

CIPPEC[®]

25 años

Masculinidades y consumos. Abordaje integral hacia una comunidad de cuidados



Manual de trabajo

Manual de trabajo

Masculinidades y consumos. Abordaje integral hacia una comunidad de cuidados

Desarrollo conceptual:

Esteban Alejandro Vaccher y Nicolás Pontaquarto

Diseño de la propuesta pedagógica:

Fernando Adrián Ferraro

INSTITUTO
MasCS

Agradecemos la cooperación técnica del Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), en particular del área de Género del PNUD Argentina.

Masculinidades y consumos. Abordaje integral hacia una comunidad de cuidados

Contenido

Primera parte: Marco conceptual	1
El género en la vida de los varones	1
El enfoque de masculinidades	2
Los mandatos de la masculinidad como factor de riesgo	4
Masculinidad y salud	6
¿Consumo problemático o problemática de consumo?	9
Abordaje integral de masculinidades y consumos	11
Hacia una comunidad de cuidados	13
Bibliografía	16
Segunda parte: Enfoque metodológico y dinámicas grupales	17
Enfoque metodológico	17
Problematizar nuestras prácticas para transformarnos	17
Diagnóstico, planificación y evaluación	19
Talleres y dinámicas grupales	22
Dinámicas de Apertura: "Convocarnos a un otro espacio"	23
Dinámicas de Reconocimiento: "Los varones también tenemos género"	24
Dinámicas de Revisión: "Sentir el impacto en nuestros vínculos"	25
Dinámicas de Cambio: "Experimentar otros modos de vincularnos"	26
I) Dinámicas de Apertura -Taller Introductorio- Circuito Básico	27
I) Dinámicas de Apertura -Taller Profundización- Circuito Completo	36
II) Dinámicas de Reconocimiento -Taller Introductorio- Circuito Básico	43
II) Dinámicas de Reconocimiento -Taller Profundización- Circuito Completo	50
III) Dinámicas de Revisión -Taller Introductorio- Circuito Básico	57
III) Dinámicas de Revisión -Taller Profundización- Circuito Completo	64
IV) Dinámicas de Cambio -Taller Introductorio- Circuito Básico	70
IV) Dinámicas de Cambio -Taller Profundización- Circuito Completo	76

Primera parte: Marco conceptual

1. El género en la vida de los varones

Ideas clave: La construcción social de los varones dentro de la cultura patriarcal. Contexto social e histórico en la construcción de la masculinidad. Socialización de género. Estereotipos de género. Prácticas y representaciones de ser varón. ¿Cómo se aprende a ser varón?

¿Qué es ser varón? Esta pregunta inicia conversaciones, discusiones, anécdotas, listas de características, historias de familiares de hace años. Lo cierto es que ser varón no ha sido siempre lo mismo, es más bien un significante que muta y que, como el género, está en disputa.

Podemos afirmar, con altos niveles de consenso, que en los últimos 50 años la respuesta a la pregunta por "ser varón" en Argentina ha atravesado profundas transformaciones y cambios. Si nos remontamos cinco décadas atrás, la expectativa social en torno a los varones enumeraba: que trabajen, que sean proveedores económicos, que brinden protección en el hogar, que sean heterosexuales y que sean duros como un roble. La demostración de emociones, el cuidado del cuerpo o de la salud mental no aparecían entre los elementos vinculados a "ser varón".

Esta versión tradicional de lo que se esperaba de los varones cambió: actualmente, se espera que los varones se comprometan de manera más responsable con la crianza y el cuidado de sus hijos, que acompañen y gestionen las visitas al médico, que formen parte de los grupos de padres y madres de la escuela, por nombrar algunas. Si pensamos, incluso, por fuera de la paternidad, se espera que los varones sean responsables sexoafectivamente, que hablen de sus emociones, que pongan en palabras lo que les pasa y que asistan al médico si tienen algún problema de salud. Podríamos seguir esta lista de expectativas haciendo una segmentación por franjas etáreas o sectores sociales.

Lo cierto es que las expectativas y representaciones de lo que debe ser un varón en nuestra sociedad cambiaron. Estos cambios fueron producto de transformaciones en el mercado laboral, en las relaciones entre los géneros y en las propias dinámicas de funcionamiento de la sociedad. Ahora bien, ¿qué es ser varón? ¿Por qué es este un significante que cambia? ¿Los varones tienen género?

Si bien se ha asociado la categoría "género" con aquellas identidades que se salen de la norma, es decir, cuya marca de género es visible, evidente, notoria; los varones también tienen género. A menudo, ocupar el lugar de la identidad normativa dentro de un sistema de valores y creencias, ha provocado que el género de los varones permanezca oculto. No se nombraba aquello que sostenía la regla: se identificaban las excepciones.

Este borramiento del género de los varones suele producir un obstáculo epistemológico que impide pensarlos (y que se piensen) desde el género. Por esta razón, es frecuente escuchar explicaciones sobre las violencias que ejercen los varones que pueden ser desde biologicistas hasta patologizantes, ubicando la violencia en el orden de la "carga hormonal" o de "enfermedad" y no, en el marco de conductas aprendidas.

Volvamos al principio. Posiblemente, hayas escuchado los términos "**sexo**" y "**género**". Son dos conceptos muy útiles para graficar este punto. Llamamos sexo a aquellos rasgos, características e incluso hormonas que son otorgadas por la biología, son elementos anatómicos que poseen los cuerpos y son inobjetables. El género, en tanto, es construido. ¿Pero qué es construido si hablamos de identidad? Desde las formas de vestirse, las personas por las que sentimos atracción, los colores que nos gustan, hasta las prácticas de cuidado, de consumo e incluso la actitud al volante.

Todas las actividades de la vida diaria están vinculadas con aprendizajes de género, en el marco de un proceso educativo informal, que dura toda la vida y se conoce como **socialización de género**. La socialización de género comienza en la infancia: estudios del INDEC (2024) muestran el 29,2% de los varones de sexto grado del nivel primario tuvieron a su cargo ir en búsqueda de leña o agua para la casa, mientras que el 16,4% de las niñas realizaron esta actividad.

Los varones aprenden a ser varones en los juegos infantiles, en la escuela, en el club del barrio. Mediante dinámicas de **homosociabilidad masculina**, es decir, en relación con otros varones. Los varones muchas veces operan como escrutadores de la masculinidad de otros: observan, condicionan y validan actitudes, comportamientos y prácticas según el "nivel de hombría" que tengan. Entonces, la masculinidad se construye en ese reconocimiento de sus grupos de pares, de referentes familiares o públicos.

Según un estudio de UNICEF Argentina (2020), el 65% de los adolescentes varones perciben presión social para "demostrar su hombría" mediante la agresividad o el rechazo a lo considerado "femenino". En este sentido, la violencia en los vínculos interpersonales de los varones aparece como un modo válido de relacionarse y un código de pertenencia al grupo.

Mediante estos aprendizajes de género, los varones incorporan una lectura generalizada del mundo, de las relaciones sociales y del lugar que ellos deben ocupar como varones. Es decir, aprenden a pensar, sentir y relacionarse con otros "como varones" (sin ser conscientes del género). Esto los posiciona en un eslabón superior del sistema sexo-género respecto de otras identidades y produce que no sientan la misma empatía y que desarrollen una sensibilidad distinta sobre los propios varones que sobre mujeres y población LGTB.

2. El enfoque de masculinidades

***Ideas clave:** [Lectura de las trayectorias vitales de los varones en clave de género.](#) [Masculinidades desde la perspectiva de género.](#) [Varones y masculinidades.](#) [Masculinidad tradicional, normativa y hegemónica.](#) [Masculinidad en singular y masculinidades en plural.](#) [Silencio y complicidades.](#) [Relaciones de poder.](#) [El patriarcado rigiendo las relaciones intragénero.](#)*

¿Podemos pensar desde el género a los varones? ¿Qué implicancias tiene esta lectura? ¿Existen modos específicos de nombrarla?

La **perspectiva de género** es una mirada que nos permite problematizar cómo llegamos a ser varones o mujeres, por qué existen mandatos acerca de cómo debemos ser varones o mujeres, y

de qué modo esos mandatos generan relaciones desiguales y violentas. Esta perspectiva, a su vez, nos permite entender por qué las mujeres y las diversidades sexuales se encuentran, en general, en situaciones de inferioridad de poder respecto de la mayoría de los varones.

Si nos referimos, en particular a los varones, entendemos **el enfoque de masculinidades** dentro de la perspectiva de género, como un modo de mirar. Es la forma en que leemos las vidas de los varones en el marco de un entramado de relaciones sociales condicionadas por diversos sistemas de opresión, entre ellos, el patriarcado. Este enfoque complejiza las lecturas desgenerizadas y universalizantes de los sujetos atendiendo los efectos de los mandatos y guiones sociohistóricos que recaen sobre ellos y afectan a quienes los rodean.

El enfoque de masculinidades es un modo específico de nombrar el análisis con perspectiva de género de las trayectorias vitales de los varones, es decir, es pensar de qué manera el género atraviesa las vidas de los varones. Si pensamos, por ejemplo, en la esperanza de vida al nacer en nuestro país, las mujeres ostentan un promedio de 79,28 años, mayor que el de los hombres, que es de 72,85 años. Esa diferencia se explica con una trayectoria vital más cercana a la exposición al riesgo que al autocuidado o la prevención en salud.

Ahora bien, ¿qué es la masculinidad? ¿Cómo podemos definirla?

La **masculinidad** es un concepto relacional, ya que existe sólo en contraste con la feminidad. Lo "masculino" se ha presentado históricamente como aquello constituido desde tres oposiciones. Se dice, entonces, que masculino es lo que no es femenino, lo que no es infantil y lo que es presumiblemente heterosexual. Es decir, para ser varón no hay que ser ni parecer mujer, niño u homosexual.

Ahora bien, como mencionamos anteriormente si lo que se espera de un varón cambió también cambió lo que se espera de una mujer, por ende, **la masculinidad no es estática ni atemporal, es histórica**. Se trata de un conjunto de significados, siempre cambiantes, que construimos a través de nuestras relaciones con nosotros mismos, con los otros y con nuestro mundo.

La **masculinidad, en singular**, es decir, **como norma** es un conjunto de prácticas y de discursos que, de ser asumida de forma más o menos "exitosa", asigna a los varones (cisgénero y heterosexuales, sobre todo) una posición social privilegiada respecto de feminidades y personas LGBTINB+. Si el género es un dispositivo de poder, un guión para la socialización de varones y mujeres, la masculinidad es la dimensión del dispositivo destinado a la educación de los varones en ciertos mandatos y prácticas.

Esta masculinidad normativa es **hegemónica** en tanto se presenta como la única posible, no por mecanismos de coerción, sino como una masculinidad deseable. Se espera así, que los varones sean exitosos, racionales, fuertes, que no expresen sus sentimientos frente a otros varones y que asuman que determinadas tareas deben ser realizadas por las mujeres.

En esa norma acerca de lo que la masculinidad debería ser van emergiendo formas de habitar la masculinidad que escapan a los mandatos tradicionales. Por ello, es que también se habla **masculinidades en plural**, entendiendo que hay otros cuerpos y sujetos con expresiones de género masculinas que no son varones (como es el caso de las lesbianas masculinas o personas no binarias), no son varones cisgénero (como los varones y masculinidades trans), o no son heterosexuales (y se nombran homosexuales, gays, bisexuales, maricas, etc). De esta manera, cuando decimos masculinidades en plural damos cuenta de que pueden existir diversas formas de ser varones, e incluso, diversas identidades masculinas, sean varones o no: personas no binarias, lesbianas o mujeres que se identifican y expresan desde una apropiación singular de la masculinidad. Si bien

esto es cierto, es imprescindible que problematicemos la masculinidad como un dispositivo que produce y reproduce relaciones desiguales de poder.

La masculinidad es un **dispositivo de poder** porque no es solo un listado de rasgos y características que encarnan los varones o aquellas identidades masculinizadas, sino que se despliega de forma **relacional**, es decir, en el tipo de vínculo que establecen los varones con otras identidades. En este sentido, la masculinidad como dispositivo de poder es un modo de vincularse desde un rol privilegiado que ordena a las personas en un sistema de relaciones de poder. De esta manera, los varones blancos y heterosexuales, por ejemplo, van a gozar de mayores libertades de acceso y circulación que las mujeres negras homosexuales.

Cuando leemos las relaciones de género estamos también dando cuenta de las relaciones de poder entre varones y mujeres y la interiorización de tales relaciones partiendo de la superioridad de lo masculino y la subordinación y devaluación de lo femenino y, a su vez, de la dominación de unos varones sobre otros. La importancia de analizar los cambios en relación con nuestras propias subjetividades en la internalización de las relaciones de género es un elemento en la construcción de nuestras personalidades. Esto quiere decir que la elaboración individual del género (y colectiva con otros varones), y nuestros propios comportamientos, fortalecen o modifican las instituciones y estructuras sociales.

Los análisis desde el enfoque de masculinidades y que atienden, finalmente, a sujetos particulares deben pensarse siempre de forma situada. El patriarcado y la perspectiva de género que presentamos aquí es una mirada más que nos permite entender cómo el género condiciona o habilita a las personas. Es importante aclarar que, además, todas y todos estamos atravesados por múltiples sistemas de opresión como la clase y la raza. De esta manera, no gozará de los mismos "privilegios" una mujer blanca de clase alta acomodada que un varón migrante que trabaja en la informalidad.

3. Los mandatos de la masculinidad como factor de riesgo

Ideas clave: Costos, privilegios y vulnerabilidad. Mandatos asociados al éxito, al riesgo y al poder. Mandato de proveedor, procreador, invulnerabilidad. Sociedad de consumo y nuevos mandatos asociados a la masculinidad.

Según Michael Kaufman, los mandatos de masculinidad son un factor de riesgo para las mujeres, para niños y niñas, para otros varones y para ellos mismos. Estos mandatos no solo producen en sus despliegues más extremos los femicidios y crímenes de odio, sino que generan una serie de vulneraciones que atraviesan las vidas de los varones y de quienes se relacionan con ellos.

Tal como mencionamos, la masculinidad normativa que encarnan los varones es un dispositivo de poder que les otorga privilegios y mayores prerrogativas respecto a las mujeres y población LGBTINB+. Pero además, genera en los propios varones una serie de costos asociados directamente a prácticas y conductas aprendidas en el marco de la socialización de género que este mismo dispositivo de masculinidad ofrece a los varones.

En este apartado, nos interesa presentar los mandatos de masculinidad vinculados al éxito, el riesgo y

el poder como categorías que hacen a la masculinidad y construyen una hoja de ruta para convertirse en "un hombre de verdad". Estos mandatos tienen efectos en la constitución subjetiva de los varones que los hacen relacionarse de un modo específico con las otras personas, los sistemas de acceso a derechos (salud, educación, trabajo) y en el caso que nos interesa pensar aquí, con las situaciones de consumo problemáticos y su abordaje.

Si nos referimos a los **mandatos de masculinidad en relación al éxito**, podemos pensar en el mandato de ser **proveedor** y de ser **racional**. Se espera que los varones puedan valerse económicamente por sí mismos, sustentar sus familias y a menudo constituyan su identidad desde el valor que les otorga este rol. El modelo del proveedor presiona a los varones a priorizar el trabajo. Esto repercute, por ejemplo, en que el 89% de los hombres argentinos reportó síntomas de burnout en 2023 (Bumeran, 2024). Para ello, las decisiones que deben tomar tienen que ser racionales, es decir, dotadas de juicio y criterio y no emocionales o impulsivas (características históricamente relacionadas a la feminidad).

Para cumplir estos mandatos de éxito y ser valorados por su círculo de pertenencia, los varones suelen exponerse a determinados **mandatos que están relacionados con el riesgo**. No hablar de que les pasa, minimizar o relativizar el padecimiento subjetivo u ocultar el dolor son elementos que podemos ubicar en el **mandato de la restricción emocional**. Este mandato le impide a los varones, además, construir estrategias para pedir ayuda, sostener redes de afecto y contención y apoyarse en sus pares. Aparejado al mandato de restricción emocional se encuentra la invulnerabilidad, por su parte, es un mandato que empuja a los varones a no mostrar fisuras ni puntos débiles. Hacia afuera, los varones deben ser "fuertes como un roble" y poder resolver todo problema o conflicto que los aqueja en soledad y sin titubeos. Este mandato impide que los varones desarrollen habilidades para la comunicación asertiva, la inteligencia interpersonal e incluso empatía hacia los padecimientos de otras personas.

Por último, entre los **mandatos de masculinidad relacionados con el poder** podemos destacar el uso de fuerza y la violencia, el control económico y la libertad de movimiento.

El **uso de la fuerza** física, tal como mencionamos, se legitima durante la infancia y la adolescencia de los varones desde los juegos, las hazañas grupales y los rituales de iniciación. Estas prácticas son dinámicas de homosociabilidad masculina que les permiten el reconocimiento de sus pares y la construcción de códigos de comportamiento propios del grupo. La **violencia**, por su parte, se presenta para los varones como recurso válido para reponer jerarquías en caso de desestabilización simbólica. Es decir, si la autoridad masculina se ve cuestionada o interpelada por otras personas, sobre todo si se trata de identidades de ubicadas en posiciones de menor jerarquía en el sistema sexo-género, la violencia es un recurso "para volver a tener el control".

El **control económico** se refiere a la posibilidad de dominio que tienen los varones sobre otras personas, relación mediada por una mayor capacidad de ingresos, ganancias o capital acumulado. El control se ejerce sobre hijos, parejas o identidades con menor jerarquía en el sistema sexo-género. Históricamente, se ha asociado este mandato a ser procreadores, es decir, a la presión por constituir y garantizar el sustento de un grupo familiar. En la actualidad, podemos pensar el mandato de procreador en relación a la potencia sexual activa, lo que conduce a los varones a asumir mayores riesgos vinculados a la ausencia de autocuidados sobre su salud sexual y no reproductiva.

Por otra parte, los varones gozan de mayor **libertad de movimiento** tanto en lo referido a circulación por la vía pública sin poner riesgo en su integridad como a libertad de promoción y ascenso laboral. Esta libertad de movimiento está relacionada con una menor carga de tareas de cuidados ya que, aunque el 60% de las mujeres participan en el mercado laboral, ellas dedican 3 veces más horas al

trabajo doméstico no remunerado (Encuesta Nacional de Uso del Tiempo, 2021).

Por último, la sociedad de consumo y los avances tecnológicos dieron pie a nuevos modos de subjetivación para los varones de todos los sectores. Si nos referimos a los varones jóvenes y la creciente digitalización de la vida social podemos advertir nuevas exigencias. El culto al cuerpo, promovido por los llamados "gymbros", promueve una masculinidad asociada al éxito físico, con modelos que se refuerzan por redes sociales. En Argentina, el mercado de suplementos deportivos y cirugías estéticas para varones creció un 30% entre 2018-2023 (Cámara de Industrias de Bienes de Consumo).

Este mandato produce, para los varones jóvenes, nuevos costos. Son los varones quienes manifiestan nuevas exigencias vinculadas al rendimiento físico, la optimización del yo, la autoexplotación laboral (emprendedurismo) y una subjetividad especulativa que los invita a exponerse a riesgos. En este sentido el mandato trae aparejado otras consecuencias acordes a las nuevas tecnologías que trajeron el juego on line y las ciber apuestas. De esta manera, la ciberludopatía llega de la mano del celular y el algoritmo que detecta imágenes de apuestas. Esta nueva problemática es una problemática que tiene género: la participación de varones es cercana al 71% (Defensoría del Pueblo de la Ciudad de Buenos Aires, 2024).

4. Masculinidad y salud

Ideas clave: ¿Por qué los varones viven menos? Una lectura en clave de género de sus trayectorias vitales. Estadísticas de morbimortalidad por causas externas. El impacto de los mandatos de masculinidad en la salud de los varones. El dispositivo de masculinidad como barrera de acceso al sistema de salud.

En Argentina, los varones viven seis años menos que las mujeres debido a comportamientos asociados a las expectativas sociales de género (CEPAL, 2022). Los varones viven menos que las mujeres porque se cuidan menos y asisten menos al médico: solo el 30% realiza chequeos médicos preventivos, frente al 52% de las mujeres (Ministerio de Salud, 2023). Pero los varones, además, llevan vidas atravesadas por la exposición a riesgos que son, como vimos, formas de demostración de la "hombria".

El informe sobre Masculinidades y salud en la Región de las Américas (Organización Panamericana de la Salud, 2019), explicita el vínculo entre algunas de las principales causas de muerte en hombres y el ejercicio de un modelo de masculinidad caracterizado por el dominio (control, fuerza física), su carácter heterosexual, autosuficiente, invulnerable, racional, de proveedor económico.

Este informe señala que las tres principales causas de muerte en hombres atribuidas al ejercicio de la masculinidad hegemónica tradicional son: la violencia interpersonal (la tasa de muerte en hombres es siete veces mayor que la de las mujeres); los traumatismos debido al tránsito (a razón de tres hombres por cada mujer); y las cirrosis hepáticas (el doble que ellas) (OPS, 2019, p. 21).

La muerte por cirrosis hepática tiene como causa directa el consumo de alcohol. El consumo excesivo de alcohol es 3 veces mayor en varones que en mujeres (Sedronar, 2022). Tanto este consumo, como

la violencia interpersonal demuestran los riesgos a los que se expone un tipo de masculinidad que no se permite expresar vulnerabilidad, conectarse con sus emociones y es por tanto incapaz de canalizar de forma sana las situaciones de estrés, angustia, tristeza, encontrando en el alcohol o la violencia una vía de escape. Esta afirmación se puede constatar en los datos sobre el total de mortalidad por enfermedades mentales y consumo de sustancias ilícitas en las Américas: 74% de estas muertes corresponden a hombres, así como un 86% de los trastornos asociados al consumo de alcohol.

La mortalidad por suicidio también registra una brecha de género superior en los hombres. Del total de suicidios anuales en población general en Argentina, el 82% corresponde a varones. A su vez, el 50% de las muertes adolescentes (10 a 19 años) ocurre por causas evitables asociadas a situaciones de violencia (lesiones intencionales o no intencionales, autoinflingidas o infringidas por terceros). El 74% de esas muertes corresponden a varones y más del 86% de estos fallecimientos ocurren entre los 15 y 19 años (DEIS, 2022).

Entre esas causas evitables están también los accidentes de tránsito, en los que los hombres representan, en Argentina, el 80% de las muertes (Informe anual de siniestralidad vial, ANSV, 2023). Y, en el caso, de no producirse un deceso por un accidente son también el principal motivo por el que los varones asisten a las guardias de emergencias en el sistema de salud. El segundo motivo de visita a las guardias son los accidentes laborales, donde los varones representan el 75% de las muertes, vinculadas a trabajos de riesgo como la construcción, donde se exalta la resistencia física (Superintendencia de Riesgos del Trabajo, 2023).

Respecto a la salud sexual y (no) reproductiva, los varones jóvenes presentan mayor incidencia de infecciones de transmisión sexual (ITS): en el grupo de 15 a 24 años la tasa de sífilis es casi el triple que en la población general y ese grupo representa el 41% de las notificaciones de gonorrea. Se diagnostican 2,4 varones con VIH por cada mujer y lo hacen en etapas más avanzadas de la infección. Además los varones mueren el doble que las mujeres por esta causa. (Boletín de VIH No 39, 2022). La responsabilidad sobre el cuidado sexual y las campañas sobre salud sexual integral otorgan una mayor preponderancia a las problemáticas y tabúes presentes en las mujeres. Se destaca la ausencia de la población masculina en los programas y políticas sobre estos temas (OPS, 2019, p. 41).

En resumen, los datos son reveladores y alarmantes: la sobremortalidad de los hombres en todas las muertes intencionales y no intencionales (OPS, 2019, p. 25), la mortalidad por homicidios (una relación de nueve hombres por mujer), así como los feminicidios y los crímenes de odio hacia la población LGBT+, ejecutados en una gran mayoría por hombres, constatan y resaltan la preponderancia de relaciones violentas en estas identidades.

Es relevante mencionar que en el año 2024 ocurrieron en Argentina 140 crímenes de odio según registro el Observatorio Nacional de Crímenes de Odio LGBT+ en donde la orientación sexual, la identidad y/o la expresión de género de todas las víctimas fueron utilizadas como pretexto discriminatorio para la vulneración de sus derechos y la violencia contra ellas.

Del total de las personas de la comunidad LGBT+ víctimas de los crímenes de odio registrados en 2024, el 64% de los casos (90) corresponden a mujeres trans; en segundo lugar con el 23% (32) se encuentran los varones gays cis; en tercer lugar con el 8% (11) las víctimas son lesbianas; posteriormente con el 4% (5) del total de casos se encuentran los varones trans; y por último, con el 1% las personas no binarias.

A su vez el, el Observatorio de Femicidios de la Defensoría del Pueblo de la Nación registro, en el mismo periodo, 252 femicidios que incluyen 20 femicidios vinculados, 7 personas trans, 10 suicidios feminicidas y 12 casos de muertes violentas de mujeres en contexto de narcotráfico y crimen organizado. Esto da un promedio de 1 femicidio cada 30 horas, es decir, que la violencia de género se ha mantenido de manera sostenida.

Para evitar lecturas que deriven en la responsabilidad individual de los sujetos y que no arrojen un panorama completo de la relación de los varones con su salud es importante destacar también que existen cegueras institucionales en los sistemas de atención. Estas cegueras institucionales se vinculan a no considerar el género de los varones como un dinamizador de las relaciones que establecen con el acceso al sistema.

En este sentido, el dispositivo de masculinidad es una barrera de acceso a los servicios de atención por los mandatos que destacamos antes pero además, el propio sistema no promueve el involucramiento de los varones con líneas de acción, programas o políticas que los incentiven a responsabilizarse con sus cuidados.

Prueba de ello son las campañas sobre prevención de enfermedades con mayor prevalencia en mujeres como el cáncer de mama, no así sobre enfermedades prevalentes en varones. La oferta de vasectomías en Argentina es mayormente privada y el espacio en el sistema público no alcanza aún a cubrir la demanda creciente de los varones. Mientras tanto, los métodos anticonceptivos e incluso las cirugías de ligaduras de trompas están a disposición de la mayoría de las usuarias que las soliciten. Estos ejemplos, hacen también una historia de estereotipos de género que reprodujeron el rol de las mujeres como protagonistas activas de su salud sexual y no reproductiva; frente a un modelo de hombre que carece de autocuidados y solo asiste al sistema ante emergencias.

La promoción de prácticas de cuidado en los varones no es una tarea que pueda pensarse independientemente de la transformación de prácticas institucionales que a menudo los alejan de la posibilidad de construir su masculinidad en otra clave. Por esta razón, los esfuerzos en estrategias pedagógicas para abordar elementos conflictivos de la masculinidad deben ser complementarios a las iniciativas para generar condiciones institucionales de cambio organizacional.

5. ¿Consumo problemático o problemática de consumo?

***Ideas clave:** Definiciones de consumo de sustancias. La sociedad de consumo, medicalización y patologización. Dimensiones de los consumos: ¿quién consume? ¿qué consume? ¿cómo se consume? ¿cuándo y dónde se consume? Tipos de consumo. Del consumo problemático a las problemáticas de la sociedad de consumo. Rasgos de la masculinidad asociados al consumo.*

Como mencionamos en el apartado anterior, el consumo expone el desarrollo de una masculinidad que incorpora comportamientos asociados a las expectativas sociales de género. Pero cuando hablamos de la problemática de consumo, ¿de qué estamos hablando?

El debate en torno a los consumos de sustancias se encuentra tensionado por múltiples aristas. ¿Qué hace que un consumo sea considerado problemático? ¿La sustancia en sí misma? ¿La legalidad o ilegalidad de su uso? ¿La frecuencia o la cantidad consumida? ¿Las consecuencias para la salud individual o para la vida en comunidad?

Las respuestas a estas preguntas no son unívocas y remiten a diferentes marcos interpretativos. En este texto proponemos pensar los consumos desde una perspectiva integral, que contemple no sólo la dimensión médica, sino también las tramas sociales, culturales, económicas, emocionales y políticas que los atraviesan.

La problemática del consumo se trata de una problemática social compleja y multifactorial, tanto por sus causas y consecuencias, como por sus componentes e implicaciones. De este modo, podrá ser contemplado desde perspectivas distintas, cada una de las cuales enfatizará determinados aspectos y propondrá una postura aproximativa particular.

En este apartado, nos interesa presentar los aportes de distintas investigaciones y estudios sobre la concepción de la problemática de consumo y sus diferentes abordajes. En este sentido, consideramos relevante analizar el pasaje del modelo médico hegemónico a un modelo de abordaje integral, para luego dar cuenta de las características que adquiere el consumo de drogas –legales e ilegales– en la actualidad. Para este desarrollo tenemos en cuenta conceptos claves como **sociedad de consumo, medicalización, consumos problemáticos, reducción de daños, abordaje comunitario y enfoque de derechos humanos**. En cada caso, se expone su particular perspectiva interpretativa, sus aportaciones más relevantes y una discusión sobre sus alcances y limitaciones.

Cuando se hace referencia a los consumos es necesario considerarlos en el contexto particular de la *sociedad de consumo*, en la que los consumos de bienes y servicios en general se han desarrollado como un modo de satisfacción de deseos y necesidades. Una de las características de la sociedad contemporánea es que se encuentra atravesando un proceso de pasaje de una sociedad de productores a una sociedad de consumidores (Bauman, 2007). Este cambio implica múltiples y profundas transformaciones: una de ellas es que la sociedad condiciona y diseña la vida de los sujetos centrándolos particularmente como consumidores, para que estén dispuestos a ser

seducidos constantemente por las ofertas del mercado, a la vez que crean que son ellos quienes mandan, juzgan, critican y eligen, cuando en realidad el modelo de interacción los sitúa también como objetos producidos por el mercado.

Las dimensiones de los consumos permiten analizar los hábitos de consumo desde distintas perspectivas para comprender mejor las dinámicas sociales, económicas y culturales que los rodean. En este sentido, **la problemática de consumo de sustancias (legales e ilegales)** permite trabajar una problemática profunda que atraviesa dimensiones personales, sociales, culturales, económicas y de salud pública. Cabe aclarar que cuando nos referimos a drogas legales nos referimos a sustancias como el alcohol, tabaco, psicofármacos sin prescripción, mientras que cuando nos referimos a ilegales hablamos de sustancias como marihuana, cocaína, éxtasis, LSD, pasta base, entre otras. También hay que tener en cuenta que esta distinción a la hora del consumo no es tal y muchas veces se combinan (policonsumo), lo que agrava los riesgos.

El consumo de sustancias, tanto legales como ilegales, es una realidad que atraviesa distintas edades, clases sociales y contextos. Aunque muchas veces se lo asocia únicamente con el uso de drogas ilegales, la problemática es mucho más amplia: incluye también el abuso de alcohol, tabaco, psicofármacos y otras sustancias que, aun siendo legales, generan dependencia, deterioro en la calidad de vida y múltiples consecuencias a nivel personal y social. Como mencionamos, el consumo atraviesa todas las clases sociales, desde sectores con alto poder adquisitivo hasta jóvenes en situaciones de vulnerabilidad social pero se expresa de formas distintas. **Hablar de la problemática de consumo nos permite dimensionar al consumo problemático de sustancias** como un síntoma de otras problemáticas más profundas tanto personales (baja autoestima, restricción emocional, etc), sociales (pobreza, desigualdad, violencia, desempleo), culturales (la naturalización y banalización del consumo de sustancias) y estructurales (falta de acceso a la salud mental, políticas públicas insuficientes, el punitivismo y la criminalización como única respuesta).

Los múltiples elementos implicados determinan una complejidad de aspectos que deberán considerarse para poder entender y abordar de manera exhaustiva esta problemática social. Esa complejidad debería invitarnos a contemplar la problemática del consumo alejados de cualquier reduccionismo o interpretación parcial. Estamos hablando de un fenómeno que tiene, en definitiva, implicaciones múltiples: psicológicas, médicas, sociales, económicas, políticas, educativas, históricas y, como iremos desarrollando, implicancias de género.

¿De qué manera las desigualdades impactan en las maneras de consumir de las personas? El análisis de la relación entre las personas y las drogas no puede quedar escindido de las formas particulares que la época imprime a las relaciones entre las personas y sus consumos. Como tampoco puede quedar separado de las formas en las cuales se despliegan las masculinidades. En este sentido, intentaremos visibilizar que ser socializado como varón, desde un **modelo de masculinidad hegemónica**, podría constituir una vulnerabilidad específica para el **consumo problemático de sustancias**.

6. Abordaje integral de masculinidades y consumos

Ideas clave: Relación entre los consumos de sustancias y el cumplimiento de los mandatos de la masculinidad. ¿El consumo de sustancias como una forma de reafirmar la masculinidad? Datos sobre el consumo desde una perspectiva de género. Identificación de emociones y sentimientos para el abordaje del consumo y de las masculinidades, aportes desde el giro afectivo. La vulnerabilidad y consumo problemático de sustancias.

Siguiendo en esta línea, la importancia de analizar el contenido de lo masculino y conectarlo con los consumos de drogas se pone de relieve a través de una perspectiva de género (Izquierdo Sánchez, 2016): ¿Cuáles son las conexiones entre la problemática de consumo y los modelos de masculinidad? Desde una perspectiva de género, es crucial reconocer cómo las construcciones sociales de la masculinidad pueden limitar la expresión emocional y fomentar el consumo de sustancias como una forma de manejar el estrés, la ansiedad o las inseguridades relacionadas con el papel tradicionalmente asignado al hombre.

La experiencia de ser varón ha estado regulada por un modelo hegemónico de masculinidad, que presenta a los varones como autosuficientes, competentes y poco emotivos (Cáceres, 2005). El concepto de **“masculinidad hegemónica”** no posee un carácter fijo, sino que constituye aquel conjunto imperante de prácticas y relaciones de poder, producción y cathesis (deseo) que garantiza la posición dominante de ciertos varones y la subordinación femenina en la estructura de género (Connell, 1995).

Los mandatos de masculinidad operan en el consumo como parte de la cultura del aguante, porque quien consume más es más se la aguanta y más “macho” es. Por ejemplo, **si bien el consumo de alcohol está profundamente arraigado a las dinámicas y la cotidianidad de todas las sociedades presentan diferencias considerables entre géneros.** Según el “Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud y el tratamiento de los trastornos relacionados con el consumo de sustancias” de la Organización Mundial de la Salud de 2024, el 52 % de los varones son consumidores habituales de alcohol, frente al 35 % de las mujeres. Además, los varones registran un consumo promedio anual de 8,7 litros de alcohol, mientras que las mujeres consumen 2,2 litros. Esta diferencia también se refleja en las consecuencias del consumo: el 6,7% de todas las muertes en varones están relacionadas con el alcohol, frente al 2,4% en mujeres. En la Argentina en particular, el promedio de valores anuales registrados en varones se eleva al 12,5 consumo per cápita y 3,7 en mujeres.

En el 2023, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) junto con la Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas (Sedronar) realizaron una encuesta en hogares sobre consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales en más de 40 mil hogares de centros urbanos del país durante 2022. **Los resultados arrojaron que el alcohol y el tabaco son las drogas más usadas por los argentinos.** Casi 9 de cada 10 de quienes toman psicofármacos van a buscarlos a la farmacia con prescripción médica. La edad promedio de inicio de consumo de cocaína es de 21 años.

En relación a la **marihuana** vale aclarar que **a nivel penal está prohibida la tenencia simple**, el cultivo, la venta y la distribución, **pero a la vez es legal la producción industrial** de aceites, comestibles, entre

otros, y también el consumo, cultivo y comercio de productos medicinales a través de un registro del Ministerio de Salud, llamado REPROCANN. La encuesta marca que el 26,3% de los encuestados admitió que usó cannabis alguna vez en su vida. El número cae cuando los escenarios son más acotados: 13,8% a nivel mensual y 8,1% en el último mes. La edad de iniciación promedio es más alta que para los casos del alcohol y el tabaco: 19,8. Prácticamente la mitad de los que fumaron cannabis al menos una vez en el último año (26,3%) lo volvió a hacer en el último mes (13,8%). Seis de cada diez admitió que a la par que consumió cannabis bebió alcohol. El 70% de los que consumieron en los 12 meses previos a la encuesta lo hizo "con amigos" y el 19%, en soledad. Esa misma cantidad (20%) no tomó ningún recaudo. El resto controló la dosis, evitó la mezcla o se mantuvo hidratado/bien alimentado. **Los varones presentan una prevalencia 10 puntos porcentuales superior (31,8%) a la de las mujeres (21,1%).**

En relación al consumo de cocaína 3,9% que dijo que alguna vez consumió cocaína (aunque la encuesta es anónima es probable que un indeterminado porcentaje de los consultados haya mentido por razones de estigmatización e ilegalidad) apenas el 0,9% respondió que tomó en el último mes. **La prevalencia es de 5,1% para el total de este universo, en tanto que entre los varones aumenta 2,8% (7,9%).**

La problemática de consumo y las masculinidades están estrechamente relacionados en las discusiones sobre cómo las expectativas sociales de género influyen en la salud y el comportamiento de los varones. Este vínculo ha sido abordado por diferentes teóricos y estudios sociales, incluidas las perspectivas feministas y de estudios de género. Para Kimmel (2008), los hitos de la masculinidad en las etapas jóvenes se asocian con actividades de riesgo, la aceptación de la sexualidad masculina y la afirmación de la autoridad. El autor expresa que la construcción de la masculinidad está marcada por la presión de cumplir con una serie de comportamientos que consolidan el orden de género, como el consumo de alcohol, ser sexualmente activo y el rechazo de las emociones.

Bell hooks (2021) destaca la importancia de reformular estos hitos de la masculinidad en torno al amor, la empatía y la vulnerabilidad. La crítica a los hitos tradicionales de la masculinidad, que están ligados al poder, la independencia y la dureza emocional, aboga por una nueva visión que permita a los varones vivir de manera más saludable y consciente, superando los modelos tradicionales que promueven la violencia y el sufrimiento.

¿De qué manera trabajar desde las emociones de los varones nos aporta al abordaje del consumo en las masculinidades? Desde el enfoque de masculinidades, la problemática de consumo puede entenderse como una estrategia frente al malestar emocional, muchas veces silenciado o invisibilizado. De esta manera es posible vincular este consumo con las formas en que se **socializan las emociones en función del género**. La restricción emocional, entendida como la limitación cultural impuesta sobre qué emociones pueden expresarse y por quién, atraviesa particularmente a los varones, quienes son educados para suprimir el miedo, la tristeza o la vulnerabilidad, quedando emocionalmente aislados. **En este sentido, el consumo aparece no sólo como una forma de escape, sino también como una herramienta para sostener identidades marcadas por el mandato de la dureza.**

Ahmed (2015) argumenta que las emociones no son simplemente reacciones individuales, sino que están profundamente influenciadas por las normas y expectativas sociales. En el caso de los varones, **las emociones como la ira, la frustración y la vergüenza a menudo se asocian con una masculinidad hegemónica que les exige demostrar poder y control**. Estas emociones son reguladas por la sociedad de tal manera que los hombres suelen ser socializados para reprimir su vulnerabilidad y expresarse a través de la agresión, lo que puede llevar a la violencia de género.

En la misma línea, Bell hooks (2004) denuncia cómo el patriarcado impide a los hombres desarrollar su mundo emocional. Desde su mirada, los varones aprenden a **reemplazar el lenguaje del afecto por la rabia, el silencio o el consumo de sustancias**, en un intento de manejar el dolor que no pueden nombrar. Para hooks, recuperar el acceso a las emociones y al amor no es una debilidad, sino un acto revolucionario frente al sistema patriarcal. Por eso, abordar el consumo desde este lugar requiere **romper con los estereotipos de género y ofrecer espacios donde las personas, especialmente los varones, puedan ser escuchadas sin ser juzgadas**.

Ahmed (2015) argumenta que parte de la violencia masculina está motivada por la frustración de no poder expresar abiertamente emociones como la tristeza o el miedo, que se perciben como signos de debilidad en la cultura patriarcal. Esta falta de espacio emocional conduce a la represión de estas emociones y a la externalización de la violencia hacia otros, especialmente hacia las mujeres. ¿De qué manera no poder expresar ciertas emociones lleva a “taparlas” con el consumo? La autora destaca que las emociones “se pegan” a los cuerpos según las normas culturales, y esto incluye mandatos de género que determinan qué se puede sentir o mostrar. Así, emociones como la vergüenza, el deseo o la tristeza se vuelven inaceptables o peligrosas para ciertos cuerpos, y el consumo puede operar como una vía para lidiar con esas emociones no habilitadas. Esta perspectiva permite ver que el problema no es sólo individual ni clínico, sino profundamente social y político.

Analizar los vínculos entre el **modelo de masculinidad y la problemática de consumo** nos brindan aportes no solo para entender a la masculinidad como un factor de riesgo sino también indagar cómo los modos de los abordajes de la problemática pueden colaborar a producir guiones de género alternativos. Abordar el consumo problemático de sustancias desde el enfoque de las masculinidades implica reconocer el impacto de los mandatos patriarcales sobre las emociones, los vínculos y las formas de transitar el dolor. Las políticas públicas y los dispositivos de atención deben ofrecer espacios no punitivos, donde se habilite la palabra, el afecto y la reconstrucción de la subjetividad, especialmente en varones y personas criadas bajo modelos rígidos de masculinidad. **Incluir la dimensión emocional como eje del cuidado es parte de una respuesta más integral, sensible y transformadora frente al consumo.**

7. Hacia una comunidad de cuidados

Ideas clave: Abordaje del consumo y las masculinidades desde una mirada contextual y situada. Del modelo médico hegemónico al modelo de abordaje integral y comunitario. Abstencionismo y reducción de riesgos y daños. Abordaje territorial, integral y comunitario. ¿Cómo pensar el consumo y las masculinidades en contextos desiguales?

Argentina está atravesada por importantes desigualdades socioeconómicas que se manifiestan a nivel regional y provincial, pero se evidencian también al interior de cada provincia y cada localidad. Es importante reflexionar sobre cómo impactan no solo los diferentes espacios en los que se desarrolla la vida de las personas sino también en cómo la percepción de estas desigualdades incide en cada uno (Camarotti, Capriati y Kornblit, 2021).

Adoptar la perspectiva más amplia implica correrse del paradigma del modelo médico hegemónico (Menéndez, 1988) y situarse, en cambio, en un modelo de abordaje centrado en la comunidad, entendiendo que el modelo médico hegemónico "constituye el conjunto de prácticas, saberes y teorías generados por el desarrollo de lo que se conoce como medicina científica, el cual desde fines del siglo XVIII ha ido logrando establecer como subalternas al conjunto de prácticas, saberes e ideologías teóricas hasta entonces dominantes en los conjuntos sociales, hasta lograr identificarse como la única forma de atender la enfermedad legitimada tanto por criterios científicos, como por el Estado" (Menéndez, 1988). En esta línea, la **medicalización** es el proceso por el cual **aspectos de la vida cotidiana, comportamientos humanos o malestares sociales** son interpretados y tratados como problemas médicos, generalmente a través de diagnósticos y tratamientos farmacológicos (Conrad, 2007). En el caso del consumo de sustancias, esto implica que una conducta que puede tener causas sociales, económicas o emocionales se interpreta exclusivamente como un **trastorno médico** (adicción), lo que lleva a centrarse en el tratamiento clínico individual sin abordar las causas estructurales.

Frente al consumo problemático de sustancias, las respuestas sociales e institucionales no son neutras: expresan una forma particular de **concebir al sujeto, su contexto y sus necesidades**. Es así como el enfoque de **reducción de daños** aparece a fines de los años 70 y principios de los 80, especialmente en **Europa** y luego en **América del Norte**, como una **respuesta pragmática y humanitaria** a los efectos devastadores del consumo problemático de drogas y, particularmente, a la **epidemia de VIH/SIDA**. En América Latina y Argentina, este enfoque comienza a instalarse a partir de los **años 90**, impulsado por organizaciones sociales, redes de usuarios y profesionales de salud mental.¹

Como venimos mencionando, la problemática de consumo no puede entenderse de forma aislada, como si se tratara únicamente de una "decisión individual" o una conducta desviada. Siguiendo autores como Bauman (2007), Bordieu (1980) y Elias (1993), se plantea que la problemática forma parte de una **constelación de problemas sociales**, es decir, un conjunto de problemáticas interconectadas que se retroalimentan y afectan de manera compleja a las personas y comunidades.

De esta manera, **se propone un abordaje centrado en las personas, sus trayectorias de vida y el vínculo que las personas tienen con las sustancias**, desplegándose en redes de trama mixta entre Estado, organizaciones y comunidad; y en los ámbitos cotidianos donde sus vidas transcurren. Como mencionamos, entendemos a los consumos problemáticos de sustancias como un fenómeno multidimensional y complejo en tanto se asienta sobre procesos históricos, económicos, sociales y culturales; y particularmente, en la sociedad de consumo, en la que vivimos.

En este sentido, se plantea un **abordaje integral comunitario hacia una comunidad de cuidados** con un enfoque más amplio y social que el consumo problemático. Se requiere tener en cuenta los problemas sociales, económicos y culturales asociados con el consumo de sustancias en una determinada comunidad o sociedad. A su vez, resulta necesario problematizar las consecuencias sociales más amplias del consumo de drogas o alcohol, como el impacto en la salud pública, la violencia, la criminalidad, las desigualdades sociales, y la falta de acceso a servicios de salud y rehabilitación. Por este motivo creemos necesario la participación de las personas que consumen en el diseño de las políticas públicas.

En una sociedad donde el consumo de drogas es muy alto y afecta a la comunidad en su conjunto,

1. Red Argentina de Reducción de Daños (RARD), y organizaciones como Intercambios Asociación Civil, han promovido este enfoque en políticas públicas, investigación y trabajo territorial.

el abordaje integral y comunitario de la problemática de consumo se refiere no solo a los efectos individuales de las personas que consumen, sino a cómo ese fenómeno afecta a la seguridad, el bienestar social y la economía de la comunidad en su conjunto.

Este abordaje centrado en las personas nos permite no individualizar el consumo abordando las consecuencias negativas que genera el consumo en la vida cotidiana. Por ejemplo, ¿podemos pensar en la situación de calle sin tener en cuenta los consumos? El consumo puede ser una de las causas principales para que una persona termine en la calle y, otras veces, es el mismo consumo el que dificulta su salida. Ambas problemáticas se entrelazan y dialogan, y es necesario abordarlas para trabajar en la construcción de proyectos de vida. Problematizar ambas cuestiones, la calle y los consumos, hace a una **abordaje contextual y situado** donde se abordan integralmente los problemas que hacen a la integralidad de la persona.

Un **abordaje comunitario y de derechos humanos** rompe con la lógica del castigo y la patologización, y propone mirar a la persona en su contexto, acompañar sin expulsar, y construir salud colectiva desde el territorio y el afecto. Esto implica, un cambio profundo en la forma en que se entiende, se nombra y se interviene sobre esta problemática. Es un enfoque que pone el foco **no solo en la sustancia ni en el individuo aislado**, sino en el contexto social, en los vínculos y en las condiciones de vida de las personas. De esta manera se puede pensar en un centro barrial como espacio de referencia donde además de ofrecer comida, abrigo, y un lugar donde quedarse haya profesionales de salud mental, pero también vecinos, talleristas, pares. Donde **no se exija dejar de consumir para entrar**, sino que se ofrezca un **acompañamiento integral** que tenga en cuenta el acceso a la salud mental para no imponer soluciones sino construirlas colectivamente.

Lejos de ser una propuesta de abordaje cerrada e inamovible, cada espacio deberá adaptarlo a su realidad y posibilidades. Esto implica que el abordaje puede tomar matices particulares dependiendo de dónde y cuándo se trabaje, de las particularidades del territorio y de sus emergencias. Aún así, consideramos que elaborar una forma de abordaje desde esta perspectiva puede funcionar como marco general y ordenador para la (re)construcción de proyectos de vida, en la restitución de sus derechos y en la promoción de su autonomía.

Trabajar desde el enfoque de masculinidades teniendo en cuenta la dimensión de las emociones y los afectos en el abordaje integral de la problemática de consumo constituye una novedad en los ámbitos de salud mental y una oportunidad para el abordaje intersectorial de la problemática. Como mencionamos, el género de los varones no es solo un dato más a recabar de los usuarios que asisten al espacio, el género es constitutivo de la identidad de los varones y la masculinidad también puede ser una barrera de acceso a proyectos de vida con más y mejores cuidados.

Finalmente, desde esta perspectiva se plantea abordar los consumos problemáticos desde una perspectiva de género, emocional y comunitaria que implica reconocer que no estamos ante una mera cuestión individual o médica, sino frente a un fenómeno social profundamente atravesado por desigualdades estructurales. El cruce entre los mandatos de la masculinidad hegemónica y los patrones de consumo revela formas particulares de padecimiento que requieren intervenciones sensibles, contextualizadas y no punitivas. Construir una comunidad de cuidados, que habilite la palabra, el afecto y la reconstrucción subjetiva, es una apuesta para transformar no solo las formas de consumir, sino también los modos de habitar los vínculos, los territorios y los proyectos de vida.

Bibliografía

Ahmed, S. (2015). *La política cultural de las emociones* (M. Ballesteros González, Trad.). Universidad Nacional Autónoma de México.

Bauman, Z. (2007). *Vida de consumo*. Fondo de Cultura Económica.

Bourdieu, P. (1980). *La distinción: Criterio y bases sociales del gusto*. Taurus.

Bumeran (2024). Estudio Burnout 2024. Referido en <https://www.lanacion.com.ar/salud/mente/burnout-el-91-de-los-trabajadores-argentinos-sienten-estres-laboral-cronico-segun-una-encuesta-nid05112024/>

Cáceres, C. (2005). Masculinidades y salud sexual y reproductiva: Una revisión bibliográfica. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 22(3), 187–193.

Camarotti, A., Capriati, G., & Kornblit, A. L. (2021). *Juventudes, vulnerabilidades y consumo de sustancias en la Argentina*. Sedronar.

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

Conrad, P. (2007). *The medicalization of society: On the transformation of human conditions into treatable disorders*. Johns Hopkins University Press.

Elias, N. (1993). *El proceso de la civilización*. Fondo de Cultura Económica.

hooks, b. (2004). *El feminismo es para todo el mundo*. Traficantes de Sueños.

hooks, b. (2021). *La voluntad de cambiar: Hombres, masculinidad y amor*. Paidós.

Instituto Nacional de Estadística y Censos INDEC (2021). Encuesta nacional de uso de tiempo. Disponible en <https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-Tema-4-31-117>

Instituto Nacional de Estadística y Censos INDEC (2024). Dossier estadístico de niñas, niños y adolescentes. Disponible en https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/poblacion/dossier_nnya_11_2410041FCBF3.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) & Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina (SEDRONAR). (2023). *Encuesta Nacional sobre Consumos de Sustancias Psicoactivas 2022*. <https://www.indec.gob.ar>

Izquierdo Sánchez, M. (2016). Masculinidades y drogas: Una aproximación desde el análisis crítico de género. *Revista de Estudios de Juventud*, (114), 15–27.

Kimmel, M. S. (2008). *Guyland: La peligrosa transición de chicos a hombres*. Ediciones Paidós Ibérica.

Menéndez, E. L. (1988). Modelo médico hegemónico y atención primaria. *Cuadernos Médico Sociales*, 44, 5–15.

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud y el tratamiento de los trastornos relacionados con el consumo de sustancias*. <https://www.who.int/>

Unicef (2021). Encuesta nacional de niños, niñas y adolescentes (MICS) 2019–2020. Disponible en <https://www.unicef.org/argentina/media/12071/file/MICS%202019-2020.pdf>

Segunda parte: Enfoque metodológico y dinámicas grupales

1. Enfoque metodológico

Ideas clave: Problematicar nuestras prácticas para transformarnos. El taller como espacio de integración teórico-práctico. Elementos del taller. Diagnóstico, planificación y evaluación. Orientaciones para la coordinación. Acuerdos de convivencia. Dinámicas participativas y metodologías grupales.

Problematicar nuestras prácticas para transformarnos

El género es una construcción social e histórica, un instrumento de poder binario que determina la socialización desigual de mujeres y varones. Desde que nacemos, "respiramos" en una cultura patriarcal donde aprendemos sobre género sin ser conscientes de ello; de ese modo, vamos introyectando un guion que no cuestionamos y que naturalizamos. Este proceso de socialización de género, que se extiende a lo largo de toda nuestra vida y que se actualiza en los diferentes ámbitos por los que transitamos, nos lleva a los varones a ir "encarnando" los mandatos de masculinidad, a través de los cuales aprendemos formas de actuar y de relacionarnos que reproducen la violencia y la desigualdad.

Cuando hablamos de "masculinidad encarnada", nos referimos a un guion que se actúa como si fuese propio, un modo de vivir y relacionarse que se aprende sin tener registro de ello, como tampoco se tiene registro de los efectos que produce. Nos referimos a un aprendizaje que anida en nuestro cuerpo, y que, por tanto, podríamos identificar (y transformar) si problematicamos nuestros discursos, acciones y modos de percibir la vida.

Es por ello, que uno de los desafíos más importantes de nuestra práctica pedagógica radica en generar condiciones estéticas (que convoquen e involucren a nuestros sentidos) que permitan a los participantes apropiarse de la perspectiva de género para desde allí, poder reconocerse como sujetos de género y entender cómo este atravesamiento influye en sus relaciones y trayectorias vitales. Es a partir de mirarse en ese espejo (perspectiva de género), que el espacio cobra sentido para los protagonistas, planteándose de este modo, la necesidad de involucrarse activamente en la tarea como condición transformadora. Así mismo, entendemos que, para poder realizar un proceso de transformación significativa, son necesarios varios elementos. A continuación, destacamos sólo algunos: un ambiente adecuado, la necesidad y deseo de cambio de parte de los protagonistas, una red comunitaria e institucional que acompañe todo el proceso. Es, en estas claves, que el espacio pedagógico propuesto se asienta.

Hablamos de un aprendizaje "encarnado", para referirnos a una profunda internalización de creencias, lógicas y prácticas. Problematicar las mismas, implica necesariamente "sumergirse" y revisar experiencias concretas que nos permitan reconocer cómo ese aprendizaje atraviesa y condiciona nuestra manera de vivir y relacionarnos. Para esto, es fundamental contar con la predisposición de los participantes.

Desnaturalizar cómo hemos aprendido a ser los varones que hoy somos, reconocer lo que hemos hecho y dejado de hacer para pertenecer, registrar "exigencias", prácticas "no deseadas", "ventajas y desventajas" de ser varón, violencias y desigualdades que hacen parte de la vida social, de nuestras culturas y que también se inscriben de modo singular en nuestras biografías de vida, son algunas de las puertas de entrada por las que ingresamos al espacio, buscando inspirar transformaciones reales y sostenidas.

Por ello, necesitamos un ambiente profundamente cuidado, amoroso y sentido por cada uno de quienes transiten la experiencia. Es fundamental, antes de dar cualquier paso, explicitar el estrecho vínculo que tiene la tarea con estas condiciones básicas. Necesitamos dimensionar que este nuevo ambiente, probablemente novedoso en la vida de muchos varones, es un territorio mayormente inexplorado, temido y también menospreciado por la mismísima cultura patriarcal, por lo que, desde la coordinación, tendremos que ir encuentro a encuentro, momento a momento, propiciando las condiciones de confianza y entrega para que la tarea grupal se despliegue. Aquí la valoración del "círculo" como territorio común de cuidado, compromiso y transformación es fundamental.

Proponemos la modalidad taller como marco que habilita la experiencia, el intercambio de saberes y vivencias, estimulando procesos de reflexión crítica, propiciando la participación y la producción colectiva de conocimiento. Es desde allí, que el taller se presenta como un espacio de integración teórico-práctico, en el cual, a partir de las diferentes dinámicas propuestas, buscaremos poner en diálogo el marco conceptual con las experiencias singulares de los integrantes del grupo.

Entendemos que sin proceso de reflexión no hay condiciones para el cambio. Hablamos de una reflexión basada en la experiencia, nutrida por la percepción y la memoria de los sentidos. Cuando decimos problematicar nuestras prácticas, estamos hablando de mirar la película que venimos protagonizando, hablamos de mirarnos en acción, hablamos de reencontrarnos con nuestras huellas, y hablamos también de hacerlo junto a otros varones, con quienes compartir relatos, situaciones que reflejan el atravesamiento de la masculinidad y sus efectos en nuestras relaciones (varones, en mujeres y lgbtng+).

Necesitamos una charla honesta con nosotros mismos, poder mirarnos al espejo y encontrarnos con lo que deseamos y con lo que no, leyendo críticamente nuestras trayectorias y reconociendo dónde, cómo y de qué manera se expresa el patriarcado. Necesitamos ensayar un modo de estar entre varones, en el que asumamos el compromiso de cuidar y compartir intimidad. Necesitamos experimentar otro modo de vincularnos, para desde allí, acceder a información que sea significativa para los participantes. Nos referimos a un modo de estar en donde el contacto entre lo que siento, pienso y hago encuentre canales más profundos para desplegarse. Un espacio colectivo que invite e inspire el autoconocimiento, donde reconocer y desmontar prácticas, donde sentir y ensayar otros modos de vincularnos más igualitarios y saludables sea posible.

A partir de metodologías² participativas, lúdicas y estéticas buscaremos propiciar esas condiciones. Como hablamos de un aprendizaje que está profundamente encarnado, que atraviesa las dimensiones del pensar, del sentir, del hacer, la tarea de des-aprender necesita recorrer la vía del cuerpo, tanto sea para reconocer ese aprendizaje - al verlo reflejado en situaciones concretas o por sentir los efectos/ consecuencias del mismo-; como también para poder "hacer cuerpo lo nuevo".

Transformar un aprendizaje tan profundo, en el que hemos basado nuestro despliegue vincular, nuestra manera de conocer, de pensar, de sentir, implica en términos simbólicos "renacer" y para ello necesitamos acompañarnos con profunda entrega y responsabilidad. Desnaturalizar, problematizar, visibilizar todo lo que la cultura patriarcal mantiene en silencio y "bajo la alfombra" es, sin dudas, una tarea delicada y compleja, que implica transitar resistencias, incomodidades, tensiones, dolores y miedos. Para ello, es necesaria una profunda implicación singular como una grupalidad que aloje y acompañe el proceso. Ese es nuestro gran desafío como colectivo.

Diagnóstico, planificación y evaluación

Diagnóstico, planificación y evaluación son tres etapas fundamentales de toda práctica pedagógica, la cual entendemos como un sistema vivo, en permanente interacción con el contexto comunitario e institucional, el área temática y el grupo destinatario. En este caso, la propuesta de esta tríada buscará dialogar, a partir de todas sus aristas, con la compleja trama que atraviesa la problemática de consumo y el grupo específico que transite la experiencia. A continuación, compartimos algunas orientaciones prácticas para facilitar el desarrollo de cada una de estas etapas.

En cuanto al diagnóstico

Una de las primeras tareas que necesitamos realizar para elaborar un diagnóstico inicial es analizar el contexto específico en el que desarrollaremos la propuesta pedagógica, considerando entre otros aspectos: motivación de la convocatoria, condiciones institucionales, características relevantes del grupo destinatario, conflictos y emergentes, a partir de los cuales poder delinear objetivos y modalidad de abordaje. Para ello compartimos algunas preguntas que puedan orientar la tarea:

Marco institucional: ¿Quién convoca? ¿Para qué la convocatoria? ¿Existe alguna situación problema, necesidad o demanda que haya motorizado la convocatoria? ¿Se cuentan con instrumentos institucionales para dar continuidad al trabajo? ¿Qué referentes institucionales acompañaran el proceso? (equipo terapéutico).

Características del grupo destinatario: ¿Quiénes son los destinatarios? ¿Cuántas personas son y qué edades tienen? ¿Vienen trabajando como grupo? ¿Existe alguna experiencia previa de trabajo en relación a la temática de masculinidades? ¿La convocatoria a participar es voluntaria u obligatoria? ¿Alguna observación respecto a limitaciones que puedan afectar la participación? (en tanto disminución visual, auditiva, cognitiva, etc.) En relación a las experiencias de consumo, es importante que desde la institución convocante, puedan brindarnos observaciones específicas acerca de niveles de consumo, estado de situación actual y procesos singulares de cada uno de los integrantes del grupo.

Condiciones del lugar: ¿Cuáles son las características del espacio dónde se desarrollará la actividad?

El espacio físico y el tiempo disponible son dos elementos clave que condicionan tanto la planificación como el desarrollo de la propuesta. Para definir el plan de trabajo, es fundamental conocer las características del lugar, sus potencialidades y limitaciones materiales, así como el tiempo con el que se cuenta.

Objetivos: Considerando que el tema central de la propuesta es el vínculo entre problemática de consumo y masculinidades ¿Qué contenidos específicos vamos a trabajar y para qué? A partir del diagnóstico realizado y considerando especialmente las características del grupo, es fundamental que el equipo de coordinación pueda precisar los objetivos de la propuesta, ya que en función de ellos se desarrollará la planificación y se evaluarán los resultados.

En cuanto a la planificación

Basándonos en el diagnóstico realizado, que nos permite imaginar un escenario de trabajo, desarrollaremos la planificación haciendo especial hincapié en la pregunta sobre el cómo transitamos el proceso en pos de los objetivos definidos. En este caso, una pregunta disparadora podría ser: ¿Cómo ofrecer y estructurar una propuesta pedagógica que permita al grupo encontrar rápidamente apoyo, inspiración y referencias concretas para abordar la problemática del consumo?

Organizar el recorrido en etapas diferenciales; diseñar una planificación abierta, que pueda reajustarse y enriquecerse sobre la marcha; contar con diversidad de recursos metodológicos, y disponer de una coordinación presente, sensible y conectada con el proceso grupal, son algunos de los factores que podrían dar respuesta al interrogante.

En tanto a cómo estructurar la planificación, nos parece importante tener como referencia los siguientes ejes:

Por un lado, que la propuesta cobre sentido para los participantes y, por el otro, que podamos garantizar la progresividad en el abordaje.

Que la propuesta cobre sentido para los participantes, nos remite a desafíos tales como: que, desde el primer momento, esté claro para el grupo, hacia dónde vamos y por qué hacemos lo que hacemos; que las actividades propuestas sean convocantes (se vinculen con los intereses del grupo), inviten a la participación y motoricen el aprendizaje colectivo; y que, a partir de una escucha profunda y un diálogo permanente con los protagonistas, podamos incluir dinámicas en función de una mayor apropiación de la propuesta.

Que podamos garantizar la progresividad en el abordaje, implica organizar un recorrido por etapas desafiándonos a: en una primera instancia, ofrecer un espacio de confianza desde el inicio del

proceso; dar a conocer la propuesta y sus objetivos con claridad; presentar las reglas de juego del espacio; instalar los rituales que nos acompañarán durante todo el recorrido; ir creando junto al grupo un código común propio del espacio; construir junto al grupo las primeras preguntas; experimentar "tipos de dinámicas" observando la receptividad de los participantes. Para luego, en una segunda instancia, proponer dinámicas de mayor compromiso e implicación; basando el eje de trabajo en las preguntas, situaciones y motivaciones planteadas por el grupo.

Orientaciones pedagógicas para la coordinación. ¿Cómo acompañamos el proceso?

- Es fundamental que quienes asumimos el rol de coordinación lo hagamos desde un lugar de profundo compromiso con la tarea, guiando el abordaje de las diferentes temáticas por lugares ya experimentados.
- Reconociéndonos como parte del problema. Asumiendo nuestro proceso y compartiéndolo con el grupo, en la medida que consideremos adecuado.
- Posicionándonos empáticamente, habilitando una presencia que aloje y contenga. Escuchando y observando agudamente lo que el grupo va expresando.
- Desde una pedagogía de la pregunta: Que la pregunta sea algo transversal al proceso, que los protagonistas puedan formular interrogantes que guíen y dinamicen la tarea.
- Desde una pedagogía de las emociones: Propiciando la exploración y comunicación estética (a través de los sentidos) como canales de experiencia, conocimiento y aprendizaje.
- Con simpleza y gradualidad: Dinámicas sencillas, progresivas, que no impliquen de ninguna manera la exposición de los participantes y que, al mismo tiempo, convoquen a un compromiso grupal de implicación y de profundidad.
- Hablando en primera persona: Propiciando el decir lo que pensamos, sentimos y experimentamos como una forma de incorporar la observación sobre nosotros mismos y asumir nuestra responsabilidad.
- Habilitando la intimidad: Propiciando un ambiente cuidado y un proceso singular y colectivo que lo permita. Cuando en el proceso grupal la confianza aún requiera seguir fortaleciéndose, podemos trabajar instancias donde "lo anónimo" sea posibilitador.

En cuanto a la estructura de los encuentros

Si bien no hay recetas, y cada taller puede ser configurado de múltiples maneras, podemos reconocer algunos elementos básicos que nos ayudan al momento de planificar y llevar adelante un taller. A continuación, los presentaremos muy brevemente:

Un primer momento: de apertura, de presentación y recuperación del encuadre y de presentación de la propuesta para el día.

Un segundo momento: donde generar un espacio de escucha y articulación con el encuentro anterior, y plantear dinámicas de caldeamiento e integración grupal.

Un tercer momento: con dinámicas de introducción a la temática y dinámicas centrales de abordaje de la temática (trabajo individual, en grupos y plenario).

Un cuarto momento: en el cual podemos dar espacio a la “decantación” de la experiencia, y proponer dinámicas de cierre.

En cuanto a la evaluación

La entendemos como un proceso permanente de análisis de la experiencia que, al hacerla, nos permite lograr una mayor eficacia de la tarea. Podemos generar diferentes instancias de evaluación, en este caso sugerimos tres: junto al grupo, junto al equipo de coordinación, junto al equipo terapéutico institucional.

Con el grupo, podemos generar instancias de evaluación colectiva al terminar cada taller para poder escuchar cómo vivieron la experiencia, si hubo alguna dinámica que les resultó significativa, si surgieron interrogantes, incomodidades, interés por temáticas a incluir en el proceso de trabajo, por ejemplo. Estos, son algunos de los aspectos que podemos analizar.

Respecto a la evaluación del equipo coordinación, es necesario realizarla al término de cada encuentro, pudiendo analizar cómo funcionaron las dinámicas en función de los objetivos propuestos, cómo leemos la participación, cómo leemos nuestro desempeño, registro de emergentes, desafíos y propuestas a futuro.

En cuanto a la evaluación junto al equipo terapéutico institucional, es importante garantizar regularidad durante todo el proceso pedagógico. Para estas instancias, antes de iniciar el recorrido con los talleres, sugerimos definir junto con el equipo institucional los criterios de análisis que orienten la instancia de evaluación.

2. Talleres y dinámicas grupales

La siguiente propuesta pedagógica tiene como propósito central ofrecer un variado repertorio de propuestas vivenciales, recursos prácticos y referencias conceptuales. En cuanto a los destinatarios, si bien la propuesta podría adecuarse a diferentes contextos y grupos de varones, la misma fue pensada específicamente para desarrollarse con varones jóvenes y adultos que atravesaron la problemática de consumo en algún momento de su vida, ya sea alcohol o alguna otra sustancia.

Teniendo en cuenta la población destinataria, nos parece fundamental resaltar dos aspectos que hacen al encuadre de trabajo: por un lado, que los talleres -enmarcados en un proceso pedagógico- se encuentren contenidos en un proceso terapéutico; y por el otro, que el equipo profesional responsable pueda evaluar previamente, en cada participante los daños provocados por el consumo, como las posibilidades de sostener el encuadre de trabajo planteado en esta propuesta pedagógica.

En lo que respecta al abordaje pedagógico, en una primera instancia se busca que este dispositivo contribuya al reconocimiento de diferentes anudamientos que se establecen entre la masculinidad y la problemática de consumo, para luego propiciar un progresivo desmontaje de ideas, creencias y prácticas que amarran los mismos a sus singulares trayectorias vitales.

En cuanto al formato, hemos definido cuatro categorías de dinámicas: de **Apertura**, de **Reconocimiento**, de **Revisión** y de **Cambio** y hemos planteado dos propuestas de taller por cada una de ellas: un **taller introductorio** y otro que denominamos **de profundización**.

De esta manera, proponemos un **recorrido completo de ocho talleres o un circuito básico** para el caso de aquellos dispositivos de atención que no cuenten con la posibilidad de sostener el ciclo completo con los usuarios y así puedan brindar un esquema de abordaje que abarque únicamente los cuatro talleres introductorios.

Siguiendo el propósito pedagógico, las cuatro categorías de dinámicas se presentan como mojones en un camino progresivo que busca la revisión de nuestros vínculos (atravesados por el género) y su necesaria transformación en pos de relaciones cuidadas, responsables e igualitarias.

La propuesta se presenta como una "guía metodológica" a partir de la cual se pretende acercar a quienes asuman el rol de coordinación, criterios y orientaciones metodológicas, además de las actividades. Nos parece importante invitar a leer y apropiarse de la misma de un modo flexible y creativo, ya que, si bien hay un recorrido propuesto en donde los contenidos de los talleres dialogan y se entrelazan entre sí, la totalidad de la propuesta puede ser tomada como "recursero base" susceptible de ser adaptado según la singularidad del grupo destinatario y el contexto de aplicación.

Presentamos las cuatro categorías de dinámicas

I) Dinámicas de Apertura: "Convocarnos a un otro espacio"

Ideas clave: Dinámicas de "ingreso" a un nuevo espacio de vinculación. Dinámicas de "registro" del cuerpo colectivo. Dinámicas de "introducción" a la temática. Contenidos básicos: Género y Masculinidades. Mandatos y estereotipos de masculinidad.

Con dinámicas de ingreso nos referimos a actividades que ofician de puente entre el afuera y el

adentro, que reciban cálidamente al grupo, dándole la bienvenida e invitándolo a ir conociendo en qué consiste la propuesta vincular y metodológica.

Buscaremos propiciar un cambio de estado a partir de contactar con el propio cuerpo, respirando, enfocando la atención, activando los sentidos, predisponiéndonos al trabajo, haciendo espacio para alojar la experiencia. Este es el momento indicado para compartir y recordar los acuerdos de convivencia, para dar a conocer las reglas de juego que el taller propone.

Aquí se incluyen dinámicas de presentación, con las que se pretende que todos los integrantes puedan encontrar un espacio de escucha respetuosa donde ir compartiendo relatos de sí mismos; dinámicas de integración y confianza, a partir de las cuales buscaremos amplificar los canales de interacción entre los participantes, al mismo tiempo de ir consolidando una grupalidad que sea protagonista de la tarea; dinámicas de registro del cuerpo colectivo, en las que incluimos desafíos de atención y conexión, de búsqueda de tono y ritmo común, como también, actividades que vehiculicen el ingreso al cuerpo sensible y poético; dinámicas de introducción a la temática que nos permitan presentar el eje de trabajo y recoger las primeras sensaciones, opiniones y experiencias del grupo en torno a este.

En este agrupamiento, pretendemos hacer foco y dar valor a los primeros contactos con el nuevo espacio, que se propone como una experiencia diferente a lo habitual, en tanto modos de vinculación como en materia de trabajo.

De modo progresivo, se pretende generar un ambiente, que se sienta cuidado y deseable, en el que los participantes puedan experimentar otros modos de contacto, al mismo tiempo que puedan ir incorporando el enfoque de masculinidades. Este enfoque les permitirá, a lo largo del proceso, desarrollar una mirada reflexiva y significativa sobre sus propias trayectorias vitales.

II) Dinámicas de Reconocimiento: “Los varones también tenemos género”

Ideas clave: Dinámicas para “desnaturalizar” el aprendizaje de masculinidad y el reconocimiento de mandatos en las trayectorias vitales. Contenidos básicos: Homosocialización como factor de riesgo. Invulnerabilidad. Mandatos asociados al éxito, al riesgo y al poder. Principio de jerarquía.

Con esta serie de dinámicas, nos referimos a actividades que contribuyan al reconocimiento del

guion de masculinidad que fuimos aprendiendo y reproduciendo sin tener registro de ello. A partir de la pregunta sobre cómo aprendimos a hacernos varones, invitaremos al grupo a “volver a mirar” situaciones concretas, a partir de las cuales, buscaremos identificar modos de actuar, de sentir y de pensar que son comunes en nuestras experiencias de socialización. Así también, a partir de enfocarnos en la lectura crítica de nuestras prácticas, buscaremos identificar cómo operan en cada uno de nosotros los diferentes mandatos y de qué modo se expresan en nuestras acciones, discursos y pensamientos.

La invitación de este grupo de dinámicas se orienta a la lectura crítica del mundo conocido, a instalar la pregunta sobre el género, problematizando el aprendizaje “inconsciente” de la masculinidad (y sus respectivos efectos) a partir del reconocimiento de la puesta en práctica de los mandatos tanto en la vida social, como en las diferentes trayectorias vitales. Reconociendo cómo se anudan los mandatos de masculinidad con hechos de violencia, desigualdad e infelicidad colectiva. Reconociendo el atravesamiento común, sus efectos nocivos y desiguales como antesala de la necesaria tarea de desmontaje del guión.

III) Dinámicas de Revisión: “Sentir el impacto en nuestros vínculos”

Ideas clave: Dinámicas para registrar el impacto de los mandatos de masculinidad en nuestras relaciones y en nuestro cuerpo. Contenidos básicos: Mandatos de masculinidad y Problemática de Consumo. Violencia, Complicidad, Silencio y Salud, Afectividad, Emocionalidad, Sexualidad.

En este módulo se buscará reconocer conexiones entre la problemática de consumo y los mandatos de masculinidad a partir de la lectura crítica de la vida cotidiana, de la reflexión en torno a situaciones concretas de violencia y complicidad, de la exploración de dinámicas “disparadoras” del consumo, haciendo especial hincapié en el registro sensorial, ensayando puentes entre el sentir, el pensar, el hacer y el decir.

Pretendemos con este conjunto de dinámicas, ingresar a un nuevo estadio del proceso pedagógico, una etapa en la cual la introspección personal es fundamental tanto como la disposición a sostener y acompañar de toda la grupalidad.

En esta etapa el grupo se apropia de las herramientas conceptuales transitadas y se apoya en el vínculo de confianza generado hasta el momento para dar un paso más. El evocar y compartir situaciones, el romper el silencio, el “vernós en acción”, el registrar el impacto de nuestras acciones necesitan de un marco de confianza, cuidado y responsabilidad grupal significativa. Será tarea del equipo de coordinación, evaluar de modo continuo cuáles son las propuestas adecuadas y cuáles no para poner en circulación según sea el momento grupal.

IV) Dinámicas de Cambio: "Experimentar otros modos de vincularnos"

Ideas clave: Dinámicas de "sostén y acompañamiento". Dinámicas para el "registro" de experiencias de cuidados. Dinámicas para el "reconocimiento" de desafíos y asunción de compromisos. Contenidos básicos: Vulnerabilidad, Paternidades, Corresponsabilidad, Redes de cuidados como factor de protección.

A partir de dinámicas que requieren de un significativo compromiso de los participantes buscaremos explorar instancias de acompañamiento y sostén que nos permitan habitar lo vulnerable, sabiendo que, del otro lado, hay un compañero que puede escucharme desde una presencia atenta, amorosa y confiable.

Buscaremos recuperar emociones que, por efecto de nuestra socialización, han sido distanciadas, negadas y hasta demonizadas. Nos referimos al afecto, la ternura, la compasión entre varones. Experimentaremos otros modos de mirarnos, escucharnos, sentirnos y acompañarnos, intentando "hacer cuerpo lo nuevo".

Así también propiciaremos instancias donde recuperar, visibilizar y compartir experiencias de cuidado, teniendo como horizonte aprender de ellas, incorporarlas a nuestro repertorio vincular.

Finalmente, a partir de enfocarnos en los varones que queremos ser, en aquellas masculinidades que sentimos necesarias para una comunidad saludable e igualitaria, buscaremos generar instancias de honesto compromiso.

En esta última etapa del recorrido nos proponemos el desafío de, a partir de revisar experiencias, dar espacio a imaginar nuevos horizontes, nuevas tramas vinculares en donde la afectividad y los cuidados comunitarios estén en el centro. A partir de recuperar huellas de cuidado y de corresponsabilidad, experimentaremos formas vinculares donde el límite, el pedido de ayuda y los modos de acompañar lo vulnerable sean prioritarios.

I) Dinámicas de Apertura -TALLER INTRODUCTORIO- CIRCUITO BÁSICO

Mandatos y estereotipos de masculinidad ¿Qué tienen que ver conmigo?



Tiempo: 150 minutos



Materiales: cartas de bienvenida, carteles para el trabajo en grupos, afiches, fibrones, cinta de papel, equipo de sonido (de utilizarse música).

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este primer encuentro nuestro objetivo será problematizar el aprendizaje de la masculinidad, entendiendo esta como una construcción de género histórica, social y cultural que impacta en la vida de las personas y en sus relaciones comunitarias. Buscaremos identificar mandatos y estereotipos de masculinidad y a partir de ellos, encontrar resonancias en las trayectorias vitales de los participantes. Finalmente buscaremos establecer primeras asociaciones entre el aprendizaje de la masculinidad y su vínculo con el consumo. Destacamos también, que gran parte de este primer encuentro, estará dedicado a conocer el propósito del espacio y experimentar los primeros contactos con la metodología de trabajo y con la dinámica grupal.

El espacio que nos recibe

Uno de los aspectos fundamentales a considerar a lo largo de todo el proceso es la dimensión estética del espacio. Nos referimos a las posibilidades sonoras, de iluminación y plásticas que el entorno ofrece y que, sin duda, influirán en el proceso pedagógico.

En este marco, y especialmente para el primer encuentro, queremos hacer hincapié en la importancia de preparar el espacio para recibir a los participantes.

*Compartimos algunas referencias clave: *Es fundamental crear un ambiente amplio, cómodo y cálido. *Es recomendable preparar un lugar específico donde, al llegar, los participantes puedan dejar pertenencias personales que no se utilizarán durante la actividad (como bolsos, calzados, pulseras, celulares, etc.). *Consideramos que el espacio no es un mero contenedor, sino un elemento esencial del proceso de aprendizaje. Por eso, proponemos mirarlo como parte activa y soporte del trabajo grupal, aprovechando sus posibilidades en función de las actividades que se realicen.*

A modo de ejemplo, mencionamos algunos usos posibles: "Utilizar las paredes y los espacios aéreos para colocar o colgar imágenes, símbolos, carteles, frases inspiradoras, preguntas o consignas de trabajo que formen parte del "ambiente". "Explorar la plasticidad del espacio a partir de los materiales disponibles, así como su dimensión sonora, musical y de iluminación, buscando generar climas que acompañen y contengan las distintas dinámicas propuestas.

Primer momento (15')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

Nos presentamos quienes vamos a coordinar el taller, nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

Nota para la coordinación: *es clave el "desde donde" nos presentamos. Al igual que se plantea en el recorrido pedagógico, sugerimos compartir de manera simple, sensible y en primera persona, aspectos de nuestro vínculo con la temática que puedan propiciar cercanía con el grupo. A continuación, compartimos algunas preguntas que dan pie a nuestra presentación: ¿qué nos trajo hasta acá?, ¿qué nos motiva a hacer lo que hacemos? Así también, es importante resaltar que en el recorrido que vamos a realizar, el grupo es el protagonista y de su entrega dependen, la intensidad de las experiencias, el aprendizaje significativo y la construcción de conocimiento, siendo la coordinación quien tiene la tarea de generar las condiciones adecuadas para que ello acontezca de la mejor manera.*

1.2 Propósito del espacio

Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido.

Compartimos algunos de los objetivos del espacio:

- *Problematizar el aprendizaje de la masculinidad, entendiendo esta como una construcción de género histórica, social y cultural que impacta en la vida de las personas y en sus relaciones comunitarias.*
- *Identificar mandatos y estereotipos de masculinidad, para a partir de ellos, encontrar resonancias en las trayectorias vitales de los participantes.*
- *Propiciar la reflexión en torno a los "beneficios" y "costos" derivados de la puesta en práctica de los mismos.*
- *Establecer asociaciones entre el aprendizaje de la masculinidad y su vínculo con el consumo.*
- *Problematizar rituales de socialización y prácticas que a menudo permanecen "silenciadas".*

- *Problematizar prácticas, reconociendo el atravesamiento de los mandatos y su vínculo con las diferentes formas de violencia.*
- *Cultivar el acompañamiento, la empatía y el cuidado colectivo.*
- *Fomentar la palabra honesta y la escucha responsable.*
- *Propiciar un espacio colectivo que invite e inspire el autoconocimiento, donde reconocer y desmontar prácticas machistas, donde sentir y ensayar otros modos de vincularnos más igualitarios y saludables.*

También acercamos algunas preguntas que puedan servir de referencia a la hora de presentar el espacio: ¿alguna vez se preguntaron cómo es que aprendieron a hacerse varones? ¿Alguna vez se preguntaron acerca de lo que tuvieron que hacer y dejar de hacer por ello? ¿Alguna vez les hizo ruido, les incomodó, les dolió ese aprendizaje? ¿Alguna vez se preguntaron sobre las consecuencias? ¿Y si empezamos a mirar con ojos críticos/ a desnaturalizar lo que entendemos por ser/actuar como "hombres"? ¿Qué cosas de mi aprendizaje de masculinidad puedo vincular con el consumo y/o con la dificultad de dejar de consumir? ¿Que necesito cambiar para habitar una forma de ser varón más igualitaria y saludable? Uno de los principales desafíos de la coordinación radica en ir encontrando las palabras (y en este caso las preguntas) que resuenen cercanas en el grupo.

Nota para la coordinación: *es muy importante el cómo, el desde donde se plantea la propuesta. La coordinación tiene que estar profundamente convencida de que lo que se plantea busca beneficiar a los participantes, y para ello, poder respaldarse en la propia experiencia (los beneficios/posibilidades que viene recibiendo de la práctica) y en la seguridad y entusiasmo de poder llevar adelante el proceso.*

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego.

Se plantea al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros.

Socializamos algunos acuerdos de convivencia y reglas de juego para el desarrollo de los talleres. Estos son los que consideramos relevantes para comenzar, aunque a medida que transcurra la experiencia, se puedan modificar, según el criterio de la coordinación y la retroalimentación de los participantes:

- *Construir un espacio de confianza, cuidados mutuos y respeto.*
- *Confidencialidad respecto de lo que se habla en el taller.*
- *Plantear respetuosamente las incomodidades, los malestares vinculados a la experiencia.*
- *Disponerse a involucrarse, a dejarse atravesar por la experiencia. "Ponerse en juego".*
- *Reciprocidad. Sostengo y acompaño el proceso del otro, que acompaña y sostiene mi proceso.*
- *Sin compromiso grupal, no hay tarea posible. El grupo sostiene y alimenta la tarea.*

- Respetamos el encuadre de trabajo: horarios, asistencia sostenida.
- Respetar las diferencias de perspectiva, debatir sin descalificaciones.
- Escuchar. No interrumpir ni hablar encima de quien está en uso de la palabra.
- Estar presentes, atentos y sensibles a lo que acontece (no necesitamos utilizar el celular. Silenciarlo o apagarlo mientras estamos trabajando).
- Enfoque de derechos (tener libertad de expresar nuestras opiniones no legitima las expresiones discriminatorias o violentas que vulneran derechos de terceros).

Nota para la coordinación. Sobre la disponibilidad del grupo y la construcción de confianza: como apunte general para la coordinación, podemos plantear que esta es una invitación a un recorrido profundamente artesanal, donde las consignas, el recorrido propuesto en los talleres, sólo tiene sentido si oficia como guía y como referencia. Es tarea central de la coordinación, actualizar, modificar las propuestas, precisar las consignas según la necesidad y el momento del grupo. Siempre teniendo los objetivos y la disposición del grupo a dejarse atravesar por las consignas. La tarea se apoya en la confianza. La profundidad y el sentido del trabajo fundamentalmente se despliega si hay involucramiento, compromiso, confianza y cuidado de los participantes. De la calidad, el espesor y el desarrollo de ellos, dependerá el alcance de la propuesta y los ajustes a realizar en el proceso.

Segundo momento (60')

2. 1 Badu³ (Dinámica rítmica de bienvenida grupal)

Nota para la coordinación: Una de las tareas y desafíos de la coordinación es establecer rituales que acompañen el proceso pedagógico. Estos rituales se irán descubriendo a medida que avanzamos, a partir de las propuestas y el retorno de los participantes, y serán fruto de la aceptación de la grupalidad. Ofrecen al proceso una amplia gama de significados, entre los cuales destacan: la creación de un código común propio del espacio, servir como puerta de entrada ("dial") a diferentes registros colectivos, fortalecer el sentido de pertenencia al espacio y al grupo, y abrir un canal de intercambio estético que podrá ser profundizado en cada repetición del ritual. Con esta actividad, buscamos invitar a los participantes, de manera simple y progresiva, a ingresar en otro código de comunicación, en este caso, siguiendo un patrón rítmico propuesto por la coordinación. Esta dinámica en particular se inicia a partir de conectar con el latido del corazón y su ritmo. Como todas las propuestas lúdicas y estéticas de este cuadernillo, cada una tiene su objetivo y niveles de alcance. A modo de ejemplo, en este caso no se trata solo de un simple juego de ritmos (¡aunque bien podría serlo!), sino que, además, estamos abriendo un canal sensible de comunicación. Y, si es posible, a medida que avance el proceso, profundizaremos en esta conexión.

³ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido.



Dinámica: Ronda. La mano derecha percibe el pulso del corazón, respiramos sintiéndolo, a continuación, la mano derecha realiza 2 golpes suaves (2 pulsos), en el pecho, del lado del corazón; y con 2 golpes (2 pulsos) de dos dedos (índice y mayor) sobre la palma de la mano izquierda. La coordinación marca el pulso que todo el grupo seguirá. Realizando varias veces la secuencia hasta que el grupo entre en sintonía. Dos golpes suaves en el pecho y dos golpes de dos dedos sobre la palma de la mano.

Luego desde la coordinación se indica que, de a uno por vez, cada quien diga su nombre en el tiempo que golpean los dedos sobre la palma izquierda. **(Desde la coordinación se puede dar un ejemplo que facilite la comprensión del desafío. Tiene que entrar mi nombre en esos dos tiempos que marca los golpes de los dedos: Fernán-do, Tiá-go, Federi-co).** Todo el grupo, además de sostener el pulso, luego de escucharlo por primera vez, repite coreando el nombre del compañero. Sucesivamente cada integrante del grupo dice su nombre dentro del pulso que todo el grupo sostiene y corea. Una vez que todos los integrantes de la ronda hayan sido bienvenidos, se puede iniciar otra vuelta, ahora ya sin nombres, buscando jugar con la velocidad y el volumen del pulso común, hasta dar un cierre desde la coordinación.

2.2 Carta de bienvenida *(dinámica de llegada)*



Dinámica: En el espacio se encuentran distribuidas "cartas de bienvenida" (en sobres de colores) destinadas a cada uno de los participantes y con el equipo de coordinación como remitente. Invitamos a los integrantes del grupo a buscar su carta y a ubicarse en un espacio donde se sientan a gusto para leerla. De ser posible, junto con las cartas puede haber almohadones o mantas que acompañen y den calidez a la actividad. En la misma sintonía se puede acompañar la lectura con música instrumental elegida para la ocasión.

Nota para la coordinación: *En el caso de que no todos los participantes sepan leer, la coordinación puede armar dupla con ese/esos compañeros, como también se pueden armar duplas donde uno de los compañeros puede leerle la carta al otro. El contenido de la carta básicamente es una bienvenida genuina escrita de puño y letra por la coordinación, con la que se buscará iniciar el camino de un modo amoroso, cuidado, cercano (íntimo) Dejamos a continuación, nuestra versión de carta, esperando inspire las propias.*

"Querido José Luis:

Con todo amor, te damos la bienvenida deseando que este sea un espacio valioso para ti, un espacio en el que te sientas cómodo, que te haga bien, te impulse a crecer como persona y en donde puedas encontrar compañeros con quienes transitar y apoyarte a lo largo de este camino.

Te escribimos esta carta luego de haber transitado por espacios similares, donde hemos podido

reflexionar sobre nosotros mismos, escuchar nuestras emociones y revisar nuestros vínculos. Te contamos que, espacios como estos, nos permiten compartir lo que nos incomoda, lo que nos duele o nos enoja, así como también, lo que nos emociona e inspira, lo que nos hace sentir bien.

Sabemos también, que estos espacios no son habituales, y que la invitación a participar puede sonar extraña para muchos de nosotros, la pregunta es ¿por qué?

¿Por qué nos resulta extraño un espacio de reflexión y cuidado entre varones cuando lo común es demostrarnos quién tiene más «aguante»? ¿Por qué nos resulta extraño un espacio de intercambio honesto cuando lo habitual es la apariencia y la mentira? ¿Por qué nos incomoda hablar de lo que sentimos, de lo que deseamos, en un entorno donde el consumo de sustancias nos quiere en silencio, tristes y desconectados?

Por todo esto y mucho más, creemos que es fundamental que existan espacios como este, donde podamos reflexionar sobre nuestros vínculos, reconociendo aquellas formas de actuar que hemos aprendido como varones, que son injustas, que son desiguales y por tanto, que están (y nos están) haciendo mucho daño.

Sabemos que recibir una carta no es lo más habitual hoy en día, sin embargo, hemos elegido este medio, porque creemos que nos brinda la oportunidad de comunicarnos de manera más íntima. En nuestra propia experiencia, las cartas han sido un lugar donde hemos encontrado palabras de personas que amamos y que nos han acompañado en momentos cruciales de la vida. Esperamos que esta carta te dé fuerza en este nuevo comienzo y alimente tu compromiso de transformación, sabiendo que hay otros que estaremos acá para acompañarte.

Somos conscientes de lo que implica este camino que recién se inicia, por ello nos ubicamos en un lugar de respeto y valoración de las diferentes trayectorias vitales, y nos disponemos a escuchar y acompañar, confiando plenamente en que el equipo de coordinación, y todo el grupo estarán a la altura de lo que la tarea requiera.

Te invitamos a confiar en tu proceso y a confiar en el espacio que construiremos juntos. Te invitamos a comprometernos como varones en este viaje de crecimiento, aprendizaje y transformación.

¡Bienvenido al espacio!"

Una vez leída la carta, invitamos al grupo a ir acercándose al círculo. Antes de continuar, es importante que desde la coordinación se perciba el clima del grupo, observando posibles repercusiones de la actividad y sintiendo si es adecuado o no, abrir un breve espacio para escuchar comentarios en relación a la carta: ¿qué nos pasó, que sentimos al leer la carta?

2.3 Conociéndonos I (dinámica de presentación)



Dinámica: Se invita al grupo a que conformen duplas a libre elección de los participantes. También se les propone que elijan un lugar en el espacio donde se sientan a gusto (la idea es inventar otra distribución en el espacio, que no sea circular).

Cada dupla contará con un momento para presentarse e intercambiar a partir de diferentes consignas que la coordinación irá acercando gradualmente. Es muy importante que mientras uno se presenta o responde a la consigna, el otro escuche muy atentamente pues tendrá luego, que presentarse como si fuese su compañero (presentación cruzada).

Compartimos las consignas:

- Me presento (algo que hable de mí): En una primera instancia comparto mi **nombre y también ¿cómo me gusta que me nombren/me llamen?**; luego, **si tuviese que elegir tres palabras (pueden ser tres objetos) que hablen de mí, ¿cuáles serían y por qué?**

- Motivación: Le cuento a mi compañero ¿Qué vengo a buscar en este espacio? ¿Qué siento puedo aportar/ofrecer a este espacio?

Luego del momento de intercambio, volvemos a conformar la ronda (no ubicándonos de la misma manera que antes) para socializar las presentaciones. La modalidad de presentación cruzada implica que cada quien va a presentar a su compañero, a partir de lo que escuchó, como si fuese el mismo. (Antes de iniciar la socialización, la coordinación aclara que tomará nota de lo que vayan compartiendo para luego poder volver sobre ello)

(Al finalizar la dinámica desde la coordinación se retomarán aspectos que sean considerados relevantes en tanto motivación con el espacio y la importancia de trabajar desde la primera persona, abriendo al compartir lo que nos pasa, con lo que sentimos, con lo que pensamos junto con la profunda tarea y compromiso de crear/sostener un espacio de confianza/cuidado.)

Tercer momento (60')

3.1 Pasen de este lado (dinámica de introducción a la temática)



Dinámica: Se organiza el espacio en dos grandes sectores: en un extremo del espacio, un sector y en el otro extremo, el otro. A medida que la coordinación plantee los diferentes enunciados, cada integrante responderá según su experiencia dirigiéndose a un lado u otro del espacio. Cada enunciado será antecedido por la frase "pasen de este lado." Es importante, que luego de entrar en juego, se pueda dar espacio para que el grupo pueda proponer algunas consignas. A continuación, sugerimos algunos enunciados para iniciar y orientar la dinámica:

Pasen de este lado quienes...

- se preguntan ¿qué hacemos acá?

- les gusta mucho el fútbol
- se consideran seductores
- quieren cambiar de vida/ quieren vivir saludablemente
- sienten que necesitan ayuda para hacerlo
- les gusta que lo abracen
- han hecho cosas de las que se arrepienten
- lloran cuando están tristes
- se han sentido incómodos con su cuerpo
- han sentido vergüenza alguna vez
- alguna vez escucharon: "no hagas eso que pareces un maricón"
- alguna vez escucharon que los celos forman parte del amor
- alguna vez sufrieron discriminación
- sienten que pueden haber ejercido violencia de género
- están dispuestos a construir de este taller un espacio de confianza y cuidado

Nota para la coordinación: es importante resaltar la importancia de escuchar cada una de las afirmaciones, dando lugar a que resuenen internamente en cada uno de los participantes y que, desde allí, se responda en primera persona, sin apresurarse ni seguir el movimiento grupal. Aquí uno de los puntos a atender desde la coordinación: cómo se dan los movimientos y como quedan los agrupamientos (si la mayoría elige un lugar, ¿Por qué consideran que la mayoría se ubicó ahí?, ¿qué pasa con los que eligen otra/s opción/es?). En situaciones en las que se considere conveniente se puede abrir a un breve intercambio para escuchar sentires y opiniones del grupo. También nos parece importante resaltar la valoración de la pausa en esta dinámica, dándole lugar y pudiendo sentir las repercusiones en el cuerpo de cada una de las consignas.

3.2 Identificando Mandatos. Trabajo en grupos



Dinámica: Se ubican en el espacio tres carteles, los cuales contienen una pregunta o enunciado singular. La invitación es a que el grupo se distribuya de modo equitativo en tres subgrupos. Hecho esto, cada subgrupo dispondrá de 20 minutos para intercambiar y dar respuesta a la consigna, volcando en un afiche lo producido. A continuación, las consignas para cada grupo:

Grupo 1: ¿Cómo "debe" y como "no debe" ser un varón?

Grupo 2: si tuviesen que completar con una palabra las siguientes frases, ¿cuáles serían estas?

A un varón le gusta / A un varón no le gusta

A un varón se le exige...

Un varón puede / Un varón no puede

Un varón tiene / Un varón no tiene

Grupo 3: ¿Qué es lo que más nos gusta y lo que menos nos gusta de ser varón?

Plenario

Socialización de lo producido por cada subgrupo. Reflexión en torno a las características enunciadas como "propias de ser varón" (identificación de mandatos). A partir de allí, en una segunda instancia, problematizar la construcción de género y el aprendizaje de la masculinidad, haciendo foco en los mandatos y el atravesamiento en nuestras vidas. Compartimos algunas preguntas que pueden orientar el intercambio: ¿Algo de lo que escucharon les resulta familiar? ¿Qué pasa cuando no se sigue un mandato al pie de la letra? ¿Qué piensan de esto? ¿Qué es lo que deja afuera, lo que rechaza, lo que subestima la masculinidad? ¿Cómo impacta esto en nuestras relaciones? ¿Cómo creen que se vinculan los mandatos de masculinidad con el consumo de sustancias?

Nota para la coordinación: *es fundamental escuchar al grupo e identificar donde este logra articular la reflexión con la propia experiencia, pues allí se abrirán instancias de intercambio que, con seguridad, podrán habilitar reflexiones más profundas y significativas. Para facilitar ese puente, desde la coordinación podemos recuperar resonancias de dinámicas anteriores y realizar articulaciones con el marco teórico.*

Cuarto momento (15')

4.1 Círculo de poder⁴



Dinámica: Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: *Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen*

⁴ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido

puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.

I) Dinámicas de Apertura -TALLER PROFUNDIZACIÓN- CIRCUITO COMPLETO

Mandatos y estereotipos de masculinidad ¿Qué tienen que ver con nosotros?



Tiempo: 180' minutos



Materiales: mantas, afiches, fibrones, cinta de papel, equipo de sonido.

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro nuestro objetivo será problematizar el aprendizaje de la masculinidad, entendiendo esta como una construcción de género histórica, social y cultural que impacta en la vida de las personas y en sus relaciones comunitarias. A partir de explorar prácticas y discursos, buscaremos identificar mandatos y estereotipos de masculinidad presentes y naturalizados en la vida cotidiana. Finalmente problematizaremos imágenes asociadas a la palabra varón convocando al grupo a reconocer el atravesamiento de los mandatos y propiciando la reflexión en torno a los "beneficios" y "costos" derivados de la puesta en práctica de los mismos.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario, nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del

espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (50')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior.

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan qué hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, qué fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos?, ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Un lugar confortable donde llegar (dinámica de sensibilización)

Notas para la coordinación: Como se podrá observar en la planificación general, esta dinámica se presenta en diferentes encuentros, teniendo básicamente un recorrido central similar. La propuesta con este tipo de dinámicas es ir instalando cierta ritualidad que nos permita ir profundizando y desplegando nuevos aspectos cada vez que realizamos la actividad)

Invitamos a los participantes a que se distribuyan equilibradamente en el espacio, eligiendo un lugar para realizar la actividad.

Nota para la coordinación: En el caso de que sea posible, ya estarán previamente dispuestas las mantas/colchonetas/mats. En el caso de que el espacio no cuente con esa posibilidad, se realiza la actividad sentados en sillas o parados. La sugerencia es que también la coordinación se ubique en un sitio desde donde realizará el ejercicio junto con el grupo.)

Breve introducción: La invitación ahora es "llegar", para eso, vamos a hacer un pequeño ejercicio de respiración profunda, para a partir de allí, poder conectar con nuestro cuerpo, relajar tensiones, predisponernos para el trabajo del día, ¿comenzamos?



Dinámica: Se van a ubicar cómodamente como lo prefieran, pueden estar parados, recostados. Una vez que lo hagan vamos a concentrarnos en inhalar por la nariz y exhalar por boca, poniendo nuestra atención exclusivamente en la respiración. La tarea será inhalar profundamente llevando el aire al abdomen (respiración diafragmática) y exhalando lentamente, buscando que cada inhalación y cada exhalación sea lenta y profunda.

A medida que exhalo voy registrando también como mis músculos se van relajando. Inhalo y exhalo lenta y profundamente. Inhalando voy siendo consciente de que estoy nutriéndome. Me alimento del oxígeno que necesito. Al exhalar suelto tensiones, suelto lo que necesito soltar, relajo.

A continuación, invitamos a los participantes a que junten las palmas de las manos y se permitan sentir el calor que se genera entre ellas. Este calor es energía y esta energía tiene la potencia de aflojar tensiones, de ablandar lo rígido, de destrabar lo trancado. Una vez registrado esto, vamos a llevar las manos buscando ablandar lo que puede estar rígido, buscando abrir "canales" que se cerraron por tensiones.

Primero vamos a llevar las manos a nuestros ojos, llevando ese calor, esa energía a nuestros ojos, distendiendo la mirada, luego vamos a recorrer el rostro, llevando las manos a nuestros oídos, aflojando las tensiones que puedan estar alojadas ahí, limitándonos la escucha. Y por último, vamos a llevar las manos al pecho, dándonos calor y aflojando tensiones que puedan limitar la fluidez de nuestra expresión, que puedan bloquear nuestra conexión con las emociones.

Luego de realizar un ciclo de al menos cinco respiraciones profundas, convocamos al grupo a incorporarse lentamente, acomodar las mantas en el espacio indicado y disponerse para la próxima actividad.

2.3 Conociéndonos II (*dinámica de integración y confianza*)



Dinámica: Todos de pie, musiquita liviana e instrumental que acompañe, invitamos al grupo a caminar por el espacio, en una primera instancia.

a) cada quien camina a su ritmo (el que necesite en ese momento), buscando entre todos estar distribuidos en el espacio de modo equilibrado (como si fuese un barco que puede hundirse si hay exceso de peso en uno de sus cantos). La mirada está atenta al movimiento grupal en el espacio. Desde la coordinación se pueden plantear algunos momentos de detención de movimiento (palmada/ "¡alto!") para que el grupo pueda chequear como vienen en tanto distribución por el espacio. Registrar la experiencia.

b) Ya instalada la dinámica de traslado, se puede incluir como variante el jugar con dos modos contrastados de trasladarse por el espacio. Caminar apurados (están llegando tarde a...) y caminar muy relajadamente, disfrutando del andar (están contemplando un paisaje deseado), aquí la mirada estará atenta, además de la distribución grupal por el espacio, al modo de caminar de cada quien.

c) ahora, vamos a incluir la mirada a los otros compañeros, a medida que me crucé con otro, voy a saludarlo de diferentes formas. Para empezar, nos saludamos sin contacto, con un gesto, con el propio cruce de miradas, luego invitamos al grupo a saludarse formal y cordialmente (como cuando saludamos a alguien que no conocemos en un evento x) a quien me vaya encontrando en el camino (los saludos se van espaciando entre caminar libremente y saludar puntualmente. Otra opción puede ser que el saludo sea solo cuando la coordinación lo señale con una palmada). Proponemos al grupo diferentes modos de saludos buscando ampliar el registro de la experiencia. A continuación, algunas opciones que la coordinación incluirá y pondrá en juego libremente según considere adecuado:

- *que se saluden como habitualmente lo hacen.*

- *que se saluden estereotipadamente como se saludan los hombres.*

- *saludar al otro como si fuese un gran amigo/un hermano que extrañan y hace mucho que no lo ven.*

- *saludo al otro en un grito de gol de mi equipo.*

Para terminar la dinámica, invitamos al grupo a agruparse en duplas. Una vez conformadas y distribuidas por el espacio, proponemos los últimos saludos para que exploren con su compañero de dupla:

- *abrazo a mi compañero luego de enterarme que fue papá.*

- *abrazo a mi compañero buscando transmitirle calma, confianza, buscando expresar en ese abrazo que estoy ahí, que puede contar conmigo cuando lo necesite, y me quedo/nos quedamos ahí sintiendo ese abrazo.*

Al cierre de la dinámica, abrimos un momento para compartir: ¿cómo sintieron la experiencia? Si tuviesen que elegir un saludo que hoy necesitan, ¿cuál sería? ¿Sintieron incomodidad en algún momento? ¿Qué nos pasa cuando nos saludamos "diferente" a lo que el mandato de masculinidad pregona?

Nota para la coordinación: *La coordinación plantea los saludos que considere adecuado para concluir la experiencia, siendo estos u otros. Consentimiento: Es muy importante dejar claro que cada uno, y en este caso, cada dupla, tiene la responsabilidad de cuidar y sentir hasta dónde jugar la experiencia, un abrazo puede ser profundamente reconfortante, sanador como profundamente incómodo y hasta violento, aquí la clave está en sostener una permanente comunicación entre los participantes, dejando habilitada la opción de frenar, suspender o simplemente no hacer determinado tramo del ejercicio. Es fundamental siempre, y fundamentalmente en las dinámicas que impliquen contacto físico y/o cercanía emocional, que los participantes estén en permanente diálogo para avanzar, detenerse, o cambiar de dirección el tránsito de la consigna según lo consideren adecuado. Puntualmente en la dinámica de los saludos, desde la coordinación se puede explicitar que, si algún compañero necesita no hacer*

determinada parte del ejercicio o hacer explícito algún aspecto, sólo tendrá que levantar la mano, a modo de llamada para avisar que tiene algo para comunicar.

(Pausa)

Tercer momento (80')

3.1 Frases típicas masculinas (dinámica de introducción a la temática)

Nota para la coordinación: Cuando hablamos no solamente nos estamos comunicando racionalmente, sino también (y fundamentalmente) estamos transmitiendo emociones, sentires, ideas, creencias, que impactan y determinan la comunicación con el otro, y que habitualmente no somos conscientes de ello. En esta nueva etapa del taller, vamos a explorar acerca de las formas que toma la masculinidad, como se expresa, como se manifiesta en nuestras expresiones cotidianas. Uno de los objetivos centrales de este taller es reconocer, visibilizar cómo los mandatos de masculinidad toman cuerpo sea a través de la palabra, de nuestra imagen, de nuestros modos de vincularnos. En esta primera dinámica vamos a explorar los modos de decir.



Introducción: Invitamos al grupo a conformar un círculo y compartimos la pregunta ¿Cuántas maneras de decir "a" existen? Seguramente muchas, vamos a explorar la respuesta a través de la siguiente dinámica, en primera instancia, buscaremos explorar las múltiples emociones, sentimientos, sensaciones e ideas que pueden transmitirse utilizando la letra "a", para luego explorar diferentes enunciados asociados a nuestro aprendizaje de la masculinidad.



Dinámica: Uno de los participantes pasa al centro de la rueda y expresa un sentimiento, sensación, emoción o idea, usando solamente uno de los muchos sonidos de la letra «a», incluyendo las inflexiones, movimientos o gestos que sienta acompañen a ese sonido. Los demás integrantes, en el círculo, repetirán el sonido y la acción dos veces, intentando sentir y conectar con esa emoción, sensación, sentimiento o idea que el compañero está proponiendo.

A continuación, otro compañero pasa al centro y propone otra manera de decir "a" y el grupo repite ("imita") dos veces la propuesta. Cuando ya muchos hayan expresado sus propias maneras de decir "a", el coordinador plantea una nueva consigna, ahora la exploración será diferentes maneras de decir "sí" y diferentes maneras de decir "no". Explorando también las maneras de decir no aun diciendo sí, o viceversa.

Finalmente se pide que los participantes utilicen frases típicamente masculinas, también de la vida cotidiana, siempre intentando expresar, con las mismas frases, ideas, emociones, sensaciones y sentimientos diferentes.

Desde la coordinación habilitamos un breve espacio de reflexión sobre la experiencia, invitando al grupo a preguntarse sobre “qué mandato hay detrás” de tal o cual frase, de tal o cual modo de decir.

3.2 Imagen de la palabra varón (dinámica de introducción a la temática)

Nota para la coordinación: *Presentamos la dinámica, vamos a explorar qué imágenes asociamos a la palabra varón, si yo les preguntara ¿cuál es la imagen de la palabra varón? ¿Cuál sería la respuesta del grupo? Sabemos que no existe una única respuesta, pues cada quien va a dar su respuesta según su experiencia de vida, al mismo tiempo también, la respuesta del grupo va a hablar de un contexto histórico, de una sociedad, de una cultura que influye en la concepción que tenemos acerca de lo que es un varón. Entonces, vamos a darnos un momento para compartir la respuesta grupal, no desde la palabra, sino desde la imagen. Cada quien va a expresar en una imagen con su propio cuerpo la respuesta de lo que siente, piensa, cree, intuye que es la imagen de un varón, lo más importante es que puedan expresar lo primero que se les viene a la mente cuando piensan en la palabra varón, luego buscarán expresarlo en una escultura con su propio cuerpo, resaltando los rasgos (sin temor a exagerar, incluso mejor si lo hacen) que consideren claves para dar respuesta a la pregunta.*

Dinámica: Ahora cada quien va a ser escultor y arcilla al mismo tiempo. En círculo, invitamos al grupo a girar 180° quedando todos de espaldas al centro, y también convocamos a cerrar los ojos. A modo de caldeamiento y de ensayo de la escultura vamos a plantear dos palabras que tendrán que representar con su propio cuerpo: la primera palabra es Flor, la segunda palabra es: Pájaro (**desde la coordinación se pueden incluir preguntas que alimenten la imaginación de los creadores: ¿Cómo es esa flor? ¿Qué colores tienen sus pétalos? ¿Qué perfume tiene? ¿Cómo es ese pájaro? ¿Qué colores tiene? ¿Cómo es su vuelo? La intención de este ensayo es que el grupo comprenda a partir de la práctica de qué va el ejercicio y que, al mismo tiempo, empiece a conectar con la sabiduría del cuerpo, habilitando a que este se exprese lo más libre y expansivamente posible**)

Luego del ensayo, vamos a la imagen de la palabra varón, damos tiempo para que cada quien explore y construya la escultura. Les pedimos, que antes de desarmarla puedan registrarla, así luego pueden compartir la imagen con el grupo.

Invitamos a que desarmen la imagen y vuelvan 180° para volver a encontrarse con sus compañeros. De a uno van a mostrar su escultura mientras el resto de los compañeros observan detenidamente. Aquí la coordinación si lo considera conveniente, puede invitar al grupo a que exageren/potencien la expresión de la imagen, y al mismo tiempo potencian la expresión de lo que ese cuerpo está sintiendo/pensando. Luego de que todos hayan compartido invitamos a que se agrupen por familiaridad, es decir, que se acerquen al compañero que haya construido una imagen similar.

En el caso de que alguien no encuentre familiaridad con las imágenes presentadas, desde la coordinación se invitará a que elija algunos de los grupos de imágenes que considere más afín para sumarse.

Una vez conformadas las familias de imágenes, avanzamos con el trabajo en grupos.

3.3 Trabajo en grupos

Tomando las imágenes que el grupo construyó, y entendiéndose como expresión de un "tipo de varón", invitamos a que cada grupo pueda reflexionar a partir de las siguientes consignas:

Si tuviesen que describir a ese tipo de varón, ¿Qué nos dirían acerca de él? ¿Cómo es? ¿Qué características tiene? ¿Qué podrían contarnos acerca de su emocionalidad? ¿Qué lo alegra, que lo enoja, que lo entristece? ¿Qué podrían contarnos acerca de su vida cotidiana, de su "mundo"? ¿Qué piensa? ¿Qué le gusta hacer? ¿A qué se dedica?

A cada grupo se le entrega afiche y fibrones para que dejen asentada la descripción de esa masculinidad.

Socialización producciones. Plenario

Cada grupo comparte (nuevamente) las imágenes y suma la presentación que armaron acerca de ese tipo de masculinidad.

Luego de que todos los grupos hayan realizado la presentación invitamos a un espacio de reflexión e intercambio a partir de las siguientes preguntas:

- *Si tuviese que elegir, de entre los tipos de varones presentados, el que considere está más cerca de los varones de mi cotidianidad: ¿Cuál sería y por qué? ¿Qué aspectos veo cercanos?*

- *¿Cómo siento que influyen los mandatos y estereotipos de masculinidad en este varón? ¿Qué mandatos reconocemos tienen un mayor impacto/atravesamiento en ese cuerpo?*

- *¿Cuáles son los "beneficios" y cuales los "costos" derivados de encarnar de ese tipo de masculinidad?*

Cuarto momento (15')

4.1 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: *Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar*

simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formamos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.

II) Dinámicas de Reconocimiento -TALLER INTRODUCTORIO- CIRCUITO BÁSICO

Socialización de género. ¿Cómo aprendemos a hacernos varones?



Tiempo: 150 minutos



Materiales: mantas/colchonetas para cada uno de los participantes, tarjetones, fibrones, cinta de papel, equipo de sonido.

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro nuestro objetivo será abordar la socialización de género. A partir de preguntarnos cómo aprendemos a hacernos varones, qué hacemos y dejamos de hacer en pos de pertenecer, exploraremos rituales de socialización y aquellas prácticas que a menudo permanecen silenciadas, buscando por un lado identificar modos de actuar que son comunes en nuestras experiencias de socialización, para luego reflexionar entorno a los costos y beneficios que se desprenden de seguir el guion normativo de masculinidad.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (50')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan qué hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos? ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Un lugar confortable donde llegar (dinámica de confianza)

Nota para la coordinación: *La invitación es a crear un espacio calmo y cuidado, al cual recurrir cada vez que sea necesario, en el que los participantes puedan darse un tiempo para enfocarse en sí mismos, observando, escuchando y sintiendo su cuerpo, a partir de una simple pregunta: ¿cómo estoy? Un espacio (y una dinámica) que puede instalarse durante el proceso, como ritual de llegada y al mismo tiempo, como ritual de pasaje, convidando a que los participantes puedan registrar como están (activando la auto-observación) y disponerse para habitar una nueva experiencia. En cuanto a las materialidades, de ser posible, recomendamos contar con mantas, almohadones y/o colchonetas que puedan brindar mayor comodidad y calidez al desarrollo de las actividades. Así también, sugerimos acompañar y*

enriquecer las dinámicas con música.

Breve introducción: Vamos a hacer un pequeño ejercicio de respiración profunda, el cual, nos permitirá poder reconectar con nuestro cuerpo, relajar tensiones y predisponernos para el trabajo del día. **(Si lo creemos conveniente, podemos abrir un pequeño momento de intercambio a partir de preguntas como, ¿alguna vez hicieron una actividad que implicara un ejercicio consciente de respiración, de relajación? ¿Alguna vez hicieron algún entrenamiento físico que les haya llevado a elongar músculos,? ¿boxeo, algún arte marcial, fútbol?, esta actividad puede remitirles a esas memorias).**

Lo que haremos, no es nada más, ni nada menos que respirar y regalarnos unos minutos con nosotros antes de ir al grupo y al trabajo del día. ¿Comenzamos?

Dinámica: Invitamos a los participantes a que se distribuyan equilibradamente en el espacio, eligiendo un lugar para realizar la actividad. *(En el caso de que sea posible, ya estarán colocadas y distribuidas por el espacio, las mantas, almohadones y/o colchonetas. En el caso de que no sea posible, se realiza la actividad sentados en sillas o parados. La sugerencia es que también la coordinación se ubique en un sitio desde donde realizará el ejercicio junto con el grupo).*

Se van a ubicar como lo prefieran, pueden estar parados, pueden estar sentados, pueden estar recostados, una vez que lo hagan, los invitamos a cerrar los ojos lentamente, dejando que la música los acaricie, sintiendo que este tiempo y este espacio es de ustedes y para ustedes.

Ahora, vamos a poner nuestra atención exclusivamente en la respiración, ¿cómo estoy respirando ahora? ¿cómo ingresa el aire y como sale de mi cuerpo?, de a poco vamos a concentrarnos en inhalar por la nariz y exhalar por boca, la tarea será inhalar profundamente llevando el aire al abdomen (respiración diafragmática) y exhalando lentamente, buscando que cada respiración (cada inhalación y cada exhalación) sea lenta y profunda. *(Para contribuir al registro del aire, podemos invitar al grupo a que apoyen suavemente una de sus manos bajo el ombligo).*

A medida que exhalo voy registrando también como mis músculos se van relajando, como mi mente se va relajando, si aparecen pensamientos o imágenes, no me detengo en ello, lo dejo seguir, mi atención está en la respiración. Inhalo, exhalo lenta y profundamente. Al exhalar suelto tensiones, relajo, aflojo. Al inhalar, incorporo oxígeno, me nutro, me alimento, siento que todo mi cuerpo está respirando. Luego de realizar un ciclo de al menos cinco respiraciones profundas, convocamos al grupo a abrir los ojos, incorporarse lentamente y disponerse para la próxima actividad.

2.3 Bosque de sonidos⁵ *(dinámica de sensibilización)*

Nota para la coordinación: *Uno de los conceptos que atraviesan las dinámicas planteadas en todo el proceso pedagógico, es el de entender al "juego como metáfora". Es desde esta poderosa concepción,*

⁵ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido

que podemos encontrar vínculos entre la experiencia lúdica y vivencias de los participantes. En este caso, y a modo de ejemplo, podemos acercar algunas preguntas que oficien de introducción sensible y que, a la vez, puedan convocar a las memorias del cuerpo, ¿Alguna vez se encontraron desorientados? ¿Qué nos pasa, qué sentimos cuando nos encontramos en esa situación? ¿A quién y a que recurrimos cuando estamos perdidos?



Breve introducción: Vamos a realizar un ejercicio en donde uno va a guiar al otro de una forma muy especial, lo hará a través de un sonido, y no un sonido cualquiera, sino un sonido de algún animal (conocido por ustedes). Este sonido guiará a nuestro compañero que estará con los ojos cerrados en medio de un bosque de sonidos. Por ello es fundamental que el sonido sea claro, sea siempre el mismo, y que tenga como único destino, que mi compañero pueda escucharlo y orientarse a partir de él.



Dinámica: Invitamos al grupo a organizarse en duplas, y que elijan un lugar en el espacio desde donde comenzar el ejercicio. Quien asuma el rol de guía, se acercará al oído de su compañero y emitirá un sonido de animal. Repetirá el mismo sonido (siempre el mismo) varias veces mientras el compañero escucha con atención.

Las personas que serán guiadas cerrarán los ojos. Los guías se alejan lentamente y cuando la coordinación lo indique, comenzarán a emitir sus sonidos todos en simultáneo. Los "ciegos" sólo se desplazarán en dirección a su sonido sólo cuando éste suene, es decir, cuando el guía deja de emitir sonidos, el ciego debe detenerse.

Quienes guían estarán al cuidado de sus compañeros "ciegos" y deben dejar de emitir ante cualquier posibilidad de riesgo (golpearse con un objeto, tropezarse con algún compañero). Los guías cambiarán permanentemente de posición. Si bien la intención principal es guiar al ciego, también se buscará agudizar la escucha y la conexión entre ambos aumentando los desafíos durante la experiencia. Para ello, los guías pueden jugar con las distancias y con los volúmenes. A modo de ejemplo, si el "ciego" se orienta fácilmente, el guía se ubicará lo más distante posible y con la voz casi inaudible. Los "ciegos" deben enfocarse en seguir solamente su sonido, aunque en el espacio haya muchos y de lo más diversos. Dos claves son esenciales para que el ejercicio sea una significativa experiencia: el sonido siempre tiene que ser el mismo (más allá que varíe el volumen), la conexión entre los dos compañeros tiene que ser fluida.

Para finalizar el ejercicio, se puede proponer que los guías, elijan un último lugar desde donde emitir suavemente su sonido, y desde allí esperar a que su compañero llegue. Al hacerlo los "ciegos" podrán abrir los ojos, intercambiar con su compañero acerca de la experiencia y, si se considera conveniente, se cambian los roles y se vuelve a empezar con nuevos sonidos de referencia.

Luego de terminado el ejercicio, convocamos al grupo y abrimos un breve espacio de intercambio acerca de la experiencia. Desde la coordinación, podemos resaltar aspectos que hayamos observado y que consideremos significativos como puede ser, el jugar, el permitirnos confiar en otros, el agudizar nuestros sentidos (en este caso la escucha), el cuidar y acompañar a otro,

2.4 Uno, dos, tres⁶– Gestos típicos masculinos (dinámica de integración y sensibilización temática)



Dinámica: Desde la coordinación se invita al grupo a conformar duplas. Es importante que hasta que los niveles de confianza no sean elevados, sean los propios participantes quienes elijan con quien armar dupla. Se van a parar frente a frente manteniendo una distancia de un metro entre cuerpo y cuerpo aproximadamente. A partir de ahora, el único modo que tendrán de comunicarse será con tres números correlativos: UNO, DOS, TRES.

Esto es, cada dupla contará hasta tres en voz alta, alternadamente: el primer integrante de la dupla dirá UNO, el segundo dirá DOS, el primero TRES, el segundo UNO, el primero DOS, el segundo TRES, y así sucesivamente. Todas las duplas intentarán contar lo más rápido posible.

Luego de un tiempo de juego y exploración de la dinámica, la coordinación planteará un cambio en el código de comunicación. De a poco irán transformando los números en “gestos sonoros”. Explicamos el procedimiento:

Primero, se planteará que uno de los integrantes de la dupla reemplace el número por UNO por un “MOVIMIENTO Y SONIDO”. A partir de allí la dinámica continúa del mismo modo, solo que en vez de ser uno, dos, tres; será: MOVIMIENTO Y SONIDO (que reemplaza al uno), dos, tres; MOVIMIENTO Y SONIDO, dos, tres,

Una vez incorporado el nuevo gesto rítmico que reemplazó al número 1, el otro integrante de la dupla inventará OTRO SONIDO Y MOVIMIENTO para reemplazar al número 2. La dupla jugará durante un tiempo este nuevo diálogo intentando ser lo más dinámica posible.

A continuación, uno de los dos integrantes, sustituirá el número tres por OTRO SONIDO Y OTRO MOVIMIENTO. Entonces tendremos un tipo de diálogo, sostenido solamente con sonidos y movimientos rítmicos, sin ninguna palabra (en este caso sin ningún número). El juego será más interesante si los sonidos y los movimientos rítmicos resultan ser bien diferentes unos de otros.

Finalmente, se propondrá un nuevo ciclo, en el cual se reemplazarán progresivamente los “gestos y sonidos” (abstractos) por GESTOS Y SONIDOS TÍPICOS MASCULINOS. Como modo de cierre, y para ir entrando en sintonía con el tema, se puede invitar a las duplas que quieran, que muestren lo producido. Luego de realizada la socialización, abrimos un breve espacio de reflexión e intercambio a partir de algunas preguntas, ¿qué es lo que aparece como gestos típicos masculinos? Si estos gestos son los típicos, ¿Cuáles serían los atípicos? ¿Cuáles son esas prácticas, actitudes, maneras que no se esperan de un varón? ¿Cuáles son las formas que la masculinidad tradicional no legitima, reprime y castiga?

Para cerrar este momento, y como nexo con lo que sigue, compartimos una pregunta con el grupo, para que puedan ir macerando la respuesta internamente, sin expresarla aún, ya que la misma

⁶ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido.

se pondrá en juego en la dinámica que realizaremos a continuación de la pausa. Compartimos la pregunta: Y si observo mis formas, mi manera de sentir, de pensar y actuar, de expresarme libremente, ¿qué prácticas ("poco masculinas") que transgreden el guión de masculinidad puedo reconocer en mí? Luego de dar un tiempo para procesar la pregunta, invitamos al grupo a realizar una pausa, en la que es importante mantener al resguardo las respuestas hasta la dinámica siguiente.

(Pausa)

Tercer momento (70')

Prácticas "fuera del guion" (dinámica introducción a la temática)

Desde la coordinación se plantea que, a partir de este momento, vamos a realizar un recorrido que implica un paso más en el compromiso y la confianza grupal. Es importante aclarar y recordar siempre que ninguna dinámica es obligatoria, que todas están gestadas desde el cuidado y la responsabilidad y que nos proponen desafíos que, si se toman grupalmente, sin duda viviremos una experiencia valiosa y significativa.



Dinámica: Convocamos al círculo. Invitamos lentamente, a ir dando pasos hacia el centro, de modo de llegar a una ronda en la que estemos casi en contacto cuerpo a cuerpo (similar al círculo de poder). *(Aquí es fundamental que la coordinación pueda ir registrando el paso a paso, que provoca en el grupo, si surgen comentarios, chistes, si se registran incomodidades, tensiones. Así mismo, se puede preguntar al grupo cómo está percibiendo la experiencia, o hacer algún comentario, si la coordinación lo considera adecuado)*

Convocamos al grupo a girar 90° hacia la izquierda, de modo que ahora el círculo se mantenga y todos tengan frente a sí, la espalda de un compañero. Cerramos lentamente los ojos y a continuación, invitamos a cada uno de los participantes a que, acercándose al oído de su compañero de adelante, le pueda contar una práctica, un modo de ser, una característica propia que sea considerada socialmente "poco masculina". Una vez transcurrido el tiempo necesario para que puedan compartirse, se invita al grupo a lentamente abrir los ojos, dejar la ronda y escribir en alguno de los tarjetones (que estarán dispuestos por el espacio) las acciones, modos, características que su compañero le compartió.

Volvemos a la ronda. Antes de compartir las prácticas, volvemos a recordar el sentido de la dinámica, como es, lo valioso y necesario de que el grupo garantice un espacio seguro y cuidado. Así también se invita al grupo a disponerse a observar, a percibir con todos los sentidos (sin juzgar), lo que cada uno de los compañeros va a compartirnos.

Algunas opciones de socialización: **1)** Cada quien toma un tarjetón que no sea el propio, y lo actúa sin palabra, al estilo dígalolo con mímica **2)** Cada quien toma un tarjetón que no sea el propio, y simplemente lee en voz alta lo que dice el papel.

Luego de socializar, abrimos un espacio de escucha y reflexión. Acercamos algunas preguntas que pueden contribuir a iniciar el intercambio: ¿Cómo vivieron la experiencia? ¿les resultó sencillo encontrar ejemplos? ¿encontraron alguna resistencia/incomodidad a la hora de compartir con su compañero? ¿Por qué creen que estas prácticas se mantienen tapaditas y en silencio? ¿Qué consecuencia/costos puede tener ese silencio? ¿Qué riesgos puede tener visibilizarlas?

3.2 Trabajo en grupo

Rituales de socialización (¿Cómo se aprende a ser varón?)

Introducción y dinámica: Se convoca al grupo a reunirse en círculos de 5 o 6 integrantes. Una vez conformados los grupos, desde la coordinación compartimos algunos interrogantes que ofician de introducción a la dinámica: ¿Cómo fuimos aprendiendo a hacernos varones? ¿Qué hemos hecho para ser reconocidos dentro de un grupo de varones? ¿Recuerdan tener que hacer esto o aquello como "prueba" que demuestre su virilidad? ¿Qué hay que hacer para demostrar que se es "bien macho"? ¿Por qué rituales hay que pasar?

Luego de la introducción, la invitación es a que cada integrante pueda compartir a los compañeros de su grupo, alguna experiencia vinculada a su "aprendizaje de masculinidad"

Una vez compartidas las experiencias al interior de los grupos, pasaremos a la instancia de socialización. Sugerimos algunas alternativas para esta instancia:

- a. Cada grupo elige un ritual para teatralizar.
- b. Cada grupo plasma los rituales narrados en "postales de nuestra socialización". ("fotografías" montadas con sus propios cuerpos)
- c. Cada grupo elige un ritual para narrarlo (del modo/estilo que prefiera hacerlo)

Socialización producciones. Plenario

Disponemos un espacio para que cada grupo pueda compartir lo que preparó. Luego de la socialización de las producciones, invitamos al grupo a una instancia de reflexión, a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué fue lo que más les impresionó al ver las representaciones? ¿Qué sensaciones les genera verlas? Si tuviesen que vincular estos rituales a los diferentes mandatos de masculinidad, ¿Qué mandatos y estereotipos pueden identificar? ¿Qué costos tiene para nosotros y para las personas con las que nos relacionamos "actuar" esta masculinidad?

Finalmente, si tuviesen que responder a la pregunta cómo aprendemos a hacernos varones, ¿cuál

sería su respuesta?

Cuarto momento (15')

Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.

II) Dinámicas de Reconocimiento -TALLER PROFUNDIZACIÓN- CIRCUITO COMPLETO

Socialización de género: Mandatos encarnados - Prácticas a transformar



Tiempo: 180 minutos



Materiales: música para visualización, afiches, fibrones, cinta de papel, equipo de sonido

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro nuestro objetivo será problematizar la socialización de género. Exploraremos cómo aprendimos a actuar, a mostrarnos ante otros varones buscando la aceptación, la pertenencia y la legitimación dentro de la escala jerárquica de la masculinidad. Pondremos en tensión la imagen montada/encarnada de masculinidad con la expresión singular y honesta de las masculinidades que somos. Finalmente, nos sumergiremos en las trayectorias vitales buscando reconocer vivencias y situaciones que sean reflejo de la homosocialización, para luego preguntarnos ¿cómo se expresan hoy los mandatos en nuestros grupos de varones? ¿a quiénes afectan y de qué manera?

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario, nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (50')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior.

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan qué hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos?, ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Pasar al centro *(Dinámica de concentración y conexión grupal)*

Dinámica: Todos en ronda. El desafío es grupal. Los integrantes de la ronda deberán, sin hablar y sin ponerse de acuerdo con gestos, ir pasando al centro de manera acumulativa.

Inicio del juego: Un integrante del círculo, sólo uno, da un paso adelante. Si más de un integrante intenta dar el paso, la jugada es anulada y se vuelve a empezar. Luego de lograr ese primer paso, el desafío ahora es que dos integrantes al mismo tiempo den un paso al centro, si más de dos integrantes intentan dar el paso, la jugada será anulada y se retoma el paso anterior. De ser logrado cada paso, la dinámica continúa hasta llegar al mayor número de integrantes posible que sincronice la acción.

2.3 Mosquito africano *(Dinámica de ritmo, de pulso grupal)*

Dinámica: Todos en círculo. La "imagen" con la que se va a jugar es la siguiente: hay un "mosquito" que irá saltando de cabeza en cabeza al ritmo de los aplausos.

Inicio del juego: El mosquito se asienta en la cabeza de uno de los integrantes de la ronda, este se agacha para que, a sus costados, los compañeros puedan aplaudir al mismo tiempo, arriba de la cabeza donde está el mosquito, intentando espantarlo. (Sólo se agacha cuando el mosquito está sobre su cabeza, luego vuelve a la posición inicial. Inmediatamente, luego del aplauso, el mosquito ya estará en la cabeza del compañero de al lado, quien se agachará y sus compañeros de lado aplaudirán al unísono, el mosquito nuevamente se asentará en la cabeza siguiente y toda la mecánica se reiterará hasta completar el círculo.

Desde la coordinación, una vez realizada la primera ronda, se podrá invitar a acelerar el ritmo, o incluso si el grupo estuviese muy aceitado con la dinámica, incluir un nuevo mosquito a la ronda siendo dos los que circulen rítmicamente en simultáneo.

Tercer momento (90')

3.1 Espejo de la apariencia (dinámica de introducción a la temática)

✓ **Introducción:** La invitación es a darnos un espacio para explorar cómo actuamos, cómo nos mostramos ante otros varones buscando la aceptación, la pertenencia y la legitimación dentro de la escala jerárquica de la masculinidad. ¿Cómo me muestro ante otros varones? ¿Cómo me muestro ante las mujeres? ¿Cómo muestro mi virilidad? ¿Cuál es la masculinidad que garpa? ¿Cuáles son los gestos, las posturas, las acciones que hay que ostentar? ¿Cómo hay que mirar? ¿Cómo hay que pararse? ¿Cómo hay que seducir? ¿Cómo hay que plantarse ante otros varones? , ¿Y si me despojara de toda apariencia, y me quedara al "desnudo"? ¿Cuáles serían las imágenes más honestas de mí?

Vamos a aprovechar este tiempo para "vernos en el espejo", y en ese vernos reflejados, poder leer lo que nos dicen esas imágenes, poder sentir lo que nos transmiten esas imágenes.

🌀 **Dinámica:** Duplas. Dos personas enfrentadas, dos roles. Uno comienza siendo persona (A), el otro será su imagen-espejo (B) (luego se invierten los roles). El espejo debe intentar reproducir con la mayor exactitud posible los movimientos y gestos que realiza la persona. La persona hará los movimientos de modo lento y continuo de manera que quien haga de espejo pueda seguirlos lo más sincrónicamente posible.

En una primera instancia los movimientos que haga A serán libres, pudiendo ser pequeños gestos cotidianos, incluso los que hacemos habitualmente frente al espejo. Luego desde la coordinación, se puede invitar a que realicen otros gestos cotidianos, como puede ser comer, bañarse, cantar, etc.

Luego de esta primera instancia, la persona (A) empezará a desplegar todo tipo de gestos y acciones que tengan que ver con alguien que encarna los mandatos de masculinidad. Para facilitar este inicio, desde la coordinación se pueden plantear algunas de las preguntas planteadas en la presentación de la dinámica y/o nombrar enunciados que estimulen el juego creativo, como, por ejemplo:

- un varón (macho) conquista/tiene las mujeres que desea
- un varón (macho) se la banca, le pone el pecho, si lo desafías, te rompe la cara,
- un varón (macho) se la banca, cuanto más consumo, más macho

- un varón (macho) se hace escuchar, se hace respetar
- un varón (macho) no tiene miedo, corre riesgos, no respeta los límites

Para terminar la secuencia, invitamos a la persona (A) que se saque todas las "armaduras", todas las "mochilas" y permita verse como realmente es, ¿Qué observamos? ¿Qué encontramos al sacarnos las mochilas?

Luego de haber realizado el recorrido, invitamos al cambio de roles. En esta segunda instancia, vamos a proponer a quien juegue el rol de espejo (B) a exagerar la imagen en el momento de las "apariencias", para luego concluir el ejercicio del mismo modo que en la secuencia anterior.

Al finalizar el ejercicio, desde la coordinación convidamos al grupo a una instancia de intercambio y reflexión a partir de retomar las preguntas disparadoras: ¿Que observamos? ¿Qué encontramos al sacarnos las mochilas? ¿Qué nos deja la experiencia?

3.2 Visualización guiada (dinámica de introspección)

 **Introducción:** Luego de la actividad que hicimos recién (espejos) vamos a mirarnos en nuestros recorridos de vida para ver si encontramos, recordamos, descubrimos algunos mandatos que puedan estar atravesándonos, Como veníamos diciendo, no somos conscientes de cómo vamos aprendiendo a ser varones, y ese aprendizaje se da a lo largo de toda la vida, y se da en todos los ámbitos, la invitación ahora es a hacer un ejercicio de visualización, de introspección, de permitirnos mirar algo de nuestro recorrido, de nuestra historia, muy de sobrevuelo, de exploración para ver que encontramos, ¿les parece?

 **Dinámica:** Cada quien busca y se ubica en un lugar y en una posición cómoda. Se invita a transitar la experiencia con los ojos cerrados. Lo primero que vamos a hacer es volver a conectar con la respiración, estar cómodos, y dejar que no haya ningún tipo de pensamiento o de incomodidad que nos saque de este viaje, respiramos por nariz, exhalamos por boca, lento y profundo y nos damos un tiempo para entrar en un tono de relajación, de profundidad y calma.

Y lo que vamos a hacer ahora, es ir a visitar a nuestro "grupo de amigos", nuestro último grupo más cercano de amigos, de compañeros con el que nos movemos habitualmente y vamos a visualizar ¿cómo es esa dinámica en general?, ¿Cuáles son las cosas que se dicen, que nos decimos?, ¿Cómo es el modo de vincularnos, de mirarnos, de entrar en contacto físico? ¿Cómo es habitualmente esa dinámica? (me doy un tiempo para observar) ¿Y cómo me siento yo en esa dinámica? ¿Siento que tengo que actuar de determinada manera para ser aceptado? ¿Me siento exigido a mostrarme de un modo particular? ¿Incluso no siendo verdadero? ¿He dicho cosas, he hecho cosas en pos de pertenecer al grupo de pares?

Para terminar con este sobrevuelo, me pregunto: ¿Qué tipo de varón tengo que ser, como tengo

que expresarme, como tengo que mostrarme? ¿Qué tengo que guardar, callar, silenciar, ocultar en esta grupalidad? Si tuviese que decir/elegir un mandato que en ese momento me atravesaba más fuertemente o nos atravesaba grupalmente, ¿cuál sería?

Me voy un poquito más lejos, a un grupo de la adolescencia. Tal vez al primer grupo en el que empecé a vivir la adolescencia y a experimentar las primeras experiencias de esa edad. Me encuentro con esos rostros, con esos cuerpos, con esos lugares a donde nos encontrábamos habitualmente, ¿cuál era ese lugar donde nos encontrábamos? ¿Cuál era el ambiente que se respiraba, qué hacíamos, cómo nos relacionábamos, cómo me sentía yo en ese espacio, en ese ambiente? ¿Cómo sentía que me miraban los otros? ¿Cómo me sentía ante la mirada de los otros? ¿Me sentí presionado o hice cosas para ser parte de ese grupo? Si tuviese que decir/elegir un mandato que en ese momento me atravesaba más fuertemente o nos atravesaba grupalmente, ¿cuál sería? ¿que teníamos que hacer como varones? ¿que había que demostrar?

Y por último, nos vamos a sobrevolar un poco la infancia, cuando éramos más pequeños y voy a encontrarme con mi barrio, dónde me crié, mis primeros amigos, vecinos, ¿cómo eran, cómo era ese grupo, qué hacíamos? ¿Cómo nos vinculábamos como varones? ¿Qué había que hacer, cuáles eran los juegos, cuáles eran las prácticas?

¿Cómo se ponía en juego la masculinidad en mi infancia? ¿Qué mandatos estaban ahí presentes? ¿Cuáles eran los riesgos que había que experimentar? ¿Cómo se obtenía el éxito y el poder en ese momento? ¿Y cómo estaba ahí yo, cómo me sentía en ese momento? ¿Siento que estaba presente lo vulnerable en mí y en la grupalidad? ¿Se permitía esa posibilidad o ya estaba descartada?

A modo de articulación con la dinámica siguiente y de registro grupal, desde la coordinación abrimos un pequeño espacio para el intercambio: ¿cómo vivieron el ejercicio? ¿Pudieron visualizar situaciones, modos de vincularse entre varones? A partir de lo que se exprese, la invitación a agruparse será teniendo en cuenta la vivencia, por lo que se conformarán duplas (o tríos de ser necesario) en las que al menos uno de los dos integrantes haya logrado "recordar" vivencias en la dinámica de visualización.

(Pausa)

3.3 Duplas de trabajo

Dinámica: invitamos a conformar duplas. Vamos a darnos dos momentos de trabajo. En un primer momento las duplas intercambiarán a partir de la siguiente pregunta: ¿Qué fue lo que más les impresionó de la visualización? Luego de dar tiempo para el intercambio, desde la coordinación acercamos la siguiente pregunta: **Teniendo en cuenta lo observado** ¿Cómo/cuándo/en qué situaciones se ponen en juego los mandatos en nuestros grupos de varones? (cada dupla tendrá afiche y fibrones a disposición para poder hacer un listado de situaciones concretas)

Socialización y Plenario

Hacemos una primera ronda donde compartir brevemente algunas respuestas al primer interrogante: ¿Qué fue lo que más les impresionó de la visualización?

Hacemos una segunda ronda donde cada dupla pueda compartir las respuestas al segundo interrogante: ¿Cómo se ponen en juego los mandatos en nuestros grupos de varones?

A continuación, invitamos al grupo a reflexionar a partir de la siguiente serie de preguntas:

- ¿A quiénes afecta y de qué manera ese tipo de prácticas?
- ¿Estamos dispuestos a dejar de reproducir esas prácticas? ¿Por qué?
- ¿Qué se "pierde" y que se "gana" al dejar de reproducir esas prácticas?

Nota para la coordinación: Retomar para esta instancia de reflexión, el marco teórico vinculado a mandatos asociados al éxito, al poder, al riesgo, a la vulnerabilidad, como así también, la relación entre mandatos, el ejercicio de la violencia y el sostenimiento de la desigualdad.

Cuarto momento 15'

4.1 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.

III) Dinámicas de Revisión -TALLER INTRODUCTORIO- CIRCUITO BÁSICO

Masculinidad, Problemática de consumo y emocionalidad



Tiempo: 150 minutos



Materiales: tarjetas con emociones, telas, cuerdas, diarios y materialidades varias para la dinámica de las esculturas, equipo de sonido (de utilizarse música)

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro buscaremos problematizar la relación entre el consumo de sustancias, el universo emocional y la influencia de los mandatos de masculinidad. En una primera instancia, a partir de dinámicas lúdicas de sensibilización, exploraremos otros modos de comunicarnos, ampliando el registro de percepción y poniéndonos en contacto con las emociones. Luego, a partir de preguntarnos ¿cómo me siento cuando consumo? y ¿cómo me siento cuando no consumo? nos sumergiremos en el intercambio de experiencias y en la reflexión central propuesta para este taller.

En este encuentro, nos proponemos dar pasos significativos en lo que refiere a la construcción de confianza. A partir de dinámicas de contacto y de compartir relatos de sí mismos, estaremos ingresando a una zona de profundización del trabajo. Plantearemos dinámicas movilizantes, que pueden incomodar, como lo es el contacto físico, el compartir aspectos personales. Por esto mismo, las dinámicas propuestas se plantean como grandes desafíos del proceso grupal. Es tarea de la coordinación realizar una breve introducción que permita invitar y acompañar de cerca al grupo en cada desafío, además de analizar permanentemente si hay condiciones o no, para llevar adelante determinada consigna.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (50')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan que hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos?, ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Mimosas bolivianas⁷ (dinámica de confianza y contacto)



Introducción: La mimosa es una flor que se encoge, sutilmente, al ser tocada. Invitamos al grupo a conformar duplas y a distribuirse por todo el espacio. En una primera instancia uno será la flor, el otro el humano.

⁷ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido



Dinámica: al tocar una parte del cuerpo de la flor, esta debe iniciar un movimiento rítmico que parte del punto de contacto inicial. Una vez que se aquieta el movimiento de la flor, el compañero toca un nuevo punto y se repite la secuencia. Se invita a quienes son “flores”, que a medida que van descubriendo los movimientos que nacen de cada toque, permitan que estos puedan expandirse del punto de contacto inicial a todo el cuerpo.

Luego de explorar varios toques (en diferentes puntos de contacto), proponemos un cambio de roles.

Para esta segunda experiencia, podemos plantear a quienes realicen los toques, que presten especial atención al contacto que proponen, explorando diversos modos, observando la diversidad de reacciones. También podemos incluir música para acompañar la experiencia.

Nota para la coordinación: con esta dinámica nos proponemos explorar lúdica y sensiblemente el contacto y a partir de él, la comunicación no verbal. Considerando, las resistencias e incomodidades que puede generar el planteo de la dinámica, sugerimos tener a mano ciertas consideraciones: 1. Plantear la propuesta en clave de experiencia (laboratorio en duplas) de comunicación no verbal, en el cual ensayar y registrar los efectos de nuestro accionar. 2. Todo el ejercicio, implica un profundo respeto y cuidado del otro, que se dispone psicofísicamente a la experiencia. 3. Realizar una demostración previa, motorizada por la coordinación, y realizada junto a un voluntario convocada por esta. 4. Plantear la progresividad en tanto, diversidad y calidad de toques. Iniciar la experiencia con toques y movimientos más superficiales, más físicos (mecánicos), para de a poco, ir ensayando toques más sutiles, que impliquen una comunicación más profunda, incluyendo en la resonancia además del movimiento físico, el sentir lo que provoca ese contacto. En otros términos, estaríamos pasando de un “movimiento mecánico a una danza creativa”.

2.3 Vampiro de Estrasburgo⁸ (dinámica lúdica de sensibilización en la temática)



Introducción y dinámica: En este ejercicio van a convivir vampiros y humanos. Todos caminarán por la sala sin tropezarse, con los ojos cerrados. Los vampiros caminarán con las manos extendidas y buscarán “vampirizar” a los humanos, ¿cómo lo harán? “mordiéndolo” con sus manos en los hombros de un humano. Al ser mordido el humano expresará un grito de terror e inmediatamente se convertirá en vampiro.

Los *humanos* caminarán con los brazos cruzados a la altura del pecho generando un marco de contención. ¿Qué buscan los *humanos*? ¡Protegerse! ¿Cómo lo hacen? Escuchando y percibiendo donde puede haber un ambiente fuera de peligro.

¿Qué pasa si un *vampiro* muerde a otro *vampiro*? El *vampiro* se humaniza, esto quiere decir que vuelve a caminar como *humano* y vuelve a buscar un ambiente fuera de peligro. Cuando un *vampiro* muerde a otro *vampiro*, este expresa un *grito de placer/alivio* e inmediatamente se transforma en *humano*.

⁸ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido

¿Cómo empieza el ejercicio? Luego de que la coordinación presente el juego y haga una breve demostración (con ayuda de los participantes) de cómo caminan y se relacionan estos personajes, propondrá que todo el grupo cierre los ojos y comience a caminar como *humanos* hasta que la misma coordinación elija a quien "morder" vampirizando a uno o más integrantes del grupo.

A modo de cierre se puede plantear "la llegada del amanecer", la cual hará que los *vampiros* se retiren, satisfechos por la intensa jornada, a descansar a un lugar seguro y los *humanos* puedan respirar profundamente al estar, al fin, fuera de peligro.

Al finalizar la experiencia, abrimos un breve espacio de reflexión e intercambio.

Nota para la coordinación: *a partir de su dimensión lúdica, esta dinámica nos invita a experimentar diversas sensaciones físicas y a explorar una gradual amplificación de la percepción (al tener que focalizar en las cambiantes condiciones del entorno). Por ello, planteamos la misma, como un modo de ingreso sensible a la temática, entendiendo que esta moviliza sensaciones y emociones primarias, como pueden ser el sentirse en peligro o en zona segura. Hablamos del "juego como metáfora" para referirnos al potencial que tiene lo lúdico para explorar, interpelar y transformar la realidad. En este caso, si la experiencia lo habilitara, se puede incluir en el espacio de intercambio al finalizar la dinámica, la extrapolación a la vida cotidiana de las diversas sensaciones que el juego haya despertado.*

(pausa)

Tercer momento (75')

3.1 Escalera de emociones (dinámica de introducción a la temática)

Nota para la coordinación: *A continuación, vamos a trabajar una dinámica que tiene como eje a las emociones. Una posible introducción a la dinámica, que también puede operar como instrumento de sensibilización, es compartir preguntas como, ¿qué es una emoción? ¿qué emociones conocemos?, las cuales nos permitan escuchar al grupo en tanto sus referencias y resonancias con el tema; y, además, acercar interrogantes que puedan quedar resonando, (ya que la intención no es buscar las respuestas en este momento), y que puedan ser retomados en algún momento siguiente del encuentro, como, por ejemplo: ¿dónde habita cada emoción? ¿en qué lugar del cuerpo la podemos sentir? ¿cuáles sentimos más frecuentemente, cuáles no? ¿Cuáles nos gustaría sentir más seguido?*



Dinámica: Convocamos al círculo. Sin hablar, uno de los integrantes se propone como el que inicia, el que activará la dinámica. Se propone como voluntario sin saber aún de qué se trata la misma. Esto es parte del código de confianza y desafío grupal a construir y fortalecer durante el proceso.

Desde la coordinación se ponen a disposición las tarjetas para que el compañero elija una del montón.

Al dar vuelta la tarjeta, se encontrará con una emoción escrita (*algunas posibles: Enojo. Ira. Tristeza. Miedo. Soledad. Vergüenza. Ansiedad. Alegría. Felicidad. Tranquilidad*). Inmediatamente expresa esa emoción en un pequeñísimo gesto, casi imperceptible. A partir de ese gesto y de modo gradual, siguiendo el sentido de la ronda, cada compañero irá ampliando, potenciando y exagerándolo hasta llegar al punto máximo de expresión con el último integrante.

La invitación es a utilizar y explorar lo sonoro, sin hacer uso de la palabra. Así también, durante la dinámica, no buscaremos adivinar qué emoción fue la que escogió el compañero, sino simplemente, permitirnos expresar y comunicarnos con el lenguaje del cuerpo.

A continuación, invitamos a que otro compañero elija una nueva tarjeta. Se buscará poder explorar varias emociones, teniendo especial atención en cómo se va dando la implicación de los participantes. Luego de realizar la experiencia, se puede abrir un breve momento de intercambio, a partir de la pregunta: ¿Cómo vivieron la experiencia?

Nota para la coordinación: Desde la coordinación se puede mencionar también, que poder observar un cuerpo emocionado, como poder registrar las emociones que estamos sintiendo son un gran desafío y una grandiosa fuente de conocimiento que se torna clave para transformar nuestros hábitos y nuestras relaciones.

3.2 Esculturas⁹: ¿Cómo me siento cuando consumo? ¿Cómo me siento cuando no consumo?

Nota para la coordinación: con esta dinámica buscaremos introducirnos en la (compleja) relación entre el consumo de sustancias, el universo emocional y la influencia de los mandatos de masculinidad. A partir de que los participantes puedan preguntarse ¿cómo se sienten cuando (no) consumen? buscaremos generar una reflexión basada en la experiencia, que nos posibilite explorar múltiples respuestas, registrando los impactos que tienen tanto el consumo como el dejar de consumir, en ellos mismos, en sus relaciones y en el contexto. La particularidad de esta reflexión radica en el desde donde la promovemos. La misma, se centra en el cuerpo, en el registro de las emociones, en dialogar a partir de lo que sentimos. La propuesta invita a que los participantes puedan expresar una vivencia, un sentir a través de una imagen, y en este caso, de una imagen creada con ayuda de sus compañeros. Al esculpir una imagen, estamos simultáneamente haciendo consciente el impacto de esa experiencia y al mismo tiempo, de manera indirecta, estamos posibilitando que otros, al ponerle el cuerpo, tomen contacto con lo que vivimos. Un modo posible de ensayar la empatía. Así también, al esculpir una imagen, estamos creando a partir del lenguaje de las imágenes, incluyendo así el uso de la metáfora. Contar con la metáfora para decir lo que sentimos y lo que pensamos es, sin duda, una poderosa herramienta para amplificar nuestra posibilidad de expresión.

Trabajo en grupos: Se invita al grupo a conformar círculos de entre 5/6 personas cada uno. Cada grupo tendrá una pregunta inspiradora, que buscará responder a través de una escultura.

⁹ Dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido.



Dinámica: Un integrante del grupo se propone como escultor, los demás integrantes serán materia prima (su arcilla). El escultor sin hablar, y de modo muy delicado y cuidadoso, esculpirá una imagen que responda a la pregunta que le tocó a su grupo: ¿Cómo me siento cuando consumo? ó ¿Cómo me siento cuando no consumo?

El escultor podrá utilizar todas las arcillas disponibles, mostrando diferentes expresiones, diferentes modos de sentir, o sólo una. Para enriquecer la plasticidad de la imagen y su capacidad metafórica, se puede ofrecer a los escultores la posibilidad de incluir objetos y materiales en la escultura (sillas, telas, papel de diario, etc).

De contar con tiempo y energía grupal, se puede repetir la secuencia, posibilitando que cada integrante del grupo, asuma el rol de escultor. Lo que se busca es que cada escultor pueda permitirse expresar su sentir a partir del lenguaje de la escultura. Es fundamental en esta dinámica una profunda disposición al trabajo común, de la mano de un profundo cuidado y respeto por el otro.

Luego de que cada grupo haya tenido su instancia de exploración y creación de esculturas, se propone que cada grupo elija una escultura para socializar con el resto de sus compañeros.

¿Cuál elegir? La que el grupo sienta. A modo de acercar un posible criterio, podrían elegir la que el grupo sienta más próxima, con la que se identifiquen en mayor medida. De tener dudas de cuál elegir, el azar puede ser otro criterio que colabore en estos casos.

Es importante dejar claro que todas las esculturas son únicas. Todas tienen información muy preciada para nuestro trabajo.

Socialización

Creamos el espacio (escenario) para la socialización. Organizamos el orden en que cada grupo va a mostrar. Primero se muestran las imágenes asociadas a la pregunta ¿Cómo me siento cuando consumo?, para luego concluir presentando las imágenes asociadas a la pregunta ¿Cómo me siento cuando no consumo?

a- Invitamos al grupo que observa a cerrar los ojos dando tiempo a que el grupo que muestra pueda "montar" la escultura nuevamente.

b- El grupo muestra la imagen escogida. *(Desde la coordinación, recordamos a "las arcillas" la necesidad de respirar, para evitar tensiones innecesarias mientras sostienen la imagen. También recordamos que, cuando lo necesiten, podrán hacer movimientos e incluso desarmar y volver a montar la imagen, como modo de aflojar tensiones, descansar y reponer energías)*

c. Lectura de imagen: Desde la coordinación, se invita al grupo que observa, a que puedan compartir brevemente a partir de preguntas disparadoras: ¿Qué ven? ¿Qué (emociones) expresa esa imagen?

¿Qué creen piensan esos cuerpos?

Escucha de las imágenes: A continuación, se puede abrir un espacio para escuchar a las esculturas ¿Cómo me siento? ¿Qué necesito realmente cuando estoy así?.

Finalmente, planteamos la última consigna al grupo que observa, a que quienes lo sientan, Si pudieran decirles a esas esculturas algo que les llegue al corazón, ¿Qué les dirían?,

d- Para cerrar, invitamos a que el grupo que presentó la imagen pueda desarmar lentamente, haciendo los movimientos que sienta necesarios, mientras, los demás agradecemos su entrega.

Una vez socializadas todas las producciones, nos reunimos en círculo para iniciar el plenario.

Plenario

Abrimos el intercambio a partir de las siguientes preguntas disparadoras:

1. ¿Cómo vivieron la experiencia? A partir de lo que vieron, escucharon, sintieron, ¿Qué fue lo que más les llamó la atención?

2. ¿Qué emociones se presentan como más relevantes? ¿Cómo creen se relacionan estas con el consumo y con nuestro aprendizaje de los mandatos de masculinidad?

3. Pensándonos como colectivo ¿Qué dicen estas imágenes (situaciones) de nosotros? ¿Qué influencia tiene el grupo de pares? Y el contexto, ¿cómo nos impacta?

4. Al observar ambas situaciones, ¿Qué asociaciones/reflexiones podemos realizar? ¿Qué desafíos nos presentan?

Cuarto momento (15')

4.1 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar

simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.

III) Dinámicas de Revisión -TALLER PROFUNDIZACIÓN- CIRCUITO COMPLETO

Masculinidad, problemática de consumo, violencias y vulnerabilidad,



Tiempo: 180 minutos



Materiales: música (dinámica "respirar juntos"), Carteles cuatro esquinas, - Tarjetas "Situaciones de Consumo y violencias", equipo de sonido,

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro buscaremos problematizar la relación entre el consumo de sustancias, el universo emocional y la influencia de los mandatos de masculinidad. En una primera instancia, a partir de dinámicas lúdicas de sensibilización, exploraremos otros modos de comunicarnos, ampliando el registro de percepción y poniéndonos en contacto con las emociones. Luego, a partir de preguntarnos ¿cómo me siento cuando consumo? y ¿cómo me siento cuando no consumo? nos sumergiremos en el intercambio de experiencias y en la reflexión central propuesta para este taller.

En este encuentro, nos proponemos dar pasos significativos en lo que refiere a la construcción de confianza. A partir de dinámicas de contacto y de compartir relatos de sí mismos, estaremos ingresando a una zona de profundización del trabajo. Plantearemos dinámicas movilizantes, que pueden incomodar, como lo es el contacto físico, el compartir aspectos personales. Por esto mismo, las dinámicas propuestas se plantean como grandes desafíos del proceso grupal. Es tarea de la coordinación realizar una breve introducción que permita invitar y acompañar de cerca al grupo en cada desafío, además de analizar permanentemente si hay condiciones o no, para llevar adelante determinada consigna.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario, nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (35')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior.

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan qué hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos? ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Respirar juntos *(dinámica de sensibilización y confianza)*



Dinámica: Invitamos al grupo a observar el espacio de trabajo que viene alojando este proceso, sus dimensiones, sus luces y sombras, sus colores, observamos mientras dejamos abierta la puerta a que puedan aparecer/emergir recuerdos de otros encuentros, luego de unos instantes invitamos al grupo a caminar por ese espacio de modo lento, enfocándonos ahora en el movimiento grupal, observando cómo el grupo se desplaza por el espacio, dando lugar a encuentros de miradas con compañeros con los que me vaya cruzando por el camino. No me detengo y no camino en círculo. Me desplazo lenta y fluidamente, sin cortes, permitiéndome descubrir la mirada de otro compañero cada vez que me cruce con alguien.

Ahora, vamos a seguir caminando lentamente, con los ojos cerrados, confiando en que estamos en un espacio cuidado, un espacio que nos abraza, confiando en el grupo con el que venimos caminando y transitando esta experiencia. *(la coordinación estará atenta a redirigir/orientar a quienes lo necesiten)* Me pregunto internamente, mientras sigo caminando, ¿Cómo me siento ahora? ¿Cómo se siente caminar con los ojos cerrados en este espacio? Cada quien siente su cuerpo y escucha su respuesta, mientras sigo caminando. Si me encuentro con otro compañero, busco que sea suave, que no haya choque ni tensión, busco que cada encuentro que se dé sea un instante de encuentro con el otro relajado y sigo caminando,

Ahora sí, voy a buscar encontrarme con otro compañero, voy a buscar una espalda en la que apoyarme, en la que me sienta cómodo, vamos buscando, con los ojos cerrados hasta que encuentre la espalda adecuada. Ya con mi compañero, buscamos que la posición sea lo más confortable posible, haciendo pequeños movimientos para ello de ser necesario. Una vez encontrado ese contacto, vamos a enfocarnos en la respiración, en respirar juntos.

Inhalo profundamente por nariz, llevando el aire al bajo vientre y exhalo lentamente por boca. Observo la respiración, registro la respiración de mi compañero, registro como estamos respirando juntos. ¿Cómo me siento ahora? ¿Cómo se siente respirar con otro compañero? Nos damos un tiempo para escuchar la respuesta internamente (la idea no es responder en voz alta), siento la respiración cada vez más profunda y cada vez más común, hasta sentir que estamos respirando juntos, sincrónicamente, lento y profundo, respiramos, sentimos. Para terminar, muy lentamente vamos alejando las espaldas, vamos abriendo los ojos y nos despedimos en un saludo (abrazo si lo sienten) con nuestro compañero agradeciéndole la experiencia.

Nota para la coordinación: *Antes de continuar, desde la coordinación invitamos al grupo a valorar y atesorar ese registro, recordándonos que ese contacto, esa posibilidad está ahí, al alcance de la mano, sólo es cuestión de disponernos.*

Tercer momento (120')

3.1 Cuatro esquinas *(dinámica de introducción a la temática)*

Disponemos en el espacio, en los cuatro puntos cardinales, los carteles **"Siempre"** **"Nunca"** **"Muchas veces"** **"A veces"** y compartimos con el grupo de qué trata la dinámica siguiente.

Dinámica: desde la coordinación se irán proponiendo de a una por vez, diferentes afirmaciones, a las que cada quien responderá según su experiencia ubicándose en una de las cuatro respuestas propuestas (carteles). La invitación es darnos un espacio para hacernos preguntas que tal vez nunca nos hicimos, y así también para darnos un espacio para que cada quien responda honestamente. Como lo experimentamos en el ejercicio anterior, vamos a permitirnos observar nuestra respuesta y también la respuesta que el grupo da a cada afirmación.

A continuación, compartimos algunas propuestas de afirmaciones:

1. Me gusta que me abracen
2. Me encanta tener la razón y el control de la situación
3. Ante burlas y comentarios machistas, prefiero callarme y no confrontar a otros varones
4. Me cuesta pedir ayuda,
5. Me cuesta permitirme mostrarme vulnerable,
6. Si como varón no demostrás que te la bancas, te pasan por arriba
7. A las mujeres les gustan los machos bien machos
8. Me siento con más libertad que las mujeres
9. Cuando fracaso o las cosas no me salen, quiero romper todo,
10. Cuando consumo siento que no me para nadie y soy capaz de cualquier cosa,
11. Me incomoda si un varón me tira onda
12. Si no sos heterosexual, la pasas mal entre otros varones
13. Creo que "mi" mujer tiene que "atenderme"
14. Soy celoso y por celos soy capaz de hacer cualquier cosa
15. Cuando tengo ganas de tener sexo, si la otra persona no quiere o duda, insisto,

Al terminar la serie de afirmaciones, podemos abrir un pequeño espacio para el intercambio, invitando a quienes quieran compartir a partir de las siguientes preguntas: ¿hubo alguna respuesta grupal que les haya llamado la atención? ¿hubo alguna afirmación que los haya interpelado singularmente?

Nota para la coordinación: Desde la coordinación prestaremos atención a los movimientos (respuestas) grupales, observando fundamentalmente los agrupamientos que den cuenta de una significativa adherencia o no adherencia con la afirmación propuesta, invitando al grupo a tomar registro de la respuesta, pudiendo, además, de considerarse adecuado, formular preguntas que problematicen la

misma. Es fundamental dejar claro desde el comienzo que la idea es problematizar nuestras prácticas, reconociendo individual y colectivamente como nos atraviesan los mandatos y como se relacionan estos con las diferentes formas de violencia.

(Pausa)

3.2 Completar la imagen¹⁰ (dinámica de introducción a la temática)



Introducción: Se pide dos voluntarios para hacer una demostración del ejercicio. La dupla pasa al centro del círculo, se paran frente a frente y a la orden de la coordinación se saludan, estrechándose las manos y se inmoviliza la imagen. A continuación, se le pregunta al grupo ¿que ven? abriendo la escucha a que este diga cuales son los posibles significados que la imagen puede tener. Luego, una de las personas de la pareja sale de la imagen, observa y vuelve a entrar en la imagen en una posición diferente -mientras el primero continúa inmóvil-, dándole otro significado. Después, sale la primera persona que se colocó en imagen, observa una y vuelve a entrar a completar la imagen de su compañero. El ejercicio consiste en dicha rotación (siempre alguien queda en imagen congelada y su compañero entra a completar la imagen) y la exploración de múltiples posibilidades de imágenes. Las imágenes son polisémicas, y sus significados dependen no sólo de si mismas sino también de los observadores.



Dinámica: Luego de esta demostración, invitamos al grupo a organizarse en duplas para comenzar la secuencia de la misma manera. Se activa el ejercicio con la imagen de un apretón de manos a completar y a partir de allí se invita a crear diversidad de imágenes.

Al tiempo de juego, se invita a agruparse en cuartetos, continuando con la misma dinámica. Sale uno, quedan tres inmóviles, siempre rotando quienes quedan y quienes salen a completar la imagen.

Luego de un tiempo de práctica, desde la coordinación se invita a los cuartetos a explorar diferentes "tonalidades" en esa creación de imágenes, compartimos algunas a considerar: relaciones de poder, de violencia, de cuidado, de riesgo, de éxito, de fracaso,

Para finalizar, la coordinación puede elegir alguna imagen para ensayar la lectura y dinamización de las mismas

¹⁰ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido.

Lectura de imagen: ¿Qué vemos? ¿Qué podría estar pasando? ¿Quiénes son? ¿En dónde están?

Dinamización básica (opcional): En una primera instancia de dinamización, habilitamos que la imagen pueda realizar un movimiento rítmico (que pueda ser repetido y volver al punto inicial).

A continuación, al movimiento rítmico de la imagen, se habilita la expresión sonora (ahora la imagen tiene ritmo y sonido).

Finalmente, habilitamos la transformación del sonido a palabra. De considerarse adecuado, se invitará al grupo a desplegar la imagen en una breve improvisación.

3.4 Trabajo en grupos

En una primera instancia invitamos a conformar tres grupos (parejos numéricamente). Una vez conformados los grupos les pedimos que elijan una de las tarjetas que se encuentran (dadas vueltas) ubicadas en el espacio.

Son 3 tarjetas, cada una refiere a un tipo de situaciones a explorar:

- **Situaciones de Consumo y violencias con nosotros mismos**
- **Situaciones de Consumo y violencias con otros varones**
- **Situaciones de Consumo y violencias con mujeres y personas lgbtinb+**

Cada grupo tendrá un tiempo para compartir e intercambiar acerca de situaciones vinculadas al eje propuesto. Situaciones que hayan experimentado, que sean parte de su experiencia. Situaciones que los impliquen, que permitan abrir un campo de intimidad nutriendo la confianza en la grupalidad.

Luego de compartir, el grupo elegirá una de las situaciones para representar en una imagen o en una secuencia de imágenes que narren/desarrollen la situación (como el grupo prefiera)

Socialización de las producciones

- De a uno los grupos presentan las imágenes producidas.
- Quienes observan leen y dan su versión de las imágenes.
- Desde la coordinación se consulta al grupo: ¿se reconocen en esa situación? ¿En qué rol? ¿hay algún personaje que esté intentando hacer algo para cambiar la situación? (se podría incluir) ¿si tuviesen que decirle algo (en clave de desmontar la violencia) a algunos de los personajes, a quien elegirían y que le dirían? (puede ser una acción y no una palabra)
- Al desarmar, el grupo que produjo la imagen expresa un posible título de la misma

(La coordinación puede dinamizar la imagen si lo considera adecuado)

Plenario

- Luego de observar y pasar por el cuerpo las diferentes situaciones, ¿qué fue lo que más me impresionó?
- ¿Qué relación encuentran entre mandatos de masculinidad, consumo y violencia? ¿Qué situaciones activan la violencia y el consumo? ¿Qué podemos hacer para no entrar en / frenar esa dinámica?
- ¿Dónde está (se esconde) la vulnerabilidad en estas situaciones?

Cuarto momento (15')

4.1 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: *Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.*

IV) Dinámicas de Cambio -TALLER INTRODUCTORIO- CIRCUITO BÁSICO

Masculinidades y Cuidados



Tiempo: 150 minutos



Materiales: muñeco "bebe", hojas, biromes, cartulinas para imágenes, pinturas.

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro, trabajaremos la relación entre masculinidades y cuidados a partir de la reconstrucción de escenas y narrativas cotidianas vinculadas a nuestro rol como cuidadores. A partir de diferentes dinámicas exploraremos la relación entre el acompañar y dejarnos acompañar. Problematizaremos nuestras experiencias a partir de preguntarnos ¿Qué entendemos por cuidar? ¿Cómo leemos la relación entre masculinidades, consumos y cuidados? Finalmente invitaremos al grupo a asumir compromisos que contribuyan a la comunidad de cuidados.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (40')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan que hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos? ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando,?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal.

2.2 Descubrir tres objetos (dinámica de sensibilización y confianza)



Dinámica: Duplas. Uno de los dos, se propone para "dejarse llevar" con los ojos cerrados. Su compañero, lo guiará sin palabras, sólo a través del contacto invitándolo a tocar y percibir tres materialidades bien diferentes (de lo que esté disponible en el espacio lúdico). Si bien es parte del juego, que quien es guiado intente reconocer/ descubrir qué es lo que está tocando/percibiendo, lo que se busca con esta dinámica es ampliar el registro de la percepción de los participantes, convidándoles a volver a sentir lo que se toca, y no solamente con las manos, sino con todo el cuerpo.

Al finalizar las tres exploraciones, proponemos un cambio de roles. Una vez ambos hayan realizado la experiencia, abrimos un espacio para que quienes lo sientan puedan compartir como vivieron la experiencia.

2.3 Desmayo de frejus¹¹ (dinámica de sensibilización y confianza)



Dinámica: Convocamos al grupo a conformar un círculo. A continuación, proponemos que se numeren en voz alta de modo consecutivo, empezando por el 1. Una vez terminada la ronda, les pedimos que vuelvan a numerarse, repitiendo la secuencia y recordando su número. Este dato es clave para la dinámica, cada uno tiene que recordar su número.

¹¹ Nombre original de la dinámica extraída del arsenal de juegos y ejercicios de la metodología del Teatro del Oprimido.

A partir de este momento, la coordinación invita al grupo a que puedan caminar, cada quien a su ritmo, cómodamente por el espacio. A modo de ejemplo, la coordinación simulará en cámara lenta y exageradamente un desmayo (nunca cayéndose) mientras gesticula pidiendo que los más cercanos concurren en su apoyo, sosteniéndolo y ayudándolo a que vuelva a incorporarse a la vertical.

Una vez hecha la "demostración" el juego se inicia, con todos los participantes caminando y ocupando todo el espacio. Cuando la coordinación diga un número, por ejemplo el "3", el compañero que tenga ese número va a "desmayarse" lenta y cuidadosamente (teniendo cuidado de no golpearse) mientras espera que sus compañeros salgan rápidamente a su "rescate".

Nota para la coordinación: *Es muy importante que la actividad se realice con profunda delicadeza. Si bien es una dinámica que convoca a la risa, es clave centrar la atención en la situación de "sostener a quien cae" haciéndolo de modo cuidado, como así también "dejarnos caer" sabiendo que hay otros en los que puedo sostenerme. Una opción a considerar, según como se desarrolle la dinámica, será ir sumando números, es decir personas que se desmayen en simultáneo. Esto implica un mayor desafío grupal siempre en favor de los cuidados.*

Tercer momento (60')

3.1 Ronda de cuidados: (dinámica de sensibilización en la temática)



Dinámica: Convocamos al círculo. Primera ronda: planteamos al grupo algunas preguntas como modo de iniciar la conversación sobre el tema: ¿qué entendemos por cuidar?, ¿cómo cuidamos los varones?

A continuación, la coordinación introduce un bebé (muñeco) en la ronda. Se invita a que, al recibir al muñeco, cada integrante (de a uno por vez) pueda realizar una acción en respuesta a las preguntas formuladas.

Segunda ronda: Luego de que todos los participantes hayan tenido la posibilidad de realizar la acción/gesto de cuidado, compartimos la siguiente pregunta ¿si tuviese que elegir una acción, de todas las que vi, cuál sería? Iniciamos una nueva ronda, en la que cada quien va a realizar la acción que más les significó.

Tercera ronda: ¿la ensayamos entre nosotros? la invitación ahora, es a colocarse en duplas y primero uno, y luego el otro, ofrecerse para dar y recibir la acción elegida.

Breve espacio de intercambio: ¿Cómo leemos la relación entre masculinidades y cuidados? ¿hubo algún gesto de cuidado que te haya sorprendido? ¿por qué?

(pausa)

3.2 Trabajo en grupos

“Me contás, yo te cuento”¹²

Nota para la coordinación: Con esta dinámica nos proponemos convocar a la memoria experiencias de cuidado que estén presentes en nuestra historia, que hayan dejado huella, que sean faro y referencia. No necesitamos buscar escenas carismáticas, ni necesariamente tenemos que recordar situaciones, acciones o gestos específicos. Muchas veces, nuestra huella de cuidado se nutre e inspira de presencias, de modos de estar y acompañar a crecer. Permitámonos darnos un tiempo para que esas huellas se manifiesten, confiando en la memoria de nuestros sentidos, que estos nos puedan traer, como si fueran olas de mar que acercan a la orilla, una mano en la cual nos apoyamos, una mirada que nos sostuvo, una palabra que nos inspiró, un aroma que nos estremece, una imagen, un sonido que nos conmueve.



Dinámica: Invitamos al grupo a conformar duplas, y que elijan un lugar donde poder compartir e intercambiar en cercanía (sentados cómodamente frente a frente). Una vez escogido el lugar, se ponen de acuerdo quien inicia contando y quien escucha. Sugerimos que quien escucha, pueda hacerlo con los ojos cerrados. La invitación es a compartir una breve narración sobre una experiencia de cuidados que para ellos sea significativa. A partir del relato, quien cuenta buscará transmitir detalles (estéticos) que acerquen la vivencia a quien escucha, invitándolo a entrar en contacto, a percibir de qué manera esa situación lo movilizó.

Finalizado el relato, sin diálogo mediante, cambian los roles. Quien escuchó ahora cuenta y quien contó ahora escucha. Una vez que los participantes hayan terminado de compartir sus relatos, invitamos a que cada quien pueda realizar una imagen a partir de lo que le generó el relato que escuchó.

Socialización de las producciones

Al terminar de crear las pinturas, convocamos al grupo para compartir las experiencias de cuidado que más nos impresionaron compartiendo imágenes y narraciones

Plenario

1. ¿Qué nos dicen estas situaciones acerca de nuestras masculinidades? ¿En algún lugar nos interpela?

2. ¿Cómo siento que los consumos afectan a mi relación con los cuidados? ¿Qué relaciones encuentro entre masculinidad, consumo y cuidados?

¹² Dinámica inspirada en ejercicios desarrollados en la Estética del Oprimido (Augusto Boal).

3. ¿Qué desafíos nos acercan? ¿Qué compromisos de cuidados y corresponsabilidad estamos dispuestos a asumir?

Cuarto momento (40')

4.1 Carta para quien quiera "rescatarse"

Tomando como referencia la carta de bienvenida al espacio, la invitación es a que puedan escribir una carta destinada a una persona en particular que quien escriba elija. Esta persona puede ser real o ficticia, lo importante es que quien escriba le hable a esa persona en particular. La intención de la carta, es alentar, acompañar, sostener e inspirar a otros compañeros que estén atravesando una situación similar vinculada a la problemática de consumo y quieran cambiar su vida.

Socialización: Invitamos a quienes deseen compartir lo que escribieron, ya sea el texto completo o un fragmento, a que lo hagan.

4.2 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: *Planteamos el cierre del encuentro con un círculo en el que todos estemos dentro, donde todos contemos con la posibilidad de ser escuchados y ser mirados. El objetivo es sembrar simbólicamente un espacio de intimidad y confianza que iremos nutriendo en cada encuentro. En este círculo final, es fundamental generar un contacto físico entre quienes formemos la ronda. Este contacto debe ser cómodo y consentido. La consigna base es que, en este "círculo de poder" cada persona podrá decir lo que sienta necesario compartir como modo de cierre del encuentro, mientras el resto del grupo lo escuchará atentamente. No buscamos generar conversación, sino un espacio donde quienes lo deseen puedan expresar lo que sienten: lo que les movió, lo que les gustó, lo que les molestó. Es un espacio para escuchar al otro con respeto y sin juicio.*

** Si este fuese el último encuentro del ciclo (debido a que no se ha realizado el proceso completo de los 8 encuentros), es conveniente abrir un espacio para una evaluación final del recorrido, donde el grupo pueda expresar lo que considere necesario. A modo de disparador, se pueden plantear tres preguntas: ¿Qué nos llevamos de este espacio? ¿Qué desafíos tenemos por delante? ¿Qué compromisos colectivos estamos dispuestos a asumir?*

IV) Dinámicas de Cambio -TALLER PROFUNDIZACIÓN- CIRCUITO COMPLETO

Masculinidades, vulnerabilidad y cuidados.



Tiempo: 180 minutos



Materiales: hoja y bolígrafos para cartas compromiso

Orientaciones para la coordinación: Sobre el encuadre y contenidos mínimos.

En este encuentro trabajaremos la relación entre masculinidades, vulnerabilidad y cuidados. En una primera instancia, lo haremos a partir de dinámicas que permitan registrar el contacto, el sostén y la conexión con el otro, y que problematicen los modos de mirarnos entre varones. Luego, buscaremos contactar con referencias masculinas que interpelen mandatos y contribuyan a la tarea de cultivar vínculos a favor de los cuidados, la empatía y la igualdad. Finalmente, abriremos interrogantes acerca de la vulnerabilidad, el cuidado y el pedido de ayuda entre varones e invitaremos al grupo a asumir compromisos de cambio y proyectar acciones comunitarias de prevención de violencia y consumo.

Primer momento (10')

1.1 Presentación del equipo de coordinación

De ser necesario, nos presentamos nuevamente quienes vamos a coordinar el taller, compartiendo nuestra pertenencia institucional, y fundamentalmente, nuestro compromiso y experiencia de trabajo con varones y masculinidades desde el enfoque de género.

1.2 Propósito del espacio

Recuperamos y acrecentamos el propósito: Consideramos esencial que desde el primer encuentro se pueda compartir con los participantes cuál es el propósito del espacio como modo de invitar y tender puentes para la apropiación grupal de la tarea. Dejando claro también, que este espacio sólo tiene sentido si para ellos cobra sentido. De considerarlo necesario, recordamos los objetivos del espacio y a continuación, compartimos la propuesta de trabajo para el día de hoy.

1.3 Encuadre. Acuerdos de convivencia y reglas de juego

Se recuerda al grupo el encuadre general del espacio, la cantidad de encuentros, los días y horarios. Es importante resaltar la idea de proceso, la necesidad de estar presentes y dispuestos a la tarea grupal en cada uno de los encuentros. Recuperamos junto al grupo los acuerdos de convivencia y las reglas de juego para el desarrollo de los talleres.

Segundo momento (50')

2.1 Palabras del grupo. Resonancias del encuentro anterior.

Luego de recordar el encuadre, desde la coordinación proponemos al grupo recuperar lo trabajado en el encuentro anterior, abriendo un espacio para escuchar posibles resonancias.

Podemos hacerlo a partir de plantear algunas preguntas disparadoras como: ¿recuerdan qué hicimos el encuentro pasado? Si tuviésemos que transmitirles a los compañeros que no pudieron estar el encuentro anterior, que fue lo que hicimos, ¿qué le contaríamos? ¿hubo algo en lo que se hayan quedado pensando,?

También, desde la coordinación, podemos recuperar momentos, preguntas, reflexiones que hayan surgido y que consideremos sean significativas en tanto puedan contribuir a visualizar, valorizar e ir enhebrando el proceso grupal

2.2 Círculo máximo – círculo mínimo (dinámica de sensibilización)

Nota para la coordinación: Con esta simple dinámica nos proponemos hacer foco en el registro del sostén, y en el registro de la conexión con el otro. A partir de la experiencia física, buscamos poder convidar al grupo a registrar sensaciones y pensamientos, como así también (y fundamentalmente) a explorar y ampliar ese registro. Algunas preguntas que pueden acompañar la dinámica podrían ser: ¿qué es/implica estar en contacto con el otro? ¿qué siento? ¿qué tan sutil y profunda puede ser nuestra conexión? ¿podemos seguir conectados aún si perdemos el contacto físico? ¿qué pasa (siento) cuando perdemos el contacto? El foco estará en explorar la conexión grupal, y a partir de allí, los sentidos que se puedan poner en juego en la experiencia. El ser parte de una grupalidad, el sentir la fuerza y la potencia del grupo, el sentirse sostenidos y contenidos.



Dinámica: En círculo, invitamos al grupo a formar el círculo más grande que sea posible dentro del espacio. Observamos y registramos que se siente, que nos genera esa forma y conexión grupal en ese espacio. A continuación, invitamos al grupo a realizar el círculo más pequeño que puedan hacer dentro del espacio. Observamos y registramos que se siente, que nos genera esa forma y conexión grupal. A partir de ahora, si aún no lo han hecho, la invitación es a darse la mano con el compañero y sostener el contacto durante todo el ejercicio. Es interesante explorar, cuando

ampliamos el círculo, cuál es el mínimo contacto físico que podemos tener (¿punta de dedos con punta de dedos?, del mismo modo, cuando reducimos el círculo, cuál es el mayor contacto que nos permitimos tener (¿y qué nos pasa con eso?)

Repetimos la dinámica, las veces que el grupo lo desee.

2.3 ¿Qué (nos) pasa cuando nos miramos? (dinámica de sensibilización temática)

Nota para la coordinación: Este interrogante incluye muchas otras preguntas, nombramos solo algunas que pueden ser parte del marco de la dinámica: ¿Que no estamos permitiendo que pase entre nosotros?, ¿Y si nos permitiéramos ampliar las posibilidades de mirada? ¿Qué pasaría si nos miráramos con ternura por ejemplo? ¿Qué pasaría si pudiéramos dejar de ver al otro como una amenaza, como un enemigo? Preguntas y reflexiones que podemos sugerir, acercar al finalizar esta experiencia.



Introducción: A partir de la pregunta, ¿Qué (nos) pasa cuando nos miramos? vamos a realizar una experiencia de observación y percepción en la que no habrá palabras. Para ello, necesitamos conformar un círculo y algunos voluntarios que, a medida que la coordinación lo solicite, pasarán al centro. Vamos a plantear tres situaciones iniciales, a partir de las cuales quienes estén en rol de observación, proyectarán lo que pueda estar pasando y posibles derivas en cada una de ellas. Compartimos las situaciones:

Experiencia 1:

Primer momento- **Dos varones frente a frente mirándose,**

Segundo momento- **uno de ellos da un paso acercándose,**

Convocamos a dos voluntarios. Les pedimos que se ubiquen frente a frente a una distancia considerable y que simplemente se miren. Preguntamos al grupo (al igual que el ejercicio de completar la imagen realizado en el taller n° 3 del circuito complementario) para que proyecten posibles situaciones, ¿Qué ven? ¿Qué está pasando?. En un segundo momento indicamos a uno de los voluntarios que dé un paso (luego de un tiempo, otro, y otro) acercándose al otro voluntario (siempre manteniendo la mirada entre los protagonistas de la situación), volvemos a preguntar ¿Qué ven? ¿Qué está pasando?. Podemos incluir la pregunta a alguno de los que están dentro de la situación, ¿Cómo se siente esta situación? Para terminar, invitamos a los voluntarios a saludarse y agradecerse la experiencia.

Experiencia 2:

Primer momento- **Un varón en medio de una ronda de un grupo de varones,**

Segundo momento- **el varón que está en el medio cierra los ojos**

Convocamos a seis voluntarios. Les pedimos que cinco de ellos formen un círculo y que uno se ubique en el centro, y que, al igual que en la experiencia anterior, simplemente se miren. Preguntamos al grupo, para que proyecten posibles situaciones, ¿Qué ven? ¿Qué está pasando?. En un segundo momento indicamos a que quien esté en el centro cierre los ojos, volvemos a preguntar ¿Qué ven? ¿Qué está pasando ahora?. Podemos incluir la pregunta a alguno de los que están dentro de la situación, ¿Cómo se siente esta situación? Para terminar invitamos a los voluntarios a saludarse y agradecerse la experiencia.

Luego de realizada la experiencia, abrimos un espacio de intercambio, invitando fundamentalmente a quienes realizaron la experiencia a compartir como vivieron la misma. Desde la coordinación podemos acercar algunas de las preguntas planteadas al inicio de esta dinámica como un modo de abrir a otros posibles (y necesarios) modos de vincularnos entre varones. Del mismo modo, recordamos y reforzamos el eje del encuentro de hoy que busca fundamentalmente explorar, recuperar, cultivar vínculos a favor de los cuidados, la empatía y la igualdad.

Tercer momento (80')

3.1 Visualización referencias masculinas positivas (*dinámica de introducción temática*)

Introducción: Cuando nos sentimos mal, cuando estamos tristes, cuando estamos enojados, cuando no sabemos qué hacer, ¿con qué varones contamos? ¿A quienes podemos contarle lo que nos pasa?, ¿de quienes podemos escuchar una palabra de aliento, una palabra que nos abrace en medio de la tormenta?, y si un compañero la está pasando mal, ¿puede contar conmigo? y si no tuviese a nadie cerca, ¿puedo contar conmigo en los momentos de crisis? ¿Qué palabras puedo decirme? ¿Qué acciones puedo regalarme?

Vamos a permitirnos hacer un recorrido en el que buscaremos (re)encontrarnos con gestos, acciones, palabras de otros varones que consideremos hoy puedan ser referencias masculinas positivas, hablamos de masculinidades que nos acerquen a los cuidados, que nos inviten a una escucha profunda, que (nos) alojen y acompañen lo vulnerable, lo frágil, hablamos de masculinidades que contribuyan a alejarnos de la violencia, de la competencia, del maltrato, en definitiva, masculinidades que sean faro en la tarea de generar/habitar relaciones igualitarias.

Dinámica: Invitamos al grupo a ubicarse en una posición cómoda y relajada en la que puedan transitar el ejercicio de visualización. Invitamos al grupo a cerrar los ojos y respirar lento y profundo, haciendo espacio, disponiéndose para la experiencia.

“Vamos a darnos un espacio para buscar en nuestra memoria esos varones, que tal vez sean cercanos, o que tal vez los he visto alguna vez, que he escuchado, que he leído y que me han inspirado, me sirven de referencia, de apoyo para nutrirme, para crecer, me voy a dar un tiempo para evocar, para convocar a esos otros varones,

Varones que pueden estar en el presente, que pude haberlos conocido en el pasado, que pueden estar físicamente acá cerca (a la vuelta de la esquina), o pueden estar muy distantes, incluso, varones que puedan vivir en un libro (personajes de un relato real o ficticio), como también, masculinidades que puedan estar en otro plano, más espiritual,

Me voy a conectar con cada uno de esos varones, voy a dejar que vengan a mi memoria y los voy a mirar, los voy a observar con calma, sabiendo que ellos están para acompañarme sintiendo que me puedo relajar, que ellos traen algo bueno para mí y para otros varones,

Voy a observar sus rostros y me voy a detener en uno de ellos, voy a quedarme con uno, me voy a detener en su mirada, ¿Cómo me mira? ¿Qué me genera su mirada? ¿Qué siento cuando me mira? Me quedo ahí sintiendo de cerca esa mirada, dejando que esa mirada me atravesara todo el cuerpo, impregnándome de esa mirada, sintiendo y disfrutando lo que me genera esa mirada, ahora me permito experimentar mirar así, y voy a ser uno con él en esa mirada, ¿Cómo se siente mirar así? , me doy un tiempo para ello,

Ahora voy a escucharlo, voy a escuchar que palabras tiene para decirme y me voy a permitir escucharlo, sabe que a veces no estoy bien y que necesito ayuda, ¿Qué me dice? ¿Qué palabras tiene para mí? Escucho atentamente sus palabras y las atesoro, dejando que sus palabras encuentren eco en todo mi cuerpo, me doy un tiempo para ello,

Por último, me va a regalar un gesto, un gesto al que pueda recurrir cada vez que lo necesite, cada vez que me sienta vulnerable, es un gesto que me da fuerza, que me fortalece, que me hace bien, y me va a mostrar una acción de cuidado, una acción que me hace bien y que también hace bien a otras personas, voy a recibir ese regalo con todo mi cuerpo, lo recibo, lo atesoro,

Finalmente, para despedirme, voy a mirarlo a los ojos y le voy a decir las palabras que siento, me despido, lo saludo sabiendo que siempre estará ahí, disponible cada vez que lo busque, me doy un tiempo para ello,

Muy lentamente voy realizando los movimientos que necesite, suavemente voy abriendo los ojos y disponiéndome para el próximo paso", Volvemos al grupo (círculo).

Desde la coordinación observamos al grupo conectando fundamentalmente con el sentir, abrimos la pregunta ¿Cómo están? ¿Cómo vivieron la experiencia? ¿con que varones se encontraron?: ¿Qué nos trajo la experiencia? ¿Qué nos dejan esas miradas, esas palabras, esos gestos que nos ofrecieron esos varones?, Dejando la puerta abierta a quienes quieran realizar algún comentario y dejando claro/haciendo mención que lo que vivieron en este ejercicio será parte y tendremos oportunidad de intercambiar y profundizar en la dinámica que sigue en este encuentro,

Nota para la coordinación: *Aquí es muy importante la percepción de la coordinación dando lugar a lo que se considere como lo adecuado. Puede ser continuar con la propuesta, puede ser abrir un espacio para escuchar al grupo en lo que este necesite expresar.*

(pausa)

3.2 Trabajo en grupos

Introducción y dinámica: A continuación, nos daremos un espacio para compartir en intimidad con otros varones nuestras sensaciones, reflexiones y desafíos en torno a los cuidados. En una primera instancia, invitaremos al grupo a conformar duplas, luego cuartetos y finalmente octetos. Para cerrar la secuencia, y a partir de todo lo trabajado, propondremos la escritura individual de una carta compromiso.

Duplas: ¿nos cuesta recibir afecto de otro varón?, ¿nos cuesta ofrecerlo?, ¿nos cuesta pedir ayuda a otro varón?, ¿nos cuesta ofrecer ayuda?, ¿podemos mostrarnos vulnerables ante otro varón?, ¿qué riesgos hay?, ¿qué ganamos si lo hacemos?

Cuartetos: ¿En qué situaciones necesitamos ayuda? ¿Cómo podemos ayudarnos cuando un compañero está mal? (¿qué palabras necesitamos decirnos? ¿A qué lugares necesitamos llevarnos? ¿de qué "alimento" necesitamos nutrirnos? (recuperar del ejercicio anterior experiencias/referencias de cuidado pueden orientarnos es esta tarea)

Octetos: ¿Qué varones queremos ser? ¿Qué nos gustaría ofrecerle a nuestra comunidad? ¿Qué podríamos hacer para prevenir la violencia machista en nuestra comunidad? ¿Qué podríamos hacer para prevenir el consumo de sustancia en nuestra comunidad?

Carta compromiso: Damos unos minutos para que, antes de ir al plenario, cada quien pueda escribir a partir de lo vivenciado e intercambiado, un breve texto a modo de carta compromiso. ¿Qué de lo que aprendí de ser varón quiero erradicar? ¿Qué de los que aprendí de (referencias masculinas positivas) mis compañeros en este recorrido quiero incorporar? ¿Qué estoy dispuesto a cambiar de mi modo de vincularme con otros varones? ¿Qué estoy dispuesto a ofrecer a otro varón que esté necesitando una ayuda?

3.3 Socialización

En círculo, abrimos el espacio para compartir las reflexiones realizadas en los diferentes encuentros (duplas, cuartetos, octetos). Finalmente escuchamos los compromisos escritos por cada uno.

Cuarto momento (20')

4.1 Círculo de poder

Ronda grupal. Sentir colectivo. De a uno y a medida que lo sientan, invitamos al grupo a expresar con pocas palabras, incluso con sola una, sensaciones, emociones, y lo que les haya resultado

significativo del trabajo realizado.

Nota para la coordinación: *Nuestro último círculo de poder nos invita a recuperar postales de la experiencia, nos invita a recordar momentos, sentires y reflexiones que este espacio nos haya regalado. Es un momento de memoria colectiva, donde cada quien podrá compartir, si así lo siente, lo que considere relevante para el grupo. Un espacio para el agradecimiento, el registro y la valoración del recorrido transitado, y también para pedir ayuda o sostén, tanto de manera individual como colectiva. Finalmente, el desafío y el regalo es despedirnos con todo el amor posible, diciéndonos, mirándonos y sintiéndonos de la manera más profunda que podamos!!*

CIPPEC[®]

25 años