes como la autoridad de tu hogar, sólo esperas que se cumplan tus órdenes. Tú mandas y se supone que tu pareja debe obedecerte, sea callándose, comprendiéndote, alcanzándote la toalla en el baño o dándote de comer cuando así lo dispones, que cuide a los niños o que adivine lo que quieres que haga. Sin embargo, el servicio más importante que requieres de tu pareja *es que esté de acuerdo en que tú eres la autoridad y que ella deba servirte incondicionalmente y para siempre.* Al requerir sus servicios, esperas que ella tome un papel con funciones adecuadas para ese rol, es decir, tú decides "quién" es ella y "cómo" debe actuar. Para poder controlar y dominar a tu pareja, necesitas convertirla en alguien que esté subordinada a ti, sin considerar que dejas de verla como tal, como tu par, para asignarle el papel de sirvienta, de prostituta, de cocinera, de enfermera, de educadora, etc., lo cual asegura tu dominio sobre ella. Cuando defines a tu pareja desde esas miradas tradicionales (machistas) también la estás destruyendo, pues en lugar de ser tu compañera, la asumes como una esclava, sirvienta, incapaz o trabajadora sexual que se supone debe responder a tus mandatos. De esta forma, la tratas como si no tuviera valor para ti, pues si es una esclava, teóricamente la puedes desechar y cambiar por otra en cualquier momento.

En un México marcado por enfoques culturales tan machistas, se supone que las mujeres “deben de ser para otros” y estos "otros" somos principalmente los hombres. Esto quiere decir que las mujeres no deberían ser autónomas ni tomar decisiones que las beneficien. Ellas deben dar sus servicios, cuidados, energía, vitalidad, dinero, atención, sexualidad, ideas, trabajo y su vida a otras personas. Los hombres entonces creemos que tenemos derecho exclusivo al privilegio, que principalmente debemos recibir el goce de esos recursos para beneficiarnos. Esto es de lo más difícil en el proceso de erradicar nuestras conductas violentas porque esperamos seguir viviendo cómodamente sin tener que usar nuestros recursos y usando los de otras personas, sobre todo los de las mujeres cercanas.

Por tanto, dejar de esperar estos servicios es otro de los elementos más importantes para dejar de ser violentos, porque al ya no asumirte y actuar como autoridad también necesitas aprender a satisfacer tus propias necesidades. Así, debes tratar a tu pareja con igualdad y dignidad para crear una relación en la que ambos reciban satisfacción, compartiendo tareas, emociones, logros y responsabilidades. Este es un cambio muy difícil y radical porque nuestra cultura insiste en que los hombres nos pasemos la vida gozando de los beneficios de toda nuestra comunidad sin tener que dar algo a cambio ni tomar en cuenta a otras personas. Si

mantienes en mente que siempre estás esperando servicios, puedes dejar de esperarlos y ya no serás violento.

Señales del Cuerpo

Como hombre formado en una cultura tradicional, has aprendido a creer que eres la autoridad en tu hogar, así que una parte importante de tu identidad está basada en que tus servicios sean llevados a cabo. Cuando esto no sucede asumes que no vas a poder estar bien para ti mismo y ante los demás sin ser la autoridad. Si alguna de tus autoridades ordena algo y tu pareja no lo hace, de nada te sirve esa autoridad pues está siendo ignorada -destruida- por la negativa de tu pareja. Has aprendido, como la mayoría de los hombres, que tu identidad está basada en mantener esa superioridad, así que cuando tu autoridad se siente eliminada, asumes que no vales porque no puedes sobrevivir sin ser ese hombre superior: el que manda. En ese contexto te sientes atacado y crees que debes responder de una forma violenta, toda vez que tu pareja se ha convertido en una amenaza para tu imaginaria autoridad o tus ideas de superioridad. Tu superioridad no existe realmente, sino que es una imagen aprendida de lo que supuestamente debe ser un hombre en nuestro país. Este es el momento en que *decides* ejercer violencia. Normalmente ese momento está precedido de señales muy claras en tu cuerpo que te indican que estás pasando por un alto grado de frustración, señales tales como calor en alguna parte de tu cuerpo, temblor, sudor, tensión en tus manos o quijada, se te seca la boca, se te acelera el corazón (taquicardia), u otras.

Cuando tu pareja no acepta una posición de sumisión la conviertes en tu enemiga, es decir, defines quién es ella ahora y cómo NO está llevando a cabo lo que le demandas. Al ingresar a ese alto grado de frustración tienes la posibilidad de decidir afectar a tu pareja (y con ello afectarte a ti mismo y lo que les rodea), o bien, permitir que sea tu **Atención Plena** quien tome las decisiones que tomaría un hombre *no violento*. Puedes practicar un tiempo fuera y analizar desde otra perspectiva esa misma situación. Así, te darás cuenta de que, simplemente, tu autoridad ha sido justificadamente cuestionada y que el problema que tenías al principio se convirtió en algo diferente. Si estuviste en un alto grado de frustración porque tu pareja no quiso proveerte de un servicio que esperabas, por ejemplo, planchar tu ropa de trabajo, puedes cambiar el problema al reconocer que ella es una persona autónoma y que no debe obedecerte sólo por ser mujer y ser tu pareja. Si usas tu **Atención Plena** admitirás que el verdadero problema es que tú necesitas esa ropa planchada, y no el que tu pareja esté cuestionando tu autoridad. Así, puedes resolver el problema en una forma diferente, en lugar de gastar tu tiempo y energía tratando de controlar y obligar a tu pareja, puedes planchar tu camisa y deshacerte del problema.

Violencia

Decimos que este es un proceso de intervención para trabajar la violencia que ejercemos los hombres contra las mujeres porque ésta es una forma de agresión que históricamente ha sido invisibilizada, naturalizada o normalizada. Con gran frecuencia y diversos grados de intensidad la ejercemos en nuestros hogares, en nuestro trabajo y en otros espacios públicos. Esto no niega otras formas en las que la violencia se expresa, sin embargo, como se ha constatado a lo largo del Manual, lo que buscamos es priorizar una forma de intervención para erradicar esos tipos de violencia que limitan las condiciones de desarrollo de la mayoría de las mujeres en nuestro país, toda vez que está científicamente demostrado el hecho de que en México las mujeres padecen, por el mero hecho de ser mujeres, altos índices de violencia.

Todo mundo tiene diferentes definiciones de lo que es violencia, así que empezaremos por darte la definición que aplicaremos desde esta perspectiva: violencia es **cualquier invasión del espacio de la otra persona con o sin la intención de dañarla, para controlarla y dominarla**. La violencia desde nuestro enfoque tiene cinco formas de expresarse: violencia emocional, violencia económica, violencia verbal, violencia física y violencia sexual.

Violencia Emocional

La violencia emocional (también entendida como violencia psicológica) es la que se ejerce con la intención de mantener a la pareja fuera de su equilibrio para así poder controlarla. Cometes violencia emocional al controlar los recursos que tu pareja necesita para vivir en armonía, tranquila y cómodamente; por ejemplo, si ella está tratando de dormir y la despiertas, cuando está tratando de leer y haces ruido o la interrumpes, cuando llegas tarde a las citas o a la casa sin avisar, al mirarla de una cierta forma o al aplicar un silencio castigador, al abrir sus cartas o revisar su celular, mentirle, chantajearla, etc. El espacio emocional es uno de nuestros recursos para sobrevivir porque es la forma de evaluar con sentimientos lo que estamos viviendo a cada momento. Esta es una violencia que generalmente acompaña a las demás, y es bastante compleja porque muchas veces parece invisible (sobre todo para el agresor), porque mina la autoestima y porque afectas internamente a quien dices que amas, generándole desasosiego en todos los ámbitos en los que se mueve.

Violencia Económica y Patrimonial

Este tipo de violencia implica el uso del poder económico para dominar, apropiarse o destruir el bienestar material o el patrimonio de la pareja. El abuso se manifiesta cuando se controlan, limitan o niegan recursos materiales y monetarios, o se impide el acceso a bienes y servicios que pongan en peligro la sobrevivencia de algún miembro de la familia. Implica también adueñarse de muebles o inmuebles propiedad de ambos, o despojarla de los mismos, así como utilizar, destruir o desaparecer sus objetos personales.

En la mayoría de los casos, las mujeres maltratadas comienzan a sufrir agresiones por parte de sus compañeros desde que se unen. Tales agresiones generalmente se agudizan cuando surge una grave crisis que conduce al divorcio. El abuso económico usualmente se presenta en las parejas que viven en situación de maltrato físico desde el inicio de la relación, y en cónyuges sin violencia, suele aparecer a partir de la separación. La violencia económica se ha clasificado de la siguiente manera: cotidiana (permanente o cíclica) y delictiva (robo, fraude, falta de ingresos al gasto familiar).

Violencia Verbal

La violencia verbal implica cualquier acto en el que usas sonidos y palabras para coaccionar o forzar a tu pareja para que esté bajo tu control. La podemos desagregar en tres formas, como verás a continuación.

Cosificar: Equiparar a tu pareja como un objeto o cosa u ofenderla, por ejemplo: "estúpida," "puta", “negra”, “gorda”, “chiquita”, o cualquier otro nombre que transforme simbólicamente a tu pareja en una "cosa". Cosificar hiere a tu pareja porque la tratas como si estuviera inerte, muerta. Dándote o no cuenta, en tu mente la pones como un objeto que se puede cambiar, desechar o destruir en cualquier momento.

Menospreciar: Menosprecias a tu pareja cuando le dices que ella es menos de lo que es o que no vale como persona. Por ejemplo, al decirle "tú no sabes nada", "ni para eso sirves", "te ves ridícula con ese vestido", "eres la peor madre", "deberías aprender a cocinar", etc. Al menospreciarla, día a día le robas su autoestima haciéndole sentir que nunca será suficiente y como si tú tuvieras la facultad de aprobar o desaprobar lo que ella es, dice o hace.

Amenazar: Es expresarle una promesa de destruirla o dañarla en el futuro. Esto funciona especialmente cuando has sido violento anteriormente de manera consistente. Amenazar a tu pareja la hiere porque ella tiene un miedo constante de que puedes incrementar tu violencia en cualquier momento. Ella no tiene forma de prevenir ni defenderse de esa violencia y tiene que estar alerta para ver cuándo la vas maltratar.

Violencia Física

Si las violencias anteriores no surten efecto, en ciertas situaciones puedes decidir sujetar, perseguir, acorralar o golpear a tu pareja, y esto ya es violencia física. Cuando estás suficientemente cerca y decides sujetarla para impedir que se mueva, golpearla, empujarla, jalarle el pelo, etc., estás ejerciendo violencia física de contacto; si optas por golpear o lanzar objetos para que "se entere" de que estás muy enojado, entonces estás cometiendo violencia física alrededor de ella. Nota que le llamamos “decisión" de golpear porque sabemos que podrías resolver los conflictos, tensiones o fricciones de una manera distinta a la violencia si actuaras con responsabilidad y desde tu Atención Plena. Como ya habrás observado, la violencia física tiene dos formas:

Violencia física de contacto: Ocurre cuando tienes contacto físico hostil con tu pareja, por ejemplo, al sujetarla, abofetearla, jalarla, empujarla, apretarla, escupirle, patearla, golpearla, etc.

Violencia física alrededor de tu pareja: Es la violencia que cometes cerca de tu pareja como tirar el teléfono, golpear la mesa, aventar cosas al suelo, azotar la puerta, agredir a las mascotas, manejar a gran velocidad, quebrar objetos, pegarte a ti mismo, etc.

Violencia Sexual

La violencia sexual se ejerce por medio de imponer ideas y actos sexuales que afecten a tu pareja. Jactarse de tener muchas mujeres, acostarse con ellas (cometer infidelidad) sin protección, mirar lascivamente a las mujeres, gritarles "piropos", llevar películas pornográficas y obligarla a verlas, entre otros muchos ejemplos, son formas de violencia sexual. Esto se hace con el fin de menospreciar a la pareja y hacerla sentir que no vale y no es capaz.

Ahora bien, la forma más clara de violencia sexual es la violación, acto en el que una persona obliga a otra tener contacto sexual. La violación marital es aquella en la que los compañeros de las mujeres creen que solo porque están casados o porque viven juntos, tienen el derecho de tener sexo con sus parejas en cualquier momento y sin tomar en cuenta la voluntad de ellas. La violación marital es un problema muy grave y muy generalizado. Una violación siempre es eso: una violación. No importa el estado civil de las personas o si viven juntas o no.

Actitudes Irresponsables

Las actitudes irresponsables son aquellas formas de mantenerte en tu autoridad tras ejercer violencia porque insistes en pretender justificar tus agresiones forjándote una visión de ti mismo como una persona incapaz de ser injusta. Es difícil aceptar que soy o he sido violento o que me aferro a mis creencias machistas. Esto es relativamente natural porque todos queremos ser consistentes con nosotros mismos y no queremos contradecirnos. En una sociedad machista marcada por la verticalidad en las relaciones y donde suele invisibilizarse la violencia de género, es más fácil culpar a otras personas por nuestros actos que aceptar que tenemos problemas. Si seguimos justificando nuestra violencia y esperamos que otras personas cambien para que nosotros dejemos de ser violentos, nunca lograremos cambiar. Es necesario ser muy autocríticos y honestos para poder empezar a generar cambios en nuestras conductas y actitudes. Renunciar al ejercicio de estas actitudes irresponsables es fundamental para poder llevar a cabo estos cambios. Te sugerimos evitar hacer las siguientes cosas.

Negar

No aceptar que tu acto de violencia existió. Negar tu violencia es remover, evadir o ignorar cualquier participación que hayas tenido en el acto de violencia, con frases como las siguientes: “yo no soy violento”, "se lo hizo sola", “yo no te hice nada”, “yo no le pegué”, “pero si ni la toqué”, "yo ni estaba ahí", "fue ella la que se golpeó al caerse", etc.

Minimizar

Hacer menos tu hecho de violencia. A pesar de lo que hiciste, asumes que la agresión no fue tan grave, que "sólo fue esto", que “fue quedito,” que "sólo me quedé callado (tres días)", que "apenas fue un empujoncito", "así miro yo", etc. Hablas de tu violencia, pero enfocas tu atención en la idea de que no usaste toda tu fuerza y, por lo tanto, que tu violencia no merece (tanta) atención. Muchos compañeros inclusive dicen que no le dolió a la pareja o que ni siquiera le dejó moretones, con lo que, nuevamente, restan importancia a sus actos siendo que, desde nuestro enfoque, no existen violencias pequeñas.

Culpar

Culpar es responsabilizar de tu violencia a otras personas o situaciones. Es bastante común que responsabilices a muchas cosas o personas por tus violencias, excepto que te veas a ti mismo. A la primera persona que solemos acusar es a la pareja: "ella tuvo la culpa", "si la conocieran", "es que no entiende", etc. También le atribuimos al alcohol o a las drogas nuestros abusos: "es que había tomado mucho", " no sé cómo es que pasó", "estaba fuera de mi", etc. Culpas al patrón, al tráfico, a la pobreza, al país o cualquier otra cosa que te parezca suficiente para justificar tu violencia. También usas cualquier cosa que se te ocurra: al clima, a la situación económica, a tu falta de educación o a tu mucha educación. Usamos cualquier cosa para quitarnos la responsabilidad de nuestras violencias.

Complicidad

Es la forma en que buscas y/o recibes apoyo para respaldar la violencia propia o la de otras personas. Lo haces cuando te ríes de actos violentos que escuchas, o cuando respaldas abiertamente a otro hombre para que sea violento con su pareja, por ejemplo, cuando dices: "a las mujeres se les debe tratar con mano de hierro".

Si vas a platicar con una persona y le comentas que golpeaste a tu pareja y la otra persona te alienta minimizando, negando o justificando tu violencia, esto es entrar en complicidad: "no te preocupes, ya se le quitará el moretón", es una forma de

respaldarte para que sigas ejerciendo tu violencia, en lugar de ayudarte a poner en perspectiva el hecho de que estás destruyendo a la persona que dices que amas.

Usas la complicidad contigo mismo cuando no pones atención o te duermes en nuestras sesiones, o cuando estás hablando con tu compañero de al lado durante la sesión, al llegar tarde o al no tomar tu violencia en serio pero igual decides venir al grupo para decir afuera que en este lugar "estás cambiando". Estás en complicidad cuando presencias violencia y no haces algo en el marco de las posibilidades que la situación imponga, para detener esa violencia, por ejemplo, si tu amigo está diciendo chistes con contenidos violentos (misóginos, homofóbicos, discriminatorios, etc.) y no dices nada e incluso te ríes; si vienes al grupo cuando realmente no quieres estar aquí, o si no confrontas a algún compañero que huela a alcohol en nuestras sesiones. Lo contrario a estas situaciones es actuar con honestidad y responsabilidad.

Plan de Igualdad

Tú estarás tomando decisiones en todo este proceso de cambio, de modo que lo puedes parar en cualquier momento o completar. Lo ideal sería que dejaras todo el proceso violento por un lado y resolvieras todo en colaboración con tu pareja y con los demás y de una manera íntima (es decir, mediante permisos y acuerdos), pero esto no es tan fácil debido a que has aprendido a imponerte desde tu autoridad. El momento más visible va a ser el contacto con tu frustración, porque es allí donde sientes respuestas físicas que te indican el peligro o riesgo de ejercer violencia. Después, conforme avances en tu proceso de cambio te darás cuenta de que estás empezando a controlar a partir de identificar tus señales corporales y dejarás de hacerlo. La decisión dependerá sólo de ti y esa decisión te va a traer consecuencias que te hieran o te dan alegría a través de aprender a desarrollar pequeños planes cotidianos orientados a fomentar la igualdad con tu pareja y demás personas. Se trata de pequeños desafíos que, desde un ángulo creativo, puedes imaginar y realizar para darte y ofrecer bienestar. Deben ser claros, sencillos, nutricios, factibles de realizarse y se pueden renovar a cada momento, de tal suerte que tus planes de igualdad poco a poco se conviertan en un hábito cotidiano y, con ello, en una nueva forma cultural de relacionarte con las y los demás.

Impactos

Tienes que aceptar la responsabilidad de tu violencia si la quieres parar y eventualmente erradicar. Al aceptar que tú decides ejecutar tu violencia, te pones en posición de poder pararla al decidir ya no ejecutarla. No puedes resolver un problema que no existe, así que si tú crees que no eres violento, o no aceptas tu violencia, no podrás hacer algo para evitarla. En este espacio te apoyamos para que te hagas responsable de las acciones violentas que has cometido, para así poder parar esa violencia. Tienes que aceptar la responsabilidad por los impactos de tu violencia en tu pareja, tus hijos, en tu familia o comunidad y en ti mismo.

Impactos en tu Pareja

Tu pareja sufre físicamente cuando la golpeas y le dejas moretones o heridas emocionales y/o físicas permanentes. Emocionalmente sufre porque el lugar que se supone más seguro para ella, su hogar, es, sin embargo, el más peligroso y porque la persona más cercana a ella es quien la maltrata: su propio compañero, es decir, tú mismo.

En no pocas ocasiones la comunidad (familia, amistades, asesores espirituales e incluso médicos, jueces y demás responsables de impartir justicia) la juzga y la culpa por tus violencias, así, ella es victimizada nuevamente. En muchas ocasiones las mujeres sufren daños permanentes como perdida de la vista, oído, huesos rotos, movimientos limitados, hasta poder perder la vida.

Impactos en tus hijos e hijas

Tus hijos e hijas sufren también al presenciar o padecer tus violencias. Aprenden a ver que estar contigo es peligroso, de modo que cuando te tratas de acercar a ellos dejan de hacer lo que estaban haciendo por temor a ti. Les cuesta trabajo aprender en la escuela y en la casa, no se pueden concentrar. Aprenden también que la violencia es normal y que para obtener lo que quieren tienen que ser violentos. Y aunque no necesariamente ocurrirá así, tus hijos pueden actuar de manera violenta con sus parejas y tus hijas podrían aceptar ser maltratadas al llegar a la vida adulta.

Impactos en ti mismo

Tú terminas perdiendo la confianza, compañía, apoyo y amor que querías obtener de tu pareja cuando empezaste tu relación con ella. También puedes perder tu familia, tu libertad, trabajo, reputación en tu comunidad, tu auto, en fin, todo lo que has estado construyendo; en ocasiones hay quienes terminan también perdiendo la vida. Es importante darnos cuenta de que los supuestos privilegios que el machismo nos promete, no son más que lastres y riesgos que podemos evitar.

Formato de testimonio

Este formato será respondido por los usuarios.

Nombre: ..... Fecha: .....
Grupo ..... Facilitadores.....

Situación: .....
Espacio Físico:
Interno: .....
Externo: .....
Espacio Intelectual: .....
Espacio Cultural: ¿Qué códigos usaste? .....
Autoridad:
¿Quién soy como autoridad? .....
Control y Dominio:
¿Cómo controlo para imponer mi Autoridad? .....
Servicios: .....
¿Qué tipo de servicios estoy solicitando? .....
Mis señales corporales: .....
Violencia:
Decido Cometer Violencia Emocional: .....
Decido Cometer Violencia Económica: .....
Decido Cometer Violencia Verbal: .....
Cosificar: .....
Menospreciar: .....
Amenazar: .....
Decido Cometer Violencia Física:
De contacto: .....
Alrededor: .....
Decido Cometer Violencia Sexual: .....
Actitudes Irresponsables: .....
Yo Niego: .....
Yo Culpo: .....
Yo Minimizo: .....
Busco complicidad con: .....

Impactos:

En mi pareja: ....

En mi mismo: ....

En mis hijos e hijas: ....

En mi familia/comunidad: ....

Mi Plan de Igualdad: ....

Listado de ejemplos de violencia

Las conductas violentas las realizas para controlar a tu pareja emocional, económica, verbal, física o sexualmente. Afectas la integridad de tu pareja para que ella tenga temor de ser autónoma, para que ella misma se someta y, por tanto, que esté dispuesta a ser controlada por ti. Cada una de las conductas descritas abajo son destructivas y hieren a tu pareja. La siguiente lista no es exhaustiva. Los ejemplos y la guía son sólo para que empieces a reconocer tus propias conductas, identificando acciones claras y otras que probablemente no asumías como violentas.

Violencia Emocional o Psicológica: Hacer algo calculadamente o por omisión para dañar emocionalmente a mi pareja y sacarla de equilibrio.

- Llegas tarde a tus citas o no llegas a las citas acordadas con tu pareja.
- Generalmente llegas temprano a tus citas con tu pareja para ver qué es lo que está haciendo o saber con quién está.
- No das el tiempo exacto de tu llegada.
- Dilatas salidas por medio de gastar tiempo, quejarte o hacer otra cosa que no esté relacionada.
- No escuchas las opiniones de ella y monopolizas la conversación.
- Te apropias del espacio que es de los dos, por ejemplo, tocando el radio muy fuerte cuando tu pareja está leyendo.
- La molestas invadiendo su intimidad, por ejemplo, cuando ella quiere estar sola.
- No tienes respeto por las cosas privadas de tu pareja, por ejemplo, abrir las cartas dirigidas a ella.
- Prohíbes a tu pareja contactos sociales, por ejemplo, le impides hablar con ciertas amistades o con su familia.
- Interrumpes a tu pareja cuando ella está hablando o haciendo algo.
- Quieres siempre tener la última palabra, si están platicando o discutiendo.
- Hablas con palabras rebuscadas y con argumentos elaborados para poner a tu pareja como inferior.
- Ignoras a tu pareja o te quedas en silencio.
- Interrumpes el dormir de tu pareja.
- Interrumpes a tu pareja cuando ella está comiendo.
- Ocultas información a tu pareja.
- Rompes acuerdos que ha hecho con ella, por ejemplo, hacerla esperar.
- Impides visitas a los hijos e hijas.
- Te llevas a las niñas, a los niños sin avisarle.
- No le enseñas a hacer cosas que ella puede hacer.
- Te quejas de todo.
- Rehúsas hablar con ella.
- No le muestras cariño.

- Impides posibilidades de negociación.
- La amenazas con posturas agresivas.
- Te sales de repente.
- Te vas sin ponerle atención.
- Cambias la realidad, por ejemplo, "yo no dije eso".
- Demandas que ella esté de acuerdo.
- Defines por qué tu pareja hace las cosas, por ejemplo, "no estás enojada conmigo, tú sólo..."
- Culpas otras cosas por lo que dijiste, por ejemplo, "sólo dije eso porque me hiciste enojar".
- Evitar hablar de algo que ella quiere hablar.
- Cambiar el tema.
- Mentirle.

Violencia económica y patrimonial: Controlo los recursos monetarios o bienes para poner en peligro la sobrevivencia de mi pareja o de algún miembro de la familia.

- Ocultas información acerca del dinero a tu pareja.
- Controlas el dinero de la familia.
- Le quitas el dinero que pertenece a tu pareja.
- Gastas dinero que era para las necesidades básicas de la familia.
- No dejas a tu compañera que maneje el dinero de la casa.
- Impides que tu pareja use el auto.
- Usas los recursos del hogar para ti mismo, por ejemplo, la televisión o la radio.
- No apoyar para sostener las necesidades del grupo familiar.
- No responsabilizarse de las necesidades materiales de las hijas/os, pensando que son las mujeres las que deben responsabilizarse de ello.
- Mantener en dependencia económica a la pareja, no dejándola que tenga un trabajo remunerado.
- Obstaculizar que la pareja se incorpore a la vida económica y que solamente realice trabajo doméstico no remunerado.
- Decir a las mujeres o la pareja cómo deben gastar su dinero o controlar los ingresos monetarios de la pareja.
- Dejar a las mujeres o pareja como responsables del mantenimiento del hogar (limpieza, alimentación, administración) y del cuidado de hijos y personas mayores.
- Que las mujeres o la pareja lleguen a la casa a seguir trabajando, reproducir la doble jornada.
- Concebir el trabajo remunerado de las mujeres o la pareja como algo “adicional” al trabajo del hombre.
- La discriminación contra la mujer en el lugar de trabajo.
- La transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos

económicos destinados a satisfacer las necesidades de la pareja y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la pareja o familia.

Violencia Verbal: Usar palabras o sonidos para invadir los espacios de mi pareja (cosificar, menospreciar o amenazar).

Cosificar

- Criticar negativamente a tu pareja, por ejemplo, "eres muy estúpida", “tonta”, "loca”, etc.
- Insultar a tu pareja.
- Usar palabras o figuras verbales que le molesten con el pretexto de consentirla, por ejemplo, "gordita", "negra".
- Bromear sobre ella en público, limitando sus respuestas.
- Maldecir a tu pareja.

Menospreciar

- Reírte o mofarte de ella.
- Infantilizarla, por ejemplo, tratarla como una niña.
- Le dices cosas que la hagan sentir menos, por ejemplo, "eres la peor madre que conozco".
- Eres sarcástico, por ejemplo, "s tú eres la experta en cambiar al niño".
- La sentencias, por ejemplo, "estás muy mal...”
- La pones en categorías, por ejemplo, "todas las mujeres son iguales".
- La caracterizas, por ejemplo, "eres igual que tu madre".
- Desecharla diciéndole, "eso es estúpido".
- Crees tener siempre la razón de lo que se dijo, por ejemplo, "yoséloquemequieres hacer".
- Afirmas tener siempre la razón de lo que sucedió, por ejemplo, "no es eso lo que hiciste, yo te vi".
- Crees tener siempre la razón de cómo sucedieron las cosas, por ejemplo, "no fue así".
- Crees tener siempre la razón de lo que se vio, por ejemplo, "no fue eso lo que viste".
- Crees tener siempre la razón acerca de las experiencias de otras personas, por ejemplo, "no fue así como te sentiste".
- Repetirle varias veces lo que dijiste, como si ella no entendiera.
- Hablarle como si fuera inferior.
- Responder a las necesidades de tu pareja dándole instrucciones.
- Actuar como "el sabelotodo".
- Tener la última palabra, por ejemplo “ya no quiero hablar”.
- Decirle "¿y?" o "¿y qué?"
- Ser sarcástico con tu pareja.
- Hablar en formas que son creadas para desconcertar a tu pareja.
- Usar frases que te hacen parecer superior.

- Hablar sin parar.
- Arremedas a tu pareja. Por ejemplo, imitar su tono de voz.
- Quedarte callado cuando ella espera una respuesta.

Amenaza

- Susurrar para que ella no oiga lo que dices.
- Gritarle a tu pareja.
- Amenazar a las mascotas de la casa.
- Amenazar a los niños.
- Amenazar con aventarle algo.
- Amenazar con golpear algo.
- Amenazar con destruir objetos.
- Amenazarla con tener otra mujer.
- Amenazarla con dejarla.
- Amenazarla con quitarle a los niños.
- Amenazarla con detenerla por la fuerza.
- Amenazarla con restringir los movimientos de su pareja, por ejemplo, "si te mueves te siento a la fuerza".
- Dejas la relación o la amenazas con dejarla.
- La amenazas con divorciarte.
- Amenazarla con prohibirle contactos sociales, "te prohíbo que salgas".
- Amenazar a tu pareja con golpearla.
- Amenazarla con aventarla.
- Amenazarla con destruir parte de su cuerpo, "te rompo la cara"
- Amenazar a tu pareja con un arma de fuego.
- Amenazarla con matarla, "si te quieres ir, mejor te mato".

Violencia Física

De contacto: Invado el espacio personal teniendo contacto físico hostil con mi pareja.

- Restringir sus movimientos, "sentarla a fuerza".
- Prohibir su contacto social, "encerrarla con candado".
- Empujar a tu pareja.
- Cargar a tu pareja.
- Apretar a tu pareja.
- Luchar con ella.
- Abofetearla.
- Darle nalgadas.
- Morderla.
- Arañarla.
- Aventarla.
- Golpearla con mano cerrada.

- Estrangularla.
- Forzarla a tener sexo.
- Patearla.
- Quemarla.
- Golpearla cuando está embarazada.
- Cortarle partes del cuerpo.
- Golpearla hasta que quede inconsciente.
- Usar un arma de fuego contra ella.

Alrededor: Invado su espacio personal al cometer violencia física alrededor de ella.

- Aventar objetos cerca de ella.
- Golpear cosas que ella note.
- Destruir objetos.
- Destruir objetos de tu pareja.
- Romper el teléfono o cosas de la casa.

Violencia Sexual: Todo acto sexual, con o sin permiso de mi pareja, que la dañe. Se invaden todos sus espacios; emocional, intelectual, físico, social y cultural.

- Tratas de obligar a tu pareja a tener sexo en posiciones que ella no quiere.
- Pones videos pornográficos cuando ella no quiere.
- Pones carteles de mujeres desnudas que molestan a tu pareja.
- Obligas a tu pareja a actos sexuales en contra de su voluntad.
- Molestas a otras mujeres sexualmente.
- Vincularte sexualmente con otra mujer.
- Le contagias infecciones de transmisión sexual.
- Tocarla sexualmente en lugares en que ella se molesta.
- Revisas su ropa interior sin su permiso.
- Evitas contacto sexual para castigarla.
- No pones atención a sus necesidades, solo a las tuyas.
- Tratas de verla desnuda cuando ella no quiere.
- Intentas obligarla a tener sexo oral o anal cuando ella no quiere.
- Cometes infidelidad sin protección.
- La violas.

Sugerencias para acompañar e identificar el cambio en los hombres

En este apartado te brindamos algunas ideas sobre el proceso de cambio en los hombres. Tal proceso no es linealmente positivo ni está exento de contradicciones, se desarrolla en diversos ámbitos: en el cognitivo, en el manejo emocional, en la experiencia corporal y se completa con el cambio de conductas. Siendo éste un proceso complejo, te compartimos algunas reflexiones para que lo facilites y lo observes en los usuarios:

- **El cambio cognitivo**: ¿Cómo son los hombres que cambian en el ámbito cognitivo? Son hombres que llegan hablando con ideas negativas de su pareja: "ella es mala", "ella es desobediente", también tienen ideas de víctimas: "yo hago mi mejor esfuerzo", "me siento mal", "me voy a morir si se va…"; y/o que tienen una idea muy negativa de la relación y de su familia: "no me quieren", "la relación no sirve para nada", etc. Gradualmente, con el proceso de intervención van reflexionando sobre su situación, comienzan a dejar de hablar de ella y hablan sobre su propia responsabilidad: "ya entendí que mi violencia es mi responsabilidad, que no debo culparla", "yo puedo decidir cómo reaccionar". Así pasan de culpar, a responsabilizarse. Se dan cuenta de que muchas de sus actitudes obedecían al seguimiento ciego de muchas ideas que habían aprendido a lo largo de su vida y que les "obligaban" a actuar así para demostrar su hombría; se dan cuenta también que con ese comportamiento no sólo hacían daño o lastimaban a personas que aman, sino que también se hacían daño a sí mismos.

- **El cambio emocional**: Otro aspecto importante que se muestra durante el proceso de atención ocurre cuando los hombres comienzan a reconocer su experiencia emocional ante las situaciones de violencia. Al inicio hay una dificultad para dejar de pensar y hablar de sus pensamientos, simplemente no saben (o se les dificulta) hablar de sus sentimientos. Hacer este "pase" de lo cognitivo a lo emocional no es fácil para los hombres que están iniciando su proceso. Por ello hay que insistir en preguntarles sobre lo que sienten emocionalmente. Como facilitador/a te darás cuenta de que, al principio, a la pregunta de "¿cómo te sientes?" la mayoría responderá algo como un vago "bien", o "pues es que ya me di cuenta que no me quiere". Pero no hay que dejar de preguntar: "¿qué es bien?" en el primer ejemplo, "¿y cómo te sientes cuando te das cuenta que ella no te quiere?", en el segundo ejemplo, propiciando con ello que contacten, reconozcan y expresen sus emociones.

- Usualmente manifiestan primero expresiones como enojo, ira o rabia, pero poco a poco van reconociendo y ampliando su repertorio emocional: "con dolor, con mucho dolor", "confundido" o "triste, por el daño que le hice". Así surge el fortalecimiento del contacto emocional. Cuando expresen estos sentimientos es muy importante saber manejar los tiempos: respetar silencios, dirigir la mirada a la suya, expresar empatía,

acompañarlos cálida y respetuosamente. Cuando aprendas a regular tus propias expresiones lograrás contactar mejor con cada usuario y estarás generando un aprendizaje emocional para ellos. Tal vez los hombres cambien sus ideas y digan: "ahora entiendo que era miedo lo que sentía y por eso hice tanto daño". Así, reconocer los sentimientos genera nuevas ideas y abre la posibilidad de cambiar conductas. Ahora bien, un aspecto importante es promover la reflexión sobre el hecho de que la intervención no busca construir hombres culpables o avergonzados, sino sujetos responsables y capaces de poder desarrollar versiones creativas y positivas de sí mismos para compartir con su pareja, familia y otras relaciones en dinámicas libres de prejuicios, pero a la vez respetuosas e igualitarias.

- **El cambio corporal**: Una vía que puede facilitar el reconocimiento de las experiencias cognitiva y emocional en cada hombre, es explorando sus sensaciones corporales ante el ejercicio de la violencia. Preguntas del tipo "¿cómo se expresa en tu cuerpo el enojo, en dónde lo ubicas?", o "cuando piensas que ella es la culpable de todo lo que te ha pasado, ¿cómo se pone tu cuerpo (tu mirada, tus manos, tu pecho o alguna otra parte de ti)?" Al plantear este tipo de preguntas se promueve que los hombres identifiquen y expresen las señales o indicadores de su cuerpo ante las situaciones de tensión o fricción en su vida de pareja: "sudo mucho", "me duele la cabeza", "me tiemblan las manos", "me pongo rojo", etc., así, construyen una narrativa que los conecta con su cuerpo y ello les hace visible cómo sus ideas y sentimientos tienen un impacto corporal que los lastima pero que también les puede avisar que están a punto de ejercer violencia y que pueden decidir detenerse.

- **Cambio conductual**: Pero todo este camino de cambio no tiene sentido si no alcanzamos el objetivo central de esta propuesta reeducativa: identificar y parar las prácticas de violencia para avanzar hacia formas de conductas sustentadas en el respeto, la equidad y la igualdad. Esto es, que los hombres terminen de golpear, de maldecir, de intimidar, de violar, de acosar sexualmente, de amenazar, etc., y que dejen de hacerlo como producto de que "se dan cuenta" de que no hay ideas válidas que justifiquen estas prácticas; que lo hagan porque constatan el dolor, sufrimiento y soledad que causan sus violencias.

Para lograr esto es muy importante relacionar ideas, sentimientos y la experiencia corporal con sus prácticas de violencia: "¿te das cuenta que cuando vas a pegarle no piensas más que en cosas negativas de ella?", "¿observas que cuando la miras así te tiemblan las manos?"; o "¿te das cuenta que cuando tiemblas y sientes miedo, le avientas cosas y la insultas?... ¿no sería más fácil hablar escucharla y decidir juntos?". De esta manera manejamos lo cognitivo, lo emocional y la experiencia corporal para cuestionar las prácticas de violencia: son éstas el resultado no sólo de la historia personal, también de las decisiones de pensar de una manera, de sentir de una forma y de expresarse

corporalmente de otra. Finalmente, hay que reconocer que el cambio en cada hombre sólo será posible con la constancia en su compromiso: sin duda la asistencia constante al grupo es central.

El potencial del pensamiento positivo[9]

El propósito de estos párrafos es ofrecer una reflexión sencilla sobre la importancia que tienen los pensamientos en nuestra vida y en el desarrollo de nuestra personalidad. Nuestros pensamientos juegan un papel significativo en todos los aspectos de la vida, incluso podríamos afirmar que todo depende de ellos. Se dice "eres lo que piensas" y es verdad, ya que la calidad de nuestros pensamientos tarde o temprano se hace visible mediante nuestras palabras, nuestro comportamiento e incluso a través de las expresiones de nuestro rostro. La semilla de nuestras palabras y acciones es el pensamiento.

Todo lo hecho por el ser humano empezó primero con un pensamiento o una idea que vino a la mente, sea de una cosa nueva, un descubrimiento científico o incluso una guerra. Primero hay un pensamiento, después se hacen los planes y finalmente ese pensamiento se exterioriza en la forma de sonidos, palabras, frases y hechos. Pero, ¿por qué habríamos de pensar en forma positiva?, y, ¿quién dice que no podríamos desarrollar esa habilidad? Como entendemos que los pensamientos son la raíz de las acciones y de la actitud, hemos de cambiar tales raíces para que nuestras acciones y comportamientos se abran hacia lo respetuoso, lo constructivo, lo nutricio, lo empático: lo positivo.

Es importante hacer visibles los tipos de pensamientos que puede crear nuestra mente. Normalmente emergen cuatro tipos de pensamientos en nuestro día a día. Entendiendo cada uno de ellos podríamos empezar a escoger los pensamientos que nos den beneficio y descartar los que son inútiles o dañinos para nosotros.

Los cuatro tipos de pensamiento, son:

1. Pensamientos necesarios: Son aquellos que se refieren a nuestra rutina diaria como "¿qué comemos?, tengo frío, ¿qué tengo que hacer hoy?, ¿cuándo debo pagar mi renta?, si tienes sed, toma agua, etc." Son pensamientos que nos llevan a solventar los aspectos básicos de la vida diaria. Muchos de ellos están directamente relacionados con nuestros sentidos fisiológicos básicos.
2. Pensamientos inútiles: Los pensamientos inútiles suelen llevarnos a un pasado ya inasible o hacia un futuro aún incierto, ejemplos: "si no le hubiera dicho…, no olvido aquella vez que te burlaste de mí, ¿qué va a pasar si…?, cuando me gane ese premio te compraré esa casa y todo lo que quieras, ¿qué voy a hacer en caso de que…?, algún día se va a enamorar de mí, etc." Gran parte de nuestros pensamientos entran bajo esta categoría diariamente y aunque no son negativos, sí nos vacían de nuestra fuerza interior haciéndonos sentir cansancio. Nuestra habilidad de concentración también se debilita mediante los pensamientos inútiles; por eso si permitimos que nos atrapen muchos de tales pensamientos utilizaremos gran parte de nuestra energía y tiempo para llevar a cabo una tarea.

[9] Adaptado de El Potencial del Pensamiento Positivo. Un curso para mejorar la calidad de tu vida, Curso de Pensamiento Positivo, Serie 1, Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris, Santiago de Chile, 1997.

3. Pensamientos negativos: Éstos son los más dañinos, especialmente hacia nosotros mismos. Aparte del impacto que puedan causar en las y los demás, estos pensamientos provocan una gran pérdida de nuestra paz y fuerza interior. Los pensamientos negativos están basados en la ira, avaricia, expectativas insatisfechas, desacuerdos, celos, etc. Si nuestros pensamientos están basados en estos rasgos es como si estuviéramos envenenando nuestra propia mente y también la atmósfera de nuestro alrededor. No importa cuánta razón tengamos, pensando con negatividad siempre seremos perdedores ya que los pensamientos negativos arrebatan nuestro autorrespeto y también quienes nos rodean pierden el respeto hacia nosotros. Por lo general vemos que las personas que piensan muy negativamente sobre los demás a menudo se encontrarán o se sentirán solas, aunque tengan muchas relaciones. Por ejemplo, si tenemos pensamientos de ira, los demás intentarán evitarnos ya que la ira es como un fuego que destruye y hace daño y nadie puede acercarse a tal fuego.
4. Pensamientos positivos: Los pensamientos positivos son los únicos que nos permiten acumular fuerza interior y nos facultan para ser constructivos. Los pensamientos positivos son los que siempre dan beneficio en todas las situaciones sin atraparnos en la apariencia externa de una situación. Pensar positivamente no significa que ignoremos la realidad a nuestro alrededor para vivir en la fantasía o pretender ser otras personas. Por ejemplo, cuando paseamos por la calle y hay mucha basura por todas partes, el decir que no lo veo, que no huelo nada, es irreal; o cuando estamos enfermos y nos repetimos una y otra vez: estoy sano, estoy sano… esto no es lo que queremos decir con apoyarnos en el pensamiento positivo. Pensar positivamente significa ver los problemas y reconocer su realidad, pero al mismo tiempo ser capaces de encontrar soluciones, dentro de nuestras posibilidades y capacidades, a cada problema.

A menudo, esto requiere tolerancia, paciencia y sentido común. Es fácil ser pesimista, así como ser optimista, pero necesitamos ser muy cuidadosos y maduros si queremos ser realistas. Una persona que piensa de manera positiva será consciente de las debilidades de los demás a su alrededor, pero aun así dirigirá su atención hacia las buenas tendencias de otras personas. Los pensamientos positivos nos dan el sentimiento de contentamiento interior y gracias a esto nuestras expectativas hacia los demás disminuyen cada vez más. Lo anterior no significa que no nos importen, sino que dejamos de pedirles amor, respeto, reconocimiento, etc. y hacemos que la relación sea más ligera, lográndose así la vivencia de un gran método para crear relaciones duraderas y armoniosas. Además, cuando nos sentimos contentos interiormente tenemos la fortaleza para aceptar a las y los demás tal como son, sin querer cambiarles como pensamos que sería correcto o como nos gustaría que fueran.

Nuestro cuerpo también experimenta grandes beneficios ya que cuando nuestra mente está en equilibrio y en armonía somos menos propensos a las diferentes enfermedades. Con frecuencia hemos escuchado el término “enfermedades psicosomáticas” y vemos cómo la

ciencia está descubriendo cada vez más la profunda interacción y conexión entre el espíritu y el cuerpo. Una persona arraigada a los pensamientos inútiles a menudo se encontrará muy cansada, toda vez que está gastando su energía en crear miles de pensamientos sin sentido. Nuestra mente se hace fuerte y sana si la alimentamos con pensamientos positivos. Una mente sana se convierte en la base para una personalidad equilibrada. Nuestros pensamientos, sean positivos o negativos, crean conciencia y nuestra actitud hacia los demás o sobre las situaciones.

Si nuestros pensamientos son positivos nuestra actitud también será positiva y esa es la mayor protección de la negatividad en nosotros y a nuestro alrededor. Teniendo una actitud positiva podemos permanecer pacíficos cuando afrontamos las dificultades y, por lo tanto, rápidamente encontramos la solución correcta sin quedarnos atrapados en esa dificultad. De esta forma, siendo capaces de tomar la decisión correcta en el momento adecuado, seremos capaces de ahorrar mucho tiempo y energía. Para las personas con una actitud positiva, todos los obstáculos serán simplemente una oportunidad para mejorar aún más, no para reaccionar con frustración, amargura o enojo. Estamos acostumbrados a ver la negatividad que existe en el mundo, sin embargo, el dirigir constantemente nuestra atención hacia ella, no nos lleva a cambiarla hacia lo mejor o hacia lo más justo. Tengo que ser consciente de que a donde dirija mis pensamientos irá también mi energía, Concentrándonos ahora en el aspecto positivo de nosotros mismos estamos haciendo algo constructivo para lograr un cambio en nosotros y en nuestro entorno inmediato. Esto, que se dice tan simple, implica un gran desafío personal cada día, para el cual necesitamos valentía y autoconfianza.

Anexo:
Acerca del CECOVIM

ANEXO: ACERCA DEL CECOVIM

El Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas Hacia las Mujeres incluye dos grandes componentes: por una parte, la creación de un Centro Especializado a nivel estatal que desarrolle, promueva y coordine la operación del otro componente, a saber, el Modelo de Intervención para Erradicar la Violencia Masculina contra las Mujeres.

A continuación, se señalan algunas características básicas de ambos componentes.

CENTROS ESPECIALIZADOS PARA LA ERRADICACIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS (CECOVIM)

Los criterios utilizados para definir las características que deben tener los CECOVIM tienen que ver con su institucionalización y viabilidad.

Institucionalización.- se consideran las medidas que garanticen:

- la permanencia del Centro dentro de una unidad administrativa con personalidad jurídica propia,
- su adecuada interrelación con el resto de la administración pública y de las políticas públicas y
- la permanente evaluación y rectificación de sus deficiencias.

Viabilidad.- se prevé:

- una estructura organizacional pequeña y flexible que
- consuma bajos niveles presupuestales y
- sea ágil en atender la demanda.

En función de lo anterior se detectaron cuatro dimensiones requeridas para la implementación de los Centros:

- Aspectos normativos. Se refiere a la armonización que deberá existir entre las disposiciones reglamentarias del Centro y las normas que deberán considerarse a nivel estatal, pero también federal.
- Recursos humanos y sistema de formación. Dimensión que incluye todos aquellos elementos a considerar para que el Centro sea operado por equipos profesionales que reúnan las características necesarias para asegurar una implementación de calidad del Modelo.
- Mecanismos de coordinación y comunicación. Incluye la forma en que el Centro ha de insertarse en las acciones generales de la política pública relacionada con la prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia contra las mujeres.

- Recursos económicos y mecanismos de rendición de cuentas. Consideración de los recursos económicos y materiales destinados al funcionamiento del modelo, así como todos aquellos elementos a considerar para asegurar la transparencia en la operación del mismo.

En el siguiente apartado se detallan los elementos mínimos que deben considerarse en cada una de estas cuatro dimensiones.

Aspectos normativos

Marco jurídico. Es importante conocer el andamiaje legal ya construido –a nivel internacional, federal y estatal– y complementarlo con aquello que fortalezca la operación del Centro dentro de un conjunto ordenado de acciones gubernamentales. Al realizar la armonización jurídica, se pretende relacionar las bases conceptuales, los criterios estratégicos fundamentales, los ámbitos de intervención y los objetivos generales para que los mandatos de igualdad de género y de erradicación de la violencia hacia las mujeres puedan ser asumidos coherentemente en todos los sectores de la acción pública. Sin referencias legales, las políticas gubernamentales corren el riesgo de coexistir en forma desarticulada y hasta contradictoria.

Personalidad jurídica. El Centro deberá estar adscrito a la instancia administrativa que de cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 49 de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, y además debe contar con la jerarquía necesaria para garantizar una efectiva capacidad de convocatoria y de coordinación hacia el resto de las unidades administrativas que conforman el gobierno estatal e incluso de los niveles municipal y federal. La operación del Centro deberá estar prevista en la Ley Orgánica del gobierno estatal, la ley estatal para prevenir y erradicar la violencia hacia las mujeres y en las disposiciones jurídicas que de ellas emanan (reglamentos, etc.).

Convenios de colaboración. Se recomienda que la coordinación con organizaciones sociales y gubernamentales se formalice a través de convenios de colaboración (o los instrumentos jurídicos que se consideren idóneos), a fin de precisar los propósitos y alcances de la misma, sobre todo en aspectos sensibles como el intercambio de la información; por ejemplo, cómo se procederá en el caso de hombres que en lugar de estar renunciando a su violencia pueden estar incrementando su nivel de ira, lo que puede poner en riesgo a su pareja y/o su familia.

Recursos humanos y sistema de formación

Criterios generales. Uno de los elementos fundamentales para asegurar la eficacia y calidad de los Centros, son las y los profesionales responsables de las acciones reeducativas y preventivas. Además, constituye el elemento que consumirá mayores montos de gasto. Por ambas razones, es pertinente hacer las siguientes consideraciones.

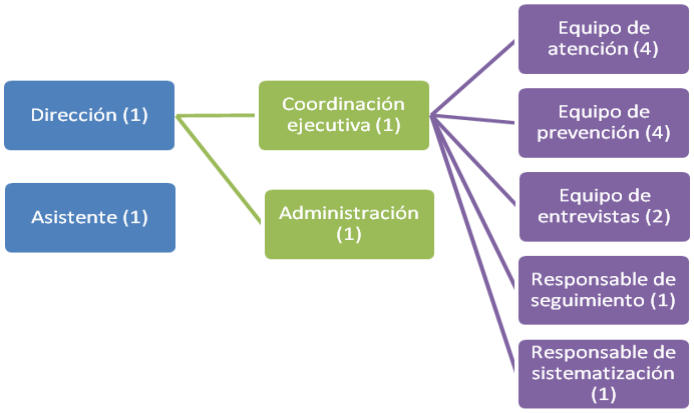
En primer lugar, el trabajo con agresores ha sido una actividad escasamente desarrollada hasta hoy, por lo que es difícil encontrar personal preparado para cumplir adecuadamente con las exigencias del Modelo. Dado que el trabajo con agresores exige un trabajo diferente al desarrollado con víctimas, no siempre será posible trasladar al personal de una actividad a otra sin más; en todo caso, en el momento del reclutamiento será más importante valorar las capacidades y habilidades de las y los candidatos que los conocimientos adquiridos (los cuales podrán obtenerse paulatinamente con procesos formativos intensivos).

En función de lo anterior, además se requiere una política que deliberadamente trate de evitar la frecuente rotación del personal –debido a la dilapidación de recursos que ello implica y por la necesidad de asegurar la viabilidad del CEEV–; ante ello, en el mediano plazo será más redituable ofrecer niveles salariales y prestaciones atractivas (por ejemplo, que los niveles de facilitación tengan nivel mínimo de jefatura de departamento y cuenten con plazas de estructura).

Niveles funcionales. Se proponen tres:

- Nivel de dirección: tiene la función principal de toma de decisiones sobre los distintos aspectos relacionados con la implementación del Centro en su ámbito de actuación –tanto en la operación interna, como en la relación y coordinación hacia el exterior–; también son responsables de informar sobre el proceso de implementación del Modelo y sus resultados a las instancias de coordinación general y/o nacional. Son también interlocutores principales con otras instancias, tanto para transmitir necesidades derivadas de la implementación, como para difundir y articular nuevos lineamientos técnicos o estrategias metodológicas.
- Nivel facilitador: tiene la función principal de llevar a cabo las acciones de atención reeducativa y de prevención que se contemplan en el Modelo; también deben recabar la información necesaria para la evaluación del mismo. En este sentido, se conformarán dos equipos que llevarán a cabo tanto el componente de atención como el de prevención.
- Nivel administrativo: le corresponde la gestión administrativa de los recursos y de otros requerimientos operativos del Centro.

Estructura básica. Aunque es difícil determinar una plantilla óptima aplicable a las 32 entidades federativas, considerando el criterio de viabilidad se propone el siguiente organigrama[10]:



- Dirección.- sus funciones son planificar, organizar, dirigir, ejecutar, supervisar y evaluar la operación del Centro y del Modelo, además promover la vinculación interinstitucional. Pareciera que las funciones directivas no difieren respecto a las que podrían esperarse en otros contextos; sin embargo, es preferible que quien ocupe el nivel directivo tenga conocimientos de la política de igualdad de género, pues ello facilitará la implementación y el funcionamiento del Centro de acuerdo con toda la política en la materia. Además, si bien son importantes las capacidades y la experiencia que se pueda tener para el desarrollo de este nivel de responsabilidad, en igualdad de condiciones (experiencia, conocimientos, capacidades, etc.) sugerimos optar por una mujer para dirigir al Centro. Este es un criterio que busca abonar a la congruencia y hacer valer las acciones afirmativas para mejorar las condiciones de las mujeres[11].
- Asistente.- proporcionará apoyo directo a la Dirección.
- Coordinación ejecutiva.- estará a cargo de las cuestiones sustantivas derivadas del Centro, es decir, coordinará a los equipos de facilitadores y de entrevista, dará seguimiento a los casos y a la sistematización de la información generada. En términos generales, su función consiste en supervisar a los equipos de trabajo e

[10] Dependiendo de características como demanda, extensión geográfica, accesibilidad, etc. Se podría pensar que los CEEV tengan un alcance estatal, regional o zonal.

[11] La Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres mandata al gobierno federal a "garantizar la igualdad de oportunidades, mediante la adopción de políticas, programas, proyectos e instrumentos compensatorios como acciones afirmativas" (art. 12, inciso V) acciones afirmativas son "cualquier medida, más allá de la simple terminación de una práctica discriminatoria, adoptada para corregir o compensar discriminaciones presentes o pasadas o para impedir que la discriminación se reproduzca en el futuro" (Santiago Juárez, 2007). A su vez, las define como "el conjunto de medidas de carácter temporal correctivo, compensatorio y/o de promoción, encaminadas a acelerar la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres" (art. 5, inciso I) y Santiago Juárez, Mario (2007). Igualdad y acciones afirmativas. Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, México, D.F.

identificar sus necesidades de formación y apoyo para transmitirlas a la dirección; así como transmitir y verificar la adecuada implementación de las pautas provenientes de la dirección. En igualdad de condiciones, se preferirá a una mujer para ocupar este cargo.

- Administración.- tendrá a su cargo la gestión de los recursos materiales y financieros (elaboración de presupuestos, pago de nóminas, adquisición, reparación o reposición de mobiliario, suministro de insumos y materiales de trabajo, elaboración de reportes financieros y programáticos a las áreas de control correspondientes, etc.).
- Equipos de atención y de prevención.- constituyen el equipo básico para operar el Modelo, tanto en las vertientes de atención a hombres agresores, como en el de prevención; se conforman por 4 profesionales (dando un total de ocho personas al sumar ambos equipos); esta integración tiene diversas ventajas: en un primer momento, como parte de la etapa de entrenamiento, en las sesiones –tanto de atención como de prevención– dos personas podrán cofacilitar para, posteriormente, retroalimentarse y fortalecer sus formas de intervención; en un segundo momento, dependiendo de las características de la demanda, se podrán considerar diferentes combinaciones de horarios de atención o bien, si la demanda crece, se podrían facilitar grupos simultáneos.
- Equipo de entrevistas.- se prevén dos personas que estarán encargadas del primer filtro para saber si el posible usuario es viable para la atención reeducativa en el Centro además de recabar información importante acerca de su caso en particular.
- Responsable de seguimiento.- tiene como función coadyuvar en el sistema de seguimiento de los varones canalizados a otras instancias y de los acuerdos firmados con otros organismos gubernamentales o sociales; es decir, dará seguimiento a las comunicaciones interinstitucionales y estará al tanto del cumplimiento de acuerdos, por parte del propio Centro hacia otras instancias, pero también de las contrapartes.
- Responsable de sistematización.- se encargará de recabar y procesar la información generada tanto en la Coordinación Ejecutiva como, en su caso, por otras instancias públicas y sociales, para elaborar los reportes que permitan evaluar y visibilizar los resultados e impacto del modelo.

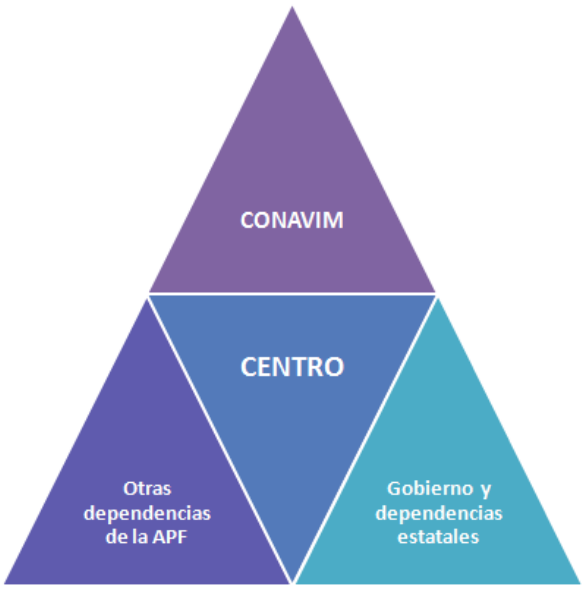
Profesionalización en el Modelo. Se prevén tres niveles de profundización:

1. Básico, para el personal administrativo y de entrevista,
2. Intermedio, para la coordinación, dirección y asistencia, que es la parte del Centro encargada de armonizar el funcionamiento del Modelo con la política pública en que se inscribe,

3. Avanzado, para las y los profesionales que integrarán los equipos de facilitación.

Mecanismos de coordinación y comunicación

Criterio general. En las entidades federativas ya operan esquemas de trabajo con agresores hacia las mujeres, en los ámbitos de la política sectorial; el salto cualitativo que se pretende dar con el CEEV es actuar desde el ámbito transversal de la política de igualdad de género, de la que es parte la erradicación de la violencia, lo que requiere la coordinación intersecretarial e intersectorial. La coordinación –interna y externa– es importante, no sólo para cumplir con una política global, si no porque las víctimas pueden ponerse en peligro por cualquier interrupción de la comunicación, fallas en el entrenamiento o falta de seguimiento por representantes de cualquier dependencia. Gráficamente, los ámbitos de coordinación se pueden representar de la siguiente manera:



Coordinación inter-operativa. Dentro del CECOVIM deberá existir coordinación entre tres tipos de nivel de responsabilidad:

Nivel de toma de decisiones.- funciones:

- Tomar decisiones acerca de los elementos que componen el Modelo y los mecanismos para su operatividad, así como los cambios a incorporar en el Modelo con el fin de mejorar su diseño, implantación, resultados e impacto en la erradicación de la violencia contra las mujeres.
- Asegurar la disponibilidad de recursos humanos, técnicos y financieros para la buena marcha del Centro.

- Recabar el compromiso del resto de instancias (públicas y sociales, federales, estatales y municipales) implicadas en la operación del Modelo, posicionando este en el marco general de las políticas públicas nacionales y estatales, contribuyendo a su difusión y reconocimiento en el ámbito internacional.
- Garantizar la adecuada coordinación entre los diferentes niveles de operación, interterritoriales e intersectoriales, estableciendo una distribución clara de responsabilidades y tareas, previendo la firma de los instrumentos jurídicos idóneos y estableciendo los mecanismos para el seguimiento de acuerdos.

Nivel de coordinación.- funciones:

- Facilitar la implantación del Modelo, colaborando en las acciones de difusión, comunicación y cualquier otra que se establezca para su posicionamiento público.
- Ejercer como instancia de interlocución entre los equipos de implementación, recabando su colaboración para todas aquellas acciones que le sean requeridas y valorando y transmitiendo sus necesidades (técnicas o de recursos en un sentido amplio) hacia el nivel de toma de decisiones, de manera que pueda asegurarse su satisfacción.
- Homogeneizar la recogida y análisis de información y documentación derivada del diseño-implementación-evaluación del Modelo y la elaboración de los informes periódicos que sean requeridos.

Nivel de implementación.- funciones:

- Garantizar que se ponen en marcha las metodologías de prevención y atención reeducativa previstas en el Modelo, con fidelidad respecto a lo estipulado en él y contribuyendo a su mejora continua aportando propuestas desde su valoración experta.
- Recabar información del agresor y su contexto para contar con mayores elementos para la toma de decisiones.
- Informar sobre cualquier aspecto de la implementación del Modelo que sea requerido, asegurando la disponibilidad de información y documentación para su evaluación de una manera sistemática y homogénea.
- Solicitar los recursos económicos y humanos para la operación del Modelo de una manera eficiente y asegurando que se cumplen los estándares de calidad que se establezcan.

Coordinación interinstitucional. Aquí hay que considerar dos vínculos primordiales, sin que sean los únicos: las instancias que atienden a las mujeres víctimas de violencia; otras instancias que atiendan a agresores hacia las mujeres y el sistema de justicia. Si bien se podrían desglosar muchas acciones por coordinar, baste con decir que los criterios para establecer este tipo de coordinación deben ser la máxima protección de las víctimas y la

transversalidad de la perspectiva de igualdad de género en toda la política pública. De preferencia, las responsabilidades y compromisos se formalizarán en los instrumentos jurídicos respectivos.

Comunicación y difusión del Modelo. Una de las formas más efectivas de difusión del trabajo reeducativo es el contacto con instancias de atención a víctimas mujeres, niñas y niños. Por ello, se recomienda iniciar con una campaña al interior de las dependencias (en vez de dirigirla al público) para que refieran a posibles usuarios. En el caso de las acciones preventivas, se tendrán como principales espacios de difusión las escuelas, centros comunitarios y otros espacios de reunión de jóvenes. Además de la campaña al interior de las dependencias, se recomienda acompañar el programa de una campaña que visibilice las distintas formas de violencia, en particular aquellas que socialmente encuentran más naturalización, así como la promoción de masculinidades alternativas y actitudes corresponsables de los varones como roles exitosos socialmente o generadoras de bienestar familiar. Es posible que el Centro como tal no tenga los recursos adecuados para realizar campañas masivas, por lo que es posible que tenga que promover alianzas con otros organismos públicos, privados o sociales, o bien echar mano de las redes sociales por Internet y telefonía.

Recursos económicos y mecanismos de rendición de cuentas

Recursos para la operación. Una primera dimensión a tomar en cuenta es la partida presupuestal de la que provendrán los recursos. Si bien hemos insistido que el Centro se inscribe en la política de la igualdad de género (especialmente en lo que respecta a prevenir y erradicar la violencia contra las mujeres), también es cierto que ello no significa que se relacione automáticamente con el presupuesto etiquetado para la igualdad de género; es decir, la política de igualdad es transversal a toda la política pública, por lo que los recursos pueden provenir de "diferentes bolsas", tal como lo prevé el artículo 1° de la Ley Federal de Presupuesto y Responsabilidad Hacendaria: Los sujetos obligados a cumplir las disposiciones de esta Ley deberán observar que la administración de los recursos públicos federales se realice con base en criterios de legalidad, honestidad, eficiencia, eficacia, economía, racionalidad, austeridad, transparencia, control, rendición de cuentas y equidad de género. Si bien esta Ley tiene un carácter federal, es posible que a nivel estatal exista algún ordenamiento similar, pero de no ser así, la legislación en materia de género obliga a los gobiernos a tomar en cuenta la igualdad y no violencia de género en sus políticas públicas, incluidas las presupuestales. Por otra parte, aunque no es común en la administración pública; es posible explorar mecanismos alternos para que el Centro potencie sus recursos o se allegue de ellos; por ejemplo, a través de gestionar donaciones, vender algunos servicios al sector privado (conferencias, talleres o grupos reeducativos a su personal) o alianzas estratégicas con OSC para canalizar parte de la demanda que se genere y no se pueda atender, por ejemplo, de las personas que concluyen las sesiones reeducativas y desean

continuar en un trabajo similar para erradicar sus violencias, o para ofrecer talleres a poblaciones no atendidas por el Centro (adultos, niños, etc.).

Mecanismos de rendición de cuentas. Dado que estamos ante un Modelo que se inserta en el marco general de la política pública, que será principalmente financiado con fondos públicos, se habrá de poner especial énfasis en la transparencia y rendición de cuentas en su operación. Más allá del cumplimiento de la normatividad establecida en materia de fiscalización de los recursos, es importante que el Centro se distinga no sólo por cumplir hacia el gobierno, sino, sobre todo hacia la sociedad. En este sentido, no sólo es importante transparentar cómo se utilizan los recursos, sino rendir cuentas sobre los resultados que se obtienen en función de las evaluaciones que se realizan, tal como se prevé en la Ley Federal de Presupuesto y Responsabilidad Hacendaria: El sistema de evaluación del desempeño deberá incorporar indicadores específicos que permitan evaluar la incidencia de los programas presupuestarios en la igualdad entre mujeres y hombres, la erradicación de la violencia de género y de cualquier forma de discriminación de género.

MODELO CONCEPTUAL DE CENTROS ESPECIALIZADOS PARA LA ERRADICACIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS

El Modelo es una estrategia de intervención integral para la erradicación de la violencia contra las mujeres que, desde el enfoque de género:

- Estandariza metodologías de trabajo en el campo de la atención reeducativa a hombres que la ejercen y su prevención en población joven,
- Identifica recursos que garanticen su viabilidad y sostenibilidad,
- Sistematiza mecanismos para hacerlo operable en el marco de la política pública en que ha de insertarse,
- incorpora un sistema de evaluación y control que asegure la calidad y la mejora continua en su implementación.

El horizonte final de la puesta en marcha del Modelo de intervención es la igualdad entre mujeres y hombres mediante la erradicación de uno de los elementos que contribuye de manera más evidente a generar y reproducir las desigualdades de género: la violencia contra las mujeres. Para ello, el Modelo contempla dos vertientes de trabajo: por una parte, la Metodología en Atención a Hombres que Ejercen Violencia Contra las Mujeres –aspecto que el presente Manual desarrolla en forma prolija– y la Metodología para la Prevención de Violencia Contra las Mujeres en Población Adolescente y Joven; a continuación, se hace una breve referencia a esta última.

En la Metodología para la Prevención de Violencia contra las Mujeres en Población Adolescente y Joven se establece como objetivo general de la intervención:

> *Sensibilizar e incrementar los conocimientos, habilidades y actitudes de las y los jóvenes de secundaria y bachillerato en la prevención de la violencia de género en sus relaciones afectivo-eróticas, incluyendo el noviazgo, desde la perspectiva de género con énfasis en el análisis de la masculinidad y la violencia encubierta.*

En función de la población a la que se dirige, la metodología es participativa-vivencial, es decir, incluye herramientas socioafectivas, reflexivas y de análisis desde la no-violencia y el análisis de género. Esta metodología aporta enfoques y herramientas de intervención mediante los cuales las personas son consideradas protagonistas activas en la construcción de aprendizajes, actitudes y comportamientos y habilidades como el empoderamiento, el análisis-reflexión-problematización de sus relaciones sociales, de género y de sus condiciones o contextos comunitarios más inmediatos. Para lograr cambios de actitudes hacia una mayor equidad de género y reducción de la violencia, el esquema de prevención integra en los talleres un abordaje explícito de las relaciones de poder entre mujeres y hombres.

Partiendo de que las relaciones se producen en la convivencia cotidiana, es importante que trabajen juntos mujeres y hombres adolescentes y jóvenes, en grupos mixtos, que se

escuchen y perciban los puntos de vista más allá de la opinión personal, con la finalidad de promover que en las interacciones se propicie respeto e igualdad.

La Metodología desarrolla un taller de 4 sesiones de 4 horas cada una, en las que se abordan las siguientes temáticas:

Sesión 1. Género.

Sesión 2. Relaciones de noviazgo y otras relaciones afectivo-eróticas.

Sesión 3. Tipos de violencia, violencia en el noviazgo y violencia encubierta.

Sesión 4. Alternativas para prevenir las violencias en las relaciones.

Para cada una de las sesiones, se presenta:

- El objetivo que ha de orientar la sesión.
- Una exposición de los conceptos a trabajar o el enfoque desde el que se articula la sesión.
- Un catálogo extenso de técnicas vivenciales a utilizar para trabajar el tema de la sesión. Cada técnica se recoge en una ficha en la que se especifican: duración aproximada, materiales requeridos, grado de "riesgo" en su utilización, instrucciones o pasos a seguir para ponerla en práctica, y finalmente, pautas para el procesamiento del trabajo vivencial y el cierre de la sesión.

Para el desarrollo de las sesiones, se utilizaron 4 ejes conceptuales transversales:

- Perspectiva de género. La idea central es que a través de esta mirada las y los adolescentes y jóvenes identifiquen estereotipos y desigualdades que están relacionadas con los actos violentos de los que pueden ser partícipes de muy diversas formas.
- Relaciones afectivo-eróticas. El término relaciones afectivo-eróticas se refiere a una relación que tiene –entre otras múltiples- dos dimensiones básicas entrecruzadas que son: la afectiva (emocional) y la erótica (deseo sexual), sea en parejas heterosexuales u homosexuales. Anteponemos lo afectivo, en términos de subrayar y promover la importancia de desarrollar el espacio emocional de los hombres jóvenes y las masculinidades alternativas, en el marco de prevenir las violencias en las relaciones de género, de noviazgo y de otro tipo de vínculos entre las y los adolescentes y jóvenes, sin dejar de reconocer la importancia de la dimensión del deseo sexual en estas relaciones, la cual debe estar asociada con el respeto, el cuidado y autocuidado, así como el placer mutuo.
- Masculinidad(es) y violencia encubierta. Se trata de visibilizar que las diversas formas, prácticas, características y maneras de ser hombres (atributos que se adjudican y que se componen de diversas conductas, actitudes, ideas, creencias, normas y expectativas "de lo que se debe ser") coexisten en un mismo espacio-

tiempo determinado por la clase social, la pertenencia étnica, escolaridad, etcétera. Tales características se adquieren (es decir, no son inherentes a las personas, no están en los genes, ni en el cerebro, ni en el sexo o en los órganos genitales, ni constituyen algo esencial de los varones) y se asumen en lo cotidiano como formas de las relaciones interpersonales y sociales de dominación y subordinación, control y opresión constante hacia las y los otros (mujeres y hombres). En especial se pondrán a discutir la violencia encubierta (micromachismos) ya que son acciones sutiles poco visibilizadas y por tanto difícilmente reconocidas y abordadas: micromachismos coercitivos (o directivos), los encubiertos (de control oculto e indirecto), y los de crisis (cuando hay cambios que desequilibran el control y el poder que se ejerce sobre otra persona).

- Terapia de reencuentro. La terapia de reencuentro es una metodología de trabajo grupal que busca construir relaciones de paz mediante el autoconocimiento y la exploración de los procesos de vinculación afectiva. Refiere primero al reencuentro de la persona consigo misma (auto-observarse, conocerse en sus pensamientos, emociones, sensaciones, imaginaciones); reencontrarse como persona con un cuerpo sexuado (integrar el erotismo como un eje de crecimiento personal, no de miedo o de daño); re-encontrarse entre los sexos (abordar la dicotomía y la jerarquización que se hace de las personas en función de sus órganos genitales y buscar un espacio de comunicación y de diálogo); reencontrarse entre las culturas (se abordan los procesos culturales que nos afectan y se aprende a reconocer esa diversidad como fuente de desarrollo personal y comunitario). Uno de los términos recurrentemente utilizado en esta Terapia es el buentrato (a uno/a Mismo/a, a las personas cercanas, a la colectividad).

Como se puede advertir, se trata de una Metodología especialmente diseñada para población adolescente y joven que visibiliza las formas de violencia que suelen darse en las relaciones de noviazgo –y otras relaciones afectivo-eróticas–, pero sobre todo enfatiza la construcción de esas relaciones basadas en la igualdad y el buentrato.

Fuentes Consultadas

FUENTES CONSULTADAS

MATERIALES UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE LAS TÉCNICAS VIVENCIALES

Bonino, Luis (2004). Los Micromachismos. Revista La Cibeles N° 2, Ayuntamiento de Madrid. Madrid, pp. 1-6.

Cascón, Paco y Beristáin, Carlos M. (2000). La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la paz. Catarata, Madrid.

Herrera Gladys y Chahín Iván Darío (2010). Una propuesta sextimental. Guía metodológica. Fundación Edex, Colección Retomemos. Bilbao.

Ramírez, Antonio (2000). Violencia masculina en el hogar. Editorial Pax. México, D.F.

Seminario de Educación para la Paz (Asociación Pro Derechos Humanos) (2006). La alternativa del juego II. Juegos y dinámicas en educación para la paz. Los libros de la Catarata, Madrid.

Sanz, Fina (1990). Psicoerotismo femenino/masculino. Editorial Kairos. Valencia.

Strano, Anthony (1997). El potencial del pensamiento positivo. Un curso para alcanzar una mejor calidad de vida. Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris, Mediotono Ltda., Santiago de Chile.

PÁGINAS ELECTRÓNICAS

Comisión Ejecutiva Federal de Juventudes Socialistas de España (JSE) (2009). Guía sobre salud sexual y reproductiva en jóvenes. Guías JSE N° 4. http://www.jse.org/ficheros/Guias_Formativas/GuiaJSE4_SaludSexualyReproductiva.pdf (consultada el 18 de abril de 2016).

Silveste, Ana Paula (s/f). Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Agencia Catalana para el Desarrollo y Fundación Surt. Cataluña. Publicación electrónica disponible en: http://www.surt.org/maletaintercultural/index.php?vlg=0&vmd=5&vtp=0 (consultada el 18 de abril de 2016).

Solidaridad Don Bosco (s/f). Anexo I. Recursos para Educar en la Equidad de Género en las Asociaciones Juveniles. 12-14 años. Solidaridad Don Bosco y Junta de Andalucía. http://www.generandociudadania.org/genero/wp-content/blogs.dir/2/files_mf/1334310018carpeta12_14.pdf (consulta del 18 de abril de 2016).

Varios (2006). Diagnóstico comunitario participativo. Paquete de herramientas. International HIV/Aids Alliance y Colectivo Sol AC. México. http://portalsida.org/repos/MANUAL_DCP_Spanish.pdf (consultado del 18 de abril de 2016)

LEGISLACIÓN MEXICANA Y TRATADOS INTERNACIONALES

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 2007.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia en el Estado de Hidalgo, 2007.

Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW por sus siglas en inglés), 1979.

Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer "Belém do Pará", (1994).

¡DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN!

Modelo para la Prevención
de Violencia contra las Mujeres
para el Estado de Jalisco

JALISCO
GOBIERNO DEL ESTADO

JUNT@SPORELLAS
ESTRATEGIA INTEGRAL CONTRA LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES

IJM
INSTITUTO JALISCIENSE DE LAS mujeres

GENDES
género y desarrollo a.c.

¡DE LA REFLEXIÓN A LA ACCIÓN!

Manual de Facilitación del Modelo de Prevención de Violencia contra las Mujeres en el Estado de Jalisco

Créditos del Manual de Facilitación Grupal

Mtro. Mauro Antonio Vargas Urías
Lic. Ricardo E. Ayllón González

Créditos del Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas (Modelo CECOVIM), auspiciado por la CONAVIM

Coordinador general:
Mtro. Mauro Antonio Vargas Urías

Investigador:
Dr. Luis Antonio Botello Lonngi

Equipo de investigación:
Lic. Ricardo E. Ayllón González, Lcda. Patricia Carmona Hernández y Lic. René López Pérez

Auxiliares de investigación:
Psic. Juan Antonio Ornelas Vázquez, Psic. Kenia Lucena Tapia, Dr. David Pinilla Muñoz, Lic. María Antón Ordorika y Psic. Guillermo Mendoza Rivera

DE LA REFLEXIÓN... ¡A LA ACCIÓN!

Contenido

5 Presentación

7 Generalidades del Modelo para la Prevención de la Violencia contra las Mujeres en el Estado de Jalisco

11 Acerca del Manual de Facilitación Grupal: Finalidad y Objetivos

12 Adolescencias: Breve Aproximación

13 Personas Destinatarias

15 Manual de Facilitación Grupal

16 Perfil de las Personas Facilitadoras

20 Metodología para la Prevención de Violencia contra las Mujeres en Población Adolescente y Juvenil

21 Elementos Clave de la Metodología

22 Ejes Conceptuales Transversales

23 Metodología de Trabajo

25 Sesión 1: Género ¿Qué Es y Para Qué Sirve?

42 Sesión 2: Noviazgo y Otras Relaciones Afectivo-Eróticas

56 Sesión 3: Tipos de Violencia, Violencia en el Noviazgo y Violencia Encubierta

73 Sesión 4: Alternativas para Prevenir las Violencias en las Relaciones

87 Evaluación de Medidas para la Prevención de la Violencia Masculina contra las Mujeres

94 Glosario

99 Anexo: Acerca del CECOVIM

110 Fuentes Consultadas

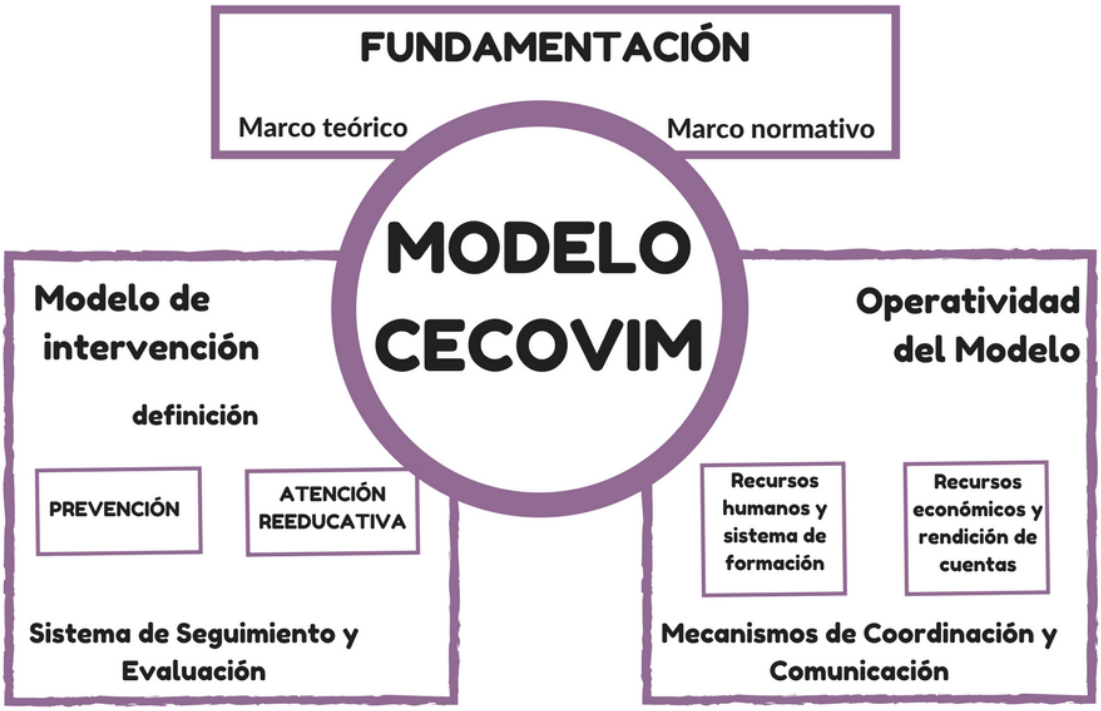
DE LA REFLEXIÓN... ¡A LA ACCIÓN!

PRESENTACIÓN

El Manual de Facilitación Grupal ¡De la Reflexión a la Acción!: Modelo de Prevención de Violencia contra las Mujeres en el Estado de Jalisco, es un instrumento que se desprende del componente Atención preventiva y reeducativa del Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas (Modelo CECOVIM).

El Modelo CECOVIM es una propuesta de intervención desarrollada por **GENDES, A.C.**, organización de la sociedad civil que trabaja desde la perspectiva de género con énfasis en las masculinidades, impulsando procesos de reflexión, intervención, investigación e incidencia para promover y fortalecer, en alianza con otros actores, relaciones igualitarias entre las personas para así contribuir al desarrollo social. El Modelo fue creado a partir de que **GENDES** atendiera la convocatoria de carácter nacional y participación electrónica número IA-004000998-N103-2014, emitida por la CONAVIM en 2014.

El Modelo CECOVIM está conformado por distintos componentes, mismos que se muestran en el siguiente gráfico:

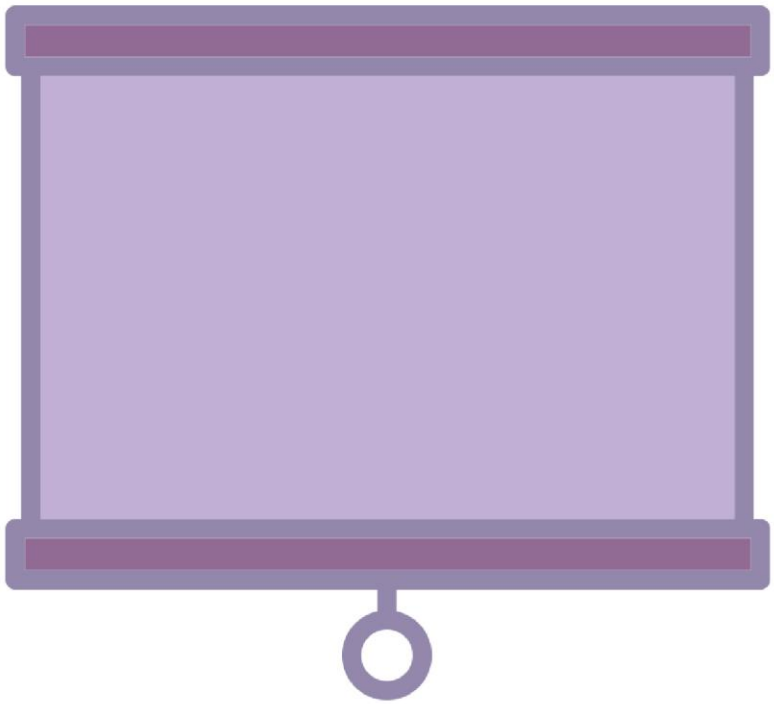


El presente Manual es resultado de un riguroso proceso de investigación que implicó tanto la conceptualización de sus contenidos y el diseño de sus lógicas de abordaje.

A finales del año 2016, el Instituto Jalisciense de las Mujeres (IJM) solicitó información a la Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (CONAVIM) sobre la implementación, en Jalisco, de ambos componentes del Modelo, atención y prevención.

Con base en las evidencias generadas, y gracias al decidido interés del IJM, es que se han creado las condiciones para instrumentar un proceso de intervención en el estado de Jalisco a partir de los contenidos de este Manual. En este marco, **GENDES** agradece a las partes involucradas todas las atenciones y facilidades que se han otorgado para la cabal puesta en marcha del Modelo, al tiempo que celebra el compromiso del gobierno de Jalisco por activar estrategias complementarias con miras a prevenir y erradicar la violencia contra las mujeres en esta entidad.

Es un gusto anticipar, como corolario de esta presentación, que la adecuada y rigurosa aplicación de los contenidos de este Manual, permitirán la consecución de resultados significativamente favorables, toda vez que dichos contenidos se adaptan asertivamente al contexto de cada entidad para que sean comprendidos y bien recibidos por la mayoría de las y los usuarios que asistan a los talleres, concretándose, según las mediciones de los aspectos a evaluar a lo largo del proceso, en la definición de una propuesta eficaz y útil para el estado. Exhortamos, por tanto, a las personas responsables de asumir el compromiso profesional de abrir grupos para la prevención del ejercicio de violencia hacia las mujeres por parte de los hombres, a actuar con ética, responsabilidad y respeto en su desempeño, pues de su apego a estos valores dependerá, en gran medida, el acceso de muchas mujeres a una vida verdaderamente libre de violencia.



Generalidades del Modelo para la Prevención de Violencia contra las Mujeres para el Estado de Jalisco

GENERALIDADES DEL MODELO PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES PARA EL ESTADO DE JALISCO

El presente Modelo es una propuesta de intervención que pone en el centro de sus intenciones la idea de la prevención, permitiendo que las personas que asistan encuentren una gama de posibilidades para relacionarse evitando el ejercicio de la violencia, es por ello que se define como:

> Una estrategia integral para la prevención y la erradicación de la violencia contra las mujeres que, desde el enfoque de género, pauta metodologías de trabajo en el campo de la prevención e incorpora un sistema de evaluación y control que asegure la calidad y la mejora continua en su implementación.

Son, por tanto, **elementos clave** para la definición del Modelo, los siguientes:

- Se trata de un Modelo **INTEGRAL** porque trata de considerar las dimensiones que entran en juego en el abordaje para erradicar la violencia de género: su

dimensión teórica conceptual, la interrelación y complementariedad entre atención y prevención, así como su inserción en la política pública.

- La **PERSPECTIVA DE GÉNERO** se incorpora de forma transversal a la totalidad de los elementos que componen el Modelo. Se parte, así, de una concepción explícita de la violencia contra las mujeres como la expresión de la desigual distribución del poder en la sociedad patriarcal y uno de los principales mecanismos para asegurar su mantenimiento.
- El Modelo propone ciertas "formas de hacer", enfatizando no sólo en lo *que* hay que abordar para avanzar en la erradicación de las conductas masculinas violentas, sino, especialmente, en *cómo hacerlo* (**METODOLOGÍAS** de trabajo). Es, en este sentido también, un Modelo basado en **PROCESOS** que pone el acento en la secuencia de acciones a desarrollar, pero también en los procedimientos de trabajo, quiénes han de llevarlos a cabo, en qué contexto (espacios) y con cuáles herramientas.
- Es un Modelo que pone el énfasis en su **VIABILIDAD**. La realidad nos demuestra la enorme riqueza de planteamientos, muchos de ellos teórica e incluso metodológicamente intachables, pero difícilmente realizables en la práctica. Partiendo del aprendizaje de las dificultades que se evidencian cuando se evalúan otras experiencias puestas en marcha en este mismo ámbito[1], el Modelo que se propone trata de incorporar, en el núcleo mismo del diseño, la reflexión acerca de los recursos mínimos necesarios para su puesta en marcha.
- Se trata de un Modelo que se articula desde las **POLÍTICAS PÚBLICAS**, en virtud de que tal es su marco general de operación. Por ello, su implementación depende también del posicionamiento estratégico de las políticas generales de igualdad entre mujeres y hombres, de las cuales aquellas orientadas a erradicar la violencia son parte sustancial. Como tal, requiere del compromiso institucional y la implicación de todos los niveles de gobierno involucrados en el abordaje del problema de la violencia de género y de su articulación con las organizaciones de la sociedad civil y el sector académico, para lo cual es necesario arbitrar un sistema de coordinación claro y generar procesos transparentes y bien comunicados.
- El Modelo es, en sí mismo. un sistema de **CALIDAD**, en tanto que sistematiza los procedimientos y estandariza la intervención, hace posible la *replicabilidad* de

1 Es muy frecuente en el campo de las políticas de igualdad que se recurra a la "política simbólica", es decir, aquella limitada a la enunciación de principios y declaración de intenciones sin una contrapartida en cuanto a disponibilidad de recursos (en sentido amplio) que las haga realizables.

metodologías y, con ello, la evaluación de resultados e impacto. Y, lo que quizá sea más relevante, posibilitará un mejor conocimiento de los factores que están en la base del éxito (o fracaso) de las estrategias de intervención reeducativa y preventiva para erradicar conductas violentas.

ACERCA DEL MANUAL DE FACILITACIÓN GRUPAL

Finalidad y Objetivos

El horizonte final de la puesta en marcha del **Modelo de Prevención de la violencia contra las Mujeres en el estado de Jalisco,** es promover la igualdad entre mujeres y hombres mediante la erradicación de uno de los elementos que contribuye de manera más ostensible a generar y reproducir las desigualdades e injusticias de género: la violencia contra las mujeres.

Con esta finalidad, se plantean los siguientes objetivos del Manual de Facilitación Grupal:

- El objetivo general es garantizar la integridad y seguridad personal (física, psicológica, económica, sexual, etc.) de las mujeres víctimas de violencia[2].
- Se propone también contribuir a la desactivación de los mecanismos patriarcales de reproducción de las desigualdades que operan en la violencia de género, promoviendo en los hombres que la ejercen la asunción de responsabilidad, el reconocimiento (auto)crítico de las dinámicas de poder, dominación y control que movilizan, y, finalmente, el cese de sus conductas violentas.
- Vinculado a lo anterior, promover un compromiso activo con la igualdad sustantiva que contribuya a erradicar los elementos que están en la base de la violencia de género, visibilizando los mecanismos de poder y control hacia las mujeres, cuestionando el sexismo y las normas rígidas de género, y empoderando a las mujeres contra todo tipo de violencia.
- Garantizar condiciones de viabilidad, eficacia y calidad de las intervenciones para erradicar la violencia de género, estandarizando procedimientos y proporcionando pautas, técnicas y herramientas concretas, que sean de utilidad para las personas e instituciones implicadas en su implementación.

2 Asumimos aquí el criterio de calidad básico que se establece en uno de los documentos de referencia en el ámbito de la intervención con hombres violentos (Criterios de calidad para intervenciones con hombres que ejercen la violencia con sus parejas), enunciado así: "(…) el objetivo primario es preservar la integridad física y psíquica de las víctimas, anteponiéndolo a cualquier otra consideración de orden teórico o técnico".

Adolescencias: Breve Aproximación

Este manual tiene como objetivo la prevención de la violencia masculina hacia las mujeres en el sector adolescente y, es por eso que, desde nuestra perspectiva, es fundamental aproximarnos a la comprensión de algunos de los procesos que configuran la experiencia de las y los adolescentes en México, puesto que son un sector de la población que tiende a ser constantemente vulnerado. (Re)Pensar la adolescencia desde la posmodernidad –tomando al género como uno de sus ejes rectores- y contextualizarla desde ahí, nos permitiría desmenuzar algunas de las aristas que se articulan en torno a las y los sujetos adolescentes-.

La adolescencia es el periodo que abarca de los diez a los 19 años de edad (OMS, 2017), y se entiende como el tránsito de la niñez a la adultez (Papalia et. al., 2001). El proceso que se configura en torno a la adolescencia es complejo, puesto que se tiende a pensar a las y los adolescentes como sujetos problemáticos por naturaleza. Sin embargo, la etapa adolescente es (y puede ser) enriquecedora para las y los sujetos, puesto que la configuración de la identidad, de las preferencias y prácticas erótico-afectivas, y de los ideales sociales y políticos, se articulan en torno a diversas experiencias que emergen a través de la relación con las y los otros; debido a eso, (re)pensar al sujeto adolescente, implica distinguir entre los procesos de configuración identitaria y la constitución de un sujeto estático e inamovible (Rother-Hornstein et. al., 2006).

En México, las y los adolescentes representan el 10% de la población total del país (INEGI, 2015)[3], esto quiere decir que, aproximadamente, hay once millones de sujetos que se encuentran en el tránsito de la niñez a la juventud y a la adultez (CNDH, 2017). De acuerdo con el Informe emitido por la CNDH (UNICEF y CONEVAL, 2016), las y los adolescentes en México tienden a ser uno de los sectores de la población más vulnerados y con un alto índice de pobreza, exclusión y marginación; situaciones que a la fecha no se han transformado. Por lo que se podría dilucidar que, convertirse en adolescente, representa un reto en nuestra sociedad; los altos índices de violencias en los que se encuentran inmersos y, los cuales reproducen en diversas esferas sociales, son efectos que tienen como base a la estructura desigual que nos rige como sistema social. Sin embargo, reconocer a las y los sujetos adolescentes como portadoras/es de agencia personal, es relevante para los fines que tiene este manual. Además de que el

[3] Tomado del Informe Especial. Adolescentes: Vulnerabilidad y Violencia. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Ciudad de México, 2017.

ejercicio de violencia –en específico, las violencias masculinas hacia las mujeres-, está mediado por el ejercicio de poder y por los privilegios que a éste se atañen.

Debido a lo anterior, una de las funciones que tiene la prevención con respecto a las violencias masculinas hacia las mujeres en adolescentes, es la de acompañarles en los procesos de co-construcción identitaria, (inter)subjetiva e (inter e intra) relacionales que las y los adolescentes configuran por medio de sus experiencias.

Personas Destinatarias

El Modelo de intervención que buscamos desarrollar mediante el uso de este Manual, tiene como principal **población beneficiaria** a las mujeres en general, y a las que están en situación de violencia de género en particular, toda vez que son ellas quienes mayoritaria y contundentemente padecen los efectos de la violencia y sus implicaciones.

De manera más específica, se dirige a las y los jóvenes, poniendo énfasis en los jóvenes varones que estén o hayan estado en una relación de pareja, residentes en ámbitos urbanos; priorizando, en particular, a aquellos que ejercen –o podrían ejercer- violencia contra las mujeres, pues son quienes tienen la *responsabilidad* de desactivar los mecanismos de control y dominación que usan, mismos que están en la base de sus conductas violentas, así como también tienen la responsabilidad de relacionarse desde una postura de no violencia, evitando el uso de la misma. Así, podrán ingresar a los grupos de prevención tanto quienes lleguen por su cuenta como quienes sean canalizados por organizaciones de la sociedad civil; por otro lado, podrán acceder a este esquema de prevención quienes lleguen a partir de algún mandato oficial emitido por cualquier instancia del sector público, sobre todo por aquellas encargadas de atender la violencia de género en cada entidad. Será posible atender a varones jóvenes homosexuales que acepten participar a partir del reconocimiento de algún rasgo violento en su relación de pareja o con mujeres.

Los criterios de exclusión se procesarán en una entrevista individual en la que se aplicará un cuestionario filtro. En primera instancia, se considerarán NO aptos para ingresar a un grupo de prevención aquellos hombres que hayan ejercido violencia "severa"[4] (intento de asesinato, asesinato, violación, entre otros delitos), quienes padezcan de algún trastorno psicopatológico y no estén en tratamiento; mientras que

4 Si bien desde esta perspectiva no es pertinente calificar las violencias, es decir, no existen violencias graves y otras menos graves -léase aceptables o menos condenables-, consideramos que cuando la violencia forma parte de un delito tipificado por la ley deben ser otros espacios los responsables de atender a quienes han actuado como victimarios o delincuentes.

aquellos otros que declaren sufrir alguna adicción, podrán participar bajo la condición de que acudan simultáneamente a una institución que atienda tal situación.

Asimismo, el Modelo tiene como **público destinatario** a todos aquellos agentes que, en sus diferentes niveles de responsabilidad, están implicados en su operación, entre otros:

- **Responsables de las políticas públicas** en general, y de las de igualdad de género y erradicación de la violencia contra las mujeres en las que el Modelo se inserta, quienes, dando cumplimiento al marco legislativo aplicable, habrán de posicionar esta política en un *nivel estratégico*, gestionando los recursos necesarios para su *operación* y asegurando la calidad de las intervenciones que se produzcan bajo su auspicio.
- **Responsables de entidades que trabajan en la prevención de la violencia de género con población joven y la atención a hombres** que ejercen violencia contra las mujeres: entidades de la administración pública, organizaciones civiles y de cualquier otro tipo, que tienen en el Modelo un *marco general de actuación* integral y coordinada.
- También, aunque indirectamente, **las personas al frente de organizaciones que trabajan con mujeres** en situaciones de violencia de género, que pueden encontrar en el Modelo una guía de *prevención*, *coordinación y comunicación* que genere sinergias para el trabajo conjunto con el mismo fin: garantizar el acceso de las mujeres a una vida libre de violencia.
- **Y, finalmente, el presente documento está dirigido, de manera muy especial, a las personas profesionales responsables de la intervención en prevención, quienes encontrarán en el Modelo tanto el sustento teórico como el respaldo de un *Manual* que, a manera de guía metodológica con técnicas y herramientas concretas, les permitirá orientar la práctica de un modo probado para trabajar con las y los adolescentes y jóvenes para la prevención de la violencia masculina hacia las mujeres.**

Manual de Facilitación Grupal

En este apartado se desarrollan extensamente los elementos para definir cómo ha de ser el trabajo orientado a la reflexión y desactivación de los mecanismos de la cultura patriarcal que intervienen en la producción y reproducción de la violencia.

Aquí se trata de involucrar a las y los jóvenes de secundaria y nivel bachillerato, como población clave en la reflexión y el cuestionamiento de las estructuras de dominación, antes que se generen eventos agresivos extremos. Se centra en la idea que todas y todos somos susceptibles de estar involucrados en dinámicas violentas en las que podemos ser víctimas y también ser partícipes activos de ellas, por lo que es importante abordarlas en edades en las que hay mejores condiciones para el cambio. Además, partiendo de diferentes investigaciones (p.ej. Encuesta sobre la Dinámica de las Relaciones en el Noviazgo entre las Estudiantes de Bachillerato y Preparatoria. 2006), en estas edades ya existen elementos que llaman la atención porque se presentan prácticas desiguales y violentas entre las y los adolescentes y jóvenes en sus relaciones cotidianas, en las escuelas, en la comunidad, en las relaciones de noviazgo, en grupos de amistades, etc.

Por ello, la violencia se debe encuadrar como una vulneración cotidiana de los derechos humanos, en particular los que hacen referencia al respeto y seguridad, por lo que es necesario actuar desde la prevención para favorecer su ejercicio pleno.

Perfil de las Personas Facilitadoras

En todo proceso de prevención y reeducación sustentado en la dinámica grupal para los efectos que aquí nos ocupan, una adecuada facilitación es un factor clave que puede aportar el conjunto de herramientas, técnicas y habilidades para alcanzar los objetivos planteados, lograr que los participantes asimilen los aprendizajes previstos, tomar buenas decisiones, crear confianza y establecer una comunicación clara y fluida entre los involucrados a lo largo del proceso. Así, la integración y capacitación de un buen equipo facilitador (en este caso está contemplado la facilitación por pares) ayuda a prevenir los conflictos potenciales del grupo utilizando de manera adecuada su posición de liderazgo, responsabilizándose del entorno, regulando las interacciones entre los participantes, destrabando las resistencias y las estructuras que crean opresión y privilegios, modelando una actitud que favorezca el interés, la comunicación, el respeto, la empatía y la comprensión.

Para ser facilitadora o facilitador de un grupo de prevención de la violencia contra las mujeres, no sólo es necesario conocer algunos conceptos que se desprenden de la perspectiva de género y de diversas técnicas destinadas a identificar y detener la violencia, es igualmente importante desarrollar una actitud que favorezca la buena comunicación, la colaboración, la confianza y el pensamiento reflexivo del grupo. Para adquirir estas habilidades, cada persona facilitadora debe desprenderse primero de su propio acervo de abusos, opresiones y deseos de control, lo que solo se consigue a través de una práctica sistemática que puede durar años.

Debido a lo anterior, el perfil profesional esperado o deseable de quienes van a estar frente a un grupo de prevención mixto, facilitando las sesiones contenidas en este Manual, corresponde a los siguientes elementos:

- Ramas profesionales relacionadas con carreras humanistas, de la salud mental o de las ciencias sociales, ejemplos: Antropología, Psicología, Pedagogía, Sociología o Trabajo Social. Un equipo multidisciplinario puede enriquecer la efectividad del trabajo.
- Contar con capacitaciones e idealmente con experiencia probada en perspectiva de género, masculinidades y, de manera específica, con capacidad de análisis de la violencia contra las mujeres en el marco de este enfoque.
- Conocimiento del marco legal que determina sus actuaciones y límites provenientes del sistema jurídico y penalista, tanto desde un orden general como local.
- Que las personas facilitadoras vivan o hayan pasado por un proceso de análisis que les permita identificar su relación y su postura personal respecto a la violencia de género. Lo importante aquí es tener formación que les permita *desaprender* un modo tradicional de pensar, sentir y tratar la cuestión de la violencia, junto a un trabajo personal de revisión de las propias creencias genéricas, acompañado de un programa de educación para la *no-violencia*.
- Contar con habilidades en el manejo de grupos, el conocimiento y experiencia práctica en dinámicas y técnicas grupales (terapéuticas o socioeducativas), que les permitan disponer de elementos y capacidades para coordinar y estar frente a cada grupo.
- Conocer el Modelo en su totalidad. Para tal efecto, se debe entregar un ejemplar completo del Manual a todas las personas facilitadoras de este Modelo.

A continuación, se exponen algunos criterios generales sobre habilidades y actitudes que podrían ajustarse a partir del desarrollo de esta estrategia de intervención, una vez que la experiencia misma genere los límites y alcances de este proceso reeducativo. En tal sentido, los criterios que aquí se comparten son básicos y deberán contemplarse en el perfil y las acciones de cada facilitador/a para que actúe de manera congruente.

- Es importante ser auténtica/o y congruente, en el sentido de que te presentes con tus debilidades y fortalezas, y muestres cómo, desde éstas, puedes facilitar el proceso de cambio de otros.
- Asimismo, ayuda mucho tener orden en tu trabajo: lecturas previas, una buena preparación de los materiales, cuidado, organización y seguridad del espacio, adecuado manejo del tiempo, coordinarse con otros facilitadores/as, la disposición y el uso de los materiales y practicar las técnicas --antes y después del desarrollo de las sesiones- constituyen acciones que permiten crear un ambiente armonioso que le da agilidad y claridad a la facilitación.
- A nivel personal, te sugerimos continuar en la búsqueda de nuevos conocimientos para tu desarrollo humano, además de los técnicos y teóricos básicos, para fortalecerte como facilitador/a.
- En la medida de lo posible, sería importante asistir a espacios terapéuticos para mantener claridad tanto de tu propio proceso de crecimiento, como para estar al tanto de tus ejercicios de violencia (si eres facilitador), y si eres facilitadora, para estar consciente de tus heridas de género, así como de tus fortalezas, para ser asertiva y enfrentar posibles situaciones de riesgo. También puede ser conveniente contar con espacios de contención grupal como herramientas constantes de autorreflexión con relación a la violencia.
- Es importante escuchar con atención y sin juzgar a los usuarios: sus preocupaciones y dudas, avances y retrocesos, así como sus experiencias de violencia.
- También es muy importante mantener el contacto visual con el grupo ya que este contacto nos acerca a cada persona, favorece que los miembros del grupo se sientan tomados en cuenta; el rehuir la mirada hace sentir el rechazo y temor. El mirar al grupo facilita la creación de un clima armónico, además, nos permite estar alerta a lo que sucede. Sólo ten cuidado de evitar fijar tu mirada de una manera tal que pueda ser o parecer amenazante para los usuarios.
- Por otro lado, te recomendamos mantener la conducción y la atención del grupo en el objetivo pedagógico de cada sesión, pues en todo momento pueden emerger situaciones que llamen mucho la atención y desvíen a los usuarios del

tema de la clase. En este sentido, una buena relación con ellos es importante, sin llegar necesariamente a la amistad, pero tampoco a la indiferencia. Hay que estar cercanos a los hombres, pero identificando tu posición de facilitador/ a, que es diferente a la de un usuario: Ambos hacen trabajo personal porque ambos ejercen violencia, pero el primero tiene más responsabilidades que el segundo porque tiene más experiencia e información sobre cómo detenerla.

- En el manejo del grupo te sugerimos dar instrucciones claras y precisas para la realización de las actividades, evitando censurar las personalidades de los participantes o descalificar sus opiniones, aunque sí es importante poner límites a las expresiones de violencia contra las mujeres y/u otros usuarios. Se requiere que puedas expresarte verbalmente de forma precisa y sencilla, mostrando una actitud de respeto, creatividad y entusiasmo con los asistentes. Usa palabras que los usuarios puedan comprender, evitando caer en formalismos excesivos, y, a la vez, te recomendamos tener siempre la disposición de aclarar las dudas que surjan en el grupo y motivar e invitarlos a la reflexión.
- En este sentido también es importante que fortalezcas tus capacidades de análisis y de síntesis, pues a veces se expresan muchas experiencias y opiniones en el grupo y hay que devolver resúmenes de éstas. Asimismo, requerirás desarrollar o fortalecer tus habilidades para el manejo de la comunicación no verbal, estar atento/a a los mensajes corporales del grupo, pues con miradas, bostezos, posturas, silencios u otras actitudes, algunos usuarios expresan más de lo que dicen con palabras.
- Finalmente, es necesario desarrollar tu habilidad para manejar situaciones conflictivas en el grupo y prever situaciones inusuales, complicadas
- y/o problemáticas. Esto es central pues estás trabajando el tema de la violencia con hombres que la ejercen. Entonces hay que estar atentos a los comentarios en grupos en el pasillo, a lo que te comentan los compañeros, a tus propias sensaciones, etc. Lo anterior evitando caer en una actitud de persecución, pero tampoco minimizando los riesgos de este trabajo.

METODOLOGÍA PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES EN EL ESTADO DE JALISCO

METODOLOGÍA PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES EN EL ESTADO DE JALISCO

En este apartado se desarrollan extensamente los elementos para definir cómo ha de ser el trabajo orientado a la reflexión y desactivación de los mecanismos de la cultura patriarcal que intervienen en la producción y reproducción de la violencia.

Aquí se trata de involucrar a las y los jóvenes de secundaria y nivel bachillerato, como población clave en la reflexión y el cuestionamiento de las estructuras de dominación, antes que se generen eventos agresivos extremos. Se centra en la idea que todas y todos somos susceptibles de estar involucrados en dinámicas violentas en las que podemos ser víctimas y también ser partícipes activos de ellas, por lo que es importante abordarlas en edades en las que hay mejores condiciones para el cambio. Además, partiendo de diferentes investigaciones (p.ej. Encuesta sobre la Dinámica de las Relaciones en el Noviazgo entre las Estudiantes de Bachillerato y Preparatoria. 2006), en estas edades ya existen elementos que llaman la atención porque se presentan prácticas desiguales y violentas entre las y los adolescentes y jóvenes en sus relaciones cotidianas, en las escuelas, en la comunidad, en las relaciones de noviazgo, en grupos de amigos(as) etc. Por ello, la violencia se debe encuadrar como una vulneración cotidiana de los derechos humanos, en particular los que hacen referencia al respeto y seguridad, por lo que es necesario actuar desde la prevención para favorecer su ejercicio pleno. Cabe mencionar que estas pautas y técnicas, en su mayoría, se retoman de los manuales de GENDES: “AMORes CHIDOS” (2012), y “Aprendiendo a querer: noviazgos libres de violencia” (2014), que ya han sido probados con la población adolescente y joven en México.

ELEMENTOS CLAVE DE LA METODOLOGÍA

Objetivo General

Sensibilizar e incrementar los conocimientos, habilidades y actitudes de las y los jóvenes de secundaria y bachillerato en la prevención de la violencia contra las mujeres en sus relaciones afectivo-eróticas, incluyendo el noviazgo, desde la perspectiva de género con énfasis en el análisis de la masculinidad.

EJES CONCEPTUALES TRANSVERSALES

- Perspectiva de género. La idea central es que a través de esta mirada las y los adolescentes y jóvenes identifiquen estereotipos y desigualdades que están relacionadas con los actos violentos de los que pueden ser partícipes de muy diversas formas.
- Relaciones afectivo-eróticas. El término relaciones afectivo-eróticas se refiere a una relación que tiene –entre otras múltiples- dos dimensiones básicas entrecruzadas que son: la afectiva (emocional) y la erótica (deseo sexual), sea en parejas heterosexuales u homosexuales. Anteponemos lo afectivo, en términos de subrayar y promover la importancia de desarrollar el espacio emocional de los hombres jóvenes y las masculinidades alternativas, en el marco de prevenir las violencias en las relaciones de género, de noviazgo y de otro tipo de vínculos entre las y los adolescentes y jóvenes, sin dejar de reconocer la importancia de la dimensión del deseo sexual en estas relaciones.
- Masculinidad(es) y violencia encubierta. Se trata de visibilizar que las diversas formas, prácticas, características y maneras de ser hombres (atributos que se adjudican y que se componen de diversas conductas, actitudes, ideas, creencias, normas y expectativas “de lo que se debe ser”) coexisten en un mismo espacio-tiempo determinado por la clase social, la pertenencia étnica, escolaridad, etcétera. Tales características se adquieren (es decir, no son inherente a las personas, no están en los genes, ni en el cerebro, ni en el sexo o en los órganos genitales, ni constituyen algo esencial de los varones) y se asumen en lo cotidiano como formas de las relaciones interpersonales y sociales de dominación y subordinación, donde pueden traducirse en el ejercicio de formas de dominio, control y opresión constante hacia las y los otros (mujeres y hombres). En especial se pondrán a discutir la violencia encubierta (micromachismos) ya que son acciones sutiles poco visibilizadas y por tanto difícilmente reconocidas y abordadas: micromachismos coercitivos (o directivos), los encubiertos (de control oculto e indirecto), y los de crisis (cuando hay cambios que desequilibran el control y el poder que se ejerce sobre otra persona).

Otro de los aportes importantes es la terapia de reencuentro. La terapia de reencuentro es una metodología de trabajo grupal que busca construir relaciones de paz mediante el autoconocimiento y la exploración de los procesos de vinculación afectiva. Refiere primero al reencuentro de la persona consigo misma (auto-observarse, conocerse en sus pensamientos, emociones, sensaciones, imaginaciones);

reencontrarse como persona con un cuerpo sexuado (integrar el erotismo como un eje de crecimiento personal, no de miedo o de daño); re-encontrarse entre los sexos (abordar la dicotomía y la jerarquización que se hace de las personas en función de sus órganos genitales y buscar un espacio de comunicación y de diálogo; reencontrarse entre las culturas (se abordan los procesos culturales que nos afectan y se aprende a reconocer esa diversidad como fuente de desarrollo personal y comunitario).

METODOLOGÍA DE TRABAJO

- La metodología en la que se basa este eje de prevención es la participativa-vivencial, que incluye herramientas socioafectivas, reflexivas y de análisis desde la no-violencia y el análisis de género. Estas metodologías aportan enfoques y herramientas de intervención mediante las cuales las personas son consideradas agentes activas en la construcción de aprendizajes, actitudes y comportamientos y habilidades como el empoderamiento, el análisis/reflexión/problematización de sus relaciones sociales, de género y de sus condiciones o contextos comunitarios más inmediatos.
- Partiendo de que las relaciones se producen en la convivencia cotidiana, es importante que trabajen -paralelamente- mujeres y hombres adolescentes y jóvenes, en grupos mixtos, que se escuchen, se perciban y se analicen los temas más allá del punto de vista personal, con la finalidad de promover que en las interacciones se propicien el respeto y la igualdad.
- Para lograr cambios de actitudes hacia una mayor equidad de género y reducción de la violencia es necesario que el esquema de prevención integre en los talleres un abordaje explícito de las relaciones de poder entre mujeres y hombres.
- Como herramientas de acompañamiento general, se recomienda material visual, imágenes cotidianas en láminas que generen debate entre las personas. Eventualmente la proyección de alguna película educativa como las realizadas por organismos nacionales e internacionales, que tengan como objetivo promover el debate y el contraste de puntos de vista.

Para cada una de las sesiones, se presenta:

- El objetivo que ha de orientar la sesión.
- Una exposición de los conceptos a trabajar o el enfoque desde el que se articula la sesión.

- Un catálogo extenso de técnicas vivenciales a utilizar para trabajar el tema de la sesión. Cada técnica se recoge en una ficha en la que se especifican: Duración aproximada, materiales requeridos, grado de "riesgo" en su utilización, instrucciones o pasos a seguir para ponerla en práctica, y finalmente, pautas para el procesamiento del trabajo vivencial y el cierre de la sesión.

Sesión 1.
GÉNERO ¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE ANALIZARLO?

Sesión 1. GÉNERO ¿QUÉ ES EL GÉNERO Y PARA QUÉ SIRVE ANALIZARLO?

OBJETIVO DE LA SESIÓN

Contribuir a la identificación y reflexión crítica sobre qué es género y sus componentes existentes en las relaciones afectivo-eróticas entre las y los adolescentes y jóvenes, que favorecen el ejercicio de la masculinidad hegemónica.

MARCO CONCEPTUAL A TRABAJAR

El concepto de género

Es importante, antes que nada, entender a qué nos referimos con el concepto "género". Por género entendemos a ese sistema de significados, normas, prácticas y representaciones construidas social y culturalmente con base en características relacionadas con el sexo de las personas. En otros términos, el género hace referencia "a la fabricación cultural e histórica de lo femenino y lo masculino, la cual se define como conjunto de prácticas, ideas y discursos relativos a la feminidad y la masculinidad, que determinan el tipo de características consideradas socialmente como masculinas (adjudicadas a los hombres) y como femeninas (adjudicadas a las mujeres). Este conjunto de prácticas también determina una serie de comportamientos asociados a tales características que derivan en atribuciones sociales impuestas a uno y otro sexo, involucrando relaciones de poder y desigualdad" (Leñero Llaca, Hernández Gázquez, y Ramírez Arriola, 2011:18).

Por "sexo" se alude a la categoría que refiere al conjunto de características y procesos biológicos tendientes a diferenciar la especie humana en hembras o machos. El sexo se compone de varios niveles: sexo cromosómico (XY / XX); sexo gonadal (tener ovarios/producir óvulos y tener testículos/producir espermatozoides); el sexo hormonal: tener predominantemente estrógenos ó testosterona. Con base en la diferencia sexual, el género es un organizador básico tanto de la vida como de las relaciones de las personas en diferentes ámbitos, espacios, instituciones. Impone papeles y modelos de lo que se debe ser y hacer como mujeres y como hombres. Para entender mejor la forma en la que se da este ordenamiento de las relaciones sociales y los efectos que produce -como la violencia- revisaremos cuatro de las bases sociales de este ordenamiento genérico:

- La asignación de género: es la práctica de realizar un primer nombramiento de un ser humano como "niña" o "niño", a partir de la observación de sus órganos

genitales (fundamentalmente externos), es decir, de ver la vulva o el escroto y el pene. Excepcionalmente esta práctica topa con dificultades al presentarse el dilema de tener que decidir ante la llegada de un ser humano con genitales externos mezclados o ambiguos.

- Los estereotipos de género: son consecuencia de prácticas sociales y culturales. Consisten en el establecimiento de un sistema de atributos, características y expectativas sociales consideradas propias de niñas, de niños, de mujeres, de hombres, de lo femenino y de lo masculino. Atributos que se traducen en normas fijas y obligadas, en un deber ser desde convenciones sociales y, finalmente, en imágenes o modelos (inherentes, esenciales, inmutables) asignados a mujeres y hombres. Tales modelos operan también como parámetros para imponer prohibiciones, permisos/privilegios y obligaciones que, se supone, deben cumplirse en el comportamiento y la personalidad del ser mujer o del ser hombre. Estos modelos del deber ser son a la vez desiguales y jerárquicos, se refuerzan y trasmiten por los medios de comunicaciones, las familias, las comunidades, las escuelas, etc.

- La identidad de género: es un mecanismo de auto-reconocimiento que se construye en el contexto social, no se nace con ella, sino que se llega a ser hombre o mujer en función de las experiencias de vida a lo largo de todo el ciclo vital de la persona. La identidad es un proceso en constante transformación e implica una vivencia subjetiva, en otras palabras, es la condición de sentirse y asumir la pertenencia a un género, sea mujer, sea hombre. La identidad se va constituyendo por procesos de significación de la percepción, la autopercepción y el reconocimiento de las y los demás en un contexto social. La identidad de género también se expresa mediante prácticas y discursos diversos como los religiosos, científicos, políticos, mediáticos, de la opinión pública, filosóficos, teóricos, patriarcales, académicos, sociales, culturales, individuales, que producen y reproducen ideologías de lo que significa ser mujer u hombre, a través de códigos culturales como las creencias, valores, papeles de género o roles y los estereotipos o prototipos de lo femenino y de lo masculino.

- Los roles de género: son un conjunto de funciones y prescripciones sociales y culturales de lo que se deber hacer, actuar y comportarse de acuerdo con lo considerado como femenino, o masculino en un cierto contexto social.

Nuevamente, “estas funciones y papeles están distribuidos de manera jerarquizada, desigual y no equitativa” (M. Leñero Llaca, 2010:23).

El género como concepto resulta muy útil para el análisis de la sociedad, sin embargo, cuando se trata de incidencia social, misma que de alguna forma se persigue en la aplicación de esta metodología de intervención, es conveniente hablar entonces de perspectiva de género. Ésta puede ser entendida, como su nombre lo dice: Como un enfoque, es decir, una mirada característica sobre un fenómeno social, unos anteojos ante los cuales se observa la realidad que nos rodea. La perspectiva de género es una visión científica, analítica y política sobre las mujeres y los hombres.

Se propone eliminar las causas de la opresión de género como la desigualdad, la injusticia y la jerarquización de las personas basada en el género. Promueve la igualdad entre los géneros a través de la equidad, el adelanto y el bienestar de las mujeres; contribuye a construir una sociedad en donde las mujeres y los hombres tengan el mismo valor, la igualdad de derechos y oportunidades para acceder a los recursos económicos y a la representación política y social en los ámbitos de toma de decisiones (Art. 5, fr. IX, de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia). Decíamos, es una mirada crítica que nos permite observar y entender las diferenciaciones binarias (hombre-mujer) para evidenciar la manera en que las y los seres humanos adquieren e imponen procesos de desigualdad jerárquica, es decir, cómo se construyen relaciones de poder “que muestran claras asimetrías que se generan y se reproducen en todas las esferas de la vida” (Torres Falcón, 2010:81).

Mediante la mirada de género se puede lograr:

- Visibilizar a las mujeres, sus actividades, sus vidas, sus espacios y la forma en que contribuyen a la creación de realidad social.
- Mostrar -cómo y por qué- cada fenómeno específico está atravesado por las relaciones de poder y desigualdad entre los géneros, factores que caracterizan los sistemas patriarcales (Serret, 2008:65).
- Analizar la construcción social de las masculinidades y su papel en el problema de la violencia de género entre la adolescencia y la juventud, en el ámbito de la educación.
- Visibilizar algunos de los componentes de género en el ámbito educativo, por ejemplo: si existen desigualdades de trato, de acceso y de oportunidades entre mujeres y hombres adolescentes y jóvenes.

Asimismo, la aplicación de la perspectiva de género en el ámbito de las intervenciones sociales y educativas, debe también considerar la implicación de algunos retos básicos que están entrelazados:

- La priorización de las mujeres. Los sistemas patriarcales o androcéntricos, es decir, aquellos sistemas sociales que exaltan al hombre y lo masculino sobre la mujer y lo femenino, invisibilizan a las mujeres al masculinizar el lenguaje, los sistemas de prestigio, colocando como "naturales" los privilegios hacia los hombres.
- Las relaciones sociales siguen atravesadas, en la actualidad, por un sistema concreto y simbólico imaginario de poder/dominación que subordina y oprime a las mujeres, en tanto colectivo. Por tanto, es importante tener muy en cuenta que la diferencia de género no es inocua, sino que se traduce siempre en desigualdad, en el ejercicio de un poder injusto (Serret, 2008: 52).
- El género requiere de contextos. En virtud de que es una construcción histórica, variable y relacional, es algo central y en otras ocasiones algo marginal en la vida de las personas, e implica no sólo atención en las mujeres sino también enfocar la atención en los hombres concretos y en la construcción de sus masculinidades, "…y debe ir acompañado de otros conceptos e indicadores, como clase social, edad, condición étnica…, espacio laboral, espacio geográfico rural/ urbano, etc." (Lamas, 2003:8). En otras palabras, es menester tener en cuenta el contexto específico de esos procesos subjetivos, así como el proceso permanente de auto-reconocimiento y reconocimiento de las/los otras/os, toda vez que éstos son elementos sustantivos de las identidades.
- El género contiene dimensiones subjetivas que requieren ser transformadas. Hay que reconocer el peso de lo simbólico y de lo imaginario y la complejidad de los sistemas de representación social. Así, "para modificar la subjetividad de las personas, sus valoraciones íntimas sobre lo que es propio de cada sexo y sus procesos de identificación, es necesario hacer una intervención de política cultural" (Lamas, 2003: 8).

La perspectiva de género, o metafóricamente, "ponernos los lentes de género" nos ayuda a desnaturalizar la lógica de género (jerárquica y opresiva) que hasta no mucho antes en la historia social de las personas habíamos asumido como natural e inamovible. En este sentido, tanto el ser mujer como el ser hombre, se refiere a mandatos sociales; nadie nace ni mujer ni hombre, es la cultura quien nos adscribe el género y es la perspectiva de género la que nos ayuda a entender cómo fue el proceso

de subjetivación genérica, es decir, cómo fue que hoy en día sentimos, pensamos, vivimos e incluso morimos… como mujeres, o como hombres.

Desde esta lógica, el ser hombre en una sociedad como la nuestra, representa un foco de atención ya que, precisamente, es a la masculinidad a quien la lógica tradicional de género enaltece y privilegia. Analicemos entonces para entender tal efecto del concepto de "masculinidad".

Masculinidad, violencia y noviazgo

La masculinidad[5] es una "construcción social referida a valores culturalmente aceptados de las prácticas y representaciones del ser hombre" (INMUJERES, 2007: 99).

Esta construcción social entre los varones, al igual que la construcción social de la feminidad entre mujeres, están pautadas por la cultura patriarcal. Al patriarcado lo entendemos gracias a los aportes de las académicas feministas quienes coinciden en que es una forma de organización social donde los miembros considerados como masculinos tienden a predominar en las posiciones de poder y en la toma de decisiones; "mientras más poderosa sea esta posición, más probabilidades habrá de que un miembro la retenga" (INMUJERES, 2007: 101).

Cuando se hace alusión a la cultura patriarcal, estamos hablando, pues, de esa ideología –que tiene una base objetiva, material, es decir, condiciones desiguales para las mujeres- que promueve el enaltecimiento y la primacía de los hombres por sobre las mujeres. Así, la cultura patriarcal, en sí misma, representa violencia por el hecho de reforzar la desigualdad y consigo la jerarquía entre los miembros de una sociedad. En este sentido, y siguiendo a la Dra. Marta Torres Falcón (2010), el imaginario social promueve ciertas formas de violencia masculina con un significado específico: el héroe solitario, violento y aguerrido sigue ocupando un sitio central. Se enfatiza la valentía, el arrojo y la intrepidez –cualidades altamente alabadas en la cultura patriarcal- y se minimizan los daños producidos. Se subraya el orden y la disciplina y se desconoce

[5] El término "masculinidad hegemónica" refiere a la forma de relación interpersonal y social en donde los hombres y lo masculino son el centro y ocupan una posición dominante y de opresión con respecto de las mujeres y lo considerado femenino. Se puede considerar sinónimo de androcentrismo ya que es el principal mecanismo de poder o forma de dominación/opresión social, es decir, de hegemonía. Es importante enfatizar que, en su carácter de mecanismo sociocultural, aun siendo hegemónico, es móvil y, por tanto, se puede dejar de ejercer y reproducir. Para ello se requiere tanto de cambios individuales, relacionales y comunitarios, como en la estructura social, económica y política.

cualquier posibilidad de disentir. Se promueve la autoridad del jefe de familia, el hombre de la casa, y se ignoran los derechos del resto del grupo (Torres Falcón, 2010, p. 60).

Es importante identificar ciertas pautas para advertir que la violencia de género en una relación de pareja no surge de un día para otro, se va construyendo y reforzando con la interacción cotidiana. Por lo general, los hombres asumen que la violencia es la vía más rápida para aliviar la tensión, reprimen la esfera emocional y desarrollan poca habilidad de comunicación; paralelamente, las mujeres incorporan modelos de dependencia y sumisión, tienen necesidad de expresar sus emociones y miedo a la reacción del compañero (Torres Falcón, 2010, p. 77). De lo anterior podemos inferir que la violencia en el noviazgo, en sus diversas formas y prácticas, está también asociada a las formas en que se adquiere y asume el aprendizaje, la socialización y la identidad del ser hombre o de la masculinidad (entendida esta, en su modalidad hegemónica o tradicional, como el conjunto de las características y normas de lo que debe ser, hacer y no hacer un hombre; los comportamientos, las emociones que aprende a expresar o a reprimir; las creencias que asume [como "ser más fuerte"] y su identificación, o no, con ese esquema).

La masculinidad tradicional es, finalmente, una práctica que se puede cambiar al distanciarse cada hombre de los mandatos machistas que ésta le impone para desarrollar perspectivas de ser y de relacionarse con las mujeres y demás personas desde formas alternativas, respetuosas, afectivas e igualitarias, reto que constituye uno de los propósitos fundamentales de la metodología de intervención que aquí se propone.

Hablar de masculinidades, por el contrario, implica visibilizar que existen diversas formas de ser hombres -y en específico de ser hombres jóvenes- y cuestionar cómo se dan las asimetrías en las relaciones de género, los contextos y las prácticas que construyen cierto tipo de identidades masculinas hegemónicas, es decir, dominantes, predominantes, tradicionales, machistas, y las posibilidades de practicar formas alternativas para construir el ser hombre y lograr, desde ahí, el establecimiento de relaciones basadas en el respeto, la intimidad, la empatía, la afectividad, la igualdad de trato y la no violencia.

TÉCNICAS VIVENCIALES DE LA SESIÓN

Objetivo: Contribuir a la identificación y reflexión crítica de los componentes de género existentes en las relaciones afectivo-eróticas entre las y los adolescentes y jóvenes.
Grado de riesgo: Bajo.
Espacio requerido: Amplio y sin obstáculos; puede ser el mismo salón de clases quitando las bancas, mesas y/o sillas.

Se utilizarán en la sesión las siguientes técnicas:

TÉCNICAS Y SUS OBJETIVOS PARA LA SESIÓN	
Fila de cumpleaños	Facilitar la distensión entre las personas participantes y favorecer la apertura grupal para el trabajo conjunto por medio del conocimiento de los nombres de las personas del grupo.
Expectativas	Conocer las impresiones iniciales sobre el taller.
Encuadre	Acuerdos para la armonía grupal. Consensuar los acuerdos que facilitarán el desarrollo del taller y realizar el encuadre temático.
Cuento, construyendo una historia	Generar conciencia de las diferencias sociales y culturales que viven hombres y mujeres, focalizando la atención en el hecho de que no existen diferencias fisiológicas que les impidan desarrollarse en igualdad.
Lentes de género	Propiciar el conocimiento de la perspectiva de género.
Elaboración de narrativas:	Reflexionar sobre los estereotipos de género.
Cierre:	Explorar el estado emocional en el que las y los adolescentes y jóvenes se encuentran después del taller.

FILA DE CUMPLEAÑOS
Tiempo: 30 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Pida que las personas participantes se pongan de pie y en un espacio amplio del salón, formen una fila. Una vez que la fila se haya formado, indique que a partir de ese momento el ejercicio se hará en silencio. Indíqueles que imaginariamente están

paradas/os sobre una viga de equilibrio: si dan un paso al frente se caen, si dan un paso atrás también se caen y que el objetivo primordial es que el grupo llegue sano y salvo al final del ejercicio. Solo tienen un breve espacio adelante y detrás, casi para poner un pie de lado, de lo contrario, un movimiento en falso y caen. Ahora ofrezca al grupo la siguiente instrucción: "cuando cuente hasta tres, se tendrán que colocar en orden de acuerdo al día y mes de nacimiento". Si lo considera necesario, repita la instrucción.

Comente la importancia de seguir la instrucción de hacer el ejercicio en absoluto silencio y de un tiempo de al menos 5 minutos para que las personas logren el objetivo deseado. Cuente hasta tres y de por iniciado el ejercicio.

Indique que cuando el grupo considere que el objetivo se cumplió, se lo hagan saber para dar continuidad al ejercicio. Nota: observe la dinámica grupal, ¿qué utilizan para lograr el objetivo?, ¿respetan las instrucciones?, ¿hay liderazgos?, ¿existe apoyo grupal? De por terminado el tiempo o espere a que el grupo le indique que terminaron. La decisión dependerá del grado de avance que el grupo lleve. Es decir, si usted observa que no lo lograrán, detenga en los minutos previstos, si falta poco, deje que terminen. El resultado de que lo logren o no, no es lo importante. Lo que importa es el proceso grupal. Una vez concluido, propicie la motivación, pidiendo un aplauso para el grupo. Pida a las y los integrantes del grupo que se presenten en orden diciendo su nombre y fecha de nacimiento. Y ahora, haga las siguientes preguntas: ¿cómo están?, ¿cómo hicieron para encontrar su lugar en la fila? Para quienes no lo hayan logrado, preguntar, ¿cómo están?, ¿cómo lo vivieron? Les puede decir que lo más importante es el proceso, no el resultado.

Después de escuchar las estrategias que el grupo utilizó para formar la fila, se les comenta cuáles fueron las habilidades observadas por el equipo de facilitación. Esto tiene el objetivo de propiciar el empoderamiento entre las y los participantes al visibilizar sus fortalezas y capacidades para la auto-organización. Pida a las personas del grupo que, en el lugar de que se queden en la fila, tomen asiento para propiciar la interacción de las y los integrantes.

Procesamiento y cierre:
Puede también realizar las siguientes preguntas para el procesamiento: ¿qué pensaron cuando se les dijo que no podían hablar durante la actividad?, ¿cómo encontraron su lugar en la fila?, ¿qué estrategias utilizaron para comunicarse al no poder hablar?, ¿cómo se sintieron durante el desarrollo de la dinámica? Para realizar el cierre, se sugiere que comente la importancia de verse como un grupo que iniciará

un recorrido de aprendizaje, que son bienvenidas/ os y que a lo largo de sesión viviremos técnicas como esta que ayudan a que lo aprendido sea integrado a sus vidas de una manera más adecuada.

Técnica adaptada del libro, "La Alternativa del Juego": Juegos y dinámicas de educación para la paz. Cascón F. Ediciones, Los libros de la Catarata, 2006, Madrid, España.

EXPECTATIVAS

Tiempo: 30 minutos.
Materiales: Plumones, cartulinas, hojas de rotafolio o cartulinas y cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:

De la bienvenida al taller a las personas participantes. Pregunte al grupo lo siguiente: ¿qué les dijeron del taller?, ¿qué saben de género?, ¿sobre qué temas imaginan se hablará? y ¿qué les gustaría desarrollar durante las sesiones trabajo? Se hace una lluvia de ideas y se anotan las respuestas en una cartulina, en una hoja de rotafolio o en el pizarrón, cuidando no repetirlas.

Al finalizar la lluvia de ideas, se informa al grupo lo que se trabajará durante el taller, posteriormente se rescatan las ideas o expectativas expresadas que, de acuerdo con el objetivo serán realizadas, y se les aclara cuáles quedan fuera de éste.

Ahora preséntele el objetivo del taller y comente sobre la importancia de trabajar el tema con ellas y ellos. Es importante siempre mantener al grupo informado del objetivo y procedimiento de cada técnica. De este modo, la claridad en cuanto a las indicaciones poco a poco generará confianza en las y los participantes. Indique al grupo que la dinámica de trabajo se desarrollará en 4 sesiones, con un horario de 4 horas para cada sesión.

Exponga las cuatro principales temáticas del taller:

- Género.
- Noviazgo y relaciones erótico afectivas.
- Tipos de violencia de género.
- Alternativas para prevenir la violencia en las relaciones.

Abra un espacio para comentarios o preguntas que quieran realizar y trate de dar respuesta.

Procesamiento y cierre:
Mencione que el objetivo del taller es reflexionar sobre el papel de los hombres y las mujeres adolescentes y jóvenes en sus relaciones afectivo- eróticas, con el fin de transformar los estereotipos de género y promover relaciones equitativas de buentrato con sus parejas. Conviene saber el tipo de convocatoria que se realizó, así como la información que fue brindada a las y los participantes antes de su llegada al taller.

Por otro lado, será importante aclarar las temáticas que se trabajarán durante el taller y si surgen temáticas que no quepan dentro de éste, canalizarlas con asertividad a otros talleres o espacios.

ENCUADRE
Tiempo: 25 minutos.
Materiales: Cartulinas, plumones y cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Promoviendo la atención y la participación en orden, se plantean las siguientes preguntas al grupo:

- ¿Qué acuerdos consideras importantes para que haya respeto durante las sesiones?
- ¿Cuáles son tus sugerencias para fomentar el cumplimiento de los acuerdos?

Anote en el pizarrón o en una cartulina las respuestas, con cuidado de no repetirlas y, si es necesario, discuta y aclare con el grupo para crear un ambiente de armonía.

Procesamiento y cierre:
Debido a que el objetivo del encuadre es propiciar un ambiente de respeto y buentrato, con los elementos que el grupo proporcione se promoverá el establecimiento de acuerdos para la armonía grupal, complementándose con los siguientes aspectos (en caso de que no se hayan planteado):

- Respeto a las participaciones y opiniones de cada integrante, una buena herramienta para promocionar este acuerdo es tomar turnos para participar.

- Buentrato para cada integrante del grupo, superando las diferencias que puedan sentir o tener. En virtud de la metodología vivencial del taller es importante mantener la confidencialidad de las participaciones que se expresen durante el desarrollo de las sesiones.

Para evitar generalizaciones e interpretaciones proponemos que las intervenciones sean expresadas en primera persona, por ejemplo: “yo...”, “a mí...”, “siento…”, “creo…”, etc. Al fomentar en cada integrante esta forma de participación también estimularemos su responsabilidad y le ayudaremos a apropiarse de su experiencia.

Escucha activa. Para que el grupo mantenga un adecuado canal de comunicación, es importante respetar la opinión de las y los demás y escuchar hasta el final del comentario que formule cada persona.

Trabajo conjunto. Es importante que el grupo comprenda que el equipo de facilitación es responsable de dirigir las dinámicas de trabajo, sin embargo, la participación de las y los adolescentes y jóvenes es crucial para el desarrollo de las sesiones. En este marco, y atendiendo al acuerdo de respeto, habrá de enfatizarse de manera reiterada que las opiniones y comentarios expresados no son buenos ni malos, que todos son válidos pues contribuirán a generar conocimiento, cada adolescente o joven tiene la libertad de elegir si quiere participar o no en las actividades (sin llegar al extremo de la apatía, actitud que, en caso de presentarse, deberá ser procesada de manera asertiva).

Se hará notar al grupo sobre la responsabilidad de cada integrante para que los acuerdos puedan cumplirse durante todas las sesiones. Los acuerdos finales, escritos en una cartulina, serán colocados en un lugar visible durante las cuatro sesiones. Será posible incluir algún otro si el grupo lo propone y acepta, marcándose el carácter “vivo” de este instrumento.

CUENTO: CONSTRUYENDO UNA HISTORIA
Tiempo: 60 minutos.
Materiales: Pelota suave o blanda, hoja de cartulina, plumones, cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Este ejercicio consta de dos partes:
Primera parte: 30 minutos.

Las y los participantes formarán un círculo con sus sillas cuidando que todas/os puedan verse. Una vez en esa ubicación, se les pide que aleatoriamente se pasen la pelota que alguien del equipo de facilitación les entregará, haciéndolo de forma rápida y en diferentes direcciones, con la consigna de cuidar la manera en que pasan la pelota para no golpear
ni lastimar a nadie.

Tras unos dos o tres minutos de juego, se pide que se detengan y presten atención. Se informa al grupo que construirán dos historias: primero la de una mujer y luego la de un hombre. El grupo decidirá el nombre de la mujer y el del hombre.

Para armar la historia, retomarán la pelota. Cada vez que alguien la tome, debe decir algo relacionado con la vida del personaje imaginario. Por ejemplo: "Érase una vez una mujer llamada Silvia, ella nació en un pueblo del estado de..." Baja California llamado Tecate, donde se destacaba por ser una chica…" Y así sucesivamente hasta crear una historia en la que describan a través de sus etapas (bebé, niña, joven, adulta, adulta mayor) su apariencia, su ropa, sus gustos, sus miedos, sus malestares, condicionamientos, sus metas, sus relaciones, sus pasatiempos y aspiraciones, lo que alcanzó a realizar y finalmente la forma en que muere. Luego se hace lo mismo con la historia del hombre.

El equipo de facilitación, o la persona facilitadora, considerará alrededor de 15 minutos para la elaboración de cada historia. El o la facilitador/ a puede apoyar a los/as participante cuando observe que se les dificulta continuar con la historia, con preguntas de apoyo como:

- ¿Cómo era el lugar donde nació?
- ¿Quiénes eran sus amigos y amigas?
- ¿Qué le gustaba jugar?, ¿cuáles eran sus pasatiempos favoritos? • ¿Qué le gustaba comer?, ¿de qué se ha enfermado?
- ¿Cómo era su familia y la relación con ella?, ¿recibía apoyo de su familia para desarrollarse?, ¿con quién se llevaba mejor?
- ¿Cuál era su meta más importante?, ¿con qué elementos contaba para realizarla?
- ¿Cómo se vestía?
- ¿Cómo eran sus relaciones afectivo-eróticas?
- ¿Qué estudió y cómo eligió esa profesión y oficio?, ¿es jefa?
- ¿Está casada?, ¿tiene hijos?

Procesamiento y cierre:
Segunda parte: 30 minutos.

Analice en plenaria los elementos que hacen diferentes y/o similares a las historias, prestando atención a las características y valores de cada uno de los personajes.

Es muy probable que surjan las diferencias que existen entre hombres y mujeres con respecto a las actividades que desempeñan, su participación en la toma de decisiones, sus oficios, la manera de relacionarse con otras personas, el trato diferencial de las familias hacia el hombre o hacia la mujer, así como la manera en que se van imponiendo desde la infancia los roles de género. Es importante anotar las diferencias y/o similitudes entre los personajes en una cartulina o en el pizarrón para que todas y todos lo observen.

Algunas preguntas de apoyo para la actividad son:

- ¿Crees que hay cosas que sólo pueden hacer los hombres? ¿por qué? ¿qué características físicas tienen los hombres para realizar estas actividades? ¿las mujeres no tienen esas características físicas?
- ¿Por qué crees que hay diferencias en la elección de las profesiones? ¿hay cosas que sólo pueden hacer las mujeres? ¿por qué? ¿qué características intelectuales tienen las mujeres para realizar estas actividades? ¿los hombres no tienen esas características intelectuales?
- ¿Hay tareas a las que las mujeres están más predispuestas que los hombres? Y, ¿al contrario? ¿por qué?
- ¿Por qué crees que hay diferencias en las labores que realizan hombres y mujeres?
- Cuando se dice: todos, nosotros, compañeros, amigos ¿se incluye a las mujeres? O, al contrario, cuando se dice: todas, nosotras, compañeras, amigas ¿se incluye a los hombres? ¿Qué crees que puedes hacer para hablar de una forma incluyente?
- ¿Hay diferencias en la educación que se da en familia dependiendo si eres hombre o mujer?
- ¿Crees que las mujeres tienen las mismas oportunidades que los hombres en nuestro país? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué? Hagamos un recuento: Actualmente, ¿cuántas gobernadoras existen en el país?; ¿cuántas mujeres y cuántos hombres ocupan la jefatura de una Secretaría de Estado en el gobierno federal? ¿cuántas diputadas/os y senadoras/ os están en el Congreso?

Durante la comparación de las historias se les pide a las y los jóvenes que se den cuenta de las diferencias sociales, políticas y culturales que tienen hombres y mujeres, enfatizándoles que no existen diferencias físicas que les impidan desarrollarse en igualdad.

También se les pide observar cómo nuestro lenguaje frecuentemente excluye a las mujeres cuando se habla en masculino sin nombrar lo femenino, y se les invita a hablar con un lenguaje incluyente.

Adaptación de la dinámica "Vidas paralelas", del documento: Anexo I. Recursos para educar en la Equidad de Género en las AA.JJ. 12-14 años. Solidaridad Don Bosco y Junta de Andalucía. Sevilla, España.

LENTES DE GÉNERO

Tiempo: 40 minutos.
Materiales: Libros de texto escolares, cartulinas, cinta adhesiva y plumones de colores.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:

Este ejercicio tiene dos partes.
Primera parte: 20 minutos.
Divida a las y los participantes en equipos de manera equitativa con base en el número total de integrantes del grupo. Indíqueles que sólo dispondrán de 15 minutos para poder realizar esta primera parte de la actividad.

Pida a cada uno de los equipos que escoja un libro de texto de cualquiera de las materias que estén cursando para analizar las referencias a las mujeres y a los hombres, teniendo en cuenta los siguientes cuestionamientos:

- ¿Quién escribió el libro? ¿Es hombre o mujer?
- ¿Cómo se observa a las mujeres y a los hombres en las imágenes que ahí se muestran?
- ¿Esas imágenes reproducen estereotipos de género o los transforman?
- ¿Los contenidos de los textos reproducen o transforman estereotipos de género?, por ejemplo: el lenguaje utilizado habla en masculino a lo largo de todo el texto o habla en femenino y masculino.

Las respuestas a estos cuestionamientos y demás elementos que el grupo comparta se irán anotando en una cartulina.

Segunda parte: 20 minutos.
En plenaria, cada equipo hablará de lo que observó en el libro de texto que analizó. De tiempo para que resalten sus hallazgos y puedan comparar lo encontrado en otros equipos.

Procesamiento y cierre:
Después de las exposiciones será importante reconocer las capacidades de las y los jóvenes para observar las diferencias de género que existen, se les explica que estas diferencias tienen posibilidades de solucionarse, de ser difuminadas. Sin embargo, habrá que advertirles el hecho de que las soluciones no darán resultados inmediatos pues requieren de voluntad, esfuerzo y continuidad.

Pregunte al grupo cómo se encuentra hasta este momento de la actividad, para revisar que todas y todos se encuentren bien para continuar con la siguiente técnica.

Adaptación de la dinámica "Mirando con gafas de género", del documento Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Agencia Catalana para el Desarrollo.

ELABORACIÓN DE NARRATIVAS
Tiempo: 30 minutos.
Materiales: Hojas de papel tamaño carta y lapiceros.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Divida al grupo en nuevos equipos pequeños (de tres a cinco participantes), buscando que se integren de manera equitativa, hombres y mujeres.

Cada equipo desarrollará una historia en la que su personaje principal viva sin estereotipos de género y se relacione de manera respetuosa, equitativa e igualitaria con otras personas. Cada equipo expondrá en plenaria la historia elaborada.

Procesamiento y cierre:
Cuando los equipos hayan finalizado sus exposiciones, pregunte al grupo acerca de las historias:

- ¿Les gustaría vivir así?

- ¿Cómo crees que reaccionarían las personas de esta escuela si conocieran a alguien así?
- ¿Crees que el cambio para vivir en igualdad es individual?
- ¿Qué cosas te imaginas que puedes hacer para vivir en igualdad?
- ¿Qué cosas podrías impulsar para que otras personas vivan con respeto y buentrato?
- ¿Crees que es fácil llegar a ese tipo de convivencia?
- Si pudieras, ¿con quién fuera del grupo te gustaría compartir el tema? ¿Por qué?

La finalidad de este cierre es mostrar a las y los adolescentes que los cambios que promueven igualdad no tendrán resultados inmediatos, pero que cada una y uno de ellos, pueda aportar para lograr bienestar para sí y para las y los demás.

CIERRE DE TEMA 1
Tiempo: 25 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Indique a las y los participantes que formen un círculo de pie, de tal suerte que puedan ver a todo el grupo. Pregunte cómo se van del taller y pídales expresarlo en una palabra.

Solicite a alguien que inicie de forma voluntaria y que continúe la persona a la derecha. Si alguna persona participante no sabe aún qué decir, puede pasar y expresarlo al finalizar la ronda.

Procesamiento y cierre:
Agradezca en lo general la participación en el taller, así como los comentarios manifestados por cada participante. Si alguien expresó que se va con dudas, en la siguiente sesión se abrirá un espacio para aclararlas, por lo que es importante que el equipo facilitador tome nota de lo que surja.

Sesión 2
NOVIAZGO Y OTRAS RELACIONES AFECTIVO-ERÓTICAS

Sesión 2 RELACIONES DE NOVIAZGO Y OTRAS RELACIONES AFECTIVO- ERÓTICAS

OBJETIVO DE LA SESIÓN

Indagar y reflexionar en torno a las construcciones personales, relacionales y sociales del amor y la sexualidad de las y los jóvenes.

MARCO CONCEPTUAL A TRABAJAR

Es precisamente en el noviazgo, o para ser más exactas/os, en la experiencia de esta vivencia, donde se van reproduciendo, en mayor o menor medida, las normas y prácticas de género (papeles, estereotipos, roles), así como constituyéndose las formas de relacionarse y de aprender a vincularse con la otra o con el otro. El noviazgo se puede entender como una etapa significativa por la que atraviesan las personas en tiempos y espacios específicos. Tiene muy variadas duraciones y maneras de vivirse, y es, en su representación social más significativa, parte de la etapa de transición de un ciclo de vida a otro (adolescencia, juventud, adultez).

El concepto de noviazgo "supone una relación afectiva íntima entre dos personas (del mismo o del otro sexo), por lo general jóvenes (aunque puede involucrar a adolescentes y a personas adultas) que sienten atracción física y emocional mutua y que, sin necesariamente cohabitar, buscan compartir sus experiencias de vida" (Castro y Casique, 2010: 17).

Estas primeras maneras de vinculación pueden implicar, entre otras posibilidades, situaciones de violencia y malos tratos. Hoy día se cuenta con evidencias de que vivir en el marco de un noviazgo violento puede tener consecuencias a futuro en cuanto a las formas en las que se establecerán relaciones de pareja en la vida adulta, que pueden derivar en violencia conyugal (Casique, 2010: 505) y en las formas de relacionarse con o sin violencia en otros vínculos como hijas/os, familiares, amigas/ os y/o colaboradoras/es en el trabajo. Por ello, se ha reconocido que prevenir la violencia en el noviazgo en esa etapa de transición de las y los adolescentes y jóvenes puede derivar en la disminución de futuras situaciones de maltrato o violencia en las relaciones de pareja en la adultez.

Existen algunos aspectos claves para entender el noviazgo (Casique, 2010), estos son:

- Hoy día se caracterizan por una mayor apertura a la inclusión de relaciones sexuales.
- Hay una relativización del matrimonio como fin.
- No implica la coexistencia/cohabitación.
- Ausencia de estrategias de vida y/o de economías compartidas (no hay dependencia económica de ninguna de las partes).
- Se entiende y se vive como una situación temporal.

De acuerdo con Castro y Casique (2010: 17–19), este tipo de relación se ha venido transformando en sus prácticas, dando lugar a una serie de variantes en sus diversos tipos de vínculos, donde el noviazgo entre una joven pareja heterosexual, sigue siendo la relación más reconocida y central en el contexto de los pares y en la familia; pero aceptándose que en la periferia existen otros tipos de formas de relación afectivo-eróticas que también pueden incluirse en el concepto. Se sugiere, pues, tener una mirada y conocimientos básicos sobre la diversidad sexual ya que, los noviazgos no sólo se dan entre hombres y mujeres, también se construyen entre mujeres y mujeres, hombres y hombres e, incluso, pueda darse el caso de noviazgos de más de dos personas, práctica que últimamente es llamada "poliamor". Lo importante y el papel de la persona facilitadora es, en todo momento, insistir en el respeto a los acuerdos a que se llegue en tanto que novios o novias dentro de una relación; dichos acuerdos han de contemplar el respeto a sus miembros.

Consideramos que en este tema -que para muchas personas es de suma delicadeza-, es decir, los diferentes tipos de noviazgos o de las relaciones afectivo-eróticas, el papel de la persona facilitadora es de guía para la construcción de acuerdos, para el respeto, para la promoción de relaciones desde el afecto. Se suele tener una postura conservadora con respecto a las formas de emparejamiento; solemos creer que el "amor verdadero" es, o debe ser, entre dos: una mujer y un hombre. Sin embargo, existen otras maneras de demostrar el afecto y de experimentar el erotismo, nos parezcan éstas "aceptables" o no. El papel que debe de desempeñar la persona facilitadora no debe de representar un juez/a al respecto sino abrir los espacios de diálogo sobre la construcción de acuerdos para la conformación de las relaciones afectivo-eróticas.

El enamoramiento en adolescentes y jóvenes

Las prácticas de las relaciones de amor y de enamoramiento de las y los adolescentes y jóvenes se han transformado junto con las nuevas condiciones sociales y culturales,

avanzando hacia códigos más diversos y plurales. Sin embargo, aún operan prácticas tradicionales basadas en la división desigual de género y en una larga historia de educación sentimental basada en los valores de una ideología romántica dominante que reproduce las desigualdades sociales y de género, misma que convive con nuevas formas de relaciones amorosas que buscan formas más equitativas, igualitarias y basadas en la autonomía y los derechos de las personas. “Las formas culturales del enamoramiento -en las que se pueden identificar claros estereotipos de lo femenino y lo masculino- operan también entre los jóvenes que inician sus acercamientos amorosos, tanto en las maneras de acercarse como en las formas de contarlo.” (Leñero Llaca et al., 2011:31). Por ejemplo, en los hombres jóvenes, el noviazgo puede implicar la puesta en práctica de mecanismos de control aprendidos socialmente, pero sublimados por los ideales románticos que dictan el mensaje de la fusión; o, por el contrario, pueden distanciarse por la presión de los pares. Suelen activarse también ciertos mandatos o códigos del modelo de masculinidad tradicional (hegemónica), como el no expresar emociones o sentimientos frente a algún desdén o rechazo amoroso y seguir la consigna de “los hombres no lloran”, con un costo emocional y limitaciones para desarrollar sus capacidades de vincularse amorosamente o de establecer relaciones más significativas y profundas.

También, esta ideología del discurso amoroso conlleva a que exista “una ‘idealización’ romántica de las relaciones de noviazgo en donde no puede existir el conflicto” (Saldívar Hernández, 2010: 53), lo cual dificulta observar las relaciones de noviazgo y otras relaciones como un espacio en tensión-fusión-separación-fricción permanente que requiere de la construcción de acuerdos, de la negociación y del ejercicio de habilidades para resolver las diferencias y los conflictos inherentes a las interacciones y la coexistencia cotidiana.

En las sesiones de esta intervención se considera al amor como una experiencia vital que se encuentra mediada por prácticas culturales, discursos filosóficos y determinaciones sociales e históricas particulares. Retomamos la siguiente definición: “El amor es un conjunto de vivencias, un proceso que puede ser vivido con mayor o menor duración, con mayor o menor intensidad, en el que se interrelacionan y activan emociones, el pensar y el actuar del ser humano” (Sanz, 2007:58) e implica manifestaciones que pasan por procesos inconscientes, de deseo, de seducción. La seducción es un proceso significativo en el establecimiento de los vínculos afectivos y amorosos e implica, desde el trabajo individual y grupal, hacer consciente e ir descubriendo elementos que forman parte de lo que nos gusta o deseamos de la otra

persona, tales como: el lenguaje corporal, verbal, las características de la personalidad, las fantasías eróticas.

Bajo este mismo enfoque de reflexión se concibe al enamoramiento como parte del proceso de construcción del amor y una experiencia significativa que puede implicar "…fusión, goce, un estado de trance, alienación, locura, éxtasis." (Sanz, 2007: 103). Se puede vivenciar como una fantasía o idealización de la persona, como una alteración de la percepción del espacio-tiempo. A partir de lo vivencial y lo didáctico, es decir, de la sensibilización y la educación, se abordan las experiencias y las reflexiones sobre el aprender a amar desde el buentrato (con base en el respeto, la equidad y sin dañar/se) en el espacio personal, relacional y comunitario con el fin de buscar transformar los códigos afectivos.

Así, desde esta propuesta el maltrato es considerado como reflejo de relaciones de poder autoritario y un instrumento eficaz de subordinación que se impone en la vida cotidiana afectando de forma singular y sistemática a las mujeres, las niñas, niños, en tanto que el papel social y la identidad de esas personas se han configurado "…desde una subjetividad pasivizada, para el sometimiento, la anulación de la autoestima y de sí mismas, y para la vivencia de guiones por y para los otros y no para sí mismas…" (González Serratos, Selma, 2009, p. 132).

Aproximación a la sexualidad: Derechos sexuales y reproductivos

De acuerdo con la World Association for Sexual Health (2008) los derechos sexuales abarcan los derechos humanos; se reconocen en las leyes nacionales, en los documentos base de tratados y convenios internacionales y en otras declaraciones de consenso y alcance sectorial, gremial, regional, continental o global. En síntesis, comprenden el derecho de todas las personas para que, libres de coacción, discriminación y violencia, puedan:

- Alcanzar el nivel más alto posible de salud sexual, lo que comprende el acceso a servicios de atención de salud sexual y reproductiva.
- Buscar, recibir y divulgar información con relación a la sexualidad.
- Recibir educación de la sexualidad.
- Respeto de su integridad física.
- Elegir su pareja.
- Decidir si se quiere ser sexualmente activo o no.
- Tener relaciones sexuales consensuales.
- Contraer matrimonio consensual.

- Decidir si la persona quiere tener hijos o no, y cuándo quiere tenerlos.
- Llevar una vida sexual satisfactoria, segura y placentera. (World Association for Sexual Health, 2008: 163).

Tanto los derechos humanos como los derechos sexuales y reproductivos constituyen una dimensión imprescindible y una base de información para la construcción de herramientas para la prevención de la violencia, toda vez que a partir del conocimiento e incorporación de esos derechos se pueden brindar elementos para prevenir el maltrato y para que mejoren los vínculos afectivos en la vida cotidiana, sea en los ámbitos escolar, familiar o directamente entre las y los adolescentes y jóvenes.

La sexualidad es una vivencia básica e inherente al ser humano que abarca todo el ciclo vital de las personas. Contempla dimensiones como el erotismo, los vínculos afectivos, la reproductividad, el género y la orientación/preferencia sexual. Sin embargo, esta actividad suele permanecer oculta o exclusivamente ligada a la reproducción, por diferentes motivos -culturales, religiosos o ideológicos- que, en su mayoría, están relacionados con la persistencia de un basamento patriarcal.

Independientemente de lo que él o la facilitadora opine respecto de las prácticas sexuales entre las y los adolescentes, es un hecho que en México la vida sexual activa comienza a temprana edad: entre los 13 y 15, en el caso de los varones y entre los 14 y los 16, en el caso de las mujeres (INEGI, 2011). El conocimiento, defensa y ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, experimentando o no una vida sexual activa, promueve la libertad para tomar decisiones.

Para que los derechos se encuentren al alcance de las y los adolescentes y jóvenes es necesario:

- Hacer visibles las necesidades específicas de las y los adolescentes y jóvenes.
- Mirarles como interlocutoras/es válidas/os.
- Reconocer sus capacidades de decisión.
- Erradicar valores culturales y prácticas sociales discriminatorias.
- Proporcionarles conocimientos suficientes sobre la sexualidad y el cuerpo, tengan o no una vida sexual activa.
- Brindar servicios educativos y de salud específicos para su etapa de vida.

La existencia de una doble moral relacionada con el actuar y los comportamientos en la sexualidad de las mujeres y los hombres, es un factor de riesgo y tiene un impacto importante en el ejercicio y en el sufrimiento de la violencia en las relaciones de

noviazgo y en otras relaciones afectivo-eróticas. En este marco, cabe reflexionar sobre el concepto de la sexualidad como un aspecto inherente a la vida y actividad de las personas y como un derecho que incluye el derecho a la vida privada, a la integridad y al ejercicio de la sexualidad libre de violencias y daño en las personas.

En las sesiones se aborda el concepto de sexualidad y se reflexiona sobre las dimensiones de derechos que implica, por ahora conviene asentar que "la sexualidad es un aspecto fundamental de la condición humana, presente a lo largo de la vida y abarca el sexo, las identidades y los papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción.

La sexualidad se vivencia y se expresa por medio de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, funciones y relaciones. Si bien la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas ellas se vivencian o expresan siempre. La sexualidad recibe la influencia de la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, así como religiosos y espirituales". (World Association for Sexual Health, 2008: 162)

En México se cuenta con la Cartilla Nacional por los Derechos Sexuales de las y los Jóvenes "avalada por la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) y más de 160 organizaciones" (www.andar.org.mx).

Dicha cartilla se compone de trece derechos, a saber:

1. Decidir de forma libre sobre mi cuerpo y mi sexualidad.
2. Ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.
3. Manifestar públicamente mis afectos.
4. Decidir con quien compartir mi vida y mi sexualidad.
5. Respeto de mi intimidad y mi vida privada.
6. Vivir libre de violencia sexual.
7. Libertad reproductiva.
8. Igualdad de oportunidades y a la equidad.
9. Vivir libre de toda discriminación.
10. Información completa, científica y laica sobre la sexualidad.
11. Educación sexual.
12. Servicios de salud sexual y a la salud reproductiva.
13. Participación en las políticas públicas sobre sexualidad.

Conviene enfatizar en la importancia del derecho a vivir libre de violencia sexual[6], ya que la sexualidad es un campo en donde también es importante aprender a decidir y se requiere vivirla en ambientes libres de coerción y daño.

TÉCNICAS VIVENCIALES DE LA SESIÓN

Objetivo: Indagar y reflexionar en torno a las construcciones personales, relacionales y sociales del amor y la sexualidad de las y los adolescentes, y jóvenes.
Espacio requerido: Un espacio amplio y sin obstáculos
Recomendación en el uso de la palabra: Es importante en todo momento cuidar que las participaciones sean uno a una o una a uno.

Las técnicas que se desarrollarán en esta sesión son las siguientes:

TÉCNICAS Y SUS OBJETIVOS PARA LA SESIÓN	
Recapitulando la sesión anterior:	Recordar elementos revisados la sesión anterior.
Recordando nombres:	Identificar los nombres de las y los integrantes del grupo y de los/as facilitadores a través de la dinámica con una pelota.
Los cuatro puestos:	Conocer, analizar y reflexionar de manera crítica acerca de las relaciones afectivo-eróticas en las que se relacionan, o se pueden llegar a relacionar, las y los adolescentes y jóvenes.
Yo soy el amor, yo soy el enamoramiento, yo soy la atracción sexual:	Reflexionar e indagar de manera crítica acerca del significado que las y los adolescentes y jóvenes le dan al amor, el enamoramiento y la atracción sexual.
Mapa del cuerpo:	Diagnosticar el conocimiento que tiene acerca de ITS y VIH, ampliando su conocimiento a través de la reflexión crítica.
Te entrego un diploma:	Reconocimiento individual de las aportaciones que cada integrante del grupo realizó.

[6] El artículo de la Cartilla es el art. 6. Derecho a vivir libre de violencia sexual:
implica que "cualquier forma de violencia hacia mi persona afecta el disfrute pleno de mi sexualidad. Tengo derecho a la libertad, a la seguridad jurídica, a la integridad física y psicológica. Ninguna persona debe acosar, hostigar, abusar o explotarme sexualmente. El Estado debe garantizarme el no ser torturada/o, ni sometida/o a maltrato físico y psicológico, abuso, acoso o explotación sexual. (Artículos 1°, 4, 20, 21 y 22 de la Constitución).

RECAPITULANDO LA SESIÓN ANTERIOR
Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
De la bienvenida a las personas participantes. Haga las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron después de la sesión anterior? Escuche y trabaje las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior. Realice la siguiente pregunta:

¿Qué recuerdan que trabajamos la sesión anterior? Escuche y aporte lo que considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas. También se revisan los acuerdos tomados por el grupo y se les invita a evaluarlos nuevamente; a darse cuenta de si quieren agregar algo más.

RECORDANDO NOMBRES
Tiempo: 20 minutos
Materiales: Pelota suave
Grado de riesgo: Bajo

Instrucciones o pasos a seguir:
Solicite a las y los jóvenes participantes que se reúnan en círculo, sea de pie o en las sillas. La instrucción para esta técnica es que la persona que toma la pelota diga su nombre y pase la pelota a otra persona; y que de preferencia se encuentre en otro extremo del círculo, con la consigna de cuidar la manera en cómo pasan la pelota, para no golpear a nadie.

Una vez que cada quien haya dicho su nombre, se pasarán de nuevo la pelota y quien lance la pelota dirá el nombre de la persona que le antecedió y así sucesivamente.

Procesamiento y cierre:
El objetivo es propiciar el (re)conocimiento de las y los integrantes del grupo, para lo cual es importante hacer la segunda ronda cuidando el tiempo y observando que la gran mayoría puedan participar para identificarse.

LOS CUATRO PUESTOS

Tiempo: 60 minutos.
Materiales: Hojas blancas, hojas rotafolio, plumones, cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:

Haga la siguiente pregunta a manera de lluvia de ideas, ¿cómo se comunican a través de las nuevas tecnologías? e identifique junto con el grupo las cuatro formas de comunicación más utilizadas. Por ejemplo, pueden ser el correo electrónico, el Facebook, el WhatsApp y el chat.

Ahora pregunte: ¿Cuáles son las relaciones afectivo-eróticas que más viven los y las adolescentes, o las y los jóvenes en este contexto? e identifique con el grupo las cuatro más comunes.

Una vez hecho esto, divida al grupo en cuatro subgrupos. Asigne a cada equipo una de las cuatro formas de relación y una de las cuatro nuevas tecnologías identificadas.
Cada subgrupo representará de manera gráfica, con el apoyo de hojas blancas, de hojas de rotafolio o del pizarrón, etc., la interacción que se da en la forma de relación afectivo-erótica asignada con el uso de la tecnología que les tocó.

Por ejemplo, si se eligieron Facebook, chat, WhatsApp y correo electrónico, cada participante actuará como lo hace en cada una de estas redes sociales conviviendo con la nueva tecnología y escribiendo mensajes que describa cómo se vive esa relación afectivo-erótica.

Si fuera en Facebook anotarán en un muro (que será la hoja de rotafolio) y representará una página de fans con el título de la relación afectivo-erótica que se asigne; en el chat cada participante elegirá un seudónimo y escribirá en una nota adhesiva que pegará en una hoja de rotafolio, en el WhatsApp cada participante escribirá en nubes de diálogo de la hoja de rotafolio y en el correo electrónico cada participante dejará un mensaje de dos líneas.

Una vez que todos los subgrupos han terminado, se leen los mensajes de cada uno en plenaria y se debate sobre la interacción de las y los adolescentes, o las y los jóvenes con las nuevas tecnologías.

Promueva que se identifiquen las formas de maltrato o de buentrato que existan en las relaciones afectivo-eróticas.

Procesamiento y cierre:
En plenaria invite a las y los participantes a tomar una postura crítica al respecto de la manera en cómo se comunican a través de las nuevas tecnologías y cómo establecen acuerdos en una comunicación frente a frente, cuando inician una relación afectivo-erótica y cuáles son las consecuencias de no comunicarse de manera clara.

Para cerrar pida al grupo que observe la importancia de la comunicación y la convivencia desde el buentrato. Nota: es muy importante conservar en un lugar seguro el material generado en esta actividad pues será utilizado en la sesión 4 de este taller.

Adaptación de la dinámica "Los cuatro puestos", del documento: Guía sobre salud sexual y reproductiva en jóvenes. Comisión Ejecutiva Federal de (JSE) Juventudes Socialistas de España, 2009.

YO SOY EL AMOR, YO SOY EL ENAMORAMIENTO, YO SOY LA ATRACCIÓN SEXUAL
Tiempo: 50 minutos.
Materiales: Hojas de rotafolio, plumones, cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Pida al grupo que se formen tres equipos, cada uno deberá de ser del mismo número de personas. Explique la siguiente situación hipotética: el gobierno quiere hacer una campaña sobre uno de los siguientes tres temas: el amor, el enamoramiento y la atracción sexual, y quiere saber cuál es el más importante para las y los adolescentes, o jóvenes, hoy en día. A cada equipo se le asigna un concepto desde la siguiente lógica: "Yo soy el amor", "Yo soy el enamoramiento", "Yo soy la atracción sexual".

Indique que cada equipo debe definir qué es el amor, enamoramiento o atracción sexual y por qué es importante cada uno de éstos en las relaciones.

Dé 15 minutos a cada equipo para que reflexionen por qué su concepto es importante y las ideas más significativas deberán plasmarlas en una hoja de rotafolio que tenga el título de "Amor", "Enamoramiento" o "Atracción sexual".

Después, en plenaria grupal, cada equipo deberá defender por qué es más importante el tema que les tocó. En esta situación hipotética las y los participantes representan a la adolescencia o juventud y las personas facilitadoras personificarán al gobierno.

Primero, cada equipo expone su definición y después tienen que convencer al gobierno. Se realiza un debate. Al finalizar se retoman los aspectos que considere fundamentales de los tres conceptos

Algunas preguntas de apoyo que puede utilizar son: ¿qué es el amor?, ¿qué es el enamoramiento?, ¿qué es la atracción sexual?, ¿en qué se parecen?, ¿en qué son distintas?, ¿con cuál de las tres se quedarían? ¿Necesariamente están los tres en una relación de noviazgo?

Procesamiento y cierre:
Puede comentar lo siguiente: resulta importante entender que dentro de las relaciones afectivo eróticas, como el noviazgo, existen diferentes procesos como pueden ser el amor, el enamoramiento y la atracción sexual.

Por un lado, el amor es un proceso en el que existen emociones, pensamientos y acciones de las personas con involucramientos, intensidades o duraciones distintas (Sanz, 2003). Según Lagarde (1999), un amor no patriarcal es la experiencia de mantener el yo, fortalecerlo y desarrollarlo con acciones concretas en el tiempo y el espacio. Por otro lado, el enamoramiento es un intenso estado pasional y anímico, en el que existe una idealización de la persona amada; mientras que la atracción sexual, se refiere a los elementos de la seducción que pueden atraernos de una persona, como pueden ser su apariencia, lo que dice y cómo lo dice, su manera de vestir, su cuerpo y su lenguaje corporal, así como elementos de su personalidad que nos resultan agradables y atractivos (Sanz, 2003).

Es importante compartirle al grupo el mensaje de que no es que existe un proceso o pasos a seguir determinado en las relaciones, o que sentir amor, enamoramiento o atracción sexual implique que un proceso sea mejor que otro, sino percatarnos de sus diferentes cualidades y que cada persona vaya viviendo diferentes momentos. Puede hablarse también de que las relaciones se van transformando y podemos decidir cómo, con quién y hasta cuándo queremos estar en cada relación.

MAPA DEL CUERPO

Tiempo: 50 minutos

Materiales: Hojas de rotafolio o cartulina, cinta adhesiva, bolígrafos y varios plumones de colores azul o morado y rojo o naranja.

Grado de riesgo: Alto.

Instrucciones o pasos a seguir:

Indique a las personas participantes que formen cuatro equipos: Dos de hombres y dos de mujeres. Cada subgrupo deberá representar con un dibujo a alguna de las siguientes personas: hombre adulto, hombre joven, mujer adulta o mujer joven.

Pida a cada subgrupo que dibuje la silueta del cuerpo de una de las personas y en ella dibujen los rasgos de una persona desnuda de la población que les tocó trabajar (el dibujo puede ser tan detallado o general como el equipo decida). El dibujo lo pueden hacer uniendo tres cartulinas, de tal forma que pueda formarse una persona de un tamaño real. Indique que sobre la silueta marquen con color azul o morado, las zonas del cuerpo que esa persona utiliza para sentir o producir placer sexual, a sí mismas o a otra persona.

En cada zona marcada con ese color, deberán escribir las prácticas que esa población realiza para sentir o generar placer sexual. Indique que, sobre la silueta, marquen con color rojo o naranja, las zonas del cuerpo que pueden ser vías de transmisión o lugares donde se manifiesten algunos de los síntomas de una infección de transmisión sexual ITS (incluyendo el VIH), por realizar las prácticas antes señaladas. Es importante que junto a esa marca escriban los nombres de las ITS que se pueden adquirir o manifestarse en esa parte del cuerpo a partir de las prácticas allí señaladas.

En plenaria, cada equipo reflexionará y compartirá la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son las prácticas de riesgo para ITS y VIH más frecuentes de esta población?
- ¿Cuáles son los argumentos o razones que utilizan esa población para tener estas prácticas?
- ¿Cuáles son las ITS que la población identifica y cómo las llama?

Procesamiento y cierre:

Es importante que durante el desarrollo de esta dinámica ayude a las y los adolescentes a no caer en prejuicios acerca de las figuras analizadas, a comprender

que todas y todos podemos estar implicados/as en situaciones de riesgo y es importante poder identificarlas. Puede promover un debate acerca de la información de los métodos de prevenir infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados, y estimulara la conversación al respecto de los derechos sexuales y reproductivos de hombres y mujeres; y la corresponsabilidad en asumir los mismos.

Es de suma importancia mantener la seriedad en la actividad puesto que este tema puede llegar a generar morbo a causa de la desinformación y lo poco habitual que les resulta hablar al respecto. Se puede prestar para muchas bromas, por ello, es importante mantenerse en un tono serio y no caer en los mismos juegos, por difícil que resulte la dinámica.

Adaptación de herramienta del mismo nombre que forma parte del Diagnóstico Comunitario Participativo de la Alianza Internacional contra el VIH/sida; traducida y publicada en español en Diagnostico comunitario participativo. Paquete de herramientas. International HIV/Aids Alliance y Colectivo Sol AC. México, 2006.

TE ENTREGO UN DIPLOMA
Tiempo: 40 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Pida al grupo que se reúnan en círculo. Se le pide a cada integrante que haga un comentario positivo acerca de un integrante diciendo: “Entrego este diploma a “B” por…”. Ejemplo: “Entrego este diploma a Ana por haber dibujado muy bien el cuerpo del hombre adulto”. Cada participante elegirá a una persona diferente y no es válido repetir el motivo del diploma.

Procesamiento y cierre:
Haga un reconocimiento de las habilidades grupales y entrega un diploma grupal. Despida al grupo y se le recuerda el día de la próxima sesión y el horario.

Sesión 3.
TIPOS DE VIOLENCIA, VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO Y VIOLENCIA ENCUBIERTA

Sesión 3. TIPOS DE VIOLENCIA, VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO Y VIOLENCIA ENCUBIERTA

OBJETIVO DE LA SESIÓN

Reconocer los principales tipos de violencia y la violencia masculina presentes en las relaciones afectivo-eróticas, incluyendo la identificación de micromachismos para desarrollar estrategias que faciliten su detección y atención.

MARCO CONCEPTUAL A TRABAJAR

La violencia de género es un "tipo de violencia física o psicológica ejercida contra una persona sobre la base de su sexo; el término hace referencia a aquel tipo de violencia que tiene sus raíces en las relaciones de género dominantes existentes en una sociedad" (Lagarde, 1998, 26).

Por lo general, a la violencia de género se le asocia con la violencia contra las mujeres, quienes, como lo manifiesta Marcela Lagarde (1998), muchas veces sufren violencia por el sólo hecho de ser mujeres. Desde esta base conceptual, Lagarde acuñó el concepto de "feminicidio" (asesinato de mujeres por razones de género) y lo promovió como delito en el Código Penal Federal y en la Ley General de Acceso de las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV, 2007).

Si relacionamos a la violencia de género con la violencia en el noviazgo, podemos observar que el contexto de desigualdad estructural entre hombres y mujeres hace que la violencia signifique cosas muy diferentes para ambos: los hombres aprenden que con la violencia pueden someter y restablecer su jerarquía; las mujeres saben que con su violencia no pueden cambiar ese orden mayormente y, en cambio, saben que con la violencia que sufren pueden ser sometidas y puestas en su lugar", es posible comprender entonces por qué la violencia que sufren algunos hombres adolescentes o jóvenes en el noviazgo muy pocas veces puede considerarse como violencia de género, a diferencia de la violencia que sufren las mujeres jóvenes, donde el género es el principal factor de riesgo para sufrir violencia.

Se requiere el análisis cuidadoso -con los lentes de género- para poder construir un entendimiento que explique el hecho de que la violencia que informan mujeres y hombres en estudios recientes, no se refiere a la misma. Un hallazgo consistente y

desconcertante para quienes se adentran en el tema, es que la prevalencia de violencia en el noviazgo entre jóvenes adolescentes y en edad universitaria es igual o comparable entre unas y otros (Casique, 2010). Esto es interpretado desde algunas posturas como si la violencia en el noviazgo entre jóvenes fuese igual, equivalente o simétrica entre ambas partes y no hubiese diferencias de género o de motivos, fines y consecuencias al ejercer o sufrir la violencia. Aquí es importante señalar que no se trata de minimizar ningún tipo de violencia, finalmente el objetivo es erradicar cualquier tipo de violencia en todos los ámbitos de la vida humana, evidenciando que el enfoque de género y las herramientas metodológicas que de él emanen son importantes para poder interpretar el complejo fenómeno de la violencia.

Por ejemplo, en las situaciones de violencia física, no obstante que en algunos casos puede ser bidireccional o recíproca entre las y los adolescentes y jóvenes, no se puede poner en un plano simétrico general lo que experimentan mujeres y hombres, por tres razones fundamentales: la primera, porque los daños en la salud siempre son mayores en las mujeres que en los hombres que sufren violencia de sus parejas; segunda razón, porque el significado de la violencia y la forma en que ésta se conceptualiza difieren para hombres y para mujeres en la relación de noviazgo; tercera, porque los "aprendizajes" que asimilan los varones y las mujeres de la violencia en la pareja son diametralmente diferentes, pues se orientan a consolidar a cada persona en su rol socialmente "esperado": los hombres en su papel de agentes que ejercen y se benefician de la dominación, las mujeres en su papel de agentes sumisas y conformistas con la inequidad de género (Castro y Frías, 2010: 33).

Para efectos operativos adoptaremos la siguiente tipología de la violencia, aunque es importante aclarar que existen otras propuestas para clasificar las formas de violencia[7]. Para fines de la metodología de intervención que se propone, atenderemos estas tres en particular y acuñaremos una cuarta:

[7] Los tipos de violencia de género según el INMUJERES, que a su vez los acuñan con base en tratados internacionales como el de la CEDAW (Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women, Asamblea General de las Naciones Unidas, 1979. Ratificada en México en 1981) y la Convención de Belem do Pará (Brasil, 1994. Ratificada en México en 1998) son: a) violencia económica: acción u omisión del agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima; b) violencia en la comunidad: actos individuales o colectivos que transgreden derechos fundamentales de las mujeres y propician su denigración, discriminación, migración o exclusión en el ámbito público; c) violencia familiar: acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual, dentro o fuera del domicilio familiar; d) violencia feminicida: forma extrema de violencia contra las mujeres, producto de la violación de sus derechos humanos en los ámbitos público y privado, conformada por el conjunto de conductas misóginas que pueden conllevar impunidad social y del Estado y culminar en homicidio y otras formas de muerte violenta de mujeres; e) violencia física: acto que infringe daño no accidental, usando la fuerza física o

- Violencia psicológica: Se entiende como "cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica. Puede consistir en negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e, incluso, al suicidio" (LGAMVLV, 2007: 51).
- Violencia física: Entendida como "cualquier acto que inflige daño no accidental, que usa la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar, o no, lesiones, ya sean internas, externas o ambas" (LGAMVLV, 2007: 51).
- Violencia sexual: Conceptualizada como "cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto" (LGAMVLV, 2007: 51).
- Violencia en el noviazgo: Con la que se hace alusión a "todo acto, omisión, actitud o expresión que genere o tenga el potencial de generar, daño emocional, físico o sexual a la pareja afectiva con la que se comparte una relación íntima sin convivencia ni vínculo marital" (Castro y Casique, 2010: 22).

No obstante, la interrelación de las violencias, es importante señalar y tener claro que la violencia en el noviazgo implica tanto un contexto, como sus protagonistas y características específicas, y es una situación diferenciada de la vida conyugal. La

algún tipo de arma u objeto, que pueda provocar o no lesiones ya sean internas o externas o ambas; f) violencia institucional: actos u omisiones de las y los servidores públicos de cualquier orden de gobierno que discriminen o tengan como fin dilatar, obstaculizar o impedir el goce y ejercicio de los derechos humanos de las mujeres; g) violencia laboral y docente: ejercida por personas que tienen vínculo laboral, docente y análogo con la víctima, independientemente de la relación jerárquica , consistente en un acto u omisión de abuso de poder que daña la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la víctima e impide su desarrollo y atenta contra la igualdad; h) violencia patrimonial: acto u omisión que afecta la situación de la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes, derechos o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima; i) violencia psicológica: acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio; j) violencia sexual: cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que por tanto atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto (INMUJERES, 2007: 131-136).

violencia en el noviazgo también adopta pautas o patrones repetitivos que se dan en cierto orden o fases "a manera de un espiral, esquema que popularizó Leonor Walker en su obra Las mujeres golpeadas (…) fases a las que se llama: "ciclo de la violencia en la pareja" (Pinelo Serret, 2008: 170). Veamos, pues, cómo opera el ciclo de la violencia en la pareja de acuerdo con la autora:

- Fase de tensión: el hombre joven inicia un proceso de manifestación de violencia, generalmente (y a partir de un enojo) mediante insultos, amenazas, intento de violencia física (rompe objetos, la jalonea).
- Fase de paralización o sumisión: el inicio de un proceso de manifestación de ciertas violencias genera que la mujer joven que sufre la violencia se sienta culpable e ingrese en un desequilibrio emocional, se paralizan sus reflejos y no puede responder o actuar para detener la manifestación o ejercicio de la violencia.
- Tregua amorosa: también se le refiere como fase de arrepentimiento, de reconciliación o "luna de miel"; cuando el proceso del ejercicio de la violencia ha pasado, el varón joven que ejerció la violencia pide perdón y promete que no volverá a suceder. La mujer joven puede comenzar a verle como alguien que quiere cambiar y le cree porque está vinculada emocionalmente y por eso se le llama a esta fase "luna de miel". En cualquier otro momento, generalmente pasado cierto tiempo, vuelve el estado de tensión y el ciclo se repite.
- Fase intermedia de alejamiento o separación temporal: la mujer joven busca ayuda en distintas instancias. Esta fase es muy importante ya que en ella la persona agredida accede a información y realiza actividades que pueden ayudarle a enfrentar el problema y además, generalmente evalúa diferentes alternativas, como las legales y a la atención psicológica (Jiménez García, 2011: 45).

Mitos y realidades en torno a la violencia

En muchas ocasiones la violencia se naturaliza, la pensamos como parte de las relaciones sociales, particularmente, como parte de las relaciones amorosas. Así, existe una serie de mitos comunes en torno a las violencias de género que es preciso tener presentes con el fin de detectar la violencia "invisible" y, en muchas ocasiones, "naturalizada":

- Las víctimas son masoquistas, por lo que desean y disfrutan la violencia.
- Es la víctima quien provoca la violencia.
- La violencia contra la mujer solo sucede en cierto tipo de mujeres o en cierto tipo de familias.
- Las víctimas mienten o exageran.

- La conducta del hombre está justificada o no es responsable, ya que no actuó de forma intencional.
- Se trata de actos que no son realmente dañinos.
- Se trata de actos muy extraños y poco habituales del agresor.
- La violencia de género es consecuencia de personalidades psicópatas o enfermas.
- La violencia de género se da en pocos casos, no representa un problema tan grave.
- Todo el mundo es agresivo, las mujeres también.
- El abuso sexual y las violaciones ocurren en lugares peligrosos y oscuros, y el atacante es un desconocido.
- El maltrato emocional no es tan grave como la violencia física
- La mujer maltratada siempre puede dejar al agresor.
- Los y las hijas necesitan a su padre, aunque sea violento.
- La conducta violenta es algo innato, que pertenece a la "esencia" del ser humano." (Tomado de Matud Aznar, 2009: 192–197).

Asimismo, a fin de contrarrestar estos mitos, los argumentos en contra de algunos estereotipos sociales en relación con las violencias y el maltrato, pueden ser los siguientes:

- "No son pérdidas de control". Las llamadas "pérdidas de control" son controladas. Generalmente el hombre violento agrede cuando la mujer es más vulnerable, cuando no hay nadie que la pueda ayudar, en situaciones de mayor aislamiento. En otros contextos y con otras personas no se descontrolan o lo hacen mucho menos.
- "La familia siempre ayuda a la mujer". Las familias no siempre fomentan la autonomía, el respeto y el valor de las diferencias; aún se ejerce violencia física o castigos hacia las mujeres, niñas y niños como forma de "corregir o educar". Por eso no se puede dar por hecho que la familia y vínculos cercanos a la joven la ayuden y apoyen.
- "La violencia es solo el golpe". Hay otras formas de violencia, además de la física, que son menos evidentes o más sutiles o difíciles de detectar, como la psicológica, la sexual, la económica y tienen el mismo objetivo de limitar, controlar y someter la autonomía de las mujeres.
- "Son parejas que se agreden mutuamente". El proceso o ejercicio de la violencia de género se sustenta en la desigualdad, estereotipos y dominación de hombres hacia las mujeres por el simple hecho de ser mujeres, es una forma sistemática

de dominarla y controlarla a ella, que puede generar lo que se conoce como violencia reactiva como respuesta de defensa ante la violencia de los hombres.

- "Son hombres enfermos". No obstante que puede haber casos de hombres que ejercen violencia por causas de algún daño orgánico cerebral, más del 95% de los hombres que ejercen violencia no tienen algún trastorno ni daño cerebral.
- "El alcohol u otras adicciones son la causa". Los hombres que ejercen violencia, la ejercen cuando han consumido alcohol y también cuando no lo han consumido; el alcohol y otras sustancias no son la causa, aunque pueden asociarse a desinhibición y la violencia se agrava, o son utilizados para autojustificarse y no asumir la responsabilidad de sus actos.
- "Es gente de bajos recursos e inculta". Todos los tipos de violencia contra las mujeres ocurren en todos los grupos, estratos, clases o condiciones sociales.
- "La idea del amor romántico". En general, el significado del amor romántico se mitifica y se asocia a la atracción, pasión, emociones intensificadas y expectativas diferenciadas para mujeres y hombres.

En las mujeres se asocia a la entrega total, anularse por el otro, a una relación de larga duración y aceptación incondicional de los hombres, por eso se pueden confundir los celos, el control y el dominio de él con expresiones de "amor". Y en los hombres se asocia a poseer o sentirse dueños de las mujeres: ella le pertenece o a limitarse al puro placer erótico genitalizado.

- "¡Si no le gusta, que se vaya!". Suele sugerírsele a ella que deje su trabajo, sus proyectos y que se refugie. Sería más adecuado que el hombre que ejerce violencia deje el hogar y a la mujer proporcionarle medidas de protección.
- "¡Que denuncien!". Es importante que la mujer tenga primero una estrategia clara de a dónde acudir, los recursos de los que dispone, qué lapso de tiempo y quién y cómo será atendida en lo psicológico, lo médico, lo social, lo jurídico.
- "Es un asunto privado". En realidad, estamos frente a un grave problema social y de salud pública, es un delito y por ello las instituciones, los grupos sociales, las comunidades, las familias y las personas tenemos responsabilidad de prevenirla y erradicarla en todos los ámbitos.
- "Son problemas que tienen arreglo". Se requieren más políticas públicas de prevención y erradicación de la violencia contra las mujeres –sean adultas, jóvenes, niñas- en todas las relaciones sociales y espacios sociales; no solamente actuar en las crisis (Tomado de Mendi Zuaro, 2004).

La importancia de aprehender la perspectiva de género en cuanto a la violencia en el noviazgo y otras relaciones, radica, por un lado, en el reconocimiento de que esa violencia se basa en la jerarquía-dominación- poder-control de los hombres con respecto de las mujeres, lo cual implica una expresión de desigualdad y de injusticia entre las y los adolescentes y jóvenes. En nuestra visión, lo anterior significa que se reproduce un sistema social de opresión entre los géneros que, por tanto, al originarse a partir de un sistema de creencias/acciones, es también susceptible de transformarse. Y una de las claves para avanzar hacia esa transformación está en reconocer que el problema de la violencia en las relaciones es un problema fundamentalmente de violencia de género.

Violencia Encubierta

La violencia encubierta se sustenta en actitudes de dominación "suave" o de "bajísima denominación", formas y modos sutiles y negados de abuso e imposición en la vida cotidiana llamados teóricamente micromachismos (mM). Son específicamente artes de dominio, comportamientos sutiles o insidiosos, reiterativos y casi invisibles que los varones ejecutan permanentemente (Bonino 1995). Se puede hablar de tres tipos:

a) Micromachismos coercitivos o directos: Son aquellos en los que el hombre usa la fuerza moral, psíquica, económica o de su carácter, para intentar doblegar a las mujeres y convencerlas de que no tienen razón.

Dentro de este tipo podemos mencionar:

- Intimidación: Comportamiento atemorizante por el cual se perciben indicios de que, si no se obedece, sucederá algún suceso perjudicial.
- Toma o abandono repentino del mando: Consiste en anular o no tener en cuenta las opiniones de la otra persona, incluyendo tomar decisiones sin consultar.
- Insistencia abusiva: Obtener lo que se desea por agotamiento de la otra persona, que finalmente acepta a cambio de paz.
- Control del dinero: Maniobras para monopolizar el uso o decisiones sobre el dinero, limitando el acceso de la otra persona o argumentando un derecho superior al suyo sobre éste.
- Uso expansivo y/o abusivo del espacio físico: Ocupar los espacios comunes impidiendo o dificultando que la otra persona los emplee.
- No participación en lo doméstico. Se impone a la mujer la carga del cuidado de lo común: la vivienda y las personas dependientes. Es una práctica de sobrecarga por omisión, que el varón justifica apelando a su

rol de “proveedor” al que no se puede cargar más de lo que soporta en su trabajo.

b) Micromachismos encubiertos: Incluyen aquellos en los que se oculta el objetivo de dominio. Pueden resultar a la vez más sutiles y más efectivos que los anteriores. Este tipo de actuaciones impiden el pensamiento y la acción eficaz de la mujer, llevándola en la dirección elegida por el hombre y aprovechan su dependencia afectiva y confianza, provocando en ella sentimientos de desvalimiento, confusión, culpa y dudas que favorecen el descenso de la autoestima. Dentro de este tipo podemos mencionar entre otros:

- Maniobras de explotación emocional: Generar en la otra persona dudas sobre sí misma, sentimientos negativos y dependencia usando dobles mensajes, insinuaciones, acusaciones veladas, chantaje emocional, etc.
- Terrorismo: Comentarios de descalificación (de sospecha, agresivos) repentinos, sorpresivos que dejan indefensa a la otra persona por su carácter abrupto.
- Paternalismo: Hacer sentir a la mujer como si fuera una niña que necesita cuidados.
- Creación de falta de intimidad: No reconocer las necesidades de afecto de la pareja, la resistencia a hablar de sí mismo, invadir los espacios de intimidad de la otra persona, etc.
- Colusión con terceros. El varón intenta establecer alianzas con las personas con los que la mujer tiene vínculos afectivos (parientes, amistades) a través del relato de historias sesgadas, secretos, etc., con el objetivo de desautorizarla y dejarla sola y a su merced.
- Maternalización de la mujer: Inducir a la mujer a dar prioridad al cuidado de otras personas (hijos/as, familiares) promoviendo que ella no tenga en cuenta su propio desarrollo personal o laboral.
- Autoalabanzas y autoadjudicaciones. En estas maniobras, se desautoriza a la mujer a través de la hipervaloración que hace el varón de sus propias cualidades o aportes, así como autoadjudicándose espacios, objetos o tiempos que se niegan a la mujer.
- Autoindulgencia y autojustificación. El varón elude responsabilizarse por sus actitudes injustas, su desinterés en el cambio o el no tener en cuenta a la mujer apelando a diversas razones que, según él, son inmodificables: la inconsciencia (“no me di

cuenta"), las dificultades de los varones ("quiero cambiar, pero me cuesta, los hombres somos así"), la torpeza, la parálisis de la voluntad u otros defectos personales

- ("no pude controlarme", "es imposible para mí"), o el propio bienestar ("¿para qué quieres que cambie si así me siento bien?").

c) Micromachismos de crisis: Suelen utilizarse para restablecer el reparto previo y mantener la desigualdad de poder en momentos tales como el aumento del poder personal de la mujer por cambios en su vida o por la pérdida de poder del hombre por razones físicas o laborales.

- Pseudoapoyo en las tareas de la casa: Se anuncia el apoyo, pero sin hacerlo efectivo. Se evita así mostrar una oposición frontal pero no se colabora en el reparto de la carga doméstica.
- Desconexión y distanciamiento: Se utilizan formas de resistencia pasiva, incluyendo falta de apoyo o colaboración, no tomar la iniciativa y luego criticar, amenazar con abandonar o abandonar realmente la relación.
- Hacer méritos: Maniobras consistentes en hacer regalos, prometer comportarse bien o hacer cambios superficiales, sobre todo frente a amenazas de separación, sin cuestionarse la situación de base o sus causas.
- Dar lástima: Comportamientos autolesivos como accidentes, aumento de adicciones, enfermedades, amenazas de suicidio, que inducen a la otra persona a pensar que sin ella él podría terminar muy mal.

TÉCNICAS VIVENCIALES DE LA SESIÓN

Objetivo: Reconocer los principales tipos de violencia y la violencia masculina presentes en las relaciones afectivo-eróticas, identificando estrategias que faciliten su detección y atención.

Espacio requerido: Un espacio amplio y sin obstáculos; puede ser el mismo salón de clases quitando las bancas, mesas y/o sillas.

Las técnicas a desarrollar durante la sesión son las siguientes:

TÉCNICAS Y SUS OBJETIVOS PARA LA SESIÓN	
Recapitulando la sesión anterior:	Expresar en plenaria cómo se han sentido durante las sesiones de trabajo.
Conejos a sus conejeras:	Crear un ambiente relajado en el grupo para comenzar a trabajar.
Mi tía Jacinta ¡Ay sí!:	Identificar estereotipos de género que asumimos como naturales.
¿Qué es la violencia y cómo se manifiesta en las relaciones?:	Identificar las características de la violencia, cuáles son los tipos de violencia que existen y cómo se manifiestan en las relaciones afectivo-eróticas.
El burro:	Reflexionar sobre las actitudes de dominación" suave" llamadas micromachismos o violencia encubierta
Dar y recibir:	Reflexionar sobre diferentes formas de aceptar- recibir en relación a la violencia encubierta y sus tipologías.
Los hombres y las mujeres del futuro:	Establecer nuevas posibilidades de ser hombre o mujer para relacionarse de manera equitativa y sin violencia.

RECAPITULANDO LA SESIÓN ANTERIOR

Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:

De la bienvenida a las personas participantes. Haga las siguientes preguntas, ¿Cómo se quedaron después de la sesión anterior? Escuche y trabaje las sensaciones o emociones que hayan sido mencionadas sobre la sesión anterior. Haga ahora la siguiente pregunta ¿Qué recuerdan que trabajamos la sesión anterior?

Escuche y aporte lo que considere necesario para que los temas antes vistos se reafirmen o para que las dudas sean aclaradas. También recuerde los acuerdos tomados por el grupo y se les invita a revisarlos nuevamente; a darse cuenta si quieren agregar algo más.

CONEJOS A SUS CONEJERAS
Tiempo: 15 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Pida al grupo que formen equipos de tres personas donde dos se toman de las manos y forman un círculo que será llamado "conejera"; la tercera persona se mete dentro del círculo o conejera y se convertirá un conejo durante el juego. Puede también forma parte del juego si lo considera adecuado.

Para comenzar dé las siguientes indicaciones:

- Cambio de conejos. En este momento las conejeras se quedan en su lugar sin moverse solo levantan las manos para que el conejo salga y busque su nueva conejera.
- Después de este cambio un conejo quedará sin conejera y este será quien dirija el juego y así sucesivamente.
- La siguiente instrucción es: "¡cambio de conejeras!", en este momento sólo se mueven quienes forman las conejeras, mientras los conejos se quedan quietos esperando una nueva conejera. La dinámica continúa con estas variaciones por un lapso de 10 minutos.

Procesamiento y cierre:
Al final procese cómo fue para cada quién lo vivido e indague sobre cómo se sienten al regresar a este grupo de reflexión. Reúna al grupo en círculo y pida que realicen ejercicios de respiración profunda con los ojos cerrados.

Una vez hecho lo anterior, haga las siguientes preguntas: ¿cómo están?, ¿de qué se dieron cuenta? Puede hablar sobre la importancia de seguir creando confianza en el grupo de trabajo, así como promover cooperación entre ellas y ellos.

MI TÍA JACINTA ¡AY SÍ!
Tiempo: 15 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Esta actividad se introduce diciendo: "Tengo una tía que le gusta decir ¡ay sí! y se llama Jacinta". Y después se pregunta ¿Adivinen quien llegó? Y responden, "¿quién?, mi Tía Jacinta ¡ay sí!"

Las personas repiten la frase y entonces haga alguna actividad que haría una persona al iniciar un día, por ejemplo:

- ¿Adivinen quien llegó? (facilitador/a)
- ¿Quién? Mi tía Jacinta ¡ay sí! (facilitador/a)
-Mi tía Jacinta ¡ay sí!
-Mi tía Jacinta ¡ay sí! se baña así (facilitador/a)
-Mi tía Jacinta ¡ay sí! desayuna así (participante hace la mímica de lo anterior).

Luego de hacer la mímica, el participante repite la frase -Mi tía Jacinta ¡ay sí! barre así...v (señalando a otra persona del grupo que hará los movimientos barriendo y luego procederá a repetir la dinámica incorporando otra acción. Se representa con movimientos corporales la actividad que se propone, si se dice que se baña, se hace el movimiento con las manos y con el cuerpo como si se bañara. Y así se hará en cada actividad que se proponga.

Vuelven a comenzar, pero cada vez van acumulando las primeras frases que dijeron, después de que el facilitador/a da la primera actividad deja que los hombres del grupo pongan otras cinco actividades y después indique que las últimas sean: "camina así, se agacha así, da vuelta así y se sienta así".

Procesamiento y cierre:
Al finalizar las y los participantes quedan sentadas/os y se analiza lo siguiente: ¿realmente las mujeres se mueven de esas maneras?, ¿por qué se hacen ese tipo de movimientos? ¿qué características se esperan de las mujeres?

Al hacer un hombre esos movimientos ¿deja de ser hombre? y ¿por qué no se permite a los hombres moverse así? ¿Qué significado tiene eso?

Adaptación de la dinámica "Mirando con gafas de género", del documento Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Agencia Catalana Para el Desarrollo.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA Y CÓMO SE MANIFIESTA EN LAS RELACIONES?
Tiempo: 40 minutos.
Materiales: Hojas de rotafolio, plumones de colores y cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Alto.

Instrucciones o pasos a seguir:
Solicite a las y los integrantes del grupo que se ubiquen en semicírculo sentados/as y se pega una hoja de rotafolio donde sea visible para todos/ as. Esta técnica se hace después de realizar los ejercicios de enojo y de violencia. Hasta ahora las y los adolescentes y jóvenes han identificado la diferencia entre enojo y violencia, ahora se pide que expresen cómo se manifiesta la violencia en las relaciones afectivo-eróticas.

Escriba los tipos de violencia que identifican situaciones en la hoja de rotafolio cuidando que no se repitan.

Procesamiento y cierre:
Cuando la hoja tenga la mayoría de situaciones posibles, guíe a las y los participantes a la reflexión acerca de por qué se producen estás violencias y les invita a que tomen una postura crítica ante ellas. Mencione los tipos de violencia para que hombres y mujeres colaboren en clasificar a qué tipo de violencia pertenece cada situación.

Explique cada tipo de violencia y las diferentes formas de cometerlas, y como es que representan una decisión y no un instinto o una reacción "natural". Explore cómo se encuentra el grupo después de esta actividad.

Adaptación de la dinámica "Mirando con gafas de género", del documento Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Agencia Catalana Para el Desarrollo.

EL BURRO
Tiempo: 35 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Divida al grupo en equipos de mínimo cuatro personas, elegirán alguien a quien luego se le dirá que actuará el rol de burro.

La consigna es hacer llegar a un "burro", lo más rápido posible, a un punto elegido.

- Sólo para los burros: se les indica que sólo pueden reaccionar positivamente (avanzar) ante las buenas palabras, caricias o cosas parecidas.
- Para el grupo: no está permitido cargar al burro.

Procesamiento y cierre:
A cada equipo de 4 o 5 le corresponde un "burro", cada equipo recibe los cachirulos de periódico y su misión es llevar al burro hacia la línea de meta lo más rápido posible.
El burro avanza a cuatro patas.

Una vez, que todos los equipos hayan concluido su misión. En plenaria, los burros expresan:

- ¿Cómo se han sentido?, ¿avanzaron cuando escuchó frases maltratantes?, ¿por qué?, ¿qué frases le incomodaron?, ¿qué frases le agradaron?

Luego las y los participantes valoran los diferentes tipos de relación que se han establecido, el rol jugado por los cachirulos, las actitudes de violencia sutil.
Desarrollar el tema de violencia encubierta (micromachismos: mM):

- Los mM son actitudes de dominación "suave" o "sutil", son formas y modos imperceptibles y negados de abuso e imposición en la vida cotidiana. Son específicamente artes de dominio, comportamientos sutiles o insidiosos, reiterativos y casi invisibles que los varones ejecutan permanentemente.
- Tipos: mM coercitivos o directos, mM encubiertos, mM de crisis.

Adaptación de la técnica "El Burro" tomada de: La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la paz, Seminario de Educación para la Paz, Madrid, 2000. Bonino, Luis. (2004) Los Micromachismos. Revista La Cibeles N° 2 del Ayuntamiento de Madrid. pp 1-6.

DAR Y RECIBIR
Tiempo: 35 minutos.
Materiales: 4 objetos que se sostengan en la palma de la mano (una moneda, sacapuntas, lápiz, goma).
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Coloque al grupo en pares. Se trata de dar y recibir esos pequeños objetos de diferentes maneras. Una de las personas tendrá los objetos en la palma de sus manos y las ofrecerá a la otra, quien los tomará de manera suave. Puede ser uno por uno o los cuatro a la vez.

Promueva que ofrezcan un objeto cualquiera y quien lo tome lo hará bruscamente. Repetir la experiencia y, esta vez hasta agotar los objetos. Al terminar, quien los tenía deja su mano abierta esperando que la otra persona se los devuelva. Independientemente de lo que pase, se experimenta esta experiencia en grupo de dos, insistiendo en la observación de los sentimientos vividos. Se puede repetir la dinámica con todas las variaciones posibles entre lo suave y rudo.

Procesamiento y cierre:
Describa los sentimientos vividos por quien ofrece en las dos experiencias. Después hable otras situaciones vividas y variadas en actitudes de "tomar" y en actitud de "aceptar".

¿Qué sensación tuviste cuando te arrebataron/arrebataste el objeto?, ¿te diste cuenta de algo cuando te arrebataron el objeto?, ¿crees que exista algún tipo de violencia?

Desarrollar el tema: TIPOS DE MICROMACHISMO

- Micromachismos coercitivos o directos: Intimidación; Toma o abandono repentino del mando; Insistencia abusiva; Control del dinero;
- Uso expansivo y/o abusivo del espacio físico; No participación en lo doméstico.
- Micromachismos encubiertos: Maniobras de explotación emocional;
- Terrorismo; Paternalismo; Creación de falta de intimidad; Colusión con terceros; Maternalización de la mujer; Autoalabanzas y autoadjudicaciones; Autoindulgencia y autojustificación.
- Micromachismos de crisis: Pseudoapoyo en las tareas de la casa; Desconexión y distanciamiento; Hacer méritos; Dar lástima.
- Es importante dejar claro que los Micromachismos no son tipos de violencia
- "menores", sino que solo son violencias menos evidentes, encubiertas.
- Y que es necesario identificarlas claramente.

Adaptación de la técnica "Dar y Recibir" tomada de: La alternativa del juego

I. Juegos y dinámicas de educación para la paz, Seminario de Educación para la Paz, Madrid, 2000. Bonino, Luis. (2004) Los Micromachismos. Revista La Cibeles N° 2 del Ayuntamiento de Madrid. pp 1-6.

LOS HOMBRES Y LAS MUJERES DEL FUTURO
Tiempo: 40 minutos.
Materiales: Hojas de rotafolio y plumones de colores.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Divida al grupo en distintos equipos, tratando de que se formen de manera equitativa. Se pide que piensen y diseñen al hombre y la mujer del futuro; cómo desearían que fuesen, tomando en cuenta todas las técnicas antes revisadas y todo lo reflexionado en el taller.

La forma de diseñar a cada personaje es libre: puede ser con dibujos o frases, incluso pueden representarlos con alguna/o de ellos modelando lo que hayan definido. Después, cada subgrupo presenta su trabajo en plenaria.

Procesamiento y cierre:
Una vez que cada equipo presentó su exposición, invite al grupo a reflexionar cuáles de las características expuestas por sus compañeros y compañeras les parecieron más interesantes y, por qué, pídales también que reflexionen si estos hombres y mujeres del futuro pueden existir hoy y por qué.

Observe si en esas nuevas formas, sigue apareciendo violencia, maltrato o desigualdades, de ser así reflexione con el grupo tales situaciones. Al final, promueva una recapitulación sobre lo visto durante la sesión y las sesiones previas, y haga una ronda para cerrar preguntando cómo se sienten y qué se llevan de lo vivido hasta el momento solicitando que respondan con dos frases cortas.

Adaptación de la dinámica "Mirando con gafas de género", del documento Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Agencia Catalana para el Desarrollo.

Sesión 4.
ALTERNATIVAS PARA PREVENIR LAS VIOLENCIAS EN LAS RELACIONES

Sesión 4. ALTERNATIVAS PARA PREVENIR LAS VIOLENCIAS EN LAS RELACIONES

OBJETIVO DE LA SESIÓN

Identificar estrategias a nivel personal y relacional para detener la violencia de género, la violencia masculina y reflexionar sobre la importancia de construir relaciones respetuosas y equitativas entre mujeres y hombres.

MARCO CONCEPTUAL A TRABAJAR

A partir de la intervención de la cuarta sesión que se propone, el equipo facilitador informará y sensibilizará a las y los adolescentes y jóvenes sobre la construcción de alternativas de prevención y atención básica de la violencia de género en el noviazgo y otras formas de vínculos afectivo- eróticos, tal reto se complementa fusionando conceptos que se desprenden de la Perspectiva de Género y la Terapia de Reencuentro, es decir, con énfasis en la construcción de vínculos y espacios afectivos basados en el respeto y la igualdad de trato entre las personas, así como con una aproximación a la construcción o exploración de alternativas a las violencia desde el enfoque del marco ecológico.

Aproximación desde la Terapia de Reencuentro

La Terapia de Reencuentro (TR) es una metodología de trabajo con grupos y personas cuyo objetivo amplio es construir relaciones de paz, esto es, mejorar la coexistencia mediante la exploración del autoconocimiento (línea que busca profundizar en la aclaración del ¿quiénes somos?), fortaleciendo los procesos de vinculación afectiva respondiendo al cómo se nos influye, e influimos, y en cómo somos, finalmente, implica todo un análisis de los procesos y significados de lo sociocultural.

La TR se refiere al reencuentro de la persona consigo misma (auto-observarse, conocerse en sus pensamientos, emociones, sensaciones, imaginaciones); reencontrarse como persona con un cuerpo, sexuada (integrar el erotismo como un eje de crecimiento personal, no de miedo ni de daño); reencontrarse entre los sexos (abordar la dicotomía y la jerarquización que se hace de las personas y buscar un espacio de comunicación y de diálogo; reencontrarse entre las culturas (se abordan los procesos culturales genéricos que nos afectan y se aprende reconocer esa diversidad como fuente de desarrollo).

Espacio personal: lo interior, lo relacional y lo social. Se concibe a las personas en una triple dimensión analítica: el espacio interior (cuerpo- sensaciones, emociones-sentimientos, pensamientos, actitudes), el espacio relacional (las formas de los vínculos), y el espacio social (cómo hemos integrado o asumido los mandatos del contexto cultural y social más inmediato).

Es un enfoque metodológico que parte de la vivencia, de la experiencia y de los aprendizajes de la propia persona. "Es también el contraste con la experiencia de las y los demás –cuando se trabaja en grupo- lo que, asimismo, ayuda en la comprensión…" de sus propias experiencias y situaciones (Sanz, 2002: 53).

TÉCNICAS VIVENCIALES DE LA SESIÓN

Objetivo: Identificar estrategias a nivel personal y relacional para detener la violencia de género, la violencia masculina y reflexionar sobre la importancia de construir relaciones respetuosas y equitativas entre mujeres y hombres jóvenes o adolescentes.
Espacio requerido: Un espacio amplio y sin obstáculos; puede ser el mismo salón de clases quitando las bancas, mesas y/o sillas.

Las técnicas a desarrollar esta sesión son las siguientes:

TÉCNICAS Y SUS OBJETIVOS PARA LA SESIÓN	
Niña Hortelana:	Preparar a las y los asistentes para las actividades del taller y comenzar a reflexionar sobre las temáticas vistas.
Recapitulando la sesión 3:	Expresar en plenaria cómo se han sentido de durante las sesiones de trabajo.
Soluciones creativas:	Analizar las alternativas que se tienen a nivel individual, relacional, social y político contra la violencia en el noviazgo.
Canasta de frutas:	Construir un ambiente relajado y propiciar la distención entre las y los participantes.
Silueta del enojo:	Reconocer las señales corporales del enojo y diferenciarlas de la violencia y los estereotipos de género.

Respiración por los pies:	Facilitar la comprensión de la respiración como alternativa de espacio personal para reducir el riesgo de ejercer violencia.
Construyendo acuerdos en las relaciones afectivo-eróticas:	Conocer y vivenciar los conceptos básicos de habilidades para la vida: pensamiento crítico, comunicación asertiva y relaciones interpersonales.
Cierre grupal. Masaje de espaldas:	Conocer los principales aprendizajes que las personas participantes se llevan del proceso.

NIÑA HORTELANA

Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:

Cuente la siguiente historia: "había una vez una niña hortelana [horticultora, agricultora, cultivadora]; ella, todos los días tenía que trabajar su huerto para poder comer". Mencione la siguiente frase: "cava el haba la niña hortelana y cuando la cava, la cava así..." Actúe usted como si fuera la niña hortelana cavando.

Cuando el/la facilitador/a ya lo ha actuado, el grupo repite el movimiento diciendo únicamente "la cava así" y diciendo "y siempre pone sus manos así" (actuando en todo momento el acto mencionado).

Este juego responde a una serie de actividades acumulativas, es decir, el/la facilitador/a agregará un movimiento y el grupo tendrá que hacerlos todos comenzando por el más nuevo y acabando con el primero.

Las actividades que se cantarán y actuarán son las siguientes: "cava el haba, siembra el haba, riega el haba, crece el haba, florece el haba, tala el haba, cosecha el haba, lava el haba, cocina el haba y se come el haba...".

Procesamiento y cierre:
Esta actividad sirve para relajar al grupo, energizarlo y al mismo tiempo analizar los estereotipos de género y por qué por lo general los hombres hacen burla cuando se trata de moverse de una manera más sutil o "feminizada".

Cuando sea el caso, es importante que la o el facilitador demuestre que durante el ejercicio se hizo mofa de ciertos movimientos considerados "femeninos". Esto genera una forma de descalificación hacia lo considerado "femenino" que debemos evitar a lo largo de la aplicación del taller.

RECAPITULANDO LA SESIÓN ANTERIOR
Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Hojas tamaño carta, plumones de colores y cinta adhesiva.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Dé a cada integrante una hoja tamaño carta y un plumón para escribir. Indique la siguiente instrucción: Cada persona debe escribir de manera breve cuál ha sido el aprendizaje que ha tenido en el taller y qué de ello puede aplicarlo en su vida cotidiana. Cuando el alumnado termine de escribir, pegará su hoja en la pared en un lugar visible para todo el grupo.

Procesamiento y cierre:
Promueva una exposición voluntaria entre el grupo; pregunte si alguien quiere compartir lo que escribió. Si nadie lo desea, lea usted mismo las hojas que le parezcan más relevantes y compártalas con el grupo.

Explique al grupo que, como parte de la última sesión de trabajo, los aprendizajes adquiridos se trasladarán a la vida cotidiana a través de diferentes ejercicios.

SOLUCIONES CREATIVAS
Tiempo: 40 minutos.
Materiales: Hojas tamaño carta y lápices.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Entregue una hoja blanca a cada participante. Cada integrante del grupo utiliza la mitad de una hoja para escribir en 3 líneas -de manera anónima- un conflicto que haya

tenido en una relación afectivo-erótica. En una bolsa negra cada persona deposita su papel "hecho bola" (arrugado, en forma de pelota). Una vez que todos los papeles se encuentren en la bolsa, revuelva los papeles.

Reúna por parejas al grupo y pida que se sienten frente a frente (pueden ser parejas mixtas o de mujeres y hombres). Entregue a cada pareja una bolita de papel y pida que no lo lean hasta que todas las bolitas de papel sean entregadas a las demás parejas.

Cuando todos los equipos tengan las bolitas de papel, lance la siguiente instrucción: Cada integrante de la pareja elige ser una letra "A" o "B", después A abre su papel, lo lee en silencio y asume el problema como propio y empieza a decírselo a B en dos minutos, mientras su compañera o compañero sólo escucha.

Cuando termina el tiempo se intercambian los papeles y ahora B hace lo mismo que su pareja A y lee, asume el problema como propio hablándolo desde sí misma/o durante dos minutos.

Procesamiento y cierre:
Una vez que las dos personas realizaron el ejercicio se pregunta al grupo: ¿cómo estás?, ¿qué se siente hablar de un problema como el que te tocó?, ¿qué se siente hablar y que sólo te escuchen?, ¿qué se siente escuchar sin hablar? Una vez que todas y todos participaron se les pregunta si conocen la empatía y se explica el término.

De acuerdo con el Manual Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes (OPS, 2001), la empatía es "una capacidad innata de las personas que permite tender puentes hacia universos distintos al propio, para imaginar y sentir cómo es el mundo desde la perspectiva de la otra persona. Poder sentir con la otra persona facilita comprender mejor las reacciones, emociones y opiniones ajenas, e ir más allá de las diferencias, lo que nos hace más tolerantes en las interacciones sociales. "Ponerse en la piel" de la otra persona para comprenderla mejor y responder de forma solidaria, de acuerdo con las circunstancias".

Técnica retomada de Guía metodológica Retomemos: Una propuesta para tomar en serio. FUNDACIÓN EDEX. 4. EDICIÓN, diciembre, 2010, Bilbao, pp. 26 (www.retomemos.com)

CANASTA DE FRUTAS
Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Solicite a las y los participantes que tomen asiento formando un círculo. Ubíquese en el centro sin ocupar un asiento y explique lo siguiente: Cuando señalé a alguien, esa persona debe de decir "limón-limón" más el nombre de la persona que se ubique a su derecha. Luego, debe de decir "naranja-naranja" más el nombre de la persona ubicada a su lado izquierdo, por último, debe decir "mago-mango" más el nombre de la persona facilitadora. Esto es así:

- Limón-Limón: tendrá que decir el nombre de la persona que está a su derecha.
- Naranja-Naranja: debe decir el nombre de la persona sentada a su izquierda.
- Mango-Mango: el nombre de la persona facilitadora.

Enseguida, todas las personas cambian de lugar aleatoriamente y la persona que quede sin lugar, ocupará el centro continúa el juego y señalará a alguien para continuar el juego. Si alguien se equivoca, o lo dice de forma titubeante, debe de cambiar el lugar con la persona facilitadora y ésta pasa al centro para continuar el juego.

Procesamiento y cierre:
Luego de 3 o 4 juegos, pregunte al grupo: ¿cómo se sintieron durante el juego?, ¿alguien perdió en el juego? Reflexione con el grupo que no hay ganadoras/es ni perdedoras/es; que se trata de observar cómo procedemos bajo presión y que el juego incentiva la capacidad de organización y de rapidez y destreza mental.

SILUETA DEL ENOJO
Tiempo: 50 minutos.
Materiales: Hojas carta y plumones.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Se promueve una lluvia de ideas a partir de la siguiente pregunta planteada al grupo: ¿qué señales corporales sientes cuando estás muy enojado/ a?

Dé ejemplos: se siente calor en el cuerpo, tensión en los hombros, me duele el estómago, mandíbula trabada, manos sudorosas, etc. Se escuchan las diferentes sensaciones que cada quien pueda tener. A continuación, se pide que cada persona su silueta en una hoja y que, dentro de ella, señale las sensaciones corporales que siente cuando se enoja. Se comparte en parejas y después se hace una plenaria. Reflexione sobre la importancia de diferenciar emociones como el enojo de la tensión y la violencia. Se explica la definición de riesgo fatal: es el momento en el que mis sensaciones corporales cambian indicándome que estoy a punto de cometer violencia.

Indique que conocer las señales que el cuerpo manda cuando se está en un momento de frustración y reconocerlo puede ayudar a detener las violencias. Por lo tanto, cuando se den cuenta de sus señales, es muy importante hacer un tiempo fuera o un retiro, es decir, salirse de la situación, para evitar ejercer violencia. Una vez tomado el tiempo fuera, se puede respirar. La respiración ayudará a tranquilizar la mente y el cuerpo.

Pida que tomen asiento en su lugar para hacer un proceso de reflexión. Ya sentados los y las participantes, se les pide que dejen todo lo que puedan estar cargando y, sin cruzar piernas ni brazos, que pongan sus pies bien plantados en el piso y la espalda recta. Indique que cierren sus ojos y a poner su mano derecha en el pecho y la izquierda en el estómago a la altura de su ombligo y, notando como ambas manos se mueven, van a tomar una respiración profunda, van a inhalar y, al exhalar, dirán en voz alta la frase “este soy yo”, repetirán esto cinco veces.

Ya que concluyeron, en la misma posición y manteniendo los ojos cerrados tomarán otra reparación profunda pero ahora al inhalar pensarán la palabra “Yo” y al exhalar la palabra “Soy” se repite esto 5 veces y al concluir se les pide que abran los ojos. Señale los dos puntos que se han revisado, la frustración fatal y la respiración.

Procesamiento y cierre:
Una vez que realizaron el ejercicio se pregunta al grupo se pregunta:

- ¿Qué señales corporales acompañan al enojo?
- ¿Qué diferencias existen entre el enojo y la violencia?
- ¿De qué nos sirve conocer el riesgo fatal?
- ¿Qué se puede hacer con el enojo?

Una vez que todas y todos participaron explique los términos: el enojo es una emoción como todas las otras, no es ni buena ni mala, y como todas las emociones, contiene

señales corporales que nos advierten de su presencia. El conocer las señales corporales nos sirve para el "darnos cuenta", identificar qué pasa en mi cuerpo y tener opciones ante lo que siento. Es un indicador muy claro que nos puede ayudar a prevenir nuestros ejercicios de violencia.

Un elemento muy importante es diferenciar el enojo de la violencia, pues mientras el enojo es una emoción individual, la violencia es ya una acción que daña a otra persona.

Un concepto que se trabaja con hombres que quieren dejar de ejercer violencia, es el de "riesgo fatal" y se refiere al momento en que las sensaciones corporales cambian e indican que se está a punto de cometer violencia. El hombre ha sido entrenado para responder con tensión física a los problemas con que se encuentra; por ejemplo, cuando siente que va a llorar, se tensa su garganta y así evita llorar; se percibe con un nudo en la garganta para evitar expresar lo que realmente está sintiendo. Detectar las señales que el cuerpo manda cuando se está en frustración ayuda a detener las violencias. Cuando las señales se detectan, el hombre puede detenerse en ese momento de riesgo fatal y tomar la decisión de no ser violento, tiene la posibilidad de hacer un tiempo fuera, es decir, salirse de la situación, para evitar ser violento.

Identificar el riesgo fatal permite responsabilizarse de las propias emociones y tener dos opciones: 1) cometer violencia, o 2) hacer algo creativo para procesar el enojo, no pasar mi riesgo fatal y no ejercer violencia. Para manejar el enojo se hacen ejercicios de respiración como el "Este soy yo" y/o "Yo" "Soy" para poder transitar y reciclar esta emoción.

RESPIRACIÓN POR LOS PIES
Tiempo: 30 minutos.
Materiales: Música y bocinas.
Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:
Pida a las y los participantes que se paren descalzas/os en el piso sin tocarse entre sí, o si por cualquier razón no es posible, que se sienten en sus sillas, preferentemente sin zapatos.

Amenice con música de relajación (no indispensable) y se lea las siguientes indicaciones con un tono de voz lento, claro y firme, para que las personas puedan seguir las indicaciones:

- Cierras los ojos, suelta tu cuerpo, percibe tu respiración y toma contacto con tu cuerpo…
- Poco a poco te voy a ir nombrando diferentes partes de tu cuerpo para que las vayas soltando. Soltar quiere decir no hacer nada. Dejar que se "caiga" esa parte.
- Empiezas soltando la frente… afloja los ojos… suelta la mandíbula, deja los labios entre abiertos, suelta la lengua, los dientes no se tocan. Aflojas la garganta, la nuca, los hombros, los brazos, las manos.
- Ahora sueltas el pecho, el estómago, el vientre, la espalda, los glúteos. Aflojas los genitales, las piernas y los pies.
- Ahora pon toda tu atención en las plantas de los pies. Trata de visualizarlas y de sentirlas desde los dedos hasta los talones.
- Imagina que las plantas de los pies son dos grandes bocas y al inspirar el aire va subiendo por las piernas, tronco, brazos, cabeza. Al expirar baja desde la cabeza, pasa por el tronco, los brazos, las piernas y sale por las plantas de los pies.
- Simplemente vas a observar como el aire entra y sale por las plantas de los pies…
- Poquito a poquito vas moviendo los dedos de las manos y los pies, flexionas las piernas, haces caras, muecas, gestos, todavía con tus ojos cerrados y de nuevo, poco a poco, vas abriendo tus ojos y te vas incorporando de nuevo a este espacio.

Después promueva una reflexión sobre cómo se sintieron en el ejercicio y hable de la importancia de la respiración para transitar las emociones.

Procesamiento y cierre:
Una vez que realizaron el ejercicio pregunte al grupo: ¿cómo te fue en el ejercicio?, ¿pudiste hacerlo?, si no, ¿qué te pasó?, si sí, ¿cómo te sientes después de realizarlo?, ¿cómo sientes tu cuerpo?, ¿para qué te sería útil el haberlo realizado?

Una vez que todas y todos hayan participado, explique: la respiración es una herramienta importante para no pasar el riesgo fatal y transitar del enojo a una forma creativa, ya que nos permite centrarnos en nuestro espacio personal y relajar las señales corporales sin negar esa emoción.

Para que sea efectiva debemos incorporarla como una herramienta cotidiana y practicarla continuamente, ya que, si no la hemos practicado, en el momento del riesgo

fatal nos resultará más difícil aplicarla. NO es necesario practicarla en las formas que se han sugerido, pero sí encontrar la manera en que para cada quién es posible contactarse a sí mismo mediante una respiración profunda.

Técnica tomada del Taller "Autoconocimiento para el cambio", de la Terapia de Reencuentro de Fina Sanz.

CONSTRUYENDO ACUERDOS EN LAS RELACIONES AFECTIVO-ERÓTICAS

Tiempo: 45 minutos.

Materiales: Retomar las hojas de rotafolio de la dinámica "los 4 puestos" (trabajada en sesión 2).

Grado de riesgo: Bajo.

Instrucciones o pasos a seguir:

Durante esta sesión, las habilidades para la vida como el pensamiento crítico, la comunicación asertiva y las relaciones interpersonales, son fundamentales, por lo cual, es importante sondear si el grupo sabe a qué se refieren estas tres habilidades.

Debido a que la naturaleza de las habilidades para la vida es sencilla no es necesario identificar los conceptos teóricos a profundidad, pero sí es importante que dentro de lo que las y los participantes expresen, quede clara la siguiente información:

- Pensamiento crítico: Analizar experiencias e información y ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad. El pensamiento crítico requiere la puesta en acción tanto de habilidades cognitivas (un proceso activo de pensamiento que permite llegar a conclusiones alternativas), como de competencias emocionales (relacionadas con las actitudes personales, ya que es necesario también querer pensar) (EDEX, 2008).
- Comunicación asertiva: expresar con claridad lo que se piensa, siente o necesita, teniendo en cuenta los derechos, sentimientos y valores de otras personas. Para esto, al comunicarse se dan a conocer y hace valer nuestras opiniones, derechos, sentimientos y necesidades, respetando las de las demás personas. La comunicación asertiva se fundamenta en el derecho inalienable de todo ser humano a expresarse, a afirmar su ser y a establecer límites en las relaciones sociales (EDEX, 2008)
- Relaciones Interpersonales: establecer y conservar relaciones interpersonales significativas, así como ser capaz de terminar aquellas que bloqueen el

crecimiento personal (relaciones tóxicas). Esta destreza incluye dos aspectos claves. El primero es aprender a iniciar, mantener o terminar una relación; el segundo aspecto clave es aprender a relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa a diario (en el trabajo, en la escuela, etc.) (EDEX, 2008)

Una vez que los conceptos de las tres habilidades en juego han quedado claros, remita a que lean las hojas de rotafolio de la actividad realizada en el tema 2 "Noviazgo y otras relaciones afectivo-eróticas". Los cuatro puestos, mismas que previamente estarán colocadas por el equipo facilitador en un lugar visible para todo el grupo. Una vez colocadas/ os ahí, pida el apoyo del grupo para leer la descripción de cada relación afectivo-erótica.

Cuando termine de leer la primera relación afectivo-erótica, pregunte al grupo si está de acuerdo en que así sea esa relación. Dé pie al debate y a que las y los participantes, cuestionen y aborden elementos de la relación.

Haga lo mismo al revisar cada hoja de rotafolio y si el grupo sugiere que se deben incluir elementos para definir esa relación afectivo-erótica, escriba en la hoja los nuevos elementos. Mientras se avanza en la revisión de los elementos que definen la relación, si observa que hay varias diferencias, pregunte al grupo cuál cree que es el factor que determina que existan tantas diferencias.

Al continuar con la revisión de las relaciones, mencione la importancia de la comunicación asertiva y pregunte al grupo si cuando inician una relación afectivo-erótica hablan acerca de cómo se relacionan y qué desean vivir con su pareja.

Procesamiento y cierre:
Una vez que revise los cuatro tipos de relaciones y sondee cómo se relacionan las y los adolescentes y jóvenes, invite a realizar un ejercicio en el cual se aborden las relaciones agregando elementos que permitan crear acuerdos entre la pareja tomando en cuenta las habilidades de comunicación asertiva y relaciones interpersonales.

Pregunte al grupo si sabe que es la comunicación asertiva, si no se introduce el concepto acuñado por EDEX (2008): La persona que se comunica asertivamente expresa con claridad lo que piensa, siente o necesita, teniendo en cuenta los derechos, sentimientos y valores de sus interlocutores. Para esto, al comunicarse da a conocer y

hace valer sus opiniones, derechos, sentimientos y necesidades, respetando lo mismo para las demás personas. La comunicación asertiva se fundamenta en el derecho inalienable de todo ser humano a expresarse, a afirmar su ser y a establecer límites en las relaciones sociales.

Cada hoja de rotafolio tendrá escrito el tipo de relación afectivo-erótica y los elementos que posibiliten la creación de acuerdos para crear y mantener una relación de buen trato, que promueva el crecimiento personal o terminar una relación que impida el crecimiento personal y el bienestar.

Cuando todas las relaciones tengan estos nuevos elementos, termine la actividad y pegue las hojas de rotafolio en un lugar visible para todos y todas.

MASAJE DE ESPALDAS
Tiempo: 20 minutos.
Materiales: Ninguno.
Grado de riesgo: Medio.

Instrucciones o pasos a seguir:
Solicite que las y los participantes formen un círculo de pie, después todas las personas dan media vuelta a la izquierda de manera que cada participante mire en silencio la espalda de la otra persona. Promueva el silencio y solicite que cada persona coloque suavemente sus manos en la espalda de la persona de adelante.

Una vez que cada participante toque con sus manos la espalda de otro, se dan las siguientes instrucciones:

- Simula que tus manos son un animal pesado que recorre la espalda (con los puños cerrados, promover que recarguen la espalda sin dañar).
- Simular con las manos ser un ratón, que corre rápido, utilizando la punta de los dedos.
- Ahora como un caballo que va galopando (cuidando que los golpes en la espalda no sean fuertes).
- Surge una enorme serpiente (zigzagueando con el antebrazo la espalda).
- Como una araña (con las puntas de los dedos recorrer la espalda en varias direcciones).

A través de la simulación de distintos animales, se da un masaje a la otra persona. Se pide a las y los participantes que propongan algún animal. Todos estos movimientos se

van haciendo, de manera que a quien recibe le resulte grata la experiencia, en caso de que no lo sea, puede expresarlo y sugerir como le gustaría el masaje. Se le pide a la persona que está dando el masaje que piense en decirle algo positivo a la persona que tiene enfrente y se lo dice.

Después damos una vuelta de forma que ahora veamos la espalda de la o el compañero de la derecha, se repiten todos los animales y ahora la persona que da el masaje le dice algo positivo a su compañero/a que tiene enfrente.

Procesamiento y cierre:
Nombre la importancia de poder jugar ambos roles: dar y recibir, apoyar y ser apoyado/a, y que como hombres y mujeres tenemos diversas potencialidades. Se le pregunta al grupo cómo se sintieron en el ejercicio. Para finalizar se pide a cada participante que diga, en una palabra: ¿cómo te vas del taller?

Agradezca la participación en el taller y los comentarios que hayan dado las y los participantes. Si alguien expresó que se va con dudas, se abre un espacio y se pide al grupo que ayude a resolverlas.

Evaluación de Medidas para la Prevención de la Violencia Masculina contra las Mujeres

EVALUACIÓN DE MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA MASCULINA CONTRA LAS MUJERES

La evaluación y los indicadores de medición en cuanto a las intervenciones preventivas, son fundamentales para develar si se suscitaron procesos de reflexión encaminados a la transformación de prácticas sociales y relacionales en torno a las violencias masculinas hacia las mujeres.

Existen diversas técnicas y mecanismos que revelan si la prevención interpeló y cuestionó las lógicas relacionales entre las y los jóvenes. En este apartado, sugerimos implementar una evaluación que refleje la situación previa y posterior a los talleres de prevención de la violencia masculina hacia las mujeres; la información que ello arroje contribuirá a generar nuevas estrategias de intervención o la adecuación de las existentes a las necesidades de la población con la que se está realizando la intervención preventiva y, también, se podrían atender las inquietudes con mayor precisión.

La prevención es una medida que anticipa y evita un riesgo o una situación específica (RAE, 2017). De acuerdo con el CNPDPC[8], la prevención social tiene distintos niveles de incidencia. Sin embargo, y para los fines que tiene este manual, nos enfocaremos en los niveles *primario* y *secundario*.

El nivel primario de prevención, se podría definir como la anticipación de la comisión del acto, en este caso específico, nos estaríamos refiriendo al ejercicio individual masculino de la violencia contra las mujeres. El nivel secundario hace alusión a la acción para evitar que los grupos que están en riesgo se involucren en esta serie de comportamientos (CNPDPC, 2012), lo que se podría traducir en dos sentidos. En primer lugar, la colusión entre los varones jóvenes para ejercer poder y dominio sobre las mujeres. Esto se refiere a que, los hombres, generan redes entre ellos que refuerzan esta serie de comportamientos y que, a su vez, descalifican las experiencias que las mujeres narran acerca de las violencias que han padecido. En un segundo lugar, se incidiría a nivel relacional entre mujeres y hombres, es decir que se prevendría que las dinámicas y los vínculos se tejan sobre bases desiguales.

Una de las preguntas que se suscitan en este punto es, entonces, ¿cómo medir los efectos de la prevención de la violencia masculina contra las mujeres en la población de las y los jóvenes? De acuerdo con la revisión teórico-metodológica que hace la CNPDPC, los indicadores sociales nos permiten medir el impacto de las intervenciones desde una perspectiva que contemple al tiempo (a corto, largo y mediano plazo); los planteamientos previos han sido aprovechados para generar una

[8] Centro Nacional de Prevención del Delito y Participación Ciudadana. Indicadores de prevención social de la violencia y la delincuencia. Documento conceptual, desarrollo metodológico e informe de campo.2012.

propuesta de evaluación que busca dar respuesta a la pregunta: ¿cómo se podría medir el impacto de la intervención preventiva a nivel relacional entre mujeres y hombres?

A continuación, se presenta el instrumentos de evaluación para medir el impacto de la prevención con la población juvenil y adolescente del Estado de Jalisco; está diseñado para que se apliqué al inicio de la primera sesión del taller *¡De la Reflexión a la Acción!: Modelo de Prevención para La Erradicación de la Violencia Masculina hacia las Mujeres en el Estado de Jalisco*, y al término de la última sesión, de manera que se puedan apreciar los cambios registrados durante las cuatro sesiones que dura el taller. Primero se presentan los formatos (incluyen las respuestas esperadas, a fin de que quienes faciliten puedan calificar los reactivos) y posteriormente se hacen algunas consideraciones para sistematizar la información final; finalmente, se presentan los formatos que podrán ser reproducidos para ser aplicados entre las y los jóvenes. Es importante señalar que la evaluación del taller explora las dimensiones perceptivas, emocionales y relacionales/sociales.

Taller: *¡De la Reflexión a la Acción!*

Evaluación pre y post diagnóstica de las y los participantes

Lugar de realización		
Fecha		

Sexo	
Edad	
Escolaridad	

En este formato encontrarás diversos reactivos que tienen como objetivo conocer tu forma de pensar. No hay respuestas “buenas”, ni “malas”. Solo te pedimos que respondas sinceramente.

I. Mitos de género

En el cuadro siguiente, encontrarás una serie de frases que podrían o no ser mito. Te pedimos que las leas con atención, y que en la columna derecha señales las que crees que son mito con una M y las que crees que son ciertas con una C.

¿Mito?	Respuesta
Los trabajos que requieren fuerza física son para los hombres.	Mito
Las tareas de la casa y el cuidado de las/os hijos son responsabilidad compartida entre mujeres y hombres.	Cierto
Gritarles a las mujeres en la calle no es desagradable para ellas.	Mito

Los hombres también se demuestran afecto (abrazos, besos, caricias) entre ellos.	**Cierto**
Las mujeres tienen el derecho a decir que no cuando no quieren.	**Cierto**
Los hombres son más hombres si muestran su fuerza.	**Mito**
Las mujeres tienen los mismos derechos que los hombres.	**Cierto**
Los hombres no ejercen poder, tienen el poder.	**Mito**
Las mujeres son las únicas que pueden decidir sobre su cuerpo.	**Cierto**
Los hombres ejercen violencia porque es parte de su naturaleza	**Mito**

II. De afectos, sexualidad y relaciones

1. De las siguientes actividades, señala quién debe hacerlas dentro de una relación de pareja, de acuerdo con las siguientes opciones: Mujeres (M), Hombres (H), Ambos (A) o Ninguno (N), coloca tu respuesta dentro del paréntesis:

a) Tener iniciativa sexual: **(A)**
b) Tener iniciativa para salir a algún lugar: **(A)**
c) Comprar o conseguir condones u otro método preservativo: **(A)**
d) Pagar los lugares a los que salen: **(A)**

2. De las siguientes frases, señala con cuáles estás de acuerdo (A) y con cuáles en desacuerdo (D). Coloca la letra inicial en donde se te solicita.

a) Ser pareja requiere de acuerdos: (A)
b) Las relaciones sexuales se tienen cuando yo tengo ganas: (D)
c) Al iniciar una relación hay que hablar de los acuerdos y compromisos: (A)
d) Mujeres y hombres tienen los mismos derechos en la relación: (A)

3. De las siguientes frases, marca con una V las que consideres como verdaderas y con una F las que consideres falsas.

a) Los hombres que son femeninos, son "menos hombres": (F)
b) Sólo las mujeres pueden decidir sobre sus cuerpos: (V)
c) Los hombres deben proteger y guiar a su pareja: (F)
d) Los hombres son "más hombres" si tienen más parejas sexuales: (F)
e) Las mujeres que tienen varias parejas sexuales son "zorras", "putas": (F)
f) Las mujeres que no quieren ser madres son egoístas: (F)
g) Los hombres pueden demostrarse afecto entre sí: (V)
h) Las mujeres son autosuficientes e independientes: (V)

III. Es violencia cuando… Ejerzo violencia cuando…

1. De las siguientes frases, marca con una V (violencia) las que consideres que son violencia y con una N las que consideres que no son violencia.

a) Dialogar apasionadamente con la pareja: (NV)
b) Forzar o presionar a tener relaciones sexuales: (V)
c) Revisar el celular, el Facebook, el WhatsApp u otro medio de comunicación de la pareja: (V)
d) Controlar el dinero de la pareja: (V)
e) Prohibir a la pareja que tenga amistades o se relacione amistosamente con exparejas: (V)
f) Amenazar a la pareja: (V)
g) Tocar a la pareja sin su consentimiento: (V)
h) Criticar el cuerpo, la ropa o alguna característica de la pareja: (V)
i) Interrumpir o ignorar a mi pareja cuando me está diciendo algo: (V)
j) Decirle a mi pareja que necesito un espacio antes de hablar acerca de un tema delicado: (NV)
k) Decir piropos ingeniosos: (V)
l) Centrarme en mí placer sexual e ignorar el de la pareja: (V)
m) Reírme de la pareja, descalificarla o hacerla sentir inferior: (V)
n) Usar preservativos en las relaciones sexuales, aunque la pareja no lo haya solicitado: (NV)
ñ) Culpar a mi pareja por mis respuestas violentas: (V)
o) Llegar tarde a una cita sin justificación incuestionable: (V)

IV. Alternativas para prevenir las violencias en las relaciones.

En el siguiente cuadro, se encuentran unas frases que describen algunas situaciones, por lo que te pediremos que, en la segunda columna, escribas algunas alternativas a esas situaciones.

Situación	Alternativa
Demostrar que soy el más fuerte hará que me respeten.	**Me pueden respetar si:** ***soy solidario y empático.***
Tengo que gritarle a mi pareja o interrumpirla para hacerme escuchar.	**Me puedo expresar:** ***tranquilizándome y escuchando atentamente lo que mi pareja expresa para comprender su punto de vista y ser asertivo en mi respuesta.***

Le prohíbo a mi pareja verse con sus amistades o exparejas porque son mala influencia para ella.	**Cuando mi pareja quiera ver a sus amistades o exparejas yo:** ***puedo sentir inseguridad y celos, pero eso no le quita el derecho a ver a quien quiera, puesto que no me pertenece.***
Si mi pareja se enoja por algo que hice, desautorizo su enojo o justifico que lo hice por ella.	**Me responsabilizo de mis decisiones cuando:** ***Asumo las consecuencias de mis acciones, reflexiono por qué pudo afectarle y me comprometo a no hacerlo de nuevo.***
Si tengo alguna ITS y no se lo he compartido a mi pareja por miedo.	**Actúo con sensibilidad y madurez cuando**: ***se lo comparto y respeto la decisión que ella/él tome con la noticia que le di.***

Los formatos de evaluación aquí presentes, tienen la finalidad de revelar si la percepción de las y los participantes se modificó en el transcurso de las sesiones y el taller. Creemos que si el objetivo de las sesiones se llevó a cabo con éxito, el contraste entre la evaluación *pre* y *post*, será significativa y enriquecedora.

Debido a que el taller está diseñado para que el aprendizaje sea de forma lúdico-experiencial, se espera que la subjetividad se transforme con las vivencias experimentadas durante el taller. Es por eso que el mecanismo de evaluación se orienta hacia la dimensión perceptiva.

Debido a lo anterior, es que se propone esta metodología para la evaluación. Como se puede observar, en este apartado se marcaron con rojo las respuestas esperables después de haber cursado el taller y haber realizado las dinámicas. De esta forma, el equipo de facilitación puede tener las referencias que le ayuden al momento de realizar la calificación de los reactivos de las y los jóvenes.

Con respecto a la evaluación y a la sistematización, se sugiere lo siguiente:

a) En el apartado I, se incluyen 10 reactivos. Cada reactivo tiene el valor de 1 y la ponderación que tiene dentro de la valoración global es de 20%.

b) En el apartado II, el valor por reactivo equivale a .625; de manera que al multiplicarlo por los 16 reactivos, se obtiene un resultado máximo de 10. En la ponderación total, este apartado tendrá un valor de25%.
c) En el apartado III, se consideran 16 reactivos y cada uno se asigna un puntaje de .625. En la valoración global, este apartado también tendrá una valoración del 25%.
d) Finalmente, se incluyen 5 reactivos con respuesta abierta. En este caso, cada reactivo se calificará con 2 puntos si las respuestas se asemejan a la estructura de las respuestas esperables que se pusieron como ejemplo. En este caso, el apartado tendrá un valor global de 30%.

Para obtener la calificación final se hace el siguiente ejercicio a manera de ejemplo:

Apartado del cuestionario	Reactivos correctos	Valor de los reactivos	Calificación por apartado	Porcentaje de ponderación	Calificación final
I	7	1	7	20%	1.4
II	12	0.625	7.5	25%	1.875
III	14	0.625	8.75	25%	2.1875
IV	4	2	8	30%	2.4
Calificación total					7.8625

Puesto que se tendrá una calificación al inicio del taller (pre-test) y otro al término de las 4 sesiones (post-test), se podrá obtener el porcentaje de variación; por ejemplo, si se obtiene la calificación del cuadro al inicio y al final asciende a 8.9, el porcentaje de mejoría en la percepción de la persona (o del grupo, según se califique) será de 13.2%.

Si solamente tomamos las calificaciones en su conjunto, podremos obtener calificaciones iniciales y finales promedio, así como la variación; sin embargo, el análisis se puede complejizar si se toman variables de sexo, edad o lugar (el lugar nos puede proporcionar el ámbito: rural o urbano, y una aproximación al nivel socioeconómico, de acuerdo al nivel de ingresos de la zona en que se trabaje).

Glosario

GLOSARIO

Conceptos

Género

Por género entendemos a ese sistema de significados, normas, prácticas y representaciones construidas social y culturalmente con base en características relacionadas con el sexo de las personas. En otros términos, el género hace referencia "a la fabricación cultural e histórica de lo femenino y lo masculino, la cual se define como conjunto de prácticas, ideas y discursos relativos a la feminidad y la masculinidad, que determinan el tipo de características consideradas socialmente como masculinas (adjudicadas a los hombres) y como femeninas (adjudicadas a las mujeres). Este conjunto de prácticas también determina una serie de comportamientos asociados a tales características que derivan en atribuciones sociales impuestas a uno y otro sexo, involucrando relaciones de poder y desigualdad" (Leñero Llaca, Hernández Vázquez, y Ramírez Arriola, 2011:18). Para entender mejor la forma en la que se da este ordenamiento de las relaciones sociales y los efectos que produce
-como la violencia- revisaremos cuatro de las bases sociales de este ordenamiento genérico:

- La asignación de género: es la práctica de realizar un primer nombramiento de un ser humano como "niña" o "niño", a partir de la observación de sus órganos genitales (fundamentalmente externos), es decir, de ver la vulva o el escroto y el pene. Excepcionalmente esta práctica topa con dificultades al presentarse el dilema de tener que decidir ante la llegada de un ser humano con genitales externos mezclados o ambiguos.
- Los estereotipos de género: son consecuencia de prácticas sociales y culturales. Consisten en el establecimiento de un sistema de atributos, características y expectativas sociales consideradas propias de niñas, de niños, de mujeres, de hombres, de lo femenino y de lo masculino. Atributos que se traducen en normas fijas y obligadas, en un deber ser desde convenciones sociales y, finalmente, en imágenes o modelos (inherentes, esenciales, inmutables) asignados a mujeres y hombres. Tales modelos operan también como parámetros para imponer prohibiciones, permisos/privilegios y obligaciones que, se supone, deben cumplirse en el comportamiento y la personalidad del ser mujer o del ser hombre. Estos modelos del deber ser son a la vez desiguales y jerárquicos, se refuerzan y trasmiten por los medios de comunicaciones, las familias, las comunidades, las escuelas, etc.

- Condición de género: se refiere al conjunto de características históricas que estipulan y rigidizan *el deber* ser de las <<mujeres>> y los <<hombres>>. Bien podría decirse que, este conjunto de atributos, trasciende a la voluntad de las personas. Sin embargo, las y los sujetos son quienes ejercen y perpetúan el momento histórico.
    - Condición de las mujeres: se refiere al contexto inmediato (y al contexto global), a las circunstancias y características (de índole rígidas) que han definido a las mujeres como seres sociales y culturales de género en términos de opresión y subordinación.
    - Condición de los hombres: hace alusión a la condición y a las circunstancias históricas de dominación y privilegios que comparten los varones con respecto a las mujeres.
- La identidad de género: es un mecanismo de auto-reconocimiento que se construye en el contexto social, no se nace con ella, sino que se llega a ser hombre o mujer en función de las experiencias de vida a lo largo de todo el ciclo vital de la persona. La identidad es un proceso en constante transformación e implica una vivencia subjetiva, en otras palabras, es la condición de sentirse y asumir la pertenencia a un género, sea mujer, sea hombre. La identidad se va constituyendo por procesos de significación de la percepción, la autopercepción y el reconocimiento de las y los demás en un contexto social. La identidad de género también se expresa mediante prácticas y discursos diversos como los religiosos, científicos, políticos, mediáticos, de la opinión pública, filosóficos, teóricos, patriarcales, académicos, sociales, culturales, individuales, que producen y reproducen ideologías de lo que significa ser mujer u hombre, a través de códigos culturales como las creencias, valores, papeles de género o roles y los estereotipos o prototipos de lo femenino y de lo masculino.
- Los roles de género: son un conjunto de funciones y prescripciones sociales y culturales de lo que se deber hacer, actuar y comportarse de acuerdo con lo considerado como femenino, o masculino en un cierto contexto social. Nuevamente, “estas funciones y papeles están distribuidos de manera jerarquizada, desigual y no equitativa” (M. Leñero Llaca, 2010:23).
- Relaciones de género: se refiere a las relaciones interpersonales que emergen sobre bases de dominación, subordinación, conflicto o igualdad entre los géneros en una sociedad. Dichas relaciones son producto –y ejercicio- de la socialización entre las y los sujetos sexuados. Tienden a adquirir significados, representaciones, simbolismos y a estar normadas por las instituciones sociales y políticas.

- Normas de género: son las pautas de pensamiento, interrelación y comportamiento que se inducen socialmente a las y los sujetos de acuerdo al sexo que se les haya asignado. Éstos, tienen base en estereotipos y patrones de género que se transmiten transgeneracionalmente a través del lenguaje en la socialización primaria y secundaria.
- Posición de género: Alude al reconocimiento y a la ubicación social de las mujeres en relación con los hombres; es decir, al estatus socio-cultural asignado en cuanto a la inclusión de las mujeres en los espacios de toma de decisiones, de prestigio y de honor (Lagarde, 1996).
- Sistema de género: mecanismos patriarcales que perpetúan, recrean y refuerzan las formas de organización social basadas en los sistemas binarios que oponen lo femenino de lo masculino de forma jerarquizada. También, estos mecanismos tienen funciones sociales, políticas y económicas de interdependencia (Conway et ál., 2000).
- Teoría de género: teorías, debates y saberes que se inscriben en la teoría feminista y que buscan explicar la construcción del <<ser mujer>> o <<ser hombre>> sobre los cuerpos sexuados.
- Estudios de género: investigación crítica desde una perspectiva de género.

Perspectiva de género

Es una herramienta y categoría de análisis que busca identificar y transformar los mecanismos de opresión que emergen del orden de género. Reconoce que existe un orden social que sitúa en polos opuestos a las mujeres y a los hombres y que, también, niega y obstaculiza el ejercicio de derechos a las primeras. Asimismo, reconoce que las mujeres se encuentran en posiciones desiguales –de subordinación y opresión- con respecto a los sujetos varones. Lagarde (1996) alude a la perspectiva de género como a la postura contraria a la opresión, puesto que ésta mirada tiene la voluntad activa de intervenir para la construcción de alternativas no opresivas de género.

Sexo

Categoría que refiere al conjunto de características y procesos biológicos tendientes a diferenciar la especie humana en hembras o machos. El sexo se compone de varios niveles: sexo cromosómico (XY / XX); sexo gonadal (tener ovarios/producir óvulos y tener testículos/producir espermatozoides); el sexo hormonal: tener predominantemente estrógenos o testosterona. Con base en la diferencia sexual, el género es un organizador básico tanto de la vida como de las relaciones de las personas

en diferentes ámbitos, espacios, instituciones. Impone papeles y modelos de lo que se debe ser y hacer como mujeres y como hombres.

Sexualidad

La sexualidad es una realidad compleja y material que se traduce en prácticas eróticas y afectivas que configuran nuestras vidas en los ámbitos privados y públicos, puesto que los deseos, las fantasías, la identidad de género, las normas corporales, la reproductividad y las representaciones y significaciones, la articulan. Foucault (1993) define a la sexualidad como un conjunto de significados atribuidos a las prácticas sexuales, resultando así que, la sexualidad, es un aparato social que regula los cuerpos y el deseo.

Patriarcado

Forma de organización social donde los miembros considerados como masculinos tienden a predominar en las posiciones de poder y en la toma de decisiones; "mientras más poderosa sea esta posición, más probabilidades habrá de que un miembro la retenga" (INMUJERES, 2007: 101). Cuando se hace alusión a la cultura patriarcal, estamos hablando, pues, de esa ideología –que tiene una base objetiva, material, es decir, condiciones desiguales para las mujeres- que promueve el enaltecimiento y la primacía de los hombres por sobre las mujeres. Así, la cultura patriarcal, en sí misma, representa violencia por el hecho de reforzar la desigualdad y consigo la jerarquía entre las y los miembros de una sociedad. Se podría hacer alusión al patriarcado como a uno de los sistemas de subordinación y dominación más opresor; el de género.

Anexo:
Acerca del CECOVIM

ANEXO: ACERCA DEL CECOVIM

El Modelo Conceptual y Operativo de Centros Especializados para la Erradicación de las Conductas Violentas Hacia las Mujeres incluye dos grandes componentes: por una parte, la creación de un Centro Especializado a nivel estatal que desarrolle, promueva y coordine la operación del otro componente, a saber, el Modelo de Intervención para Erradicar la Violencia Masculina contra las Mujeres.

A continuación, se señalan algunas características básicas de ambos componentes.

CENTROS ESPECIALIZADOS PARA LA ERRADICACIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS (CECOVIM)

Los criterios utilizados para definir las características que deben tener los CECOVIM tienen que ver con su institucionalización y viabilidad.

Institucionalización: se consideran las medidas que garanticen:

- la permanencia del Centro dentro de una unidad administrativa con personalidad jurídica propia,
- su adecuada interrelación con el resto de la administración pública y de las políticas públicas y
- la permanente evaluación y rectificación de sus deficiencias.

Viabilidad: se prevé:

- una estructura organizacional pequeña y flexible que
- consuma bajos niveles presupuestales y
- sea ágil en atender la demanda.

En función de lo anterior se detectaron cuatro dimensiones requeridas para la implementación de los Centros:

Aspectos normativos: se refiere a la armonización que deberá existir entre las disposiciones reglamentarias del Centro y las normas que deberán considerarse a nivel estatal, pero también federal.

Recursos humanos y sistema de formación: dimensión que incluye todos aquellos elementos a considerar para que el Centro sea operado por equipos profesionales que reúnan las características necesarias para asegurar una implementación de calidad del Modelo.

Mecanismos de coordinación y comunicación: incluye la forma en que el Centro ha de insertarse en las acciones generales de la política pública relacionada con la prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia contra las mujeres.

Recursos económicos y mecanismos de rendición de cuentas: Consideración de los recursos económicos y materiales destinados al funcionamiento del modelo, así como todos aquellos elementos a considerar para asegurar la transparencia en la operación del mismo.

En el siguiente apartado se detallan los elementos mínimos que deben considerarse en cada una de estas cuatro dimensiones.

Aspectos Normativos

Marco jurídico: Es importante conocer el andamiaje legal ya construido –a nivel internacional, federal y estatal– y complementarlo con aquello que fortalezca la operación del Centro dentro de un conjunto ordenado de acciones gubernamentales. Al realizar la armonización jurídica, se pretende relacionar las bases conceptuales, los criterios estratégicos fundamentales, los ámbitos de intervención y los objetivos generales para que los mandatos de igualdad de género y de erradicación de la violencia hacia las mujeres puedan ser asumidos coherentemente en todos los sectores de la acción pública. Sin referencias legales, las políticas gubernamentales corren el riesgo de coexistir en forma desarticulada y hasta contradictoria.

Personalidad jurídica: El Centro deberá estar adscrito a la instancia administrativa que dé cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 49 de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, y además debe contar con la jerarquía necesaria para garantizar una efectiva capacidad de convocatoria y de coordinación hacia el resto de las unidades administrativas que conforman el gobierno estatal e incluso de los niveles municipal y federal. La operación del Centro deberá estar prevista en la Ley Orgánica del gobierno estatal, la ley estatal para prevenir y erradicar la violencia hacia las mujeres y en las disposiciones jurídicas que de ellas emanan (reglamentos, etc.).

Convenios de colaboración: Se recomienda que la coordinación con organizaciones sociales y gubernamentales se formalice a través de convenios de colaboración (o los instrumentos jurídicos que se consideren idóneos), a fin de precisar los propósitos y alcances de la misma, sobre todo en aspectos sensibles como el intercambio de la información; por ejemplo, cómo se procederá en el caso de hombres que en lugar de estar renunciando a su violencia pueden estar incrementando su nivel de ira, lo que puede poner en riesgo a su pareja y/o su familia.

Recursos Humanos y Sistema de Formación

Criterios generales: Uno de los elementos fundamentales para asegurar la eficacia y calidad de los Centros, son las y los profesionales responsables de las acciones reeducativas y preventivas. Además, constituye el elemento que consumirá mayores montos de gasto. Por ambas razones, es pertinente hacer las siguientes consideraciones.

En primer lugar, el trabajo con agresores ha sido una actividad escasamente desarrollada hasta hoy, por lo que es difícil encontrar personal preparado para cumplir adecuadamente con las exigencias del Modelo. Dado que el trabajo con agresores exige un trabajo diferente al desarrollado con víctimas, no siempre será posible trasladar al personal de una actividad a otra sin más; en todo caso, en el momento del reclutamiento será más importante valorar las capacidades y habilidades de las y los candidatos que los conocimientos adquiridos (los cuales podrán obtenerse paulatinamente con procesos formativos intensivos).

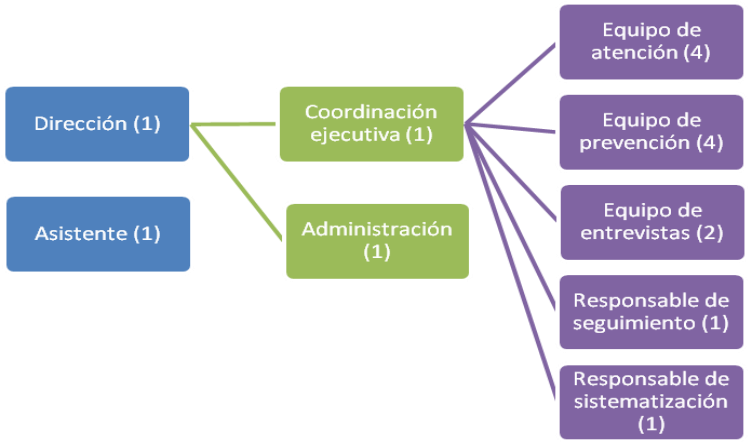
En función de lo anterior, además se requiere una política que deliberadamente trate de evitar la frecuente rotación del personal –debido a la dilapidación de recursos que ello implica y por la necesidad de asegurar la viabilidad del CECOVIM–; ante ello, en el mediano plazo será más redituable ofrecer niveles salariales y prestaciones atractivas (por ejemplo, que los niveles de facilitación tengan nivel mínimo de jefatura de departamento y cuenten con plazas de estructura).

Niveles funcionales: Se proponen tres

- Nivel de dirección: tiene la función principal de toma de decisiones sobre los distintos aspectos relacionados con la implementación del Centro en su ámbito de actuación –tanto en la operación interna, como en la relación y coordinación hacia el exterior–; también son responsables de informar sobre el proceso de implementación del Modelo y sus resultados a las instancias de coordinación general y/o nacional. Son también interlocutores principales con otras instancias, tanto para transmitir necesidades derivadas de la implementación, como para difundir y articular nuevos lineamientos técnicos o estrategias metodológicas.
- Nivel facilitador: tiene la función principal de llevar a cabo las acciones de atención reeducativa y de prevención que se contemplan en el Modelo; también deben recabar la información necesaria para la evaluación del mismo. En este sentido, se conformarán dos equipos que llevarán a cabo tanto el componente de atención como el de prevención.

- Nivel administrativo: le corresponde la gestión administrativa de los recursos y de otros requerimientos operativos del Centro.

Estructura básica: Aunque es difícil determinar una plantilla óptima aplicable a las 32 entidades federativas, considerando el criterio de viabilidad se propone el siguiente organigrama:[9]



- **Dirección:** sus funciones son planificar, organizar, dirigir, ejecutar, supervisar y evaluar la operación del Centro y del Modelo, además promover la vinculación interinstitucional. Pareciera que las funciones directivas no difieren respecto a las que podrían esperarse en otros contextos; sin embargo, es preferible que quien ocupe el nivel directivo tenga conocimientos de la política de igualdad de género, pues ello facilitará la implementación y el funcionamiento del Centro de acuerdo con toda la política en la materia. Además, si bien son importantes las capacidades y la experiencia que se pueda tener para el desarrollo de este nivel de responsabilidad, en igualdad de condiciones (experiencia, conocimientos, capacidades, etc.) sugerimos optar por una mujer para dirigir al Centro. Este es un criterio que busca abonar a la congruencia y hacer valer las acciones afirmativas para mejorar las condiciones de las mujeres[10].

[9] Dependiendo de características como demanda, extensión geográfica, accesibilidad, etc. Se podría pensar que los CECOVIM tengan un alcance estatal, regional o zonal.

[10] La Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres mandata al gobierno federal a "garantizar la igualdad de oportunidades, mediante la adopción de políticas, programas, proyectos e instrumentos compensatorios como acciones afirmativas" (art. 12, inciso V) acciones afirmativas son "cualquier medida, más allá de la simple terminación de una práctica discriminatoria, adoptada para corregir o compensar discriminaciones presentes o pasadas o para impedir que la discriminación se reproduzca en el futuro" (Santiago Juárez, 2007). A su vez, las define como "el conjunto de medidas de carácter temporal correctivo, compensatorio y/o de promoción, encaminadas a acelerar la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres" (art. 5, inciso I) y Santiago Juárez, Mario (2007). Igualdad y acciones afirmativas. Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM,

- **Asistente:** proporcionará apoyo directo a la Dirección.
- **Coordinación ejecutiva:** estará a cargo de las cuestiones sustantivas derivadas del Centro, es decir, coordinará a los equipos de facilitadores y de entrevista, dará seguimiento a los casos y a la sistematización de la información generada. En términos generales, su función consiste en supervisar a los equipos de trabajo e identificar sus necesidades de formación y apoyo para transmitirlas a la dirección; así como transmitir y verificar la adecuada implementación de las pautas provenientes de la dirección. En igualdad de condiciones, se preferirá a una mujer para ocupar este cargo.
- **Administración:** tendrá a su cargo la gestión de los recursos materiales y financieros (elaboración de presupuestos, pago de nóminas, adquisición, reparación o reposición de mobiliario, suministro de insumos y materiales de trabajo, elaboración de reportes financieros y programáticos a las áreas de control correspondientes, etc.).
- **Equipos de atención y de prevención:** Constituyen el equipo básico para operar el Modelo, tanto en las vertientes de atención a hombres agresores, como en el de prevención; se conforman por 4 profesionales (dando un total de ocho personas al sumar ambos equipos); esta integración tiene diversas ventajas: en un primer momento, como parte de la etapa de entrenamiento, en las sesiones –tanto de atención como de prevención– dos personas podrán cofacilitar para, posteriormente, retroalimentarse y fortalecer sus formas de intervención; en un segundo momento, dependiendo de las características de la demanda, se podrán considerar diferentes combinaciones de horarios de atención o bien, si la demanda crece, se podrían facilitar grupos simultáneos.
- **Equipo de entrevistas:** se prevén dos personas que estarán encargadas del primer filtro para saber si el posible usuario es viable para la atención reeducativa en el Centro además de recabar información importante acerca de su caso en particular.
- **Responsable de seguimiento:** tiene como función coadyuvar en el sistema de seguimiento de los varones canalizados a otras instancias y de los acuerdos firmados con otros organismos gubernamentales o sociales; es decir, dará seguimiento a las comunicaciones interinstitucionales y estará

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación, México, D.F.

al tanto del cumplimiento de acuerdos, por parte del propio Centro hacia otras instancias, pero también de las contrapartes.

- **Responsable de sistematización:** se encargará de recabar y procesar la información generada tanto en la Coordinación Ejecutiva como, en su caso, por otras instancias públicas y sociales, para elaborar los reportes que permitan evaluar y visibilizar los resultados e impacto del modelo.

Profesionalización en el Modelo. Se prevén tres niveles de profundización:

1. Básico, para el personal administrativo y de entrevista,
2. Intermedio, para la coordinación, dirección y asistencia, que es la parte del Centro encargada de armonizar el funcionamiento del Modelo con la política pública en que se inscribe,
3. Avanzado, para las y los profesionales que integrarán los equipos de facilitación.

Mecanismos de Coordinación y Comunicación

Criterio general: En las entidades federativas ya operan esquemas de trabajo con agresores hacia las mujeres, en los ámbitos de la política sectorial; el salto cualitativo que se pretende dar con el CECOVIM es actuar desde el ámbito transversal de la política de igualdad de género, de la que es parte la erradicación de la violencia, lo que requiere la coordinación intersecretarial e intersectorial. La coordinación –interna y externa– es importante, no sólo para cumplir con una política global, si no, porque las víctimas pueden ponerse en peligro por cualquier interrupción de la comunicación, fallas en el entrenamiento o falta de seguimiento por representantes de cualquier dependencia. Gráficamente, los ámbitos de coordinación se pueden representar de la siguiente manera:

Coordinación inter-operativa: Dentro del CECOVIM deberá existir coordinación entre tres tipos de nivel de responsabilidad:

Nivel de toma de decisiones.- funciones:

- Tomar decisiones acerca de los elementos que componen el Modelo y los mecanismos para su operatividad, así como los cambios a incorporar en el Modelo con el fin de mejorar su diseño, implantación, resultados e impacto en la erradicación de la violencia contra las mujeres.
- Asegurar la disponibilidad de recursos humanos, técnicos y financieros para la buena marcha del Centro.
- Recabar el compromiso del resto de instancias (públicas y sociales, federales, estatales y municipales) implicadas en la operación del Modelo, posicionando este en el marco general de las políticas públicas nacionales y estatales, contribuyendo a su difusión y reconocimiento en el ámbito internacional.
- Garantizar la adecuada coordinación entre los diferentes niveles de operación, interterritoriales e intersectoriales, estableciendo una distribución clara de responsabilidades y tareas, previendo la firma de los instrumentos jurídicos idóneos y estableciendo los mecanismos para el seguimiento de acuerdos.

Nivel de coordinación.- funciones:

- Facilitar la implantación del Modelo, colaborando en las acciones de difusión, comunicación y cualquier otra que se establezca para su posicionamiento público.
- Ejercer como instancia de interlocución entre los equipos de implementación, recabando su colaboración para todas aquellas acciones que le sean requeridas y valorando y transmitiendo sus necesidades (técnicas o de recursos en un sentido amplio) hacia el nivel de toma de decisiones, de manera que pueda asegurarse su satisfacción.
- Homogeneizar la recogida y análisis de información y documentación derivada del diseño-implementación-evaluación del Modelo y la elaboración de los informes periódicos que sean requeridos.

Nivel de implementación.- funciones:

- Garantizar que se ponen en marcha las metodologías de prevención y atención reeducativa previstas en el Modelo, con fidelidad respecto a lo estipulado en él y contribuyendo a su mejora continua aportando propuestas desde su valoración experta.
- Recabar información del agresor y su contexto para contar con mayores elementos para la toma de decisiones.
- Informar sobre cualquier aspecto de la implementación del Modelo que sea requerido, asegurando la disponibilidad de información y documentación para su evaluación de una manera sistemática y homogénea.
- Solicitar los recursos económicos y humanos para la operación del Modelo de una manera eficiente y asegurando que se cumplen los estándares de calidad que se establezcan.

Coordinación interinstitucional: Aquí hay que considerar dos vínculos primordiales, sin que sean los únicos: las instancias que atienden a las mujeres víctimas de violencia; otras instancias que atiendan a agresores hacia las mujeres y el sistema de justicia. Si bien se podrían desglosar muchas acciones por coordinar, baste con decir que los criterios para establecer este tipo de coordinación deben ser la máxima protección de las víctimas y la transversalidad de la perspectiva de igualdad de género en toda la política pública. De preferencia, las responsabilidades y compromisos se formalizarán en los instrumentos jurídicos respectivos.

Comunicación y difusión del Modelo: Una de las formas más efectivas de difusión del trabajo reeducativo es el contacto con instancias de atención a víctimas mujeres, niñas

y niños. Por ello, se recomienda iniciar con una campaña al interior de las dependencias (en vez de dirigirla al público) para que refieran a posibles usuarios. En el caso de las acciones preventivas, se tendrán como principales espacios de difusión las escuelas, centros comunitarios y otros espacios de reunión de jóvenes. Además de la campaña al interior de las dependencias, se recomienda acompañar el programa de una campaña que visibilice las distintas formas de violencia, en particular aquellas que socialmente encuentran más naturalización, así como la promoción de masculinidades alternativas y actitudes corresponsables de los varones como roles exitosos socialmente o generadoras de bienestar familiar. Es posible que el Centro como tal no tenga los recursos adecuados para realizar campañas masivas, por lo que es posible que tenga que promover alianzas con otros organismos públicos, privados o sociales, o bien echar mano de las redes sociales por Internet y telefonía.

Recursos Económicos y Mecanismos de Rendición de Cuentas

Recursos para la operación: Una primera dimensión a tomar en cuenta es la partida presupuestal de la que provendrán los recursos. Si bien hemos insistido que el Centro se inscribe en la política de la igualdad de género (especialmente en lo que respecta a prevenir y erradicar la violencia contra las mujeres), también es cierto que ello no significa que se relacione automáticamente con el presupuesto etiquetado para la igualdad de género; es decir, la política de igualdad es transversal a toda la política pública, por lo que los recursos pueden provenir de "diferentes bolsas", tal como lo prevé el artículo 1° de la Ley Federal de Presupuesto y Responsabilidad Hacendaria: Los sujetos obligados a cumplir las disposiciones de esta Ley deberán observar que la administración de los recursos públicos federales se realice con base en criterios de legalidad, honestidad, eficiencia, eficacia, economía, racionalidad, austeridad, transparencia, control, rendición de cuentas y equidad de género. Si bien esta Ley tiene un carácter federal, es posible que a nivel estatal exista algún ordenamiento similar, pero de no ser así, la legislación en materia de género obliga a los gobiernos a tomar en cuenta la igualdad y no violencia de género en sus políticas públicas, incluidas las presupuestales. Por otra parte, aunque no es común en la administración pública; es posible explorar mecanismos alternos para que el Centro potencie sus recursos o se allegue de ellos; por ejemplo, a través de gestionar donaciones, vender algunos servicios al sector privado (conferencias, talleres o grupos reeducativos a su personal) o alianzas estratégicas con OSC para canalizar parte de la demanda que se genere y no se pueda atender, por ejemplo, de las personas que concluyen las sesiones reeducativas y desean continuar en un trabajo similar para erradicar sus violencias, o para ofrecer talleres a poblaciones no atendidas por el Centro (adultos, niños, etc.).

Mecanismos de rendición de cuentas: Dado que estamos ante un Modelo que se inserta en el marco general de la política pública, que será principalmente financiado con fondos públicos, se habrá de poner especial énfasis en la transparencia y rendición de cuentas en su operación. Más allá del cumplimiento de la normatividad establecida en materia de fiscalización de los recursos, es importante que el Centro se distinga no sólo por cumplir hacia el gobierno, sino, sobre todo hacia la sociedad. En este sentido, no sólo es importante transparentar cómo se utilizan los recursos, sino rendir cuentas sobre los resultados que se obtienen en función de las evaluaciones que se realizan, tal como se prevé en la Ley Federal de Presupuesto y Responsabilidad Hacendaria: El sistema de evaluación del desempeño deberá incorporar indicadores específicos que permitan evaluar la incidencia de los programas presupuestarios en la igualdad entre mujeres y hombres, la erradicación de la violencia de género y de cualquier forma de discriminación de género.

Fuentes Consultadas

FUENTES CONSULTADAS

- Bonino Méndez, Luis (2008). "El poder masculino en la pareja "moderna"", Voces de Hombres Por la Igualdad. Disponible en https://vocesdehombres.files.wordpress.com/2008/07/micromachismos-el-poder-masculino-en-la-pareja-moderna.pdf, consultado en mayo de 2017.
- Casique Rodríguez, Irene (2010, octubre). Factores asociados a la violencia en el noviazgo en México. Ponencia para presentarse en el Congreso 2010 de la Asociación de Estudios Latinoamericanos, Toronto, Canadá. Disponible en http://lasa.international.pitt.edu/members/congresspapers/lasa2010/files/1973.pdf, consultado en mayo de 2017.
- Castro Pérez, Roberto y Casique Rodríguez, Irene (2010). Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos, Universidad Nacional Autónoma de México, Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias.
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) (2016). Informe Especial Adolescentes: Vulnerabilidad y Violencia. Ciudad de México, Comisión Nacional de Derechos Humanos.
- Medina Híjar, Martha y Santiago Valdez, Rosario (2010). Programa de reeducación para víctimas y agresores de violencia de pareja. Cuernavaca, Instituto Nacional de Salud Pública.
- Instituto Nacional de las Mujeres (2007). Glosario de género. Disponible en http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100904.pdf, consultado en mayo de 2017.
- Jiménez García, Elizabeth y Álvarez Zambrano, Nadia (2011). Propuesta de intervención para el manejo de la violencia en el noviazgo adolescente a través de la inteligencia emocional. Ciudad de México, Facultad de Psicología de la UNAM.
- Lagarde de los Ríos, Marcela (1999). Acerca del amor: Las dependencias afectivas. Valencia,Associació Dones Joves P.V.
- ___ (1998). Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres: memoria. Ciudad de México, Universidad Nacional Autónoma de México.

- Lamas Encabo, Marta (2003). Género: claridad y complejidad. Disponible en http://documents.mx/documents/complejidad-y-claridad-lamas-2007.html, consultado en mayo de 2017.
- Mesa Bribiesca, Alicia, Suárez, Claudia, Brenes Berho, Víctor, Rodríguez Ramírez, Gabriela, Mayén Hernández, Beatriz, y Santos Pruneda, Elsa (2006). Marco Internacional y Nacional de los Derechos Sexuales de Adolescentes. Disponible en http://www.afluentes.org/wp-content/uploads/2009/11/dsalibrocompleto.pdf, consultado en mayo de 2017.
- Papalia E., Diane, Wendkos Olds, Sally y Duskin Feldman, Ruth (2001). Desarrollo Humano. Ciudad de México, Editorial Mc Graw Hill.
- Pinelo Serret, María (2008). La igualdad es un derecho. Libro de texto para la asignatura: Igualdad de género, en Educación Media Superior. Oa□xaca, Instituto de la Mujer Oaxaqueña.
- Ramírez Hernández, Antonio (2000). Violencia Masculina en el Hogar: Alternativas y Soluciones. Ciudad de México, Editorial PAX.
- Rother Hornstein, María Cristina, (2006). Adolescencias: Trayectorias Turbulentas. Buenos Aires, Editorial Paidós.
- Sanz Ramón, Fina (2007). Los vínculos amorosos: amar desde la identidad en la terapia de reencuentro. Barcelona, Kairós (6ª ed.).
- Serratos González, Selma. (2009). "El mal trato y el buen trato desde una perspectiva de género como condicionamientos sociales en los ciclos de violencia" en La violencia sexual. Un problema internacional, contextos socioculturales. México: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.
- Serret Bravo, Estela (2008). Qué es y para qué sirve la perspectiva de género. Libro de texto para la asignatura: perspectiva de género en educación superior. Disponible en http://equidad.pueg.unam.mx/sites/default/files/files/oax09.pdf, consultado en mayo de 2017.
- Torres Falcón, Marta (2010). Cultura patriarcal y violencia de género. Un análisis de derechos humanos. Relaciones de género, Los grandes problemas de México, D.F., México, El Colegio de México.
- Valdez Santiago, Rosario, Rodríguez Ramírez, Juan Carlos, Rojas Martínez, Rosalba, Hidalgo Solórzano, Elisa y Ávila Burgos, Leticia (2007). “La violencia

durante el noviazgo" en ¿Cómo la perciben las y los jóvenes en México? Una Mirada de Género en la Investigación en Salud Pública en México. Disponible en http://cnegsr.salud.gob.mx/contenidos/descargas/EquidadGenero/EG_Compilacion_Gen_investigacion.pdf, consultado en mayo de 2017.

- Vargas Urías, Mauro (2009). Propuesta de lineamientos para la atención y reeducación de hombres agresores, a partir del diagnóstico sobre los modelos de intervención en México, Instituto Nacional de las Mujeres, México.
- World Association for Sexual Health (2008). "Salud Sexual para el Milenio: Declaración y Documento Técnico", Minneapolis, USA, World Association for Sexual.

MATERIALES UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE LAS TÉCNICAS VIVENCIALES

Cascón Soriano, Francisco y Martín Beristain, Carlos (2009). La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la paz. Madrid, Seminario de Educación para la Paz.

Cascón Soriano, Francisco (2006) La Alternativa del Juego: Juegos y dinámicas de educación para la paz. Madrid, Editorial Catarata.

Agencia Catalana para el Desarrollo (2009). Maleta Pedagógica. Un equipaje para la interculturalidad. Disponible en http://www.surt.org/maletaintercultural/index.php?vlg=0&vmd=5&vtp=0, consultado en mayo de 2017.

Comisión Ejecutiva Federal de Juventudes Socialistas de España (2009). Guía sobre salud sexual y reproductiva en jóvenes. Disponible en http://www.jse.org/ficheros/Guias_Formativas/GuiaJSE4_SaludSexualyReproductiva.pdf, consultado en mayo de 2017.

International HIV/Aids Alliance y Colectivo Sol, A.C. (2006). Diagnóstico comunitario participativo. Paquete de herramientas. Disponible en

http://portalsida.org/repos/MANUAL_DCP_Spanish.pdf, consultado en mayo de 2017.

Bonino Méndez, Luis (2004). "Los Micromachismos" en La Cibeles N° 2. Madrid, Ayuntamiento de Madrid.

Fundación Edex (2010). Guía metodológica Retomemos: Una propuesta para tomar en serio. Disponible en http://www.retomemos.com/, consultado en mayo de 2017.

Fundación Terapia de Reencuentro (2012). Taller Autoconocimiento para el cambio. Disponible en http://www.fundacionreencuentro.com/cms/index.php?page=autoconocimiento-para-el-cambio, consultado en mayo de 2017.

PÁGINAS ELECTRÓNICAS

Organización Mundial de la Salud (OMS) (s.a.). Desarrollo en la adolescencia. Disponible en http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/, consultado en mayo de 2017.

Solidaridad Don Bosco y Junta de Andalucía "Educar en la Equidad de Género en las Asociaciones Juveniles. 12-14 años" (2016). Disponible en http://www.generandociudadania.org/genero/wp-content/blogs.dir/2/files_mf/1334310018carpeta12_14.pdf, consultado en mayo de 2017.

"Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)" (2017). Atlas de Género, disponible en http://gaia.inegi.org.mx/atlas_genero/, consultado en mayo de 2017.

LEGISLACIÓN MEXICANA Y TRATADOS INTERNACIONALES

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, 2007.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia en el Estado de Jalisco, 2008; 2015.

Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW por sus siglas en inglés), 1979.

Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer “Belém do Pará”, (1994).