

2020

"PIELES": UN PROYECTO PARA PREVENIR VIOLENCIAS DE GÉNERO FOMENTANDO MASCULINIDADES CRÍTICAS DESDE LA ADOLESCENCIA.

Autor: Manuel Navarro Hitos

Tutora: Isabel María Villar Cañada

Trabajo Fin de Máster



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Máster en Análisis Crítico de las Desigualdades e Intervención Integral en Violencia de Género

ÍNDICE

1.	Introducción y autoetnografía	4
2.	Justificación: ¿Por qué un proyecto centrado en el papel de los hombres?	11
3.	Estado actual del tema y novedades que aporta este proyecto	17
3.1.	Programas actuales en esta línea	17
3.2.	¿Qué aporta este proyecto?.....	18
4.	Marco teórico: la construcción de los hombres masculinos	19
4.1.	Inicios de la masculinidad hegemónica.....	19
4.2.	Masculinidades hegemónicas.....	21
4.2.1.	Masculinidades hegemónicas en el ámbito educativo.....	24
4.3.	La construcción de los cuerpos.....	25
4.4.	Por qué muchos hombres no reconocemos el problema y apuntes sobre la “fragilidad” de la masculinidad.....	28
4.5.	¿Cómo puede la masculinidad hegemónica hacer que seamos violentos?	31
4.6.	Alternativas	34
5.	Preguntas de investigación	39
6.	Objetivos de investigación.....	40
7.	Metodología	40
7.1.	Población destinataria	40
7.2.	Enfoque desde el que se trabaja	41
7.3.	Estructura de las sesiones.....	43
7.4.	Contenidos	45
7.5.	Equipo psicosocial	47
7.6.	Sistema de evaluación	48
8.	Temporalización	49

9.	Conclusiones	50
10.	Referencias	55
11.	Anexos	59

Resumen

La masculinidad hegemónica es algo que lleva unos pocos siglos viviendo en los cuerpos de los varones, no obstante los primeros indicios de su existencia fueron reflejados hace menos de cuarenta años. El presente documento es un proyecto de intervención dirigido a la adolescencia poniendo el foco en el trabajo de las masculinidades. Para ello se incluye una parte de revisión teórica en torno al tema y unas alternativas a las formas hegemónicas de ser hombres. Estas van acompañadas de una propuesta de intervención basada en la experiencia previa del trabajo de las masculinidades en las aulas. Se pretende así sistematizar un abordaje en favor de la igualdad entre hombres y mujeres, centrando la atención en el papel de los varones.

Palabras clave: masculinidades hegemónicas, m. críticas, m. disidentes, m. diversas, m. igualitarias, m. antipatriarcales, m. alternativas, “nuevas” m.

Abstract

Hegemonic masculinity is something that has lived in the men human being for a few centuries, although its existence was reflected for the first time less than forty years ago. This document is an intervention project, which is aimed at adolescents focusing on the work of their masculinities. On this document you'll be able to appreciate some of the theoretical review and a few alternatives to the hegemonic ways of being men. These are accompanied by an intervention proposal based on previous experience of working with masculinities in the classroom. The aim is to systematize an approach in favor of equality between men and women, focusing attention on the role of men.

Keywords: hegemonic masculinities, m. criticism, m. dissidents, m. diverse, m. egalitarian, m. antipatriarchal, m. alternatives, new m.

1. Introducción y autoetnografía

Las investigaciones en torno a la masculinidad son un tema que viene generando interés desde los años 80, por lo que nos encontramos ante un tema que aunque ya tiene bastante trabajo detrás, aún le queda mucho por desarrollar.

Antes de comenzar me gustaría relatar cómo poco a poco he ido tomando conciencia de lo que significa ser hombre o ser un hombre masculino a los ojos del contexto cultural en el que nos encontramos.

Creo que narrar mi propia experiencia puede servir para entender y abordar los procesos de cambio de otros hombres, con vistas a que la intervención propuesta en este trabajo sea efectiva y genere transformaciones personales que se mantengan a medio/largo plazo. Además esto servirá para introducir el tema.

Mi historia de vida en los primeros años es muy similar a las de otros chicos junto a los que crecí, arrojar luz sobre paralelismos y patrones comunes de socialización sirve para mostrar que el problema es colectivo, que surge y se mantiene desde un sistema de dominación masculina que debemos desmontar, y en el que hay que implicar a los varones si se quieren conseguir cambios en el conjunto de la sociedad.

Intentaré no extenderme mucho en esta parte, será una especie de diario o estudio de caso breve relacionado con la masculinidad.

Soy un chico cisheterosexual, de 28 años, clase media, blanco y criado en un pueblo de la vega de Granada.

Hace cinco años me recomendaron un canal de YouTube que según me dijeron, me iba a gustar. Cuando me puse a ver los vídeos empecé a poner nombre a algunas de mis inquietudes, descubrí un montón de cosas hasta el momento desconocidas para mí y pude empezar a razonar de una manera más organizada en torno a algunas de ellas. Recuerdo que estaba en tercero de carrera y que tenía bastante estrés por mis exámenes pero estuve toda la tarde viendo esos videos en bucle para asimilar conceptos. A los pocos días me puse a ver sus listas de reproducción en las que recomendaba vídeos sobre diversas temáticas relacionadas, a través de esto pude conocer las narrativas de mujeres como Irantzu Varela, Brigitte Vasallo o grupos como

“Les Queer Avengers”. El canal de YouTube del que hablo es “La Psico Woman” al que pone cara Isa Duque, y que para mí fue la puerta de entrada al feminismo.

Desde aquel momento hasta ahora he podido ir tomando conciencia de muchos privilegios y situaciones de desigualdad que yo he perpetuado toda mi vida, aunque he de decir que para mí esto es un proceso continuo que forma parte de mi presente y mi futuro. Para ello contaré algunas de mis vivencias en relación a mis principales agentes socializadores (familia, medios de comunicación, iguales/escuela/ocio).

En primer lugar hablaré de mi entorno más próximo, las tres personas con las que he convivido en mis primeros 20 años, ***mi familia:***

En la relación con mi **hermana**, a pesar de que mi madre nos hizo participar siempre por igual en las tareas del hogar¹, había otros aspectos como el ocio en los que yo tenía mucha más libertad a pesar ser seis años más pequeño. Si mi hermana salía con una amiga le decían “pero, ¿vais solas?”, sin embargo yo podía salir con quien fuese que nunca iba solo. Además de que esta idea suponía que mi hermana necesitase siempre un hombre para salir, tampoco valía cualquiera. Si no era del agrado familiar esto suponía cuestionamientos que derivaban en discusiones y acababan con mi hermana castigada. Yo siempre pensaba que a mí no me castigaban porque era más dialogante, que lo soy, pero la verdad es fácil serlo cuando no tienes esas resistencias o limitaciones y las pocas que tienes son negociables. Aquí es cuando empiezo a entender cómo se usan estos sistemas para legitimar el estereotipo de que los hombres somos más calmados/razonables, mientras que a las mujeres se les atribuye la emocionalidad.

Siempre había tenido una visión victimista de mí como hermano pequeño, muchas de mis cosas eran heredadas de ella, regalos como los de “El ratoncito Pérez” dejaban de hacerse cuando yo ya descubría el secreto pero mi hermana lo había disfrutado seis años más que yo, etc. Nimiedades si tenemos en cuenta que el enfado de mi hermana ante las restricciones a su libertad era interpretado por toda la familia como que era una causa perdida, una rebelde, simplemente por no ser una mujer sumisa y reclamar sus derechos.

¹ Por igual mi hermana y yo. Si hablamos de mi madre, ella siempre ha hecho mucho más trabajo en casa que el resto de la familia y ha asumido toda la carga mental del mismo.

Con mi **madre** la relación siempre ha sido buena y durante mucho tiempo en mi adolescencia ha sido de mis principales referentes. Privilegios vividos en la convivencia respecto a mí, infinitos. Ella renunció a su desarrollo profesional por cuidar una casa y a dos criaturas, y siempre ha contribuido de manera directa a mi desarrollo personal y profesional. Ha hecho mucho de mi trabajo en casa durante gran parte de mi vida asumiéndolo como suyo y sin que yo opusiera resistencia. También ha gestionado la economía familiar con vistas a que mi hermana y yo tuviéramos recursos para poder estudiar lo que quisiéramos. Todo esto mientras sacaba adelante una casa, una familia y sus proyectos profesionales cuyo progreso se vio muchas veces frenado por los dos factores anteriores. Estos y otros muchos son los privilegios que aún a día de hoy no veo y voy destapando poco a poco.

Mi **padre** ha representado el papel tradicional de proveedor y siempre ha querido que yo me mueva en esos roles más clásicos. Para mí su pero frase era “que niño más raro, ¡compórtate como un hombre!”. Mi padre siempre ha tenido algún huerto y me ha querido implicar en los trabajos físicos que este suponía, cuando yo pedía descansar era cuando ese tipo de frases brotaban como la espuma, aunque también surgía en otras muchas situaciones. En esos momentos aún no sabía por qué pero sus palabras me molestaban especialmente y recuerdo que una vez, poco antes de empezar a tomar conciencia en torno a la masculinidad hegemónica (MH), le contesté “¡si ser un hombre es ser tonto prefiero no serlo!”. Aún a día de hoy nos pasa, aunque ahora intento optar por un tono más sosegado y comprensivo con los procesos y vivencias de mi padre, y si puedo hago un poco de pedagogía con él. A pesar de esto, hay cosas que puedo agradecer a mi padre, por ejemplo todo lo cariñoso que yo soy lo heredo de él que hasta hace bien poco era el único hombre al que podía *abrazar “sin paliza”*² (desarrollaré el concepto un poco más adelante). Lo cual no quita que nuestra relación sea mucho más distante que la relación con mi madre. Un ejemplo claro es que cuando llamo a casa y lo

² Para mí el *abrazo “con paliza”* es el producido desde la MH como una demostración de fuerza, dominación y poder entre hombres. A su vez supone un proceso de transmutación emocional que hace que los hombres podamos confundir cariño con violencia.

coge mi padre no consigo retenerlo más de un minuto al teléfono hasta que se lo pasa a mi madre con la que puedo hablar un buen rato.

Mi padre al inicio de mi vida trabajaba todo el día y luego pasó a trabajar de mañanas, lo que hizo que la mayor parte de mi socialización a nivel micro fuese con mi madre y mi hermana, cosa que creo que me enriqueció mucho y me permitió tomar perspectiva con respecto a esos mandatos de MH que luego me impregnaban desde otras fuentes.

En segundo lugar ubico a ***mis iguales***. A pesar de que siempre he tenido mucha actividad social en el colegio y el vecindario, es cierto que soy tímido y en mi familia siempre han querido que tenga mucha actividad extraescolar para que me desarrollase aún más en ese sentido. Me acercaron al ámbito de la música porque en mi pueblo la comunidad está muy implicada en ella, y al fútbol básicamente por esos estereotipos y mandatos por los que fui socializado como hombre en el deporte. Quedaría de la siguiente forma:

En el **fútbol** las relaciones entre chicos se basaban en la violencia, era un entorno hostil en el que o te mantenías un poco al margen de lo social y te centrabas en el deporte, o si querías socializar tenía que ser de manera violenta. Eso dentro del propio equipo, si hablamos de las competiciones, tanto con el público como con los chicos del club rival el ambiente casi siempre era dantesco. Las agresiones con jugadores, público y árbitro de por medio eran algo habitual. Este era el único ámbito en el que los padres sí hacían acto de presencia y la mayoría, lejos de apaciguar lo que hacían era añadir violencia al ambiente. Además los mensajes que solíamos recibir de esos adultos de referencia y del entrenador solían ser del tipo “tienes que tener más picardía”, “si pasa la pelota no pasa el jugador”, y cosas así que no hacían más que legitimar nuestra violencia en ese entorno bélico. Mi hermana en cambio jugó a voleibol femenino durante muchos años y nunca vi nada de esto.

En **música** cualquiera puede pensar que es un entorno más sensible y calmado en el que las relaciones son mejores. Lo cierto es que en parte sí, pero también es verdad que es el único ámbito de mi vida en el que di, en dos contextos diferentes, con dos varones mayores que me hicieron bullying.

En el ámbito de la **educación formal**, de la escuela infantil recuerdo poco. Los chicos ocupábamos casi todo el patio jugando, los señores del pueblo me preguntaban cuántas novias tenía en el cole. Aún apenas sabía hablar y ya me bombardeaban con la heterosexualidad como norma y con ser un conquistador capaz de “tener” a varias mujeres como mandato. Con 4 o 5 años lo que le puede interesar a un niño son cosas como jugar o la amistad, pero no las niñas desde un prisma romántico. Pero ese “cuántas” quemaba y reclamaba cantidad. Ni siquiera sabíamos qué era una novia pero recuerdo que los chicos ya a esa edad competíamos a ver quién tenía más novias. Ya habíamos aprendido a ver a las mujeres como una propiedad y que a más tuvieras a tu disposición mejor.

Derivado de esas presiones tuve una de esas parejas infantiles con las que apenas hablas o te miras, pero nuestra relación duró poco porque la traté muy mal. Le regalé una joya de juguete y al poco ella me hizo un dibujo en agradecimiento, pero lo arrugué y lo tiré. Creo que fue en mitad del patio y me dio vergüenza, pero lo que había aprendido es que los hombres no sentimos eso, eso es de niñas, los hombres sentimos rabia. Probablemente esos fueron los primeros frutos que dio en mí la socialización emocional machista.

Más adelante llegué a primaria, los chicos seguíamos ocupando la mayoría del patio con el fútbol y los numerosos campeonatos de deportes que se organizaban. Además de los deportes me gustaba coleccionar y cambiar cromos, y en esa vertiente de “relaciones públicas” en busca de cromos me empezaba a dar cuenta que me gustaba más hablar con las niñas que los deportes y la violencia constante que jerarquizaba el poder de los chicos en el patio. Esto no quita que la homosocialidad y el deporte hayan copado mis relaciones a lo largo de toda mi vida.

En educación secundaria y bachillerato mi sexismo afloró con más fuerza que nunca. En esta época para mí tener novia era algo primordial, no sabía por qué pero lo tenía infinitamente idealizado. El problema era que yo siempre he sido un chico tímido, con mucha necesidad de aprobación pero a la vez prudente por un gran miedo al rechazo. Ese tipo de chico no estaba erotizado ni romantizado, así que cuando me di cuenta hice un trabajo de investigación y me fijé en los chicos de mi clase que ligaban mucho, y en las series. Eran los malotes, los chicos serios, violentos e impulsivos. Que

no se me malinterprete, el machismo y la MH de base estaban en mí, pero eso no se transfería a mi expresión de género en esos aspectos. Yo era un chico simplemente tímido, y el resto de características de malote las fui cultivando poco a poco. Como no me salía ser malo, opte por simplemente ser serio y me puse una coraza aún más grande de la que ya me daba la timidez, algo que aún a día de hoy no he conseguido quitarme del todo. A modo de *spoiler* decir que tampoco funcionó, además no me sentía muy cómodo en ese modelo, así que me pase a otro modelo en el que estaba más a gusto y también con características patriarcales, el “nice guy” o buen chico (Brownsuugaah y Lainsumisa, 2020) del que hablaré en el siguiente agente socializador, los **medios de comunicación**.

A las chicas no les gustaba el malote por casualidad, mi investigación juvenil también se centró en mis series de referencia “Los hombres de Paco” (LHDP) y “Física o Química” (FoQ). En esas series se romantizaba y sexualizaba papeles de malotes como Lucas, Aitor (LHDP), o Gorka y Cabano (FoQ) que casualmente también estaban representados por chicos bastante guapos. Además sus tramas eran centrales y se basaban en historias de “amor” en las que por otra parte, se normalizaba bastante la violencia. Por otro lado, chicos con roles más amigables (que tampoco es que fueran super igualitarios) y con cuerpos más normales como Povedilla, Mariano (LHDP) o Fer (FoQ) contaban historias periféricas cuyo eje central era el fracaso amoroso.

Este encorsetado abanico del que me empapé para construir mi identidad se centraba básicamente en dos modelos: los malotes con éxito y el resto (fracasados, frikis, homosexuales, feos, débiles, etc.). Obviamente mis referentes eran los protagonistas.

Conforme fui creciendo empecé a ver otras series como “Friends” o “Cómo conocí a vuestra madre” (CCVM) o “Big bang theory” (BBT). En estas series se puede apreciar el carácter dinámico de las masculinidades hegemónicas. En ellas aparecía un modelo de hombre que ahora era un buen chico o “nice guy” (Brownsuugaah y Lainsumisa, 2020), al que se le daba un papel principal en la serie y que contrastaba con un “bad guy” secundario que tampoco quedaba nada deslegitimado (Joey en Friends, Barney en CCVM, o Howards en BBT). Tener un “alma gemela” seguía siendo su objetivo vital, y por sus características de buen tipo se vendía como merecedor de todo, incluido la

correspondencia amorosa de la chica que él deseaba. Ese chico se obsesionaba y no aceptaba un “no” como respuesta. Esa obsesión y manipulación para conseguir lo que quería eran romantizadas a través de sus características de buen tipo. Ese chico que seguía intentando controlar la relación amorosa a través de toxicidades era Ros (Friends), era Ted (CCVM), era Leonard (BBT) y sobre todo, era yo.

A raíz, como dije, de “La Psico Woman”, a los 22 años empecé a repensarme y a cuestionar mi identidad hasta hoy día que sigo en ese proceso.

Para finalizar este apartado me gustaría problematizar en torno a la MH y a por qué es importante trabajarla. Cuando empecé a plantear este tema como epicentro de mi TFM una profesora me dijo “¿Por qué la masculinidad es mala? La masculinidad en sí no es mala” en aquel momento me quedé un poco desconcertado y no paré de darle vueltas a esa cuestión. Hasta que leí “Masculinidad Femenina” de Jack Halberstam (2008) y empecé a ver las cosas un poco más claras. La masculinidad tal cual, descontextualizada o en personas no reconocidas socialmente como hombres puede no ser mala. Pero en sus versiones hegemónicas/patriarcales y representadas desde cuerpos identificados como hombres, como elemento de perpetuación de un sistema de desigualdad social sí son algo nocivo. No es lo mismo la agresividad desarrollada por una mujer dentro de los contextos patriarcales, que la violencia ejercida por un hombre en esos mismos ámbitos. Ambos comportamientos pueden ser interpretados socialmente como masculinos, pero la *agresividad* es evolutiva para defensa y supervivencia, mientras que la *violencia* es aprendida y premeditada con el fin de ejercer control. Sin embargo la agresividad legítima de las mujeres es socialmente sancionada, mientras se normaliza y justifica la violencia en hombres como algo propio de su masculinidad. Esto por ejemplo se puede ver con claridad en Bergara, Riviere y Bacete (2008), cuando una mujer que no se somete es vista como violenta mientras que si esto lo hace un hombre es valorado como fuerte.

Destapar cómo y por qué esto ocurre es lo que se intentará en las próximas páginas.

2. Justificación: ¿Por qué un proyecto centrado en el papel de los hombres?

Al inicio de mi andadura haciendo talleres en institutos sobre masculinidades, una de las problemáticas que me encontré, sobre todo en los grupos del Programa de Mejora del Aprendizaje y Rendimiento (PMAR) de algunas formaciones profesionales masculinizadas, fue que al terminar las formaciones algunos chicos se iban enfadados porque entendían que me estaba metiendo con los hombres, y me preguntaban “¿Por qué con los hombres y no con las mujeres?”. Me parece curioso porque esos chicos participaban y parecían estar a gusto durante el taller. Mis hipótesis en base a sus caras y enfados son que al terminar era cuando ataban cabos y se sentían interpelados para asumir compromisos que no querían, o que por presión social participaban, y al final amenazantes, me comunicaban que no querían que siguiese por ese camino por su propio miedo a que mi trabajo pudiera modificar su estatus quo.

Sea como fuere, su pregunta me hizo plantearme cómo hacerles ver por qué era necesario el trabajo con hombres en este sentido. Esa misma pregunta es la que ocupa este punto.

A continuación presentaré datos que podrían darnos los primeros indicios para responder a dicha cuestión. Iré de arriba a abajo como si del iceberg de la violencia de género (anexo 1, Amnistía Internacional) se tratase:

- **Feminicidios (INE³):** 1032 mujeres asesinadas por sus parejas o exparejas hombres desde el año 2003 hasta 2019 (sin tener en cuenta mujeres asesinadas por hombres que no sean parejas o exparejas). El Consejo General del Poder Judicial (CGPJ⁴) registra en 2019 un total de 96 asesinatos feminicidas.
- **Denuncias:** 31.911 denuncias por violencia de género se registraron en 2019 (INE) aumentando un 2% la cifra respecto al año anterior. Las absoluciones (por no poder probarse los hechos, no porque no ocurran) suponen un 22% de los casos. El informe anual de 2019 del Consejo General del Poder Judicial sitúa a Andalucía con una de las tasas más altas de denuncias por cada 10.000

³ <https://www.ine.es/>

⁴ [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Violencia%20sobre%20la%20mujer%20%20-%20Informe%20Anual%20de%202019%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Violencia%20sobre%20la%20mujer%20%20-%20Informe%20Anual%20de%202019%20(1).pdf)

habitantes (40,33 a 45,43 denuncias) junto con la Comunidad de Murcia, y solo la superan la Comunidad Valenciana, Islas Baleares y las Islas Canarias.

Según ese mismo informe el 70,3% de los daños son abiertamente físicos y observables (lesiones), 16,3% quebrantamientos, y un porcentaje menor otros delitos que tienen que ver con elementos observables que atentan contra derechos fundamentales⁵.

- Violencia sexual⁶: El INE registra (2017) 98 agresiones sexuales, 107 abusos y 10 situaciones de acoso. En el año siguiente 178 abusos y agresiones con una situación de acoso. La macroencuesta sobre violencia de género en España (2019) dice que 1.810.948 mujeres han sufrido violencia sexual en el ámbito de la pareja o expareja, de las cuales el 86,2% la sufren por parte de su pareja actual y en varias ocasiones. Fuera de la pareja la violencia sexual es sufrida por 1.322.052 mujeres de las cuales el 49,6% han vivido esta situación en más de una ocasión.

- Cuidados: Según el INE en 2016 las mujeres dedicaron 15 horas/semana más que los hombres al cuidado o educación de sus criaturas (23 horas frente a 38), trabajan casi el doble más en las tareas del hogar y la cocina (11 frente a 20), y dedican seis horas más en el cuidado a otras personas (14 frente a 20).

- Mercado laboral:

- Inactividad: el propio INE (2019) refleja que el 58% de personas inactivas son mujeres. En relación a los motivos de inactividad señala que el 91% que no trabaja por cuidar de otra persona son mujeres. El 88% de otras obligaciones familiares o personales que motivan el estado de inactividad laboral también son mujeres. El 62% de las personas que cree que no encontrará empleo son mujeres. Razones imperativas como la regulación de empleo (100%), la jubilación (67%), enfermedad o incapacidad (58%), o la formación para el desarrollo

⁵ Estos datos no reflejan el daño psicológico que los procesos de violencia de género producen, lo cual es una tarea pendiente a fin de reflejar mejor la realidad del problema y de ofrecer una mejor restauración del daño a las supervivientes.

⁶ Angélica Aremy Evangelista (2019) habla de la dificultad que supone conocer las dimensiones reales del problema por la normalización de la violencia sexual.

profesional (57%), son las que sitúan a los hombres en situación de inactividad laboral en mayor medida que las mujeres.

- Reducción de jornada (INE 2019, 4º trimestre): el 74% de las personas que tienen un empleo a tiempo parcial son mujeres frente al 26% de hombres. La reducción de jornada por motivos relacionados con el cuidado de otras personas en un 94% lo asumen mujeres. Si es por otras obligaciones familiares o personales hablamos de que el 91% son mujeres, y el 72% de las personas que no han podido encontrar (no se les ha ofrecido) un trabajo a jornada completa son también mujeres.

- Inserción laboral personas que finalizan grados universitarios: el 54% del alumnado que al finalizar su grado se encuentra en desempleo son mujeres (INE, 2014), a pesar de ser muchas más las mujeres egresadas según el propio INE (2015-16) (108.805 frente a 72.189).

La tasa de empleo también varía en función de si tienes o no descendencia. Entre los 25 y los 49 años, los hombres sin hijos/as/es tienen una tasa de empleo del 85,3% que asciende al 90,1% en caso de tener descendencia, mientras que las mujeres sin criaturas tienen una tasa del 75,1%, que por el contra disminuye aún más (69,1%) en el caso de tener descendencia (INE, 2019).

- Brecha salarial⁷ (INE, 2017): en empleos a tiempo completo supone el 12,1%, ascendiendo a un 15,9% en los empleos de tiempo parcial.

⁷ En casos graves podríamos llegar a encontrarnos ante la conducta delictiva tipificada en el art. 314 del Código Penal, consistente en “una grave discriminación en el empleo, público o privado, contra alguna persona por razón de su ideología, religión o creencias, su pertenencia a una etnia, raza o nación, su sexo, orientación sexual, situación familiar, enfermedad o discapacidad, por ostentar la representación legal o sindical de los trabajadores, por el parentesco con otros trabajadores de la empresa o por el uso de alguna de las lenguas oficiales dentro del Estado español, cuando los sujetos responsables no restablezcan la situación de igualdad ante la ley tras requerimiento o sanción administrativa, reparando los daños económicos que se hayan derivado. Este delito está castigado con la pena de prisión de seis meses a dos años o multa de 12 a 24 meses”.

- Puestos directivos: los datos desprendidos de la EPA (2019) indican que el 71% de los puestos directivos de grandes empresas están desempeñados por hombres.
- Lo anterior se traduce en que, de media las mujeres cobraron en el año 2018 (INE) 452,92€/mes menos que los hombres.

Estos datos dan muestra de un sistema arquitectónico bajo la superficie que soporta la desigualdad y la violencia contra las mujeres. Galtung (1998) afirma que la violencia directa no es espontánea si no que es sustentada por una violencia cultural (ideología que la legitima) y estructural (ciertas instituciones que dificultan la consecución de necesidades). De esta forma hablaríamos de:

- Cultura machista/sexista: palpable en ejemplos como los roles y estereotipos de género (Barberá, Ester, Candela, C., y Ramos, Amparo, 2008), la normalización de la violencia sexual (Angélica Aremy Evangelista, 2019), el terror sexual (Nerea Barjola, 2018), la culpabilización de las mujeres maltratadas o violentadas sexualmente, la protección de la imagen de los maltratadores mientras se expone mediáticamente y se revictimiza a las mujeres, etc.
- Sistema/estructura social patriarcal que sostiene la realidad reflejada en los datos anteriores (por ejemplo con la brecha salarial o la de cuidados). Aquí también podría entrar la violencia institucional, como la que se produce cuando en el ámbito judicial el derecho a visitas del hombre se antepone a la seguridad de las mujeres y de menores (Ejemplo claro fue el caso de la hija de Ángela González Carreño)⁸.

En la guía “A fuego lento” (Ángela López y Bakea Fernández, 2015, p. 20) de la Fundación Cepaim, destinada específicamente al trabajo con hombres, se afirma lo siguiente:

Vivimos en una sociedad machista y patriarcal en la cual la identidad masculina tradicional comporta elevados beneficios para los hombres como grupo social y grandes privilegios para muchos de ellos. A nivel mundial podemos

⁸ Cohan, Marisa (2017). Ángela González: "Hoy me iría con mi hija lejos de España. No confío en la justicia". *Público*. <https://www.publico.es/sociedad/violencia-machista-angela-gonzalez-hoy.html>

observar cómo el gran porcentaje de los ingresos y las propiedades se concentran en manos de los varones. A su vez, la economía, el poder, el mundo público y simbólico... son también espacios dominados fundamentalmente por los hombres. Son espacios de poder difíciles de deshabitar si los hombres no se sensibilizan. Resulta así imprescindible su implicación y desentrañar todos los elementos que subyacen a la construcción de dicho poder, no siempre visible, y crear estrategias que lo visibilicen y lo desarticulen, ya que como decía Foucault, *para eternizarse, el poder tiene que invisibilizarse* (citado en Gabarró 2008:12). Si no es de esta manera, hay pocas posibilidades de construir sociedades más justas y equitativas.

Por otra parte Ana de Miguel (Neoliberalismo Sexual, 2019, capítulo 7, p. 232-239) plantea que la igualdad en el ámbito público será una quimera mientras que la desigualdad continúe en el ámbito privado y que se deben universalizar aspectos tradicionalmente femeninos como la ética del cuidado o las tareas domésticas.

Kate Millett (2019, pp. 64) en su obra “Política Sexual” dice:

A menos que se abandone la ideología de la virilidad (real o ilusoria) y de la preponderancia masculina, todos los sistemas de opresión seguirán funcionando, por el mero hecho de su preeminencia, tanto intelectual como emocional, en la más elemental y primigenia de las situaciones humanas⁹.

De todo esto se deduce con claridad que trabajar por la igualdad requiere trabajar también con los hombres. Que se hagan más proyectos en esta línea y que las políticas públicas trabajen en desmontar este sistema no solo a través del trabajo con mujeres si no también con hombres puesto que un problema colectivo necesita de soluciones colectivas en las que todas las personas rememos en una misma dirección.

La Ley 9/2018, de 8 de octubre, de modificación de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía (BOJA nº 199, de 15 de octubre de 2018), en su artículo único.11 vino a modificar el artículo 15 de la Ley

⁹ Al hablar de “la más elemental y primigenia de las relaciones humanas” la autora está haciendo referencia a las relaciones sexuales ya que viene de narrar varias situaciones concretas.

del 2007 relativo a la promoción de la igualdad en los centros docentes. En el mismo se pone el foco en el trabajo con masculinidades en los siguientes apartados:

- “Apoyar, impulsar y visibilizar modelos positivos de masculinidad y el compromiso de los hombres y niños con el cambio hacia una sociedad igualitaria”
- “El análisis crítico del modelo de MH y la existencia de androcentrismo en la transmisión del conocimiento”

Ese androcentrismo históricamente ha convertido en trascendental el papel desempeñado por los hombres en las distintas sociedades. Eso también se ha transferido a la actualidad en la que como dice Marqués (1997), “todo individuo varón parece haber sido informado de la importancia/superioridad de serlo”. Por esto creo que hablar de que la participación de los hombres en el feminismo como algo clave o importante sería seguir con la misma dinámica, y sería conveniente hablar de dicha participación como positiva, pero sin olvidar que es un tema de obligado cumplimiento por nuestra parte, por mera ética y responsabilidad social.

Si los hombres asumimos los procesos de cambio en favor de la igualdad por cosas como los daños que nos supone la MH, las ventajas de dejar atrás esos roles, por considerarnos imprescindibles en el movimiento feminista, o por obtener prestigio social, seguiremos reproduciendo motivaciones patriarcales y el cambio no será más que una performance vacía de autocrítica como pasaba con el “nice guy”.

Los varones debemos tomar conciencia de que somos partícipes de un sistema de opresión y asumir la responsabilidad activa de cambiar eso. Somos esa persona que se equivoca y al darse cuenta debe hacerse cargo de su error y restaurar el daño, pero no pretendamos hacernos ver como los salvadores de nada ni de nadie.

La desigualdad es algo colectivo y el proceso en favor de los derechos también debe serlo.

3. Estado actual del tema y novedades que aporta este proyecto

3.1. Programas actuales en esta línea

Son muchas y muy diversas las iniciativas que existen a lo largo del territorio español, pero es cierto que no es algo generalizado ni homogéneo tanto en Andalucía como en nuestro país.

A continuación se presentan algunos proyectos que se están llevando a cabo:

- En la Diputación Provincial de Cádiz desde el año 2015 hasta el 2019 se ha estado desarrollando el programa “Nuevas Masculinidades” en el que se han realizado distintas jornadas a lo largo de estos años abordando el tema.
- En Cataluña y Baleares la fundación IRES trabaja las masculinidades de manera puntual desde el proyecto FILS.
- El proyecto “Mascedad” o “Mascape” trata masculinidades y tercera edad. Surge a través de una iniciativa de la Universidad de Catilla-La Mancha que lo coordinará con otras universidades a nivel internacional, y ha conseguido financiación europea para ello.
- Desde la Región de Murcia, la Concejalía de Igualdad de Cartagena ha lanzado un proyecto online que es de lo más actual y adaptado a las circunstancias. El proyecto se llama #Conecta2EnIgualdad e interviene a través de las redes sociales con publicaciones, lives y debates que versan sobre igualdad y masculinidades.
- Erick Pescador, sociólogo y sexólogo, lleva años trabajando el tema masculinidades disidentes, y en la actualidad habla sobre el tema en diversas ponencias, jornadas, etc. También suele realizar intervenciones en el ámbito educativo e hizo el programa de movistar+ “Ni superhéroes ni princesas” en el que se reflejaba la realidad de una de sus intervenciones en este entorno.
- El Colectivo Cala también desarrolla su proyecto en torno a las masculinidades en Extremadura.
- Masculinidades Beta es otra organización que trabaja por la igualdad en España a través del trabajo con los hombres.

- Desde la asociación Cepaim una de sus ramas de actuación pone el foco en las masculinidades en los distintos centros que tienen en Andalucía y el resto de España.

Además existen organizaciones de hombres en las distintas comunidades en forma de grupos de hombres por la igualdad, y organizaciones como Asociación de Hombres por la Igualdad de Género (AHIGE), que llevan a cabo distintas iniciativas en este sentido. Como ejemplos conocidos por mí a raíz de entrar en contacto con la Red de Hombres por la Igualdad de Granada, se trabajan temas como coeducación, corresponsabilidad, cuidados, paternidades, etc.

Por otra parte hay programas muy potentes como SKOLAE que trabajan en el ámbito coeducativo desde el Departamento de Educación de Navarra. En él se fomenta la igualdad con un abordaje amplio en el que se toca de manera más o menos directa la masculinidad y las relaciones igualitarias.

Se puede afirmar que, poco a poco y cada vez más, las instituciones públicas empiezan a incentivar y apoyar proyectos en esta dirección, llegando a ser demandadas en muchas ocasiones por las propias organizaciones al tomar conciencia de esta necesidad.

3.2. ¿Qué aporta este proyecto?

La piel es algo que nos acompaña de principio a fin en nuestra vida. Es el órgano más grande de nuestro cuerpo y el más visible. La expresión de género en el comportamiento es el equivalente a la piel en el cuerpo. Tanto la piel como la expresión de género son dinámicas y van cambiando a lo largo de la vida.

Este proyecto busca transformar la manera en que los hombres nos expresamos y nos relacionamos con las demás personas desde nuestro género hacia un modelo relacional en el que desaparezcan las jerarquías.

Aunque ese sea el fin último, no es algo que se consiga trabajando solo desde la identidad. Este pretende ser un programa que trabaje sobre el significado que se da socialmente a ser hombre de manera integral. Como se viene diciendo desde el

principio, cambiar la expresión sin cambiar la cultura machista y el sistema patriarcal solo serviría para flexibilizar y ampliar los modelos desde los que se ejercen las opresiones.

En conclusión este proyecto busca cuestionar, desmontar y reconstruir las formas de relacionarnos con el mundo que tenemos los hombres impregnada en nuestra identidad. Esto se hará focalizando la intervención en la adolescencia, una etapa de la vida crucial para la elaboración de esa identidad.

4. Marco teórico: la construcción de los hombres masculinos

Este punto pretende ofrecer una aproximación teórica a la construcción de la masculinidad marcada por mi propia subjetividad.

4.1. Inicios de la masculinidad hegemónica

Raewyn Connell (1995) sitúa el origen de la MH, dentro de un contexto euroamericano, a finales del siglo XIX con el fin de crear estratificaciones sociales jerarquizadas por la burguesía.

Ahora bien, si nos planteamos cuándo empieza el concepto de MH a tener efectos en la vida sobre la identidad personal probablemente esto ocurra mucho antes del nacimiento.

Desde que se sabe que una persona está embarazada tanto la familia como su entorno suelen interesarse por el sexo de la criatura. De esta manera ya se establecen expectativas en torno al comportamiento y las características de la nueva persona sin que esta se haya podido aún pronunciar al respecto (Elisabeth Badinter, 1993)¹⁰. Como muestran los estudios en torno al *autoconcepto* de Carl Rogers (1959) o el *efecto Pigmalión* de Leonore Jacobson y Rosenthal (García, 2015), lo que la gente espera de ti o lo que otras personas proyectan en ti, influirá en la idea que tienes sobre quién eres,

¹⁰ Recomiendo aquí visualizar “La mente en pañales: educación diferenciada entre niños” (PsicoQ, s.f.) <https://www.youtube.com/watch?v=7hBX7YUAx2I> que muestra claramente esto.

cómo eres, o qué te gusta. Esto será determinante en la construcción de la identidad y en que se asuman como propias características relacionadas con estereotipos, roles y mandatos de género que elaboran el imaginario de feminidad y masculinidad tradicionales y binaristas.

Victoria Ferrer y Esperanza Bosch (2016) hablan de los mandatos de género tradicionales masculinos y femeninos, en los que define la masculinidad como una forma de “ser para sí mismos” con una serie de características asociadas como heterosexualidad, control, poder, dominación, fuerza, éxito, racionalidad, seguridad en sí mismos, tareas productivas, ausencia de emociones, y en definitiva oposición a la feminidad tradicional. En el mandato femenino las autoras hablan de “ser para los demás” con sumisión, pasividad, dependencia, abnegación y tareas reproductivas, en definitiva define a las mujeres “completas” como esposas o madres predispuestas para lo afectivo y responsables por ello del bienestar del resto de personas del sistema familiar.

Como se comentó en la introducción de este trabajo, son varios los agentes socializadores que ejercen influencia en la construcción de nuestra identidad, pero se puede afirmar que la primera influencia viene de la familia y según vamos ganando autonomía se van uniendo nuevos agentes. Si bien es cierto que la medicina actuaría como esa ciencia experta que acredita, naturaliza y construye los discursos familiares iniciales a través del sexo.

Además de esos discursos familiares, las personas de la familia cuyo género corresponde con el género impuesto a la criatura al nacer, serán también sus primeros referentes de comportamiento con una gran influencia demostrada por el aprendizaje social (Bandura, 1988)¹¹.

Bonino (2003) en relación a la MH dice que es:

Externa y preexistente al sujeto como identidad a implantar y adjudicar durante el proceso de atribución de género, tiene en su seno los valores y antivalores a los que hay que acercarse y alejarse para ser hombre adecuado, y

¹¹Esto se observa muy claramente en sus experimentos: <https://www.youtube.com/watch?v=zVynCNGxYmU>

como tal, queda profundamente impregnado en el modo de existir masculino y en el modo de pensar femenino sobre el hombre.

4.2. Masculinidades hegemónicas

Ante la pregunta “¿Qué significa para ti ser hombre?” probablemente nos encontremos con dos respuestas por excelencia que serían: a) no ser mujer, y b) tener un cuerpo con genitales masculinos. Esta es una visión reduccionista y generalizada que se limita a asociar caracteres físicos a toda una identidad personal (Mónica De Martino, 2013). Este proceso por el cual a una persona con unos determinados genitales se le asigna o se autoasigna un género sería lo que llamamos *sexuación*¹². Gracias al mismo se consigue que en base al sexo se construya toda una identidad prefijada y ya estructurada con antelación.

Dentro de esas identidades previamente preparadas y con expresiones concretas, encontramos el término “masculinidad hegemónica”, acuñado por Carrigan, Connell y Lee en 1985. En su artículo “Toward a new sociology of masculinity” hablan de la MH como una forma que tienen los hombres de habitar posiciones de poder que legitiman reproduciendo relaciones sociales de dominio. Además sugieren la constitución de la MH como una forma de mantener el orden político, estableciendo una conexión directa entre la MH y la institucionalización del dominio de los hombres sobre las mujeres.

La socióloga Raewyn Connell (1995) lo define como una configuración de la praxis genérica y normalmente aceptada, con el fin de garantizar la posición de dominación de los varones. Además planteaba la existencia de una masculinidad ideal cuya mayoría de hombres no cumplen pero a la que aspiran. Algo similar a lo que Demetriou (2001) llamó *masculinidades ejemplares* en las que estos estereotipos eran representados por personas famosas.

¹² Este proceso y otros muchos quedan muy bien explicados e ilustrados en las guías de Noemí Parra (2018).

Características básicas a resaltar en torno a la MH, virilidad o la forma de ser hombre transmitida desde la cultura machista serían las dos siguientes (Kimmel, 1997):

- Es construida socialmente, no es innata o biológica.
- Es dinámica, no atemporal ni ahistórica, y por tanto no se puede esencializar.

Estas características nos dejan ver la MH como un proceso que se va adaptando a las circunstancias para seguir regulando las relaciones de poder, los roles y los cuerpos (Schongut, 2012).

Elisabeth Badinter (1993) plantea que “ser” hombre principalmente se basa en “no ser” ni un niño, ni homosexual, ni mujer. Por su parte Kimmel (1997) plantea que ser hombre en nuestra cultura se define en oposición a otras minorías, pero sobre todo en oposición a las mujeres.

Se establece así un orden social basado en categorías homólogas en oposición como fuerte/débil o público/privado (Bourdieu, 1998; Schongut, 2012), lo que en psicología sería tratado como un sesgo cognitivo denominado *pensamiento dicotómico* (Beck y Clark, 2012). Esto nos dificultaría la visión de una realidad diversa, favoreciendo el establecimiento de jerarquías y desigualdades en base a supuestas diferencias que son convertidas en axiomas.

En relación a ese “no ser” que planteaba Elisabeth Badinter (1993), la característica que más cerca nos queda a los hombres, y con lo que más solemos ser amenazados de perder nuestra hombría sería la homosexualidad. Es por ello que Kimmel (1997) establece la homofobia como causante del sexismo, heterosexismo y el racismo. Para asegurarnos que nadie pueda pensar que somos gays buscamos elementos comunes e identificables que nos permitan presentarnos socialmente como hombres heterosexuales sin dejar lugar a las dudas, y para ello lo más fácil sería recurrir a las características más primarias de la MH como es el caso de la fuerza ejercida en forma de violencia (Carrigan, Connell y Lee, 1985; Olavarría, 2006; Bergara, Riviere, y Bacete, 2008). Esto visto con perspectiva resulta ridículo y nos deja ver que realmente se trata de comportamientos movidos por el miedo a no pertenecer a un grupo al que no deberíamos querer pertenecer.

Sin embargo dentro de ese “no ser” encontramos posibilidades para “ser” muy amplias. Marqués (1997) propone el modelo-imagen de varón que tiene dos funciones contradictorias: por un lado la de *refugio* en el que se consuela con un orgullo corporativo masculino (por todos los modelos de varones ilustres hiper-visibilizados), y por contra se siente *impugnado o angustiado* por no poder cumplir con la expectativa de representar alguna característica de esos ilustres. Para mi esta función, más que para que nos sintamos angustiados, es una forma de presionarnos a ejercer poder aunque sea en esferas micro de nuestra vida, esa aspiración al modelo ideal de la que ya hablaba Raewyn Connell (1995) o la masculinidad ejemplar de Demetriou (2001). No obstante Marqués (1997) profundiza en el *carácter holgado del modelo* con muchas cualidades, a veces incluso contradictorias, lo cual ofrece un amplio abanico de posibilidades a los varones para identificarse con los ideales.

Con esto último lo que pretendo transmitir es que la cultura machista construye la identidad masculina dejando meridianamente claros los límites de lo que no debemos ser, pero a la vez intenta ofrecernos una amplia diversidad dentro de esos límites. Esto permitiría por un lado difuminar la responsabilidad de los varones dentro del sistema de opresión (bajo el “no todos somos iguales”), y a la vez ofrece distintas vías o formas de “ser” desde las que ejercer poder y construir relaciones desiguales.

Al entenderse la masculinidad como algo social y aprendido (Kimmel, 1997), se estima que no existe un único modelo de masculinidad, sino diversos y condicionados también por edad, clase social, etnia, orientación sexual, etc (Bergara, Riviere, y Bacete, 2008). De esta forma y con la holgura de la MH que se comentaba antes, es como se da interseccionalidad a la opresión ejercida desde esos modelos patriarcales de masculinidades.

Quizás Bonino (2003) no esté del todo de acuerdo con esto al entender la MH como un modelo social hegemónico que nos configura identidad, corporalidad y existencia, de manera homogénea por los tiempos de globalización que vivimos. Tiene su parte de razón porque hay cosas de ese modelo social que nos van a atravesar a todos los varones por igual, pero reconocer la diversidad de la hegemonía nos ayuda a mantener perspectiva crítica también en las disidencias.

4.2.1. Masculinidades hegemónicas en el ámbito educativo

Puesto que se trabajará con adolescentes dentro del ámbito educativo, resulta necesario hacer un pequeño análisis de la masculinidad en estos contextos.

Díez (2015) señala los siguientes aspectos:

- El deporte como elemento distintivo de la masculinidad que además aumenta el estatus a mejores aptitudes muestren los varones en él.
- La asociación de lo masculino con la despreocupación en el rendimiento académico. De esta forma los chicos intentan aparentar que sus logros son obtenidos sin esfuerzo como si su inteligencia fuese algo innato, mientras que los éxitos de las chicas sí son vistos como el resultado de sus esfuerzos.
- La masculinidad se asocia a conductas más disruptivas, desorden, desmotivación, distracción, inquietud y peor relación con las normas.
- Se interpreta el orden escolar como femenino, por lo que va a ser objeto de rechazo por los chicos que se ven a sí mismos como transgresores y solo se implican en juegos de competitividad principalmente con componentes de fuerza y sin que se fomente la cooperación.
- Los recreos y descansos se convierten en espacios de validación de esa MH (un ejemplo serían los juegos violentos entre chicos que suelo observar al terminar mis talleres, o como se plantea en este artículo las “bromas” sexistas que los chicos hacen a sus compañeras).
- También se pone el foco en el profesorado que a su vez suele servir como modelo de MH, y tiende a reforzar de manera inconsciente a aquellos que la reproducen.

Además Díez (2015) propone la introducción en el currículo escolar de aprendizajes basados en la ética del cuidado compartido, la corresponsabilidad en tareas domésticas y cuidado de criaturas, y una convivencia equilibrada.

Una investigación realizada por De Stéfano (2017) indica que, a pesar de que el ámbito educativo es considerado tranquilo por el profesorado, solo 1 de cada 10 estudiantes afirma no haber presenciado insultos, amenazas, burlas o agresiones en este entorno. Este mismo estudio señala que los chicos que producen estas violencias a

menudo, son 3 veces más en número que las chicas y si hablamos de realizarlo constantemente, ellos son el doble respecto a sus compañeras.

Esto podría darnos mucha información sobre la relación temprana de los chicos con la violencia, y sobre la normalización de la misma dentro de estos ambientes, especialmente si es producida por chicos.

No basta con que la escuela no sea sexista si no que es necesario que esta contrarreste los efectos producidos por el resto de la sociedad. Desligarse de la visión androcentrista, introducir a las mujeres en el temario, utilizar lenguajes no sexistas y dar el valor que tiene a los trabajos tradicionalmente atribuidos a las mujeres, serían algunas de las propuestas para empezar a dar pasos en esta dirección (Díez, 2015).

Por otra parte sería interesante analizar qué hay detrás de las violencias producidas por los chicos en el ámbito educativo, si es una forma de *hacerse hombres* o de *hacer género* (De Stéfano, 2017).

No obstante en este punto no se puede perder la perspectiva del punto anterior en lo relativo a que en este contexto también hay mucha diversidad dentro de las MH y por suerte también empiezan a surgir algunos modelos de masculinidades críticas.

4.3. La construcción de los cuerpos

La primera actividad que hago en mis talleres es simplemente preguntarles “cómo nos han dicho tradicionalmente a los hombres que debemos ser” de la cual salen unos resultados muy interesantes. La característica que resuena por excelencia es “fuerte”. En el libro de Bergara, Riviere, y Bacete (2008) aparece la debilidad como la representante femenina que complementa a la fuerza masculina.

Lo que vengo a proponer en este punto es que los estereotipos de género no solo tienen un impacto en el mundo de las ideas, sino que también se hacen carne en nuestros cuerpos desde esas ideas que elaboran complejos, vergüenzas, defectos, etc. y que nos movilizan al cambio físico a través del deporte, los productos cosméticos, los suplementos alimenticios, las dietas o las operaciones estéticas.

Bourdieu (1998, p.22) dice: “El mundo social construye el cuerpo como realidad sexuada y como depositario de principios de visión y de división sexuales”.

Quizás los estereotipos, mandatos y roles son los que dan forma a estos datos:

- El 90% de los trastornos de alimentación relacionados con la delgadez los padecen mujeres (Lask y Bryant-Waugh, 2000).
- Operaciones estéticas (ISAP, 2018): esta investigación internacional sitúa el aumento de pecho y la liposucción como las más realizadas en 2017. En este mismo informe se muestra que el 86,4% de las personas que solicitan cirugía estética son mujeres.

Quizás esos estereotipos son los que hacen que la mayoría de comentarios que recibo sobre mi cuerpo, como hombre delgado, son sobre mi delgadez como un problema cuando llevo desde que di “el estirón” pesando lo mismo, mientras veo como comentan en términos positivos esa misma delgadez o mayor cuando se produce en mujeres que ha reducido radicalmente su peso.

Es difícil pensar que esto es casual y que todas esas mujeres que ponen en riesgo su vida para intervenirse quirúrgicamente, con fines meramente estéticos y casi siempre dirigidos al aumento de pecho y reducción de cintura lo hacen como un ejercicio de libertad. Esa misma libertad desde la que desarrollan hábitos alimenticios potencialmente letales para su salud.

Se podría empezar a pensar que esto ocurre en respuesta a un mandato que impide, especialmente a las mujeres, aceptarse al margen de un canon que busca materializar la vulnerabilidad en sus cuerpos. De hecho actualmente existe una campaña del Instituto Canario de Igualdad (2020), en la que se está hablando de *violencia estética* y gordofobia contra las mujeres como una forma de poner nombre a esto. En ella se muestran los resultados de una investigación de larebeliondelcuerpo.org realizada a más de 10.000 mujeres en la que se observan datos como los siguientes:

- Las mujeres invierten 3 horas al día en ver como se ve su cuerpo.
- El 91% siente que la publicidad influye en cómo perciben su cuerpo.
- Al 80% le gustaría estar más delgada o perder peso.

- El 84% de las mujeres no se sienten cómodas con su cuerpo.
- Las mujeres gordas son peor pagadas que las delgadas.

Estos datos y sucesos no son casualidad, como tampoco es casual que desde pequeños los chicos estemos socializados en el deporte, que nos fortalece, mientras que las chicas son socializadas en los cuidados y en expresiones de la feminidad en términos de delicadeza y debilidad, llegando incluso a ser sancionadas socialmente si muestran características asociadas a la fortaleza.

Díez (2015) muestra numerosas investigaciones que ponen de relieve el deporte como estrategia básica de formación de la MH construida también a través del cuerpo.

Los cuerpos de los hombres son promocionados como fuertes, duros, aptos para el trabajo, que pueden ser constantemente puestos a prueba, son cuerpos racionales para discernir sus emociones de sus actos con la excepción de ser “cegados por la rabia” o por el deseo sexual, donde también están legitimados para obrar sin límites (Olavarría, 2006).

Jack Halberstam (2008) indica que estas presiones aumentan en la adolescencia, es por ello que en esa etapa de la vida empiezan a mostrarse de manera más marcada aspectos relacionados con la feminidad en las chicas y la masculinidad en los chicos.

Que los hombres somos más fuertes que las mujeres es una creencia falsa, legitimada por un *sesgo de confirmación colectivo*¹³ a través del cual se fomenta que un hombre delgado como yo, con 18 años se apunte al gimnasio, trabaje su cuerpo para ganar 10 kilos y que dejen de cuestionarle por no ser lo suficientemente fuerte, mientras una mujer hace lo mismo para perderlos y dejar de ser criticada por no ser agradable a la vista de los hombres. Esa realidad es palpable en el interior del gimnasio donde la práctica totalidad de las mujeres hacen cardio y pesas para adelgazar y tonificar, mientras los hombres hacemos básicamente musculación. Porque nos han enseñado que los hombres somos fuertes y las mujeres son delgadas y frágiles, lo que no nos han mostrado es que la fuerza se entrena y se construye con el cuerpo como la identidad, y

¹³ El sesgo de confirmación hace que tendamos a buscar e interpretar la información de manera que verifique nuestras propias creencias, dando mucho menos peso a otras posibles alternativas (Plous, 1993).

que ambas de base son diversas aunque se empeñen en encajarnos en según qué moldes.

Por ello es importante dar visibilidad a la construcción social del cuerpo, para que los varones no se apropien de una supuesta superioridad física y la utilicen para dar entidad a los discursos de desigualdad.

4.4. Por qué muchos hombres no reconocemos el problema y apuntes sobre la “fragilidad” de la masculinidad

Buscar una respuesta a esta cuestión puede ayudar a romper las resistencias al cambio que muchos hombres tenemos. A su vez, entender ese “no reconocimiento” como una parte más del proceso nos invita a trabajarlo, de esta forma se facilita seguir con otros procesos de cambio futuros reduciendo las posibles violencias que a veces se derivan de esas resistencias.

Reconocer la existencia de la cultura machista de por sí resulta complejo puesto que opera desde una estructura social (patriarcal) y todo lo que emana de ella es visto dentro sus cánones de normalidad (Schongut, 2012). Este mismo autor dice que quizás sí son visibles las consecuencias que dicha cultura produce, la problemática aparece cuando las causas nos son invisibles y señalarnos a nosotros mismos nos resulta doloroso o difícil por nuestra socialización. Lo más probable en estos casos será que generemos discursos paralelos que eviten la asunción de responsabilidades.

Lo primero que debemos tener en cuenta es la defensividad/fragilidad de las masculinidades hegemónicas. Marqués (1997) desde su modelo-imagen *impugnación/angustia* vs. *refugio* afirma que en base al discurso que como hombre se asuma, se integrará una condición masculina de varón *en propiedad* o *en precario*. El varón en propiedad defiende su masculinidad bajo la creencia de que sus genitales determinan naturalmente su identidad, mientras que el precario siente que constantemente debe validarse como hombre y medirse ante otras personas para ello.

De esta manera, la forma hegemónica de ser hombre se ha naturalizado, lo cual ha permitido invisibilizar las relaciones de poder. Simplemente con tener pene se atribuyen como propias de los hombres una forma de ser, de sentir, de comportarse, y de hablar. Estas cualidades al igual que el pene, serían permanentes y vendrían otorgadas por la naturaleza, evitándose así asumir las inequidades como recursos repartidos injustamente (Olavarría, 2006).

Ante una MH tan arraigada en nosotros hablar de “fragilidad” masculina puede dar lugar a confusión. Luciano Fabbri (2020) cuestiona el término y dice: “La masculinidad (en tanto mandato) no es frágil. Al contrario. Lo que es “frágil”, contingente, provisorio e inestable, es el reconocimiento social de ser sujeto de masculinidad. Por eso se nos va la vida -y la quitamos- actuándola”.

Desde mi punto de vista, entender la masculinidad patriarcal como algo que se quiebra al ser cuestionado es idílico pero engañoso. El hecho de que ante una crítica la identidad masculina se rompa supondría la necesidad de una reconstrucción, y se iniciarían procesos de aprendizaje con mucha más facilidad de lo que se inician realmente.

Los hombres somos socializados para tener control, el poder, la razón, y en definitiva sentirnos superiores/perfectos, y cuando acontecen situaciones en las que esto no se cumple entramos en crisis. Pero esta crisis, al contrario de lo que se da a entender cuando se habla de fragilidad, es un punto de inflexión para no perder nuestra identidad hegemónica primigenia y volver a aferrarnos a ella con más fuerza. Puede que nuestra crisis ocurra solo en el plano emocional con frustración, sorpresa, o enfado, que posteriormente serán trabajados de forma represiva para negar lo ocurrido o verlo como algo extraordinario¹⁴. O también es posible que la violencia sea la herramienta que se utilice para mantener ese orden identitario naturalizado.

De cualquier manera se podría afirmar que la MH, ante el hecho de ser cuestionada o no reconocida, podría ser irascible, reaccionaria o intolerante, pero creo

¹⁴ Este sería un ejemplo: <https://www.facebook.com/watch/?v=308053436937454&extid=7UIK3B6tUWYHWRgx> Como se puede observar, a veces la crisis emocional puede suponer una situación igualmente violenta para las mujeres, cuya superioridad es vista con incredulidad.

que verla como frágil oculta las violencias que ejercemos los hombres en nuestros actos de reafirmación. También me planteaba adjetivos como “extremadamente sensible”, pero como digo, este tipo de términos solo dejan ver la parte de la crisis masculina sin mostrar el desenlace violento de las mismas.

En cualquier caso plantear que la forma en que nos han enseñado a ser hombres no va en la dirección que creíamos como ideal, supondría rechazo en un primer momento por esa identidad que no tolera ser cuestionada. En ese punto hay que dialogar con el rechazo y la negación, darles argumentos, datos, realidad, pero siempre desde la empatía con su momento del proceso^{15*}.

Por mi experiencia personal y la observada en otros hombres que se encuentran en procesos de deconstrucción, puedo decir que esta actitud reaccionaria a veces sigue en nosotros ante la posibilidad de ser puestos en duda por no ser lo suficiente feministas o igualitarios. Ante esto, que también lo podemos encontrar en la adolescencia, sería conveniente fomentar en nosotros una actitud de humildad y autocrítica en la que asumamos los errores y las contradicciones como una parte más del proceso de la que debemos hacernos cargo.

Me gustaría cerrar este punto con dos fragmentos que creo que pueden ser de gran utilidad para integrar todo esto en pocas palabras:

- Roy Galán (2020):

Podemos negarlo todo, sí.

Pero negar algo es (indefectiblemente) alejarlo de nosotros.

Es colocarlo en un lugar fuera de la realidad.

Es quitarnos de un plumazo la responsabilidad.

Las consecuencias de lo que hicimos y de lo que hacemos.

Tener la posibilidad de negar algo es un privilegio.

Lo es porque las personas que no pueden negar ese algo son aquellas que lo han vivido.

A las que les sucedió.

^{15*} Aquí me refiero al trabajo de hombres con otros hombres con el fin de levantar resistencias. Me parecería poco ético e injusto pedir esa empatía a las mujeres u otras identidades subalternas.

- “Cuando estás acostumbrado al privilegio, la igualdad se siente opresión”
(Brian Sims).

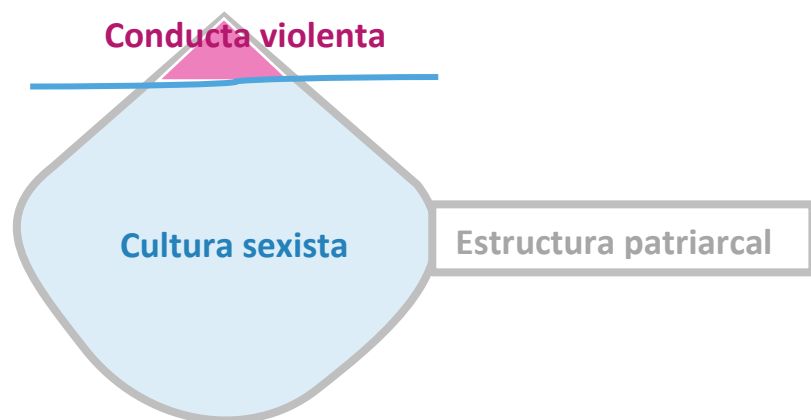
4.5. ¿Cómo puede la masculinidad hegemónica hacer que seamos violentos?

En primer lugar me gustaría establecer de manera clara la diferencia que ya he dejado ver en el primer punto entre *agresividad* y *violencia*. Con *agresividad* hablamos de una respuesta biológica ante una situación que nos indica algún riesgo o peligro, mientras que la *violencia* es algo planificado y que suele tener un fin instrumental (Ortega, Rosario, y Mora-Merchán, J. A., 1997).

Por otro lado, una vez entendido el modelo de violencia de Galtung (1998) estructural-cultural- comportamental, es fácil entender el modelo que Juan Ignacio Paz propuso en el curso de violencia de género para profesionales de la psicología del Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Oriental. Este modelo habla del iceberg de la violencia de género (anexo 1) de manera simplificada, afirmando que todo el iceberg sería la estructura patriarcal mientras que el contenido del mismo sería la cultura sexista y la punta visible sería la conducta violenta. Sería algo así (Figura 1):

Figura 1.

Modelo iceberg Juan Ignacio Paz.



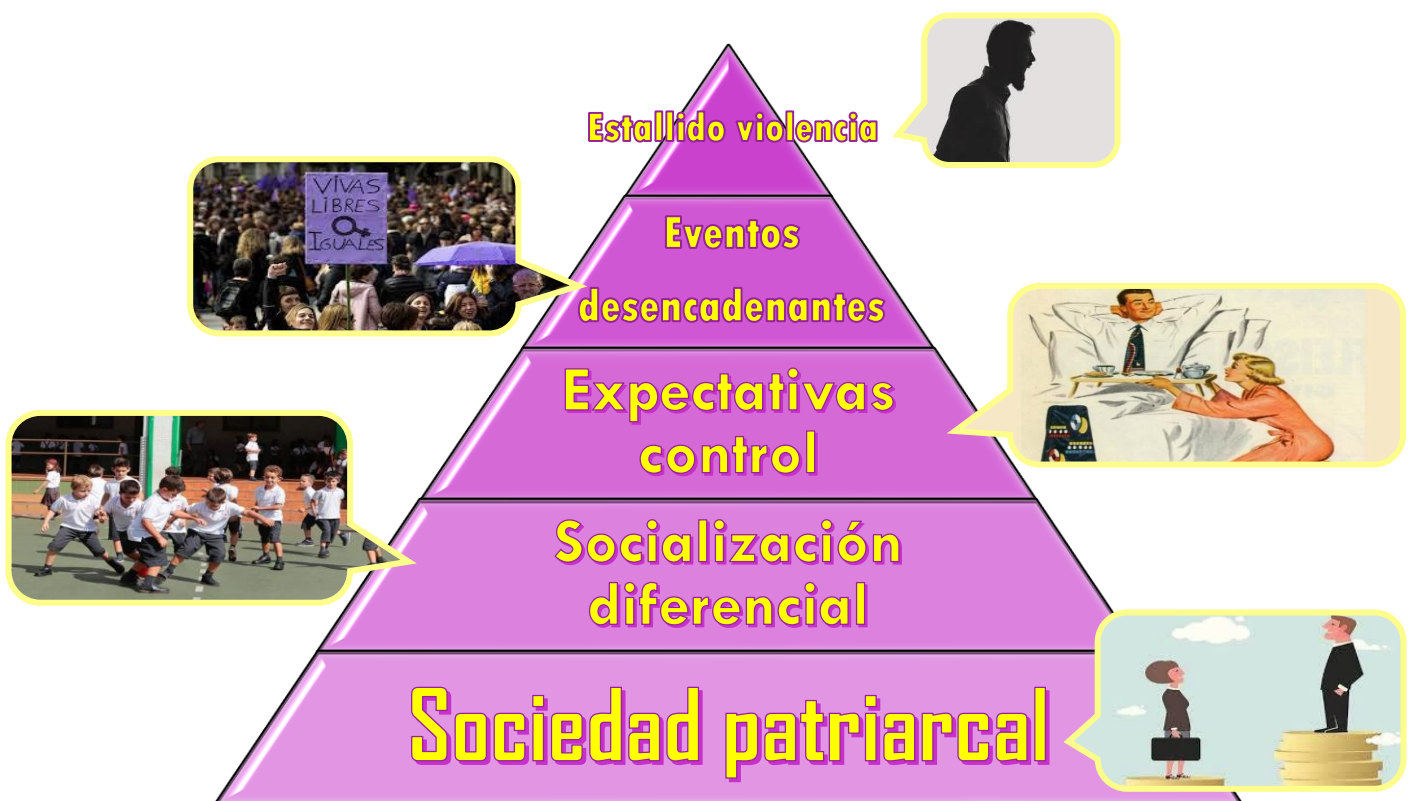
Esto nos ayudaría a entender cómo se cultivan las violencias por razones de género en nuestra cultura, llegando a impregnar nuestras identidades. De esta forma las violencias podrían ser normalizadas o naturalizadas como algo propio de lo masculino.

Pensemos en frases típicas que suelen ir dirigidas a los hombres en relación a la violencia y que son asumidas como normales. Por ejemplo: “son cosas de chicos”, “¿vas a dejar que te hable así?”, “¿no tienes valor?”, “correr es de cobardes”, etc. Estos son algunos ejemplos edulcorados, seguro que cada cual ha escuchado algunos así y otras muchas expresiones similares.

Otro modelo muy útil para explicar cómo algunos hombres llegan a convertirse en maltratadores es el Modelo Piramidal de Esperanza Bosch y Victoria Ferrer (2013) (Figura 2):

Figura 2.

Modelo Piramidal.



Este modelo, leído de abajo a arriba se compone de cinco estratos:

- 1) La **sociedad patriarcal** representaría según estas autoras, a partir de “Política Sexual” de Kate Millet, la ideología de género y la estructura social patriarcal.
- 2) Por **socialización diferencial** se entiende a aquella representada por la cultura machista que produce los mandatos de género que dan lugar a los modelos hegemónicos de masculinidad y feminidad.
- 3) A partir de ahí desde la MH se generan **expectativas de control** sobre las mujeres, las cuales ante ciertos eventos deben ser cumplidas. En este punto también se podría hablar de falsas creencias de posesión de la otra persona de la que derivarían esas expectativas controladoras.
- 4) Ante la posibilidad de pérdida de ese control frente a lo que las autoras llaman **eventos desencadenantes**, aparecería la violencia reflejada en el siguiente punto.
- 5) **Estallido de violencia.**

A todo este modelo jerárquico y ascendente, las autoras añaden el proceso de **filtraje o fuga** con el fin de explicar por qué todos los hombres no acaban siendo maltratadores.

Este proceso lo construyen en base a los tres tipos de identidad cultural frente a los mandatos de género (M. Angeles Rebollo, 2010; citada en Bosch y Ferrer, 2013): *legitimadora, de resistencia y de proyecto*. Así la identidad *legitimadora* sería la de algunos hombres que se mantienen en la pirámide y la sostienen llegando a la violencia. Por otra parte la *de resistencia* sería la de la mayoría de varones que rechazan la violencia pero sin llegar a cuestionar el sistema, pudiendo producir micromachismos o violencias de baja intensidad. Esta identidad podría coincidir con lo que Demetriou (2001) llama “masculinidad cómplice”. Finalmente se encontraría la identidad *de proyecto* que representa a la minoría de hombres que buscan abandonar la pirámide a través del cuestionamiento del sistema, renunciando a privilegios y elaborando nuevas propuestas para transformar los contextos.

Las autoras resaltan que la posibilidad de elegir premeditadamente ejercer o no la violencia es un elemento a tener en cuenta a la hora de responsabilizar a los hombres y romper con las falsas creencias que intentan justificar estos comportamientos.

4.6. Alternativas

Esa identidad *de proyecto* es la que se pretende fomentar en este programa bajo la premisa de Kimmel (1997) y en general de ciencias como la psicología de la que yo procedo. Se entiende que nuestros mundos y nuestra identidad son creados activamente de manera individual y colectiva por las personas a través de la cultura.

Una masculinidad crítica sin propuestas de reconstrucción corre el riesgo de convertirse en algo nihilista o pusilánime. Este punto busca mostrar que hay luz tras esa mirada crítica y que se pueden construir cosas realmente bonitas.

También es importante tener en cuenta que esa mirada crítica del sistema patriarcal, y las identidades que la componen, debería ir acompañada de nuevas formas de producir conocimiento (Schongut, 2012).

Por otro lado, el alumnado no suele aceptar la incertidumbre que supone esa mirada a su identidad sin tener alternativas por delante. Y esas alternativas no pueden quedarse en lo teórico sino que deben ser algo vivencial, a partir de ahí es más fácil soltar y ver desde fuera las cosas con una perspectiva más rica y sin tantos miedos.

Elisabeth Badinter (1993) habla de erradicar la homofobia y la misoginia aprendiendo a amar a otros chicos y chicas. También plantea la separar la sexualidad de la masculinidad, entendiendo la masculinidad de una forma diferente.

En relación al amor, Victoria Ferrer y Esperanza Bosch (2016) hablan de socialización diferencial a través de los mandatos de género en los que para las mujeres el amor es algo central mientras para los hombres es periférico.

El cómo amamos y cómo expresamos afectos es algo que configura nuestra forma de relacionarnos y construir el mundo a nuestro alrededor. Emocionalmente los chicos tenemos muchas barreras, y la expresión del cariño quizás sea una de las más bloqueadas. De esta manera cuando queremos expresar cariño tendemos a

transformarlo en algo con matices violentos, probablemente para lo que comentábamos antes de no parecer homosexual. Esta forma de entender el cariño nos lleva peligrosamente a confundirlo con una vivencia emocional en la que la violencia tiene cabida. Esto se puede ver por ejemplo en:

- La forma que a veces tenemos los chicos de ligar metiéndonos con la otra persona, o con apelativos supuestamente cariñosos que muchos hombres usamos en pareja como “gorda” (dentro de un contexto sociocultural gordóphobo sería un término que puede resultar lesivo o generar inseguridades) o “fea” (así se liga Hache a Baby en la película “A tres metros sobre el cielo”).
- La normalización o romantización que algunos chicos hacen del acoso como forma de acercarse a una chica, aprendida en series como las que comentaba al inicio del trabajo y que siguen apareciendo en series y películas actuales como un mantra.
- Otro ejemplo son los abrazos *con paliza* de los que hablé al inicio. Son algo de lo que tomé conciencia en una comida familiar que me sirve para explicar en qué consisten, aunque creo que está bastante claro. Habitualmente yo también abrazo con paliza, pero ese día estaba un poco bajo de ánimos y me salió un abrazo cariñoso. Mis cuñados respondieron con abrazos con palmadas aún más intensas de lo habitual como si quisieran reanimarme así, esto acompañado con comentarios del tipo “¡así no se abrazan los hombres! ¡abrazo fuerte!”. A partir de esto en mis talleres hice una pequeña investigación para contrastar esto. Pedía dos chicos y dos chicas voluntarias para abrazarse, cuando las chicas se abrazaban había cariño, cuando lo hacían los chicos surgían esas palmadas a veces más intensas de la cuenta, esto en el 100% de los casos (en el curso 2019-20 en el que llegamos a cerca de mil jóvenes dentro de la provincia de Granada).

Acercarnos a los abrazos cariñosos y a las caricias entre hombres, y cambiar la forma de entender y expresar los afectos es uno de los muchos focos de esta intervención, y una herramienta muy potente para relacionarnos de una forma más igualitaria.

En general el contacto con las emociones, su vivencia, reconocimiento y expresión son un espacio muy bonito desde el que repensarnos como hombres y poder conectar mejor con nuestra propia identidad para enlazarnos mejor después con nuestro entorno.

La sexualidad es otro pilar importante que la masculinidad ha impregnado también de violencia, como por ejemplo refleja Coral Herrera en “Hombres que ya no hacen sufrir por amor” (2019) o Kate Millett en “Política Sexual” (2019) que plantea las relaciones sexuales, dentro de un contexto heterosexual, como una esfera más de la vida en la que se refleja el principio de poder.

Tener claras las relaciones consentidas y deseadas, y dejar la violencia al margen de la sexualidad puede ser un buen punto de partida.

Como ya comentaba antes a través de Ana De Miguel (2019), universalizar la ética del cuidado en todas las esferas de la vida y la corresponsabilidad en las tareas domésticas serían de los catalizadores de transformación social más potentes.

Pero sobre todo para mí lo más importante es mantener una actitud de apertura a la diversidad y a la autocrítica para intentar desmontar el sistema desde nuestros propios territorios de existencia.

Para el inicio de esos procesos de cuestionamiento y reconstrucción existen bastantes contenidos en la red social Instagram. Hay que tener muy en cuenta esta plataforma así como el resto de redes sociales que ya existen y las que van apareciendo. Al hablar de adolescencia nos referimos a personas que pertenecen a otra generación, en este caso la generación Z, y esto significa que son personas nativas digitales y que por lo tanto utilizan otros códigos para comunicarse. A continuación cito algunas cuentas de esta red social que pueden ser de gran utilidad:

- Lio.delg: investigación y reflexiones sobre masculinidades.
- Masculinidades Beta: contenidos diversos relacionados.
- Mememasculinidad: reducción al absurdo/humor de masculinidades hegemónicas.

- Instituto_mascs: especialistas de las instituciones públicas de Argentina que comparten información y formaciones.

- Privilegiados: especialmente vídeos cortos, claros y constructivos.

- Roy Galán: textos muy relacionados con la actualidad adolescente, con perspectiva de género y feminista, y muchos de ellos poniendo la mirada en el papel de los hombres.

- Lola.vendetta: viñetas para reflexionar y también muchas veces habla sobre procesos de cambio masculinos, destacando su libro “Lola Vendetta y los hombres”.

- Demachosahombres: publicaciones sobre qué podemos hacer para iniciar procesos de cambio desde nuestras identidades masculinas.

- Ilusiónviril: reflexiones profundas e interesantes sobre el tema. También ofrecen terapia psicológica para hombres en procesos de deconstrucción.

- Reconfigurándonos: contenido similar a ilusiónviril.

- Lucho_fabri: formaciones, investigaciones y proyectos relacionados.

- Erickpescadoralbiach: ponencias y modelos de otras masculinidades posibles.

- Hombrescontraelpatriarcado: reflexiones críticas en torno a los modelos de masculinidad en medios de comunicación.

- Varonesresponsables: información variada en torno a estos contenidos.

- Lapsicowoman: feminismo en general y contenidos específicos sobre masculinidades en sus distintas redes que aportan alternativas.

También pueden ser útiles para personas formadoras o para el propio profesorado guías como:

- “Guía de recursos para profesionales que trabajan con adolescentes varones las masculinidades no violentas” de Coral Herrera (2020) desde el Instituto Canario de Igualdad.

- “A fuego lento” de Ángela López y Bakea Fernández (2015) desde la Fundación Cepaim.

- “Varones y masculinidades” de Agostina Chiodi, Luciano Fabbri y Ariel Sánchez (2019) desde el Instituto de Masculinidades y Cambio Social de Argentina.

- “¿Qué hacemos con la(s) masculinidad(es)?” de Endara et al. (2018).

Judith Butler en *Argonautas* de Maggie Nelson (2015) explica que su libro fue malinterpretado por una parte de su audiencia entendiendo la adopción del género como una elección consumista que cada persona hace día a día. Para ella la performatividad del género no se elige, sino que es algo que nos es inoculado hasta que forzamos su resignificación. No lo elegimos libremente pero sí podemos intentar hackear la trampa en la que nos encontramos.

Querría cerrar este apartado con una propuesta desde la que nombrar la masculinidad en cambio y empezar a construir esas identidades que busquen la igualdad. En las conceptualizaciones se suele hablar de MH vs. nuevas masculinidades, masculinidades igualitarias, diversas, disidentes, al final todas tienen algún pero. Creo que podría ser positivo hablar de masculinidades patriarcales vs. antipatriarcales. Esto facilita la comprensión del concepto puesto que une de manera directa las masculinidades con el sistema y deja claro que para representar masculinidades antipatriarcales no vale con transgredir algunos mandatos o estereotipos si no que hay que rechazar por completo el sistema patriarcal y la cultura machista. Puede parecer un modelo de masculinidad utópica, igual que el término igualitaria, pero en la persecución de esa utopía la mirada autocrítica es mayor y por tanto también es mayor la posibilidad de generar cambios.

No obstante da lugar al pensamiento dicotómico que antes criticaba, porque aunque nos movamos por lo antipatriarcal, la otra cara de la moneda está impregnada en nuestra identidad y desprenderse de ella no es tan fácil. Así que algunos hombres podemos caer en la falacia de decir que somos antipatriarcales o feministas, negando que el machismo esté en nosotros y eludiendo nuestras responsabilidades.

También me gusta el término masculinidades disidentes, aunque hace poco leí una entrevista a Lionel S. Delgado (hombrescontraelpatriarcado, 2020) en la que hablaba de masculinidades críticas y me pareció el más acertado hasta ahora. La crítica está sujeta a un cambio constante que nos permite crecer y fluir por los procesos, mientras que la disidencia aún tiene ese punto bélico que sería preferible sustituir por algo más amoroso.

¿Cómo se podrían definir entonces esas masculinidades críticas? Personalmente diría que son aquellas que buscan relacionarse con el mundo de maneras más igualitarias a través de elementos como los afectos o los cuidados, rechazando los privilegios que el patriarcado asigna a los hombres y roles de poder como el control, la fuerza o la violencia.

En conclusión este proyecto busca ser una alternativa especial que pueda hacer llegar estos modelos a adolescentes.

5. Preguntas de investigación

Las cuestiones que buscan respuesta en este trabajo giran en torno a los efectos de la intervención en relación a los objetivos de la misma. Dichos interrogantes serían los siguientes:

- ¿Cómo podemos los hombres participar en la construcción de un mundo más igualitario y libre de violencias contra las mujeres?
- ¿Es posible iniciar procesos de transformación social en favor de la igualdad entre mujeres y hombres a través del trabajo con masculinidades críticas o antipatriarcales?
- ¿Cómo trabajar la identidad sin que las personas se sientan invadidas?

6. Objetivos de investigación

Objetivo general:

- Prevenir la violencia por cuestiones de género a través del trabajo centrado en las masculinidades reproducidas por personas socializadas como hombres.

Objetivos específicos:

- Visibilizar de manera crítica la cultura machista y el sistema social patriarcal desde el que se produce el sexismo.
- Tomar conciencia del papel de las masculinidades hegemónicas en esos sistemas y de en qué posición social nos ubica esto a los hombres.
- Empoderar al alumnado en la elaboración de una identidad propia y libre de jerarquías, rechazando las dinámicas sexistas.

7. Metodología

7.1. Población destinataria

A pesar de que este proyecto se centra en el papel de los chicos, la idea es trabajar de manera mixta con jóvenes de secundaria, a partir de 2º de la ESO en los distintos centros educativos de Granada, aunque es extensible a cualquier provincia.

Lo mixto viene motivado por la necesidad de toma de conciencia colectiva en torno a todos los aspectos que se trabajan a lo largo de estas formaciones, sobre todo en el sentido de crear una mirada con perspectiva de género amplia en la que también se analice el papel de los hombres.

El trabajo mixto favorece ese cambio colectivo, aunque no se descartan intervenciones segregadas puntuales que pueden ser requeridas por las circunstancias.

Tampoco supone un problema trabajar con grupos eminentemente de varones o de mujeres. Lo cierto es que mis vivencias profesionales en este sentido también han sido muy interesantes y se han generado espacios con climas muy buenos.

7.2. Enfoque desde el que se trabaja

En mi experiencia como tallerista me ha resultado imposible desprenderme de mi enfoque como psicólogo a la hora de abordar las sesiones con el alumnado, lo cual me ha sido de gran utilidad en muchas situaciones.

He de reconocer que prácticamente todos los enfoques de la psicología me gustan y creo que todos tienen mucho que aportar. Para mí son distintas ramas de un mismo árbol, y es por ello que me gusta principalmente el eclecticismo que utiliza lo mejor de cada una. Si tuviera que quedarme con un enfoque sería con el constructivista, centrado en la alianza terapéutica, y siempre con perspectiva feminista y de género, y a partir de ahí construyo y me nutro del resto de ramas.

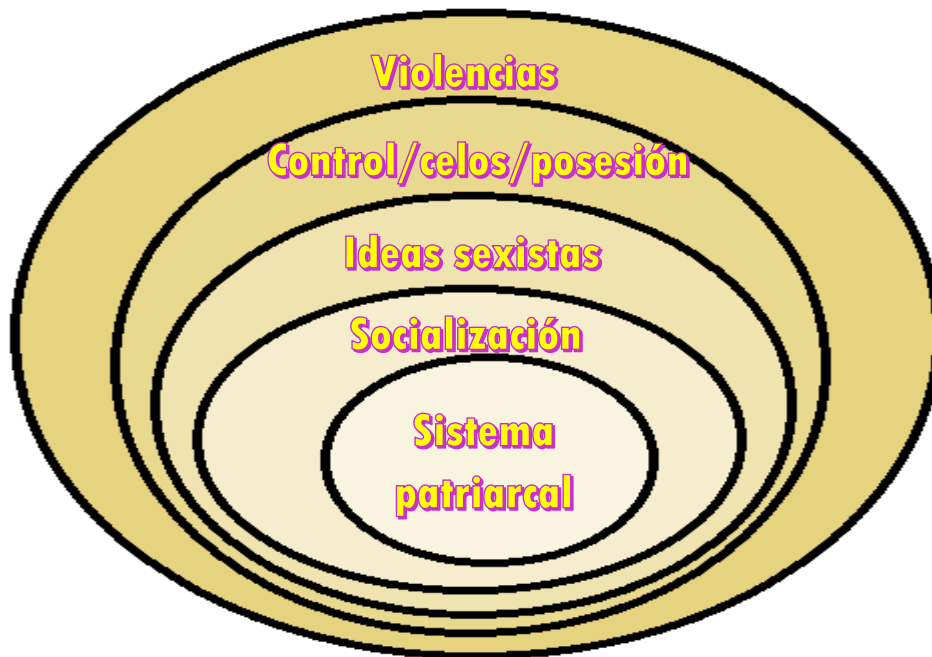
Este enfoque constructivista da a la persona que tiene enfrente un papel activo y busca una relación lo más horizontal posible. Se habla de relaciones entre dos personas expertas, viendo a la persona sujeta al servicio como experta en su propia vida.

¿Qué me aporta esto en mi trabajo en los talleres? Esta mirada me permite convertirme en un igual para el alumnado, que dentro del aula puedan sentir comodidad para hablar de sus cosas sin tabús ni juicios. En definitiva ayuda a crear un espacio seguro para que las personas hablen y se expresen con la mayor libertad posible. La verdad es que todas las experiencias que he tenido desde este enfoque me han dado resultados muy satisfactorios.

Por otra parte tenemos el enfoque metodológico puro desde el que trabajar las masculinidades en concreto. Aquí la idea principal de trabajo se va a fundamentar en el Modelo Piramidal de Esperanza Bosch y Victoria Ferrer (2013) del que hablaba antes, pero con ciertos matices y entendido como una cebolla a la que vamos retirando capas poco a poco (Figura 3).

Figura 3.

Modelo de capas.



Como se observa en la figura se trabajará desde la capa más exterior hasta la más interior. Se puede ver que antes de trabajar las ideas sexistas propias de la cultura se desmontan los elementos más básicos como son las violencias y los elementos de control, para posteriormente trabajar el sexismo que irá acompañado de una mejor socialización como alternativa, obteniendo al final del proceso una actitud crítica de cambio con el sistema.

Al hablar aquí de socialización me baso en Bonino (2003) que la entiende como el proceso de masculinización, a través del cual se curte la identidad dentro del sistema sexo-género.

Al final lo que se busca es lo que he comentado a lo largo del trabajo, no sirve de nada tener varones afectuosos si se siguen retroalimentando roles y estructuras de poder.

Este modelo de capas será la base desde la que se guíe la intervención, no obstante las temáticas a tratar serán más diversas.

7.3. Estructura de las sesiones

Cada sesión tendrá una estructura particular y unas dinámicas con temáticas diversas. Además las estructuras variarán mucho en función de si trabajamos en un contexto presencial con o sin contacto físico, o si hablamos de un entorno online.

A continuación se expondrá alguna sesión a modo de ejemplo cuyo contenido también es útil para formar al personal que pueda impartir las formaciones.

Estas dinámicas traen un bagaje teórico detrás, es por ello que tienen un desarrollo más allá de lo presentado aquí de manera sintética (incluyen anexos, vídeos, aspectos a tener en cuenta, información útil para ampliar contenidos, etc.). Además vendrán estructuradas en fichas como la siguiente (tabla 1) cuyo fin es orientarnos y refrescar los procedimientos de cara a la intervención:

Tabla 1.

Sesión de afectos- abrazos.

SESIÓN AFECTOS – ABRAZOS	
Palabras clave	
Afectividad, cuidados, cariños, ternura, sensibilidad, abrazos, cuerpo, masculinidades afectivas, expresión de afectos, vinculaciones.	
OBJETIVOS:	
Valorar la necesidad e importancia de los Afectos en la vida cotidiana.	
Aprendizaje de contacto físico reparador y no verbal	
ESQUEMA METODOLÓGICO	
5'	Dinámica de desconexión. “Sube y Baja” por diadas cogiéndose las muñecas, pies juntos e intentar que una persona de la pareja baje al suelo sin soltarse y luego la otra persona.
10'	Por diadas, proponerles que se abracen. Observar formas de hacerlo y poner en común lo ocurrido creando un espacio de reflexión.
10'	Breve exposición participativa sobre la importancia de los afectos y la filogénesis en las relaciones humanas.

5'	En gran grupo pedir que den pequeños saltos o que corran en círculos. Posteriormente les indicamos que de pie suelten brazos, hombros, cuello, piernas, etc. Luego le pediremos que en estático relajen esas mismas partes del cuerpo, mientras respiran profundamente y sueltan todo el aire que puedan.
15'	En círculos concéntricos y de cara planteamos que se den distintos tipos de abrazos: Abuela, en A, de panda, de corazón, de colega, de oso, de puerco espín, de serpiente, etc. Y terminar con un abrazo grupal. Puesta en común “cómo me he sentido”.
10'	Exposición-reflexión sobre la importancia o necesidad de sentir que nos quieren/aceptan y sobre formas de comunicación afectiva verbal y no verbal. Aquí se puede incluir una lluvia de ideas en torno a buenos tratos.
35'	Por diadas en círculos concéntricos y posición sentada, en frente A de B, y con ojos vendados expresar diferentes tipos de afectos y contacto en los brazos y manos (ternura, calidez, sinceridad, suavidad, ira, miedo, alegría, decir adiós). Tras cada expresión se pone en común cómo lo han vivido y se pone la venda la otra persona de la pareja.
10'	Cerrar con los espacios íntimos de cada persona. Dar importancia a pedir permisos, poner límites, respetarlos, etc. Algunas situaciones podrían vivirse como una invasión/agresión, respetar ritmos personales. Hablar sobre intimidad y cariños.
10'	Buscar compromisos como darse abrazos o afectos de manera verbal o no verbal aumentando progresivamente la frecuencia diaria (4-8-12). Poner también reto con profesorado, familia, colegas y ver resultados obtenidos.

MATERIALES PARA LA SESIÓN:

Reproductor, música relajante, vendas para los ojos y un espacio amplio.

Debido a la actual situación de pandemia, el trabajo que se realizará con la clase puede producirse en tres contextos diferentes, y por lo tanto puede englobar distintas formas de funcionar en base al ambiente y distintas estructuras. De esta forma hablaríamos de espacios:

1. Online (confinamientos):
 - Parte teórica participativa
 - Consultorio
 - Escape Room para trabajar lo aprendido
 - Coffe chat
2. Con distancia social (nuevas normalidades o fases de desescalada):
 - Parte teórica participativa
 - Juegos y dinámicas con distancia
3. Con posibilidad de contacto físico (fin de crisis covid-19)
 - Parte teórica participativa
 - Dinámicas y juegos con contacto

7.4. Contenidos

En base a lo tratado en la parte teórica de este proyecto, los contenidos a trabajar se pueden dividir en las siguientes partes:

1. Presentación del proyecto
 - “¿De qué creéis que va?”
 - “De qué va”
2. Visibilización de desigualdades y cultura sexista (mirar el mundo con “gafas violetas”¹⁶).
 - ¿Por qué es necesario prestar atención al papel de los hombres?

¹⁶ El término *gafas violetas* es planteado por Gemma Lienas en su libro “El diario violeta de Carlota” (2001). Hace referencia a hacer una lectura de género y feminista sobre los distintos sucesos cotidianos para dar cuenta del sexismo existente.

- Modelos básicos: Iceberg Violencia de Género, Ciclo (Leonore Walker) y escalera (Carmen Ruiz Repullo) de la violencia de género y su relación con la música o las series.
 - Violencias invisibilizadas (micromachismos).
 - La importancia del lenguaje.
3. Análisis crítico de las masculinidades patriarcales (mirar a los hombres con “gafas violetas”).
- ¿Cómo nos han dicho tradicionalmente que somos los hombres? (socialización).
 - Identidades:
 - Biológico vs. Social (sexo, género, identidad de género, expresión de género)
 - Construcción de los cuerpos.
 - Varones y su relación con la violencia.
4. Acercamiento a modelos relacionales igualitarios.
- Emociones:
 - Identificación y relación con las emociones
 - Inventario de emociones y mapa emocional
 - La transformación de las emociones
 - Cariño/afecto
 - Amor
 - Empatía o valores básicos
 - Ira/rabia
 - Celos
 - Otros aspectos emocionales (“¿Qué os preocupa?”)
 - Cuidados y autocuidados:
 - En casa
 - Con amistades
 - Con parejas
 - Autocuidados
 - Cuidados al medio ambiente/ al entorno

- Sexualidad:
 - Relaciones consentidas y deseadas.
 - Chicos más allá de los “malotes” (la erotización/romantización de otras formas de ser hombres).

7.5. Equipo psicosocial

Este proyecto requiere profesionales con recorridos o formación especializada en temáticas de género e igualdad de manera imprescindible.

Además sería importante que las personas que participen sean de ámbitos sociales o que formen parte de entornos relacionados con el activismo social.

Tras ese primer filtro, profesiones como la psicología, el trabajo social, la educación social, o la sociología serían las idóneas, aunque también pueden ser válidos otros perfiles.

Las labores a desempeñar serían:

- Búsqueda de recursos y financiación para la realización del proyecto.
- Contacto y coordinación con los centros educativos.
- Labores administrativas.
- Selección de personal en función del volumen de talleres que se tenga.
- Difusión del proyecto en la comunidad y redes sociales.
- Preparación e impartición de talleres.
- Formación de talleristas (en el caso de que exista un volumen que requiera más personas).
- Creación y moderación de una comunidad con el alumnado, a través de una cuenta de Instagram o alguna red social similar, desde la que se respondan sus dudas y se genere contenido de interés.
- Seguimiento y remodelación del proyecto según avance y en base a las necesidades que vayan surgiendo.
- Elaboración de informes y memorias de trabajo.

La cantidad de profesionales necesaria dependerá del presupuesto con el que se dote el proyecto y del volumen de trabajo que se consiga, con un mínimo de dos profesionales para que pueda ser implementado.

7.6. Sistema de evaluación

Este proyecto tendrá una evaluación continua en la que se recabarán datos cualitativos en cada taller que permitan seleccionar información de interés como analizar sucesos, aspectos a mejorar, procesos de cambio activados, etc. Esta información será recogida a través del método de observación.

Además se realizarán tres cuestionarios breves que nos permitan conocer la evolución del alumnado y la influencia de nuestro trabajo en la misma. Estos tres cuestionarios se realizarán en momentos temporales distintos.

Por una parte habrá un pre-test que puede pasarse incluso en una tutoría previa a nuestra intervención. En esta se indagará un poco en los niveles de sexismo, roles y estereotipos de género, con el fin de tomar el pulso al alumnado.

En la segunda evaluación, a mitad de intervención, se preguntará por lo aprendido y por si les está gustando la formación o hay algo que cambiarían. De esta forma podemos ver niveles de motivación, retención de aprendizajes y obtener feedback sobre el trabajo realizado como profesionales.

Finalmente se hará un post-test con una valoración global del proceso, aspectos a mejorar, un breve cuestionario como el inicial y con algunas cuestiones más complejas que nos permitan observar avances.

De igual forma en los cuestionarios se pedirá que indiquen su edad y el género con el que se identifican a fin de poder conocer y estratificar el alcance de la intervención.

8. Temporalización

Debido a los contextos que nos ocupan y a que cada grupo es diferente, este es un apartado estimado y que se presta a mucha más flexibilidad de lo que pueda quedar aquí reflejado.

Estas son simplemente algunas propuestas:

1. Presencial con contacto físico:
 - a. Presentación y primera parte relacionada con la cultura sexista: 3-4 sesiones.
 - b. Análisis crítico de las masculinidades: 2-3 sesiones.
 - c. Hacia modelos relacionales más igualitarios: Emociones (4-5 sesiones), cuidados (3-4 sesiones), sexualidad (1 sesión).

Esta versión presencial englobaría entre 13 y 17 sesiones. Lo ideal es que fuesen una o dos sesiones de una hora cada una, lo cual supondría una intervención de un máximo de 4 meses (con 17 sesiones semanales) y un mínimo de 1 mes y medio (con dos sesiones por semana y 13 sesiones), teniendo en cuenta que no hubiese ningún día festivo intermedio.

2. Con distancia social:
 - a. Presentación y primera parte relacionada con la cultura sexista: 3-4 sesiones.
 - b. Análisis crítico de las masculinidades: 2-3 sesiones.
 - c. Hacia modelos relacionales más igualitarios: Emociones (4-5 sesiones), cuidados (3-4 sesiones), sexualidad (1 sesión).

Este segundo formato sería similar al primero en cuanto a su temporalización con la excepción de que el trabajo emocional desde la corporalidad se verá limitado y por tanto las sesiones en este sentido podrían verse ligeramente reducidas.

3. Online:
 - a. Presentación y primera parte relacionada con la cultura sexista: 2 sesiones.
 - b. Análisis crítico de las masculinidades: 2 sesiones.
 - c. Hacia modelos relacionales más igualitarios: Emociones (3 sesiones), cuidados (2 sesiones), sexualidad (1 sesión).

En esta modalidad online se estiman 10 sesiones cuya duración será de 30 a 45 minutos para no sobrecargar al alumnado. Como antes hablamos de una sesión o dos por semana lo cual nos pone ante una intervención de entre 1 mes y una semana, y 2 meses y medio, sin tener en cuenta posibles festivos.

A todos estos formatos habría que añadirle los 3 cuestionarios de evaluación cuya duración será de 20 minutos a media hora y que podrán ser realizados por el profesorado en horas de tutoría. El primero se realizará antes de presentarnos, el segundo a mitad de intervención y el tercero la última semana de trabajo.

También cabe la posibilidad de dar algún módulo por separado o de elaborar una versión reducida con sesiones de cada apartado, aunque limitar la intervención puede suponer no conseguir los objetivos propuestos.

9. Conclusiones

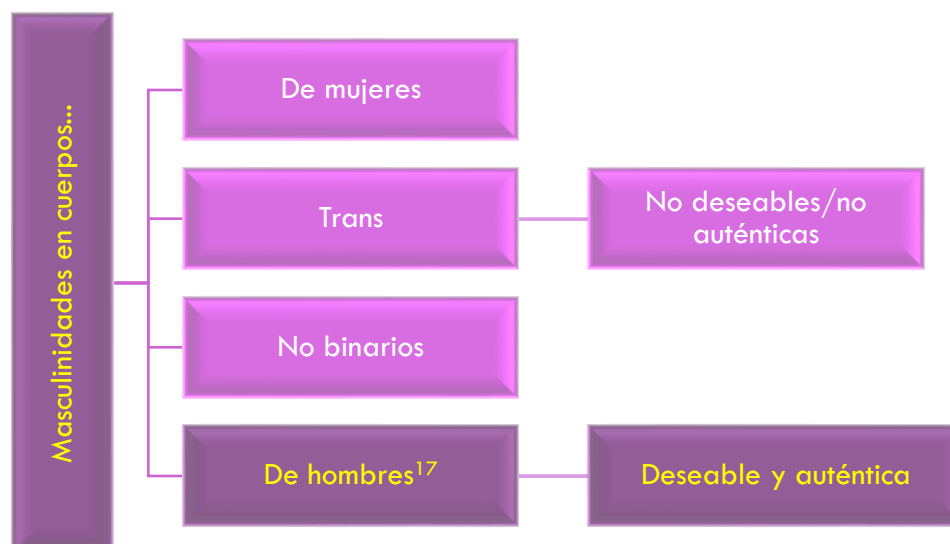
Puede que en algún momento la mirada crítica sea interpretada como autoflagelación excesiva, pero me parece necesario ir visibilizando las capas que envuelven la MH para que, poco a poco podamos ir despojándonos de ellas, puesto que si no las vemos las seguiremos arrastrando sin darnos cuenta.

A lo largo de este trabajo he desarrollado algunas formas de entender la MH que me gustaría dejar reflejadas de cara a futuras investigaciones:

- La MH como certificadora de la masculinidad: De esta forma la MH diría qué masculinidades pueden ser auténticas y por tanto deseables (Figura 4).

Figura 4.

Esquema “los cuerpos que habitan el poder”



Esta también es una forma de dificultar la vivencia de identidades masculinas más allá de las fronteras de los cuerpos masculinos, reflejándose así un intento de condensar todo el poder que daría la MH en torno a los hombres cis-heterosexuales¹⁸. De hecho este sesgo también tiende a producirse en los propios estudios sobre masculinidades y es una de las principales críticas de la obra de Jack Halberstam (2008) que además intenta poner en valor esos otros itinerarios de la masculinidad socialmente no deseables.

- La MH como censora de la diversidad. Digamos que a la MH se le da el papel del “pastor del rebaño” y si desde ahí se toleran desviaciones respecto a la norma dejaríamos de cumplir nuestro objetivo principal perdiendo la propia identidad, lo cual nos motiva a actuar de manera preventiva.

¹⁷ En el apartado hombres también podemos referirnos a hombres trans que son identificados socialmente como hombres cis, lo que se suele denominar *cispassing*.

¹⁸ Aunque no haya hablado de orientación sexual esta sería el siguiente nivel de cribado de la MH en su certificación y todo aquello que no sea heterosexualidad carecería de autenticidad.

Se puede observar esa censura a la diversidad, desde el entendimiento de la MH como referencia, por ejemplo con los colectivos LGTBIQA+(Lesbianas, gays, trans, bisexuales, intersexuales, queers, asexuales y más diversidades) (Figura 5):

Figura 5.

Posibles asociaciones desde la MH para rechazar la diversidad.



Por otra parte a lo largo de este trabajo y de mis vivencias me he encontrado con dos vertientes muy marcadas en cuanto a la MH. Por un lado están las personas que la ven como un término paraguas que engloba toda la forma de socializar con tintes patriarcales producida por los hombres. Y por otra parte nos encontramos con la gente que busca etiologías específicas en cada elemento.

No pretendo hablar en términos absolutos, pero cuando se tratan aspectos culturales se engloba a toda la población, nadie se puede eximir de la cultura y por tanto nadie se libra de la huella que deja el patriarcado en nuestra identidad en mayor o menor medida. Es por esto que veo la MH, producida desde los cuerpos reconocidos

socialmente como hombres, como toda aquella interacción social impregnada de sexismo.

La otra mirada es la que nos sale automáticamente y dice “¿Qué tiene que ver eso con la MH?”, como una forma de protegernos a los hombres intentando desagregar el término. Esta es una herramienta más de ese sistema patriarcal que vive en nuestro ser y que no debemos alimentar ni reproducir.

Sería también interesante investigar la relación entre la naturalización de la fuerza en los hombres con la legitimación de su violencia, además del contexto emocional en el que se pueda establecer esta relación en los casos concretos a estudiar.

En otro orden, el papel de los hombres en los feminismos es una cuestión que a veces nos preocupa mucho, sobre todo cuando empezamos a tomar conciencia de hasta qué punto somos parte del problema y nos empieza a surgir la culpa.

Probablemente estemos acostumbrados a tener un papel social claramente definido, o puede que el rol de importantes o de salvadores propio de la MH aún esté hundiendo sus raíces en nosotros, pero lo que está claro es que a veces al inicio de nuestros procesos de cambio los hombres tenemos esta duda. Además nos genera urgencia y a veces cometemos el fallo de pedirle la respuesta a nuestras compañeras mujeres. Esto es un gran error porque al final seguimos con la dinámica de darles a ellas la carga mental que supone una cuestión tan compleja, al igual que hacemos con los cuidados en el hogar.

Pues bien, yo tampoco pienso que pueda resolver esa cuestión pero sí creo que este trabajo es una aproximación a ella o simplemente una posibilidad más.

Transformar el mundo desde el yo y nuestro entorno cercano, repensándonos como hombres e invitando a otros hombres a que hagan lo mismo. Dejar de ser una carga o un problema para otras mujeres, renunciar a roles de poder y a los privilegios masculinos, e intentar que otros hombres tomen el mismo camino me parece que sería un muy buen primer paso.

Una de las principales dudas que asolan mis intervenciones con jóvenes se centra en buscar la manera de convertir en oportunidad parte del problema. Creo que a lo largo

de este trabajo he encontrado una de ellas, y son los trabajos con el autoconcepto y con el efecto Pigmalión. Al inicio del trabajo los planteaba en negativo, como herramienta de la cultura sexista, pero pienso que también nos pueden servir para presuponer identidades en positivo. Si buscamos datos que no prejuzguen a la adolescencia, en lugar de trabajar desde el adultismo, y abordamos la intervención desde la suposición de características positivas al alumnado encontraremos muchos beneficios: estaremos a gusto, el alumnado también y se favorecerá un clima muy bonito en el que trabajar.

Al empezar a redactar este trabajo y releerlo varias veces he sentido que muchas personas podrían verlo como una muestra más del egocentrismo masculino. Lo cierto es que puede que algo de eso viva en mí con mi machismo, pero he intentado que sea un trabajo en primera persona, que mire hacia dentro y señale mis defectos, fragilidades y errores. Una mirada crítica hacia mi identidad con la parsimonia suficiente para permitir que otros hombres se identifiquen y quieran implicarse.

No sé si lo habré conseguido, pero como he escuchado decir a Brigitte Vasallo (2019) en una entrevista que le hizo Irantzu Varela “no se trata de caer bien, si no de ser útiles y generar transformación social”. Como todo axioma tiene sus aristas, y más aplicado a cada caso en particular: a mí me hace ilusión caer bien si es posible, y generar transformación social es una palabra muy grande para mí, pero si apporto algo aunque sea mínimo ya será mejor que no intentarlo teniendo la posibilidad.

10. Referencias

Alternatiba (9 de abril de 2019). *Brigitte Vasallo e Irantzu Varela. Charla "Espacios mixtos de izquierda y feminismo"*. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=w_hrHbDb4t8&t=15s

Bandura, A. (1988). Modelo de causalidad en la teoría del aprendizaje social. *Mahoney M, Freeman A. Cognición y Psicoterapia. Buenos Aires: Paidós.*

Barberá, Ester, Candela, C., y Ramos, Amparo (2008). Elección de carrera, desarrollo profesional y estereotipos de género. *Revista de Psicología Social, 23(2)*, 275-285.

Barjola, Nerea (2018). *Microfísica sexista del poder*. Madrid: Virus.

Beck, A. T., y Clark, D. (2012). *Terapia cognitiva para los trastornos de ansiedad*.

Desclee de brouwer.

Bergara, A., Riviere, J., y Bacete, R. (2008). *Los hombres, la igualdad y las nuevas masculinidades*. Emakunde: Instituto Vasco de la Mujer.

Bonino, L. (2003). Masculinidad hegemónica e identidad masculina. *Dossiers feministes, 6*, 7-36.

Bosch, Esperanza, y Ferrer, Victoria (2013). Nuevo modelo explicativo para la violencia contra las mujeres en la pareja: el modelo piramidal y el proceso de filtraje. *Asparkia, 24*, 54-67.

Bosch, Esperanza, y Ferrer, Victoria (2016). Las masculinidades y los programas de intervención para maltratadores en casos de violencia de género en España. *Masculinidades y cambio social, 5(1)*, 28-51.

Bourdieu, P. (1998). *La dominación masculina*. Anagrama.

Brownsuugahh y Lainsumisa (14 de agosto de 2020). *El nice guy en la cultura masiva y la ausencia de narrativas sobre masculinidades antipatriarcales*. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CD2R47XpEqj/>

Canal PsicoQ (s.f.). *La mente en pañales: educación diferenciada entre niños*. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=7hBX7YUAX2I>

Carrigan, T., Connell, B., y Lee, J. (1985). Toward a new sociology of masculinity. *Theory and society*, 14(5), 551-604.

Chiodi, Agostina, Fabbri, L. y Sánchez, A. (2019). *Varones y masculinidades*. Instituto de Masculinidades y Cambio Social.

Cohan, Marisa (2017). Ángela González: "Hoy me iría con mi hija lejos de España. No confío en la justicia". *Público*. <https://www.publico.es/sociedad/violencia-machista-angela-gonzalez-hoy.html>

Connell, R. W. (1995) *Masculinities*. Polity Press.

Demetriou, D. Z. (2001). Connell's concept of hegemonic masculinity: A critique. *Theory and society*, 30(3), 337-361.

De Miguel, Ana (2019). *El feminismo como movimiento social: políticas de redefinición y políticas reivindicativas. Neoliberalismo Sexual: El mito de la libre elección*. Cátedra.

De Stefano, M. (2017). Hacerse hombre en el aula: masculinidad, homofobia y acoso escolar. *Cadernos pagu*, 50.

Díez, E. J. (2015). Códigos de masculinidad hegemónica en educación. *Revista Ibero-americana de Educação*, 68, 79-98.

Endara, G., García, L., Schuster, M., Espinosa, I., Pinto, A., Pástor, C., Poy, J. A., Vega, Cristina, Baca, Carolina, Velasco, J.J., Ruiz-Arroyave, J. O., Gross, L. A., Palma, A., Llumipanta, E., HuertaS, R. A., Da Silva, D., Oliva, R., Disla, N., y Varas, E. (2018). *¿Qué hacemos con la(s) masculinidad(es)?*. Gustavo Endara.

Evangelista García, Angélica A. (2019). Normalización de la violencia de género como obstáculo metodológico para su comprensión. *Nómadas*, (51), 85-97.

Galán, R. (17 de agosto de 2020). *Podemos negarlo todo*. Facebook. <https://www.facebook.com/RevolutionRoy/>

Galtung, J. (1998). *Tras la violencia, 3R: reconstrucción, reconciliación, resolución*. Bakeas.

García, J. (2015). El efecto Pigmalión y su efecto transformador a través de las expectativas. *Perspectivas docentes*, (57).

Halberstam, Jack (2008). *Masculinidad femenina*. Egales.

Herrera, Coral (2019). *Hombres que ya no hacen sufrir por amor. Transformando masculinidades*. Los libros de la catarata.

Herrera, Coral (2020). Guía de recursos para profesionales que trabajan con adolescentes varones las masculinidades no violentas [Archivo PDF]. https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/icigualdad/galerias/ici_documentos/documentacion/GUIA-DE-RECURSOS-para-profesionales-que-trabajan-con-adolescentes-varones-las-masculinidades-no-violentas.pdf

Hombrescontraelpatriarcado (3 de septiembre de 2020). *Entrevista a Lio S. Delgado*. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CEowibPok6D/>

Instituto Canario de Igualdad (14 de septiembre de 2020). *Jornadas sobre gordofobia y violencia estética contra las mujeres*. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CFHAO2Dlymb/>

Instituto Nacional de Estadística (09 de agosto de 2020). *INE*. <https://www.ine.es/>

International Society of Aesthetic Plastic Surgery (18 de agosto de 2020). *ISAP*. <https://www.isaps.org/>

Kimmel, M. (1997). Homofobia, temor, vergüenza y silencio en la identidad masculina. *Masculinidad/es. Poder y crisis*, 24, 49-63.

Lask, B., y Bryant-Waugh, R. (2000). *Anorexia Nervosa and Related Eating Disorders in Childhood and Adolescence*. Hove: Psychology Press.

Lienas, Gemma (2001). *El diario violeta de Carlota*. Destino.

López, Ángela, y Fernández, Bakea (2015). *A fuego lento: cocinando ideas para una intervención grupal con hombres desde una perspectiva de género*. Fundación Cepaim.

Marqués, J. V. (1997). Varón y patriarcado. *Masculinidad/es. Poder y crisis*, 24, 31-48.

Millett, Kate (2019). *Política Sexual*. Ediciones Cátedra.

Nelson, Maggie (2015). *Argonautas*. Auténtica.

Observatorio contra la violencia de género y doméstica (2019). Informe sobre violencia de género: Año 2019. Consejo General del Poder Judicial. [file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Violencia%20sobre%20la%20mujer%20%20-%20Informe%20Anual%20de%202019%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Violencia%20sobre%20la%20mujer%20%20-%20Informe%20Anual%20de%202019%20(1).pdf)

Olavarría, J. (2006). Hombres e identidad de género: algunos elementos sobre los recursos de poder y violencia masculina. *Gloria Careaga y Salvador Cruz Sierra, Debates sobre masculinidades. Poder, desarrollo, políticas públicas y ciudadanía*. México: UNAM.

Parra, Noemí (2018). *Sexualidad. Cuerpos, identidades y orientaciones* [Archivo PDF]. https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/igualdad/galerias/ici_documentos/documentacion/Guia_Sex_4_CIO.pdf

Plous, S. (1993), *The psychology of judgment and decision making*, McGraw-Hill, ISBN 978-0-07-050477-6, OCLC 26931106.

Rogers, C. (1959). *Una teoría de la terapia, la personalidad y las relaciones interpersonales: desarrollada en el marco centrado en el cliente* (Vol. 3, pp. 184-256). Nueva York: McGraw-Hill.

Schongut, N. (2012). La construcción social de la masculinidad: poder, hegemonía y violencia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad* 2 (2), 27-65.

11. Anexos

Anexo 1.

Iceberg de la violencia de género de Amnistía Internacional.

