



CENTRO DE SERVICIOS EDUCATIVOS EN SALUD Y MEDIO AMBIENTE

Promoción y Defensa
de los Derechos de la Niñez.

CUADERNILLO DE TRABAJO PARA PROMOTORES

Compartiendo con los chavalos de la comunidad



Formando hombres sanos igualitarios y alegres

ISBN: xxxxxxxx

Dirección: San Ramón, Alcaldía municipal 1 C. al Sur y ½ C. al Oeste.
Correo electrónico: coordinacion@cesesma.org
Teléfono: (505) 2772 – 5660
Planta Celular: (505) 8864 – 0117
Web: www.cesesma.org



**CENTRO DE SERVICIOS EDUCATIVOS
EN SALUD Y MEDIO AMBIENTE**

**Promoción y Defensa
de los Derechos de la Niñez.**

CUADERNILLO DE TRABAJO PARA PROMOTORES

Compartiendo con los chavalos de la comunidad



Formando hombres sanos igualitarios y alegres

CRÉDITOS

Municipio San Ramón: Edwin Obando y Kevin Blandón (La Garita), Luis Albeniz Obregón Kuant y Elmer Eliud Sánchez (Siare), Jilder Zeledón Dávila y Alwin Gómez Hernández (El Plomo), Fernando Vásquez Vargas y Henry Antonio Dormus Pérez (Yucul), Alejandro Joel Aguilar (La Corona), Deybis Mariel Ocampo y José Manuel Ríos (Santa Martha).

Municipio Tuma – La Dalia: Oliver Enrique Flores y Francisco Javier Ochoa López (Carmen 1), Ismael García Sánchez (San Francisco de Peñas Blancas), Juan Otoniel Castro Vallecillo (Carmen 2), David Jared Zamora (El Galope).

Municipio Rancho Grande: Kener Francisco González (Buenos aires), Brayan Chavarría (Rancho Grande), Orlando López Molinares (Rancho Grande) y Junior José Barrera Granados (Rancho Grande).

Municipio Waslala: Jairo Sánchez (La Limonera), Juan Carlos Miranda y Elmer Aguinaga (La Posolera).

Facilitación y acompañamiento al proceso de validación por educadores de CESESMA: Cruz Antonio Ortega, César Moreno, Agner José Dávila, Moisés Molina y Félix Pedro Blandino.

Facilitación: Oswaldo Montoya Tellería

Revisión General: Nohemí Molina Torres, Marisol Hernández Méndez y Guillermo José Medrano Olivares.

Edición y diagramación: Francisco Romero

INDICE

PRESENTACIÓN

INTRODUCCIÓN

PRIMERA PARTE

Cómo prepararse para facilitar una charla y/o taller

- **¿QUÉ SIGNIFICA SER UN HOMBRE SANO, IGUALITARIO Y ALEGRE?**
- **¿QUIÉN ES UN PROMOTOR COMUNITARIO?**

SEGUNDA PARTE

Ejercicios para flexionar con los chavalos

No. 1 ¡Cuándo me sentí todo un hombre!

No. 2 El hombre que admiras

No. 3 Levántate si alguna vez

No. 4 Las imágenes

No. 5 Las expectativas de los padres. Video Foro con la película, Cómo entrenar a tu dragón

No. 6 Los amigos y la presión de grupo

No. 7 Análisis de canciones: La historia de Manuelito

No. 8 Mis compromisos



PRESENTACIÓN

Este cuadernillo es resultado del esfuerzo de hombres: niños, adolescentes e integrantes del equipo de educadores y educadoras de CESESMA.

Está dirigido a niños, adolescentes y jóvenes de comunidades rurales que quieren hacer cambios en ellos mismos y en otros a través de ejercer el rol de promotoría. También puede ser aprovechado por mujeres niñas y adolescentes.

Esperamos que contribuya a fortalecer las habilidades y capacidades a partir de reflexionar en sus propias experiencias y en la de otros hombres niños, adolescentes y jóvenes, que aporte al desarrollo personal, de las familias, escuelas y comunidades para prevenir violencia.

Es una guía que podés aprovechar para emprender una tarea muy hermosa: promoviendo actitudes no machistas, practicando relaciones afectivas y de respeto en la búsqueda de nuevas masculinidades a favor de la igualdad de género y la promoción de los derechos humanos.

Entregamos en tus manos esta herramienta educativa que facilite tu rol de promotor, para ir promoviendo formas más sanas, igualitarias y más alegres de ser hombres.

INTRODUCCIÓN



Un objetivo estratégico de CESESMA es “contribuir a mejorar las relaciones interpersonales, familiares y escolares para disminuir la violencia”, por eso facilitamos procesos educativos partiendo de las vivencias, experiencias, prácticas y reflexiones de las personas, con el fin de encontrar respuestas conjuntas y soluciones a los problemas de violencia que afectan a niños, niñas y adolescentes.

En nuestras familias y comunidades enfrentamos problemas de violencia, los hombres podemos ser parte de la solución.

Por ejemplo, existen prácticas de consumo de licor, hombres que les pegan a sus parejas y a sus hijos e hijas, provocan pleitos con machetes o armas de fuego, entre otros problemas, afectando directamente la vida de las niñas y los niños, que tiene como efecto baja autoestima, se sienten tristes, lloran, les da miedo, guardan rencor y resentimientos y van creciendo creyendo que esto es normal y que ellas y ellos también deben ser así.

Las últimas estadísticas sobre abuso sexual y violencia en nuestro país afectan directamente a las niñas y mujeres adolescentes, por ejemplo, de 5,371 situaciones de violencia sexual contra mujeres en Nicaragua durante el año 2012, a niñas y mujeres adolescentes menores de 17 años

corresponde 4,532 situaciones, representando el 84.37% del total.

Existen hombres de todas las edades que no están de acuerdo con el machismo ni con la violencia, se han dado cuenta que la verdadera alegría de ser joven no se encuentra en la bebedera de guaro, ni en andar de mujeriego, ni en creerse superior a las mujeres.

Estas supuestas “alegrías” terminan en problemas, en conflictos, en violencia, en accidentes y enfermedades.

La alegría duradera viene de nuestro ser interior y se expresa compartiendo, escuchando a las demás personas y respetando su medio.

Los hombres que piensan así son parte de la solución.

Esta guía está conformada en dos partes: la primera orienta cómo prepararse para facilitar un taller y/o charla con un grupo de chavalos, explica quién es y cuáles son las características de un promotor, qué se requiere para facilitar y cómo prepararse antes de encontrarse con un grupo.

En la segunda parte orienta cómo facilitar los ejercicios.

PRIMERA PARTE

LO QUE DEBEMOS SABER PARA COMPARTIR CON OTROS CHAVALOS EN LAS COMUNIDADES Y ESCUELAS.



¿QUÉ SIGNIFICA SER UN HOMBRE SANO, IGUALITARIO Y ALEGRE?

Aquí algunas ideas para promover una reflexión sobre estas cualidades.

Un hombre sano

Sano tiene que ver con gozar de salud y de bienestar en lo físico, lo emocional, lo mental y también en lo espiritual. Cuando los hombres pensamos y actuamos en formas machistas estamos en primer lugar perjudicando nuestra salud y nuestro bienestar. El machismo mata, y si no mata, enferma, provoca accidentes, dolor y sufrimiento. Eso no queremos para nuestra vida.

Un hombre igualitario

Es aquel hombre que está a favor de la igualdad entre los seres humanos. En nuestra sociedad todavía existe mucha desigualdad: entre hombres y mujeres, entre ricos y pobres, entre adultos y niños/as. Aunque seamos diferentes, todas las personas somos iguales en dignidad y derechos y por eso merecemos las mismas oportunidades

para gozar de los servicios del Estado y los recursos del medio ambiente. Todavía son una minoría los hombres que se comprometen con la igualdad entre hombres y mujeres. Algunos creen que con la igualdad de género vamos a perder. Éstos no han comprendido que al tener los mismos derechos hombres y mujeres, todos y todas ganamos, porque hay más armonía y cada quien aporta con todas sus capacidades para hacer de nuestras familias, comunidades y del país un lugar con bienestar y desarrollo.

Un hombre alegre

Es una persona que se siente bien, contento y satisfecho. Los demás lo notan en su expresión tranquila, en sus gestos y su vitalidad. Es el resultado natural de estar sano y de tener buenas relaciones con las demás personas, donde no se cree ni superior ni inferior a nadie, sino igual y se siente conectado con los demás. La alegría le viene de adentro y no necesita de cosas externas, ni de bebidas o drogas para sentirse bien.

¿QUIÉN ES UN PROMOTOR COMUNITARIO?

Conjuntamente con niños, niñas y adolescentes hemos consensuado que un promotor es una persona con características y cualidades:



CARACTERISTICAS

- Con alto nivel de autoestima, que se respeta así mismo y respeta su entorno.
- Se reconoce como persona y reflexiona quién es y cómo es.
- Tiene conocimientos sobre la realidad que viven niñas, niños y adolescentes en sus comunidades y los anima a organizarse para participar.
- Lleva a la práctica nuevos aprendizajes en su vida personal, familiar y comunitaria.
- Organiza y facilita procesos de reflexión involucrando a otros niños y adolescentes de la comunidad y escuelas.
- Capaz de comunicarse con otros niños, niñas, adolescentes y personas adultas en su comunidad e incidir en la toma de decisiones en la familia, escuela y comunidad.
- Sabe cómo identificar la problemática comunitaria, la analiza y busca alternativas de solución en conjunto con otros actores.

CUALIDADES

- Ser amables, respetuosos, comprensivos y atentos con todos los participantes.
- Debe haber reflexionado sobre sus propias experiencias y compartirlas propias para dar ejemplos reales y motivar a los participantes a que reflexionen sobre experiencias vividas.
- Hablar con el ejemplo, procurando comportarnos según los valores y principios que expresamos tener.
- Tener conocimientos, información y buena comprensión de los temas que vamos a compartir.
- Debemos manejar las actividades, ejercicios y dinámicas para facilitar los temas.



ACUERDOS BÁSICOS ENTRE PARTICIPANTES Y FACILITADORES

Durante la charla y/o taller es necesario se establezcan acuerdos básicos entre los participantes y el promotor, son las “reglas de oro” que tienen el propósito de construir confianza, seguridad y respeto entre los miembros del grupo.

Deben establecerse al inicio del taller o de la charla. Es preferible construir los acuerdos con los participantes, es decir, permitir que ellos propongan. Aquí se presentan algunos acuerdos que conviene sean incluidos en los grupos. Si no lo mencionan los participantes, el promotor los propone:



1. **Confidencialidad**

Todos guardan como algo confidencial las experiencias personales que expresan en el grupo.

La confidencialidad significa que fuera del grupo no puedo comentar sobre lo que alguien dijo.

La única excepción a esta regla es que esté en serio peligro el bienestar o seguridad de una persona, por lo que se debe informar a otros del problema para pedir ayuda.

2. **Respeto**

Todos se comprometen a apreciar lo que compartan en el grupo. No será aceptable despreciar, atacar, minimizar o burlarse de los demás.

3. **Libertad para expresar cualquier sentimiento y opinión**

Cada persona acepta, respeta y permite la expresión de cualquier sentimiento u opinión.

En el grupo pueden experimentar sentimientos de dolor, tristeza, aburrimiento, enojo, etc. y tiene el derecho de desahogarse.

Expresar sentimientos es muy importante para que las personas se sientan bien a nivel emocional.

4. **Escuchar a los demás**

Cada persona hará sinceros esfuerzos por escuchar a los demás en el grupo.

Esto significa que solamente una persona habla a la vez, mientras los demás le ponen toda su atención. Para hablar se debe pedir la palabra.

5. **Hablar en primera persona**

Se comprometen a hablar desde sí mismo y desde sus propias experiencias. Eso requiere el uso de la palabra “yo” en vez de las palabras “vos”, “nosotras/os”, “ellas/os”. Este acuerdo ayuda a hablar desde la verdad personal y a estar conectado con nuestros sentimientos.

PREPARÁNDOME PARA COMPARTIR LOS TEMAS DE ESTE CUADERNILLO

Tomar en cuenta el tiempo y participantes que han sido invitados

Duración de los talleres y/o charlas

Se recomienda un mínimo de 7 sesiones de 90 minutos cada una, para lograr un buen resultado en los participantes.



Condiciones a tomar en cuenta para el desarrollo del encuentro de reflexión.

Las charlas o talleres con el grupo se pueden realizar en diferentes locales, incluso al aire libre bajo la sombra de un árbol. Lo importante es que los participantes tengan algo de privacidad, que no sean afectados por ruidos, cuenten con espacio para moverse y seguridad física para que estén tranquilos. Lo ideal es que se sientan seguros en el lugar donde se reúnen.

Conviene organizar a los participantes en un círculo, evitando que existan mesas, escritorios, con el fin de asegurar un ambiente de confianza.

Debemos observar y preguntar al grupo durante la sesión cómo se sienten y qué necesitan. Si es necesario se hacen ajustes con el tiempo y con el tema.

Motivar al grupo, a través de dinámicas de animación al inicio o durante cada sesión.

Disponerse para las discusiones del grupo: dar la palabra, procurar que todos participen, resumir, aclarar, proponer alternativas y medir el tiempo.

Es importante evaluar el taller o charla, mediante cuestionarios o preguntas a responderse en forma individual y en grupo, identificando lo que hicimos bien y lo que podemos mejorar durante las sesiones. También debo autoevaluarme pensando en cómo lo hice y que hubiere hecho mejor.



Cantidad de participantes

De cuatro a quince participantes.

La persona que promueve el taller o charla de reflexión deberá prepararse antes de encontrarse con los chavalos. Una manera de hacerlo es leyendo detenidamente las actividades que va a realizar con el grupo, leer los conceptos que aquí aparecen, preparar los materiales que se requieran y llegar al lugar a la hora indicada. Por eso te invitamos que pienses antes y después de cada encuentro en estas condiciones.

Estructura para la presentación de cada ejercicio de reflexión



En la segunda parte se presentan los ejercicios a realizar con los chavalos de las comunidades.

Cada uno se describe en detalle de acuerdo a las siguientes secciones:

Objetivos:

Es lo que se espera lograr con el ejercicio. Es importante tener claros los objetivos de cada ejercicio. La manera cómo hacerlos son solo medios para alcanzar los objetivos y a veces es necesario cambiarlos para lograr lo que queremos.

Conceptos usados:

Sirve de preparación al promotor para entender mejor el tema y realizar mejor el ejercicio.

Duración:

Es el tiempo que se calcula que va a durar la actividad. Cada ejercicio está diseñado para que dure entre una y una hora y media. El tiempo para la realización de cada actividad puede variar. Es importante adaptar el trabajo al ritmo de los participantes.

Recursos necesarios:

Son los materiales que se usarán en cada actividad. En la mayoría de los casos, se incluyen materiales básicos como papelógrafos, masquintape y marcadores. En los casos en que los materiales listados no puedan ser fácilmente adquiridos, el facilitador tiene la libertad para improvisar.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

Son los pasos para realizar el ejercicio. Nos indica qué tenemos que hacer para realizar la actividad educativa planificada. Siempre hay oportunidad de cambiar la manera de hacerlo para adaptarlos al grupo, al tiempo o a otras condiciones que se presenten.

Mensajes claves:

Son las principales ideas que como facilitadores queremos dejar claro y transmitir a los participantes. Es como un aprendizaje que nos deja la realización del ejercicio. Los mensajes claves se comparten al final de cada ejercicio.

A continuación te presentamos un ejemplo sencillo para preparar la charla y/o taller, ha sido retomado de uno de los ejercicios de este cuadernillo.



Objetivo	Actividad	Duración	Recursos	Mensajes claves
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> . Dar la bienvenida . Levantar asistencia . Compartir los objetivos del taller 	Quince minutos	Objetivos	
Reconocer los modelos positivos de hombres que tenemos en nuestra vida	<p>En grupo o plenario se reflexiona en lo siguiente:</p> <p>¿A quién en tu familia o en tu comunidad admiras como hombre? Seguidamente comparten en parejas las respuestas, tomando turnos cada uno.</p> <p>Preguntar si hay quienes no encontraron hombres que admiran. En plenaria pedir a los grupos que resuman las reflexiones o experiencias que compartieron</p>	Una hora	Papel y lapicero	En nuestras comunidades y familias existen hombres que tienen comportamientos y actitudes positivas que podemos aprovechar para aprender, son dignos de imitar, tienen buenas cualidades, son responsables con sus familias, sinceros, honestos, afectivos, solidarios y colaboradores
Evaluación	<p>En plenario preguntar</p> <p>¿Qué aprendí el día de hoy?</p> <p>¿Qué puedo poner en práctica de lo que aprendí?</p> <p>Hacer las conclusiones y el cierre del taller o charla.</p>	Veinte minutos	Papelones Marcadores Maskintape	Es importante conocer la valoración del grupo sobre el tema que abordamos.

¿COMO EVALUAR?

Aquí algunas preguntas para la autoevaluación o para la evaluación entre facilitadores.

1. ¿Hubo una preparación sobre el tema, ejercicios, materiales?
2. ¿Se presentaron o dijeron sus nombres al inicio de la sesión?
3. ¿Explicaron el propósito de la sesión?
4. ¿Establecieron con los participantes acuerdos para el encuentro de reflexión? (o las reglas de oro)
5. ¿Tuvieron iniciativa? (por ej. irse al piso, sentarse en el suelo...)
6. ¿Se tomó en cuenta cómo pueden compartir estos temas con otros chavalos?
7. ¿Fueron amables? (ej. agradecer aportes de participantes y su disposición).
8. ¿Evitaron ponerse a la defensiva?
9. ¿Escucharon activamente a los participantes? ¿Cómo lo demostraron?
No verbal (ej. asentir con la cabeza, mirarle a los ojos, no interrumpir, etc.).
Verbal (ej. decir si, retomar algo de lo que dijo el participante para comentarlo, relacionarlo con el tema central o hacer una nueva pregunta, responder a preguntas).
10. ¿Hicieron preguntas que promovieron la reflexión y la discusión del grupo?
11. ¿Hablaron más que los participantes, menos o igual? (lo ideal es que no hablen más que los participantes)
12. ¿Apoyaron a los chavalos que menos participan? ¿De qué manera?
13. ¿Estuvieron pendientes del tiempo para que se cumplieran las actividades planeadas?
14. ¿Supieron tratar a los participantes que tenían conductas o actitudes difíciles? (ej. hablantines, machistas, bromistas, no cooperadores, etc.)

¿Estuvieron atentos a las necesidades de los participantes?



SÉGUNDA PARTE

Ejercicios para reflexionar con los chavalos

Ejercicio No. 1 **¡Cuándo me sentí todo un Hombre!**

Objetivo:

Reflexionar sobre la identidad de ser hombre que aprendimos en la niñez y en la adolescencia.

Tomar conciencia de los mensajes machistas que en la familia y en la comunidad recibimos acerca de lo que significa ser un verdadero hombre.

Duración:

Una hora

Recursos necesarios:

Hojas de papel y lapiceros (una para cada participante). Pizarra o papelógrafo, masquintape y sus marcadores.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Cada participante va a dividir una hoja de papel en dos mitades, trazando una raya o doblando el papel a lo largo de la hoja, para formar dos columnas.

La de la izquierda que la titulen Niñez y la de la derecha Adolescencia.

2. Recordar para cada etapa de vida (primero Niñez y luego Adolescencia) un momento significativo donde se sintieron hombres (distintos a las mujeres). ¿Qué hicieron para sentirse así? ¿O qué recibieron que los hizo sentirse hombres?

3. Escribir o dibujar esa experiencia en la columna que corresponda. En caso que no pueda escribir, los facilitadores deben ayudar escribiendo ellos las respuestas.

4. Compartir sus respuestas en parejas (con otro compañero).

5. Luego en plenaria el facilitador tratará de resumir y escribir las respuestas de los participantes y a partir de esta información va a identificar cuáles han sido los mensajes que en la familia y en la comunidad recibieron acerca de lo que significa ser “un verdadero hombre.” Se recomienda anotar en la pizarra o en un papelógrafo los resultados de cada grupo, trazando dos columnas, una para niñez y otra para adolescencia.

Puede ir agregando los elementos nuevos que vayan aportando los grupos y durante este proceso puede facilitar la reflexión con los participantes sobre el significado de estas respuestas.

6. Finalizar compartiendo los mensajes claves que se presentan a continuación.

Mensajes claves:

La masculinidad como conjunto de roles o funciones asignados a los hombres en una sociedad requiere de un intenso entrenamiento social en donde participan la familia, la escuela, la comunidad, el Estado, las iglesias, los medios de comunicación, entre otros.

Los varones aprendemos a comportarnos, a pensar y sentir según estas normas sociales del sistema de género. Si bien por un lado obtenemos un trato ventajoso en comparación con las niñas y mujeres, por otro lado la sociedad nos presiona y hasta nos violenta para que nos ajustemos a los comportamientos machistas.

Ejercicio No.2 **El hombre que admiras**

Objetivo:

Reconocer los modelos positivos de hombres que tenemos en nuestra vida.

Conceptos usados:

Modelo positivo: Se refiere a una persona que sirve de referencia a otra, puede ser una persona adulta o joven. Cuando los niños o niñas tienen un modelo quieren imitarlo, ser como ellos, copiar sus maneras de hablar y comportarse y adoptar sus ideas. Los niños y niñas pueden tener modelos positivos o negativos. En este ejercicio se trata de identificar los modelos positivos de hombres que los niños y adolescentes han tenido, para que sirvan de inspiración hacia un comportamiento no machista.

Duración:

Una hora

Recursos necesarios:

Papel y lapicero

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Preguntar al grupo lo siguiente (que la respondan en forma individual):

¿A quién en tu familia o en tu comunidad admiras como hombre? (Por ejemplo, hombres que han compartido momentos agradables, experiencias positivas, cualidades dignas de imitar, consejos sanos, hombre esforzados, etc.).

2. Compartir en parejas las respuestas, tomando turnos cada uno. Para este intercambio pueden usar la técnica de la co-escucha, que consiste en lo siguiente: En parejas, sentados frente a frente, un primer participante habla por tres minutos, respondiendo a las preguntas de

reflexión, y el otro participante solo lo observa y escucha.

El que escucha no puede interrumpir ni para hacer comentarios o preguntas. Si el participante que habla se queda callado se respeta ese tiempo de silencio. Una vez concluido los tres minutos viene el turno del segundo participante para hablar mientras el primero escucha.

3. Preguntar si hay quienes no encontraron hombres que admiran. Si es el caso, formar grupos de participantes que no encontraron hombres que admiran y grupos de los que si encontraron. Compartir en estos grupos las respuestas.

4. En plenaria pedir a los grupos que resuman las reflexiones o experiencias que compartieron. ¿Quiénes son los hombres que admiran? ¿Por qué? En el caso que no encontraron hombres que admiran, ¿a qué se debe?

Mensajes claves:

En nuestras comunidades y familias existen hombres que tienen comportamientos y actitudes positivas que podemos aprovechar para aprender de ellos. Hombres que son dignos de imitar, porque tienen buenas cualidades, ya sea porque son responsables con sus familias, pacientes, serviciales, sinceros, honestos, afectivos, solidarios, colaboradores, etc

Debemos captar lo positivo que hacen los hombres y descartar lo negativo. No todos los hombres son violentos. Lamentablemente, muchos niños y adolescentes no han convivido con sus papás, y si lo han hecho, han tenido una experiencia negativa con ellos y guardan sentimientos de rechazo, rencor y odio hacia sus padres. Algunos solo admiran a los hombres por ser proveedores, sin tener en cuenta los lazos afectivos.

Ejercicio No.3 **Levántate si alguna vez**

Objetivos:

Reflexionar sobre las experiencias similares que viven los niños y adolescentes en las familias.

Comprender cómo las enseñanzas sobre el “ser hombre” se van creando a partir de la experiencia en la familia.

Conceptos usados:

Socialización masculina: Es el conjunto de experiencias e influencias sociales recibidas por los niños para inculcarles una identidad de hombre. No se nace hombre, sino que se aprende a serlo a través de la socialización de la familia, la comunidad, medios de comunicación, estado, iglesias. En este ejercicio se reflexiona sobre experiencias comunes en la socialización de los niños para crear una identidad masculina machista.

Duración:

Una hora

Recursos necesarios:

Hoja con la lista de instrucciones para hacer el ejercicio.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Organizar a los participantes en un círculo.
2. Dar las orientaciones sobre el ejercicio: se van a leer unas frases relacionadas a experiencias de vida, que recuerden los acuerdos de convivencia entre ellos la confidencialidad y el derecho a decidir, es decir si no quiero pasar por x o y razón, vamos a respetar esta decisión, sin hacer preguntas o emitir juicios. Por ejemplo se les pueden decir lo siguiente:

“Voy a leer unas frases y ustedes se van a levantar ante aquellas experiencias que hayan vivido. Este ejercicio se tiene que hacer

en silencio y cada persona va a mirar a su alrededor y a fijarse quién está de pie y quién está sentado, y lo que siente en ese momento.

Les voy a decir en qué momento se volverán a sentar quienes se pongan de pie. Recuerden la regla de la confidencialidad y el derecho a decidir si paso o no.

No tienen que levantarse si no se siente bien haciéndolo.

Aunque decidan no levantarse es importante que siempre se pongan en contacto con sus sentimientos. Ahora iniciemos el ejercicio.”

3. Leer en voz alta:

“Levántate si alguna vez.....”

- Has pensado que no sos lo suficientemente fuerte.
- Te dijeron que los hombres no lloran.
- Te golpearon para que dejaras de llorar.
- Te dijeron maricón [o cochón].
- Te dijeron “comportate como hombre”.
- Te obligaron a pelear para demostrar que sos hombre.
- Vistes a un hombre adulto de tu familia golpear a una mujer.
- Se han burlado de vos por no tomar guaro.
- Se han burlado de vos por no consumir drogas.
- Te llevaron donde trabajadoras sexuales para que tuvieras sexo.
- Te han golpeado físicamente.
- Vistes que un hombre de tu familia exigía enojado que le plancharan, lavaran ropa o le sirvieran la comida.
- Tomaste guaro o consumiste drogas para calmar tu tristeza y tu dolor.

Nota: Se pueden modificar estas 12 expresiones o agregar otras, por ejemplo: Levántate si alguna vez te dijeron...

- . Que no eras hombre porque no ibas a trabajar.
- . Cochón por no querer enamorar a una mujer.
- . Que no eras hombre por optar a una religión.
- . Te criticaron por jugar con niñas.
- . Que no eras hombre por decir que ser machista es feo.
- . Te han dicho tonto por tener una sola novia.
- . Mujercita por cocinar.

4. Formar parejas para que compartan cómo se sintieron durante el ejercicio y las reflexiones que les deja. Además que respondan a la pregunta ¿Qué aprendizaje o mensaje me deja este ejercicio? Para este intercambio pueden usar la técnica de la co-escucha.

5. Pedir a los participantes que compartan con todo el grupo lo que compartieron con el compañero. No presionar. Sólo los que quieran compartir que lo hagan.

6. Mencionar las presiones que sienten los chavalos para demostrar que son “hombres” (por ejemplo: alcohol, sexo con mujeres y violencia), y anotarlas en la pizarra.

7. Hacer un resumen y presentación en papelógrafo o pizarra, tomando en cuenta los aportes del grupo y los mensajes claves.

Mensajes claves:

Este ejercicio permite a los chavalos compartir sus experiencias personales del trato recibido por ser niños hombres. Su propósito es reconocer algunas situaciones que han vivido y que han contribuido a su forma de ser hombres.

Los hombres recibimos ciertos mensajes y se nos obliga a sentir, pensar y comportarnos de forma que podamos demostrar nuestra hombría. Estos mensajes los recibimos en la casa, la escuela, los amigos, los medios de comunicación, la iglesia, etc.

Otra forma de aprender esto es en la relación entre los mismos chavalos, donde unos quieren imitar a los que se consideran más masculino o más hombres.

Es importante mencionar que cuando hablamos del proceso de cambio de los hombres hacia una nueva masculinidad, tenemos que iniciar por reconocer cuáles han sido nuestras vivencias y nuestros comportamientos como hombres y este ejercicio nos da la posibilidad de hacerlo.



Ejercicio No. 4 Las imágenes

Objetivo:

Compartir con los participantes las experiencias que viven los niños, adolescentes, jóvenes y adultos hombres en las familias y comunidades.

Conceptos usados:

Ninguno en particular, aunque podemos decir que la escucha es un concepto clave en este ejercicio. Los participantes deben escuchar activamente las experiencias y reflexiones de sus compañeros. Escuchar no es lo mismo que oír. Al escuchar prestamos toda nuestra atención a la otra persona, queriendo comprenderla. Percibir con el oído los sonidos de las palabras del otro, sin necesariamente ponerle interés y atención.

En este ejercicio se pueden abordar diferentes temas. Uno de ellos es identificar las diferentes formas en que se manifiesta la violencia y las alternativas para la promoción del derecho a vivir sin violencia.

Duración:

Entre una y dos horas. Dependerá de la cantidad de participantes.

Recursos necesarios:

Imágenes o láminas tamaño carta reflejando comportamientos y experiencias de los niños, adolescentes y hombres en sus familias y comunidades.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Formar un círculo con los participantes sentados y colocar al centro del círculo las imágenes, volteadas hacia abajo para que no se puedan ver.

2. Explicar en qué consiste el ejercicio: tomando turnos, cada participante irá escogiendo una

imagen cualquiera, sin conocer de antemano su contenido. Le da vuelta, la observa, hace su lectura, la enseña al grupo y comparte su percepción de lo que ve. Posteriormente comparte una experiencia personal que la imagen le recuerda. Algo que haya vivido o haya sido testigo en su niñez o adolescencia. Recordar el acuerdo de convivencia sobre la confidencialidad.

3. Primero el facilitador toma turno y demuestra la forma de realizar el ejercicio.

4. Luego le presenta a otro participante el juego de láminas, le pide que seleccione al azar una lámina y que comparta lo que ve y lo que le recuerda de su propia vida.

5. Así avanza sucesivamente con cada participante.

6. A medida que van compartiendo los participantes, el facilitador puede escribir en la pizarra o papelógrafo los elementos importantes que surjan.

Mensajes claves:

Este ejercicio permite a los participantes compartir sus experiencias personales y aprender a escuchar las experiencias de otros hombres.

El modelo machista de ser hombre nos presiona u obliga a comportarnos en formas autoritarias, violentas o irresponsables.

Afortunadamente muchos hombres cuestionan este comportamiento y asumen nuevas formas de vivir su masculinidad.

Como hemos visto en las imágenes, cada día tenemos oportunidades de escoger qué tipo de vida llevar: si una vida basada en el machismo u otra basada en la igualdad.

Ejercicio No.5 Las expectativas de los padres. Video foro con la Película Cómo entrenar a tu dragón

Objetivo:

Reflexionar sobre las expectativas que los papás tienen sobre sus hijos y la presión que los niños sienten en demostrar que son hombres.

Conceptos usados:

Expectativas paternas: Lo que esperan los padres que sus hijos realicen y consigan. Consciente o inconscientemente la mayoría de los padres esperan que sus hijos sean como ellos, o sean mejores que ellos y logren lo que sus padres no pudieron hacer.

Muchos hombres adultos esperan que sus hijos varones cumplan con las normas machistas impuestas a los hombres: que sean fuertes, líderes, atraído por las mujeres, peleadores. Esto resulta en una gran presión para los hijos, porque desean complacer a sus padres para obtener su aprobación y cariño.

Duración:

Dos horas y media

Recursos necesarios:

DVD con la película “Cómo entrenar a tu dragón”. Reproductor de DVD o data show y computadora, parlantes. se puede buscar un lugar en la comunidad, personas de confianza que nos apoyen con esto.

Se pueden presentar otros videos, tales como “De Macho a Macho” o “Nadando contra corriente” de la edición especial de la serie Sexo Sentido.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Anunciar que se va a presentar una película donde el personaje principal es un muchacho joven, quizás un adolescente, que ayude a reflexionar sobre la relación con los papás y los

retos que se le imponen a los hombres desde su niñez.

2. Reproducir la película.

3. Al terminar la película se forman parejas para compartir respuestas a estas preguntas ¿Cómo me sentí al ver esta película? ¿Qué fue lo que más llamó mi atención y por qué? ¿Qué mensaje me deja? ¿Lo que vi en la película pasa en las familias y comunidades?

4. En plenaria, compartir las respuestas del grupo a las preguntas y complementar estas reflexiones con los mensajes claves.

Mensajes claves:

Esta película cuenta la historia Hipo, un muchacho pequeño, flaco y “debilucho” según la creencia machista. Su padre se siente frustrado porque no es como él: un hombre fuerte, luchador y líder.

En la película su pueblo debe luchar contra los dragones considerados seres malos y peligrosos.

Al inicio Hipo quiere demostrar su masculinidad luchando contra los dragones y así complacer a su padre. Pero con el tiempo se da cuenta que los dragones son seres sintientes, se hace amigo de uno de ellos y los comprende.

Esto también le trae conflictos con su padre, quien solo quiere la guerra contra todos los dragones. Al final todos se unen para luchar contra el verdadero “malo de la película” que era un gran dragón que tenía sometido al resto de dragones.

La película nos ayuda a reflexionar sobre las expectativas que los padres imponen en los hijos y la presión a demostrar que son hombres a través de la violencia.

Ejercicio No. 6

Los amigos y la presión de grupo

Objetivo:

1. Fortalecer habilidades para decir NO a los amigos que presionan para hacer actividades que no deseamos.
2. Comprender que el “ser hombre” no es algo que debamos demostrar y que no se necesita complacer a los amigos para ser aceptado.

Concepto clave:

Presión entre pares: Es la influencia que ejercen los amigos o muchachos entre ellos mismos, para que se comporten según lo que el grupo o la mayoría creen que deben hacer.

Los chavalos son presionados a tener ciertas actitudes y comportamientos para ser aceptado por los demás. La presión entre pares puede ser para conductas de riesgo, como tomar alcohol, drogas o pelear, o puede ser para conductas sanas, como seguir estudiando, realizar prácticas de deportes, etc. Se requiere de madurez para no dejarse presionar por lo demás. Y también se necesita desarrollar algunas habilidades sociales, de asertividad, para decir NO en formas firme pero sin ser violento.

Duración:

Una hora y media

Recursos necesarios:

Ilustración donde aparece un joven siendo presionado por tres amigos para ir a tomar alcohol.

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1ra parte: Conociendo la situación de Juan y sus amigos

Mostrar una ilustración de un hombre joven, llamado Juan, junto con sus amigos. Explicar que ellos le dicen a Juan que van a ir todos a la cantina a tomar.

El no quiere ir, tiene dudas. Los amigos se burlan. Le preguntan si le tiene miedo a su mamá. ¿Acaso no sos hombre? Le dicen que es normal echarse unos tragos. Todos lo hacen. No pasa nada...Se siente salvaje.

Que si no va con ellos no lo van a invitar a nada por aburrido y por ser hijo de mami. (Otra opción es crear un sociodrama con esta situación. El facilitador actúa como un miembro del grupo que presiona al que representa a Juan, O puede ser un estudio de caso.)

2da parte: Analizando la situación de Juan

1. ¿Cuál es el problema?

Esperar a que respondan los participantes. Escucharlos. Si es necesario aportar a la reflexión comentando que Juan se siente presionado a hacer algo que no quiere.

2. ¿Cuáles son todas las posibles maneras de actuar de Juan ante esta situación?

Esperar a que respondan los participantes. Escucharlos. Si es necesario aportar a la reflexión señalando estas posibles opciones de Juan:

- Irse con los amigos a tomar.
- Decirles que no y explicarles por qué, hablando de sus sentimientos.
- Irse solo a otro lado. Inventar una excusa para irse.
- Acompañarlos pero decirles que él va a pedir una gaseosa.
- Acompañarlos y solo tomarse un trago o botarlo a escondidas.

3. ¿Qué podría pasar ante cada posible opción? Analizar con el grupo las ventajas y desventajas de cada opción.

Según el tiempo que se cuente, se pueden formar varios grupos y a cada uno darle una de las opciones para que analicen las ventajas y desventajas.

4. Finalmente, preguntar al grupo: ¿Qué harían ustedes en el lugar de Juan? ¿Han estado en la posición de Juan o de sus amigos?

3ra parte: Practicando una respuesta positiva de Juan ante la presión grupal

Dramatice el papel de Juan y pida o seleccione a 2 o 3 miembros del grupo que quieran representar a los amigos que lo presionan. Modele cómo Juan puede responder en forma asertiva a los amigos, diciéndoles que “no” con seguridad.

Pregunte al grupo cómo vieron esta respuesta de “Juan”. Qué hizo bien y qué puede mejorar.

Luego forme varios grupos de participantes, que seleccionen otras presiones que ejercen los amigos. Por ejemplo para tener sexo con mujeres y para pelear con otros hombres. Pídales que practiquen el juego de roles usando estas situaciones.

4ta parte: Plenaria y mensaje final para compartir

Reflexionar con el grupo: ¿Por qué es tan poderosa la presión de grupo? Compartir el mensaje clave del ejercicio.

Recursos necesarios: Mensaje clave:

Decirle NO a los amigos es difícil. Se paga un precio al tener que rechazar sus presiones. Se corre el riesgo de perder su amistad y ser rechazado.

Pero vale la pena arriesgarse si te están presionando a hacer algo que no querés hacer o no te sentís listo para hacerlo.

Ser hombre no es algo que debemos demostrar.

No se necesita complacer a los amigos para ser aceptado. Los verdaderos amigos finalmente van a respetar tus decisiones.



Ejercicio 7 Análisis de canciones

La historia de Manuelito

Objetivo:

Reflexionar sobre los distintos roles de género asignados a hombres y mujeres y la injusta carga que han llevado las mujeres en cuanto al trabajo doméstico

Duración:

Media hora

Concepto clave:

Audio de la canción “La historia de Manuelito” de Guillermo Anderson. Reproductor de música. Si es posible conseguir la letra completa de la canción, para entregar a cada participante. Aquí la letra de la canción:

“LA HISTORIA DE MANUELITO”

Voy a contarles la historia que le aconteció a un amigo. Que por desconsiderado le toco como castigo...

Se le escuchaba diciendo: “que suerte pa’ la mujer. Quedar tranquila en la casa, sin tener nada que hacer”.

ESTRIBILLO:

Manuel -le dijo la esposa- quiero que por este día. Te hagas cargo de la casa pues se ha enfermado mi tía.

Manuel dice que: “el de bruto” le dijo: ándate tranquila. Para la casa y los niños no necesito las pilas...

No tenía ni una hora la mujer de haberse ido Cuando del ofrecimiento, Manuel se había arrepentido.

ESTRIBILLO:

Le tocó de madrugada, trabajó de amo de casa, molió muy mal el maíz y le quedó mal la masa.

CORO:

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?.*

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?*

*Vestir y mandar los niños mal comidos a la escuela. Pregúntale a la vecina cómo es que un pollo se pela. Al mismo tiempo mil cosas: cambiarle pañal al tierno (wwaa).
Manuel se desesperaba y se sintió del infierno.*

ESTRIBILLO:

*Ir a traer agua al rio, lavar muy mal la ropa,
Barrer cuidando que no: se le pasara la sopa.*

CORO:

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?.*

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?.*

Darle almuerzo a los niños darle leche al más chiquito. Ollas, platos y cucharas tuvo que lavar solito. No pudo ni hacer la siesta de tanta preocupación. O le daba un patatús o ataque de corazón.

ESTRIBILLO:

Puso en la olla frijoles con miedo a que no ajustara. La cosa es que sin el agua... costó... que se cocinara.

CORO:

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?*

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?*

ESTRIBILLO:

Y en medio de aquel desastre Manuel no podía creer. Que aquel “trabajal” lo hacía sin ayuda su mujer. Dio un gran suspiro de alivio (ahhhh) cuando apareció Azucena. Pues no tenía ni idea que, ¡Qué hacer para la cena!

Mira Azucenita linda -dijo Manuel- , ¡Dios te trajo!. No vuelvo a decir mi vida que lo que haces no es... trabajo.

CORO:

*Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer*

*¿Por qué te ves tan cansado?
Manuel, Manuel, Manuelito
Que angustia la que has pasado
Si ese es trabajo de mujer
¿Por qué te ves tan cansado?*

Instrucciones para hacer el ejercicio:

1. Anunciar que vamos a reproducir una canción que contiene un mensaje educativo para los hombres. Pedir que pongan atención a la letra porque la vamos a analizar.
2. Reproducir la canción.
3. Preguntar: ¿Qué le pasó a Manuelito? ¿Qué mensaje nos deja esta canción? ¿Quién crees que debe hacerse cargo del

trabajo doméstico y por qué? ¿En qué se parece a tu experiencia?

4. Formar grupos para compartir reflexiones y respuestas a estas preguntas.

5. En plenaria, compartir las respuestas de todos.

Mensaje clave:

Muchos hombres no le han dado valor al trabajo doméstico y piensan que no es tan importante como el trabajo del campo o aquel que recibe un pago en dinero. En realidad, ambos tipos de trabajo, el que se hace en el hogar y el que se hace afuera, son necesarios.

Estos trabajos ya no deben tener sexo. Tanto el hombre como la mujer pueden hacerlos y podemos aprender a compartir todas las responsabilidades.



Ejercicio No. 8 Mis compromisos

Objetivo:

Compartir con los demás participantes los compromisos personales que nos proponemos llevar a la práctica para ir superando el machismo y vivir como hombres más sanos, igualitarios y alegres.

Conceptos usados:

Compromiso personal: Es la obligación que contraemos con nosotros mismos para cumplir con algún propósito o intención.

No es suficiente tener una intención o aspiración. Saber qué es lo que queremos cambiar o lograr es el primer paso.

Pero el compromiso viene cuando estamos dispuestos a hacer lo que sea necesario para ir alcanzando nuestra meta. A veces significa dejar de hacer algunas cosas que bloquean nuestras aspiraciones o las contradicen. Un compromiso personal adquiere más fuerza cuando lo expresamos en palabras, damos nuestra palabra de lo que queremos lograr, y lo compartimos con otras personas para que nos apoyen.

Duración:

Media hora

Recursos necesarios:

Papel, lapiceros y maskintape.

1. Este ejercicio se hace al finalizar un taller.

Pedir a los participantes que piensen en los cambios que se proponen emprender en sus vidas a partir de todo lo aprendido en el taller.

2. Dar un tiempo para la reflexión individual. Animar a escribir sus compromisos en una hoja y pegarlos en la pizarra o pared. Si hay

dificultades con la lecto-escritura no es necesario escribir. Basta con pensarlos para luego compartirlos en voz alta.

3. En caso que hayan escrito, pedir a todos que pasen frente a las hojas de compromisos y lean lo que escribieron todos los participantes. Si no escribieron, hacer una ronda de participaciones y que cada uno exprese cuál es su compromiso.

Mensaje clave:

Para lograr cambios reales en nuestras vidas debemos tener motivación, ganas de hacerlo, disposición, voluntad y compromiso para emprender el cambio y tomar la firme decisión de superar hábitos machistas. Además, aunque se trata de una responsabilidad personal podemos pedir apoyo a los demás promotores y a otras personas de confianza.



MISIÓN CESESMA

Contribuir a la promoción y defensa de los derechos de la niñez y la adolescencia mediante procesos educativos de empoderamiento en escuelas y comunidades rurales en conjunto con los niños, niñas y adolescentes y otros actores.

Agradecimientos

A niños, hombres adolescentes y personas del equipo de CESESMA que aportaron a la definición y validación del cuadernillo de trabajo.



A FED – HIVOS por su contribución en la construcción técnica – metodológica y validación del cuadernillo de trabajo.



A la Agencia Católica Irlandesa para el Desarrollo TROCAIRE por su contribución en la publicación de este cuadernillo de trabajo, en el marco del proyecto “Construyendo una cultura de afectividad, equidad y respeto hacia niñas, niños y adolescentes”.

