



Hablemos de MASCULINIDADES

Materiales para repensar y trabajar la coeducación

Edición:

Ayuntamiento de Santa Lucía de Tirajana (Gran Canaria)
Avenida de Las Tirajanas, 151, Vecindario

Redacción de textos:

Masculinidades: Javier López Hernández

Promoción de cuidados: Candela Caro Saavedra

Cómo hablar de sexualidad con jóvenes y adolescentes:

Cristina Izquierdo Martín

Diseño, maquetación e ilustración:

Abenchara Montesinos Guerra

Se autoriza el libre uso y reproducción de fragmentos de esta publicación, siempre con la pertinente cita formal de la fuente.



**Hablemos de
masculi-
nidades**

Materiales para repensar y trabajar la coeducación

Durante la convocatoria de la subvención *Fomentando la Igualdad a través de las nuevas masculinidades, la diversidad y el empleo de 2021*, el Ayuntamiento de Santa Lucía de Tirajana, a través de la Concejalía de Igualdad, decidió efectuar una campaña de sensibilización para la prevención de la violencia de género en nuestro municipio, y que se ha llevado a cabo mediante la ejecución de un proyecto denominado **"Promoción de masculinidades igualitarias"**.

Desde nuestra experiencia de trabajo queda claro que, para avanzar en la erradicación de la violencia de género, es necesario incidir en una coeducación, con perspectiva de género, repensando masculinidades, para crecer en igualdad de condiciones, de trato y de oportunidades, en tolerancia y respeto. Por ello, resulta imprescindible, como forma de prevención, impulsar a la nuevas generaciones a crear espacios y discursos libres de sexismo, ayudar a identificar, para poder eliminar, las situaciones que pueden dar lugar a la aparición de violencia de género en las parejas y a establecer relaciones de buen trato, convirtiendo nuestro entorno en espacios libres de violencias.

Por este motivo, dentro de este proyecto se incluye esta guía como herramienta de consulta para la promoción de la igualdad entre menores y jóvenes, facilitando este recurso a las familias y profesorado.

Es el momento de dar un paso adelante hacia la prevención y sensibilización de la juventud en materia de igualdad y prevención de violencia de género, y trasladar así valores más igualitarios a toda la sociedad.

Minerva Pérez Rodríguez

Concejala de Igualdad del Excmo. Ayuntamiento de Santa Lucía.

Índice

Masculinidades | pág. 6

Promoción de cuidados | pág. 23

Conflictos | pág. 24

Cuidados y corresponsabilidad | pág. 34

**Cómo hablar de sexualidad
con jóvenes y adolescentes | pág. 43**



Masculinidades

Podríamos empezar por hacernos una pregunta aparentemente obvia: ¿Qué es ser hombre?

Habitualmente se hace un silencio. Y las pocas respuestas mezclan factores biológicos, comportamentales, culturales. Suele ser más sencillo contestar en negativo, lo que no es ser un hombre, que hacerlo en afirmativo.

Para entendernos cuando hablemos de masculinidades, será bueno que partamos de una terminología común, distinguiendo tres conceptos que habitualmente se mezclan y confunden: **sexo biológico, género y deseo.**

Sexo biológico

Cuando hablamos de sexo biológico hacemos referencia a las características físicas por las que distinguimos machos y hembras de la especie (genitales, genéticas, hormonales), si bien no todos los cuerpos responden a esta clasificación y prácticamente ninguno en todas sus variables (*JOEL, Daphna y VIKHNSKI, Luba, 2020*).

Atendiendo a esta clasificación asignamos a los bebés un género incluso antes de que nazcan. Desde que se identifican sus genitales a través de una ecografía le buscamos un nombre, les compramos ropas, juguetes, accesorios, decoramos su cuarto y proyectamos su vida (actividades, gustos, deportes, profesiones...) en masculino o femenino.

Estas categorías son culturales e históricas, varían en sus expresiones, aunque mantienen la esencia de una relación desigual entre géneros, al otorgar sistemáticamente más poder, autonomía, capacidad de decisión, valor económico y social a todo lo considerado masculino frente a lo femenino o feminizado.

Cuando hablamos de sexo biológico hacemos referencia a las características físicas por las que distinguimos machos y hembras de la especie.

Género

El género asignado puede corresponder o no con lo que realmente sentimos. Cuando coincide, hablamos de personas cisgénero. Cuando no es así, se abren numerosas posibilidades, entre otras: expresarlo o no, si se decide o no afrontar las muchas resistencias y opresiones sociales, laborales, académicas... estructurales. La no identificación con el género asignado tampoco supone necesariamente la identificación con el otro género binario. Puedo no identificarme como hombre ni como mujer y decidir vivir atendiendo a mis peculiaridades, habilidades y potencialidades, independientemente de que socialmente se consideren unas masculinas y otras femeninas.

Si me identifico con el otro género puedo decidir transitar, vivir y expresarme con las características que la sociedad considera propias del género sentido. Esta transición varía en cada persona, pues no se salta de una casilla a la otra de forma homogénea. Los grados, ritmos y recorridos dependen de cada persona. Hablamos de trans de forma genérica, aún siendo conscientes de las muchas peculiaridades personales que agrupa este prefijo de cuatro letras.

Vemos por tanto que el género no es biológico ni está determinado de forma “natural”. ¿Qué ocurre con el deseo?

Vivimos en culturas heteronormativas, damos por hecho que todo el mundo es heterosexual salvo que su expresión

de género (corte de pelo, formas de comunicarse, corporalidad...) nos haga dudar. Realmente esto no tiene ninguna lógica pero forma parte del “sentido común”, de las creencias colectivas. Más allá de la orientación sexual en sí misma, las sociedades están organizadas para facilitar la convivencia heterosexual y reproductiva. Las leyes amparan una cobertura de derechos y servicios que niegan a personas con otras opciones afectivas o sexuales.

El término homosexual se acuña a finales del XIX para dar nombre a lo que se consideraba una enfermedad y es perseguida en el mundo occidental hasta los años 70 del siglo pasado, siendo aún tipificada como **delito en 69 países, con pena de muerte en 6 miembros de la ONU.**



Hablamos de bisexualidad cuando la atracción no está en función del género de la otra persona. Por otra parte, se identifica como asexualidad la ausencia de deseo, al menos de prácticas centradas en la genitalidad, sin que esto signifique ausencia de afectos o incapacidad de mantener relaciones con otras personas.

Las clasificaciones pueden tender al infinito y en ocasiones dará la sensación de quedarnos sin letras para completar el acrónimo. Con todo, es importante tener referentes para no estigmatizar ni patologizar deseos ni emociones. De cualquier forma, no es recomendable usar estas categorías como etiquetas, mucho menos estáticas. Los procesos de sexuación se desarrollan a lo largo de toda la vida, no podemos darla por cerrada en ninguna etapa.

Ocurre además que tenemos la tendencia a vincular rasgos de personalidad a las orientaciones del deseo, como si existiera un perfil propio y único de heterosexuales, homosexuales, bisexuales...

Por otro lado, no sentimos atracción por los hombres o por las mujeres en general, mucho menos por todos los hombres o por todas las mujeres. En cualquier caso, la mayoría de las personas por las que sentimos atracción pueden ser hombres o mujeres. Del mismo modo, tampoco funciona al estilo de vasos comunicantes: que nos gusten más o menos las mujeres no condiciona nuestro deseo hacia los hombres.

*[...]
es importante
tener referentes
para no estigmatizar
ni patologizar deseos
ni emociones.*

En resumen, clasificamos los cuerpos en función de las características sexuales externas y, en base a estas, artificialmente asignamos géneros, que no vienen definidos por lo biológico sino que están directamente condicionados social y culturalmente. La orientación del deseo, por su parte, tampoco está determinada por las características físicas ni el género (asignado o sentido).

***El término “diversidad”,
[...] en ocasiones refuerza
la idea de “anormalidad”.***

Debemos tener cuidado con el uso del término “diversidad”, que en ocasiones se convierte en sinónimo de lo diferente, lo que se sale de la norma, con lo que estaríamos reforzando precisamente las ideas de “normalidad” y “anormalidad”, justo lo que a priori pretende superarse. Resulta aconsejable recordar que todas las personas somos diversas, peculiares.



A mediados del siglo XX, **Simone de Beauvoir** hizo célebre la frase “No se nace mujer, se llega serlo”, con la que expresaba que el rol de la mujer venía definido socialmente.

Lo mismo ocurre con los hombres, si bien los varones no han prestado atención a la construcción de la masculinidad y sus consecuencias hasta los años 70 del siglo pasado.



En Europa, el feminismo como movimiento político en favor de los derechos de las mujeres nace hace más de 200 años, en el contexto de la Revolución francesa (1789), con la respuesta de mujeres como **Olympe de Gouges y Mary Wollstonecraft** a las declaraciones androcéntricas de ciudadanía y derechos que excluían a la mitad de la población.

Ocurrirá lo mismo, entre otros, con los derechos de representación política, reivindicados por las sufragistas. También con las prestaciones del Estado de Bienestar, vinculadas a las cotizaciones por ejercicio laboral, al que las mujeres han tenido históricamente menor acceso.

Los primeros estudios de masculinidades datan de los pasados años 70 y no eran precisamente favorables a la igualdad ni cuestionaban las desigualdades sociales derivadas del sistema sexo-género.

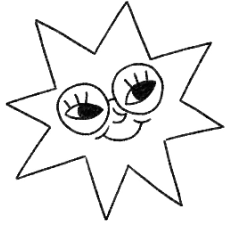
Entre estos, Moore y Gillette proponen cuatro arquetipos deseables para los hombres: rey, guerrero, mago y amante, relacionados con valores tradicionalmente masculinizados como la concentración del poder, la legitimación de la violencia, el conocimiento y la hipersexualización.

En la misma línea se expresa Robert Bly (1994). Pretenden recuperar lo que consideran perdido por la conquista de derechos humanos de las mujeres a través de las luchas feministas.

Estudios posteriores ya abandonaron la resistencia y el masculinismo para intentar comprender las lógicas del género en lo que atañe a los varones. Entre otros, David Gilmore (1994), que resume los mandatos de la masculinidad con tres pes: proveedores, procreadores y protectores.

Seguimos otorgando a los varones la responsabilidad del bienestar familiar, bien en lo económico, bien en la seguridad. La primera obliga al éxito laboral, económico, social, al tiempo que otorga el protagonismo en el espacio público, relegando a las mujeres al privado o doméstico, sin remuneración ni valoración social. El rol de protector, por su parte, lleva aparejada la legitimación del uso de la violencia, que en ocasiones se convierte en obligatoria por presión social, lo que se espera de un hombre.

A diferencia del ejercicio consciente de la paternidad, la procreación, como la sexualidad, se convierte en un ejercicio de validación de la propia masculinidad, una demostración pública también de sus facultades físicas de varón.



Elizabeth Badinter habla de la construcción de la masculinidad desde la negación. La negación de todo lo que en cada momento y cultura se considera femenino, desde la negación de la infancia y también de la homosexualidad.

A los varones se nos educa reprimiéndonos comportamientos y actitudes porque son consideradas "de mujeres", lo que no solo delimita nuestras motivaciones o potencialidades, sino que jerarquiza los géneros, al dar por hecho que lo masculino es superior. En la línea de lo señalado por Josep Vicent Marqués cuando resume que "ser hombre es ser importante".

No ser un niño tiene que ver con esa ruptura con la emoción y la ternura que, coincidiendo con la adolescencia, se exige a los varones. Tienen que convertirse en tipos duros, que no manifiesten emociones que den sospechas de vulnerabilidad.

[...]
*se nos educa reprimiéndonos
comportamientos y actitudes
porque son consideradas
«de mujeres»*
[...]

Como señala Terrence Real, "la misma frase *sé un hombre* significa aguanta y tira para adelante. La desconexión no es una consecuencia de la masculinidad tradicional. La desconexión es la masculinidad" (REAL, Terrence, citado en HOOKS, Bell (2021).

Por último, la homofobia es una de las características tradicionales de la masculinidad. Los hombres utilizan la orientación sexual como insulto y se retan al grito de "no seas maricón" al tiempo que se instan a realizar actividades de riesgo. Subyace la creencia de que los hombres gays no son hombres y se les expulsa de la categoría feminizándoles.

La mayoría de los estudios hacen referencia a tres mandatos de género transversales en la masculinidad hegemónica:

1. La negación de la vulnerabilidad

Un hombre no puede ser débil, debe tener respuestas para todas las situaciones, no tener miedo. En esta línea, las emociones que se les permite expresar están relacionadas con la ira, el enfado, la euforia... pero ninguna puede relacionarse con la debilidad. "Ser un flojo no es de tíos".

2. La obligación de éxito

El mandato del proveedor no solo obliga a garantizar que "a la familia no le falte de nada". Obliga a ganar en todo. Desde pequeños nos derivan a deportes altamente competitivos

donde, a pesar de ser juegos de equipo, se fomenta el individualismo.

Corremos al menos dos riesgos: creer que el éxito es mérito individual, obviando que no habría sido posible sin el apoyo de colaboradores y antecedentes, sin quienes se han hecho cargo de las tareas de reproducción de la vida: limpieza, comida, crianza, cuidados... Por otra parte, también nos culpamos individualmente de los fracasos, cuando no conseguimos las metas impuestas y/o autoexigidas, sin tener en cuenta el contexto socioeconómico (crisis, pandemias...).

Para que gane uno tenemos que perder otros muchos. Agrava el problema que los vencidos consideren que la derrota les arrebató la masculinidad.

3. Legitimación de la violencia

Para conseguir el éxito y ocultar las vulnerabilidades, en la socialización de los varones continúa dándose por válido el uso de la violencia. En ocasiones hasta se exige con clásicos del tipo: "*Defiéndete tú también*".

Se espera de un varón vulnerado, cuestionado, acorralado, que responda violentamente si hace falta para recuperar su estatus de hombre. De no hacerlo, queda desplazado de la categoría.

Estos tres elementos que socialmente están naturalizados, como definidos biológicamente, se entremezclan configurando un cóctel explosivo: Si no admito mi vulnerabilidad,

estoy obligado a ganar y, cuando no lo consigo, puedo o incluso debo hacer uso de la violencia... tenemos la explicación de muchos conflictos.

*Se espera de un varón vulnerado,
cuestionado, acorralado,
que responda violentamente
[...]*

MASCULINIDADES EN PLURAL

No podemos hablar de una única manera de ser hombre, de masculinidad en singular. Como hemos visto, está condicionada cultural e históricamente, a la vez que se expresa de distintas maneras en un mismo contexto. No somos todos el mismo hombre, tampoco el hombre que fueron nuestros padres o abuelos, si bien hay rasgos comunes que se mantienen en la relación entre géneros, en actitudes, obligaciones y privilegios o ventajas que perviven, que seguimos teniendo en común.

*No podemos hablar
de una única manera
de ser hombre, de masculinidad en
singular, pues está condicionada
cultural e históricamente*

Tampoco resulta apropiado hablar de "nuevas masculinidades". Muchos colectivos de hombres que se fundaron con esta nomenclatura han acabado por cambiarla tras reflexiones y debates que visibilizaron que a lo largo de la historia muchos hombres se negaron a cumplir los mandatos de la masculinidad. Bien por sus prácticas sexuales, por su orientación del deseo y por su expresión de género o por su negativa a participar en guerras y otras actividades violentas tradicionalmente asignadas a los hombres. Muchos fueron cruelmente condenados por ello, incluso con penas de muerte. No parece de justicia que estas últimas generaciones se otorguen la autoría de la disidencia.

Por otra parte, es bueno recordar que no todo lo nuevo es necesariamente mejor. Y que tampoco es deseable la construcción de un modelo alternativo único que sustituya al estereotipo anterior. La propuesta es la contraria, acabar con los corsés, con los mandatos y las restricciones de género, para que cada persona se desarrolle libremente en base a sus potencialidades, gustos, decisiones.



La socióloga australiana **Connell** presenta en uno de los textos fundamentales de los estudios de masculinidades

su clasificación de **hegemónicas, subordinadas, cómplices y marginales**. Uno de sus aportes principales es llamar la atención sobre la jerarquía y competitividad entre los propios varones.

Hegemónicas

Al hablar de masculinidades hegemónicas lo hace en sentido gramsciano, aludiendo a la concepción mayoritaria de masculinidad en el imaginario de cada sociedad y cultura de un momento histórico concreto.

Subordinadas

Las masculinidades subordinadas son las que se alejan del modelo hegemónico y son castigadas por ello. Connell hace especial referencia al acoso social y la persecución histórica sufrida por los hombres que no han cumplido con el mandato de la heteronormatividad, pero podríamos incluir en esta categoría a todos los que no han luchado por el liderazgo, a quienes son marginados por no destacar ni tener éxito en las actividades masculinizadas (trabajo, deportes...).

Cómplices

Con masculinidades cómplices hace referencia a las que, aún siendo conscientes de las desigualdades que genera el sistema sexo-género, siendo favorables a la igualdad, continúan beneficiándose del reparto desigual de poder y trabajo que genera.

Marginales

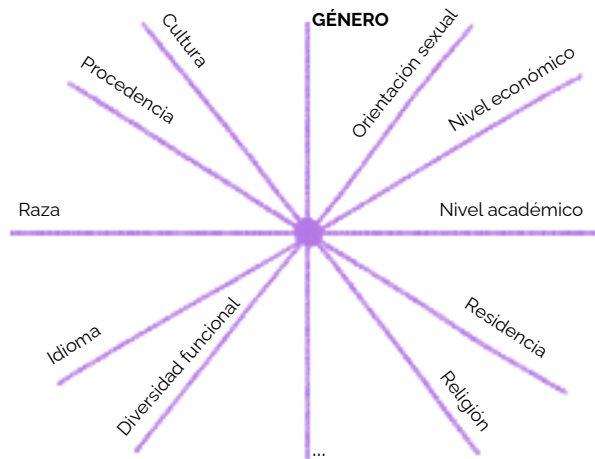
Por último, las masculinidades marginales están relacionadas con la mirada interseccional, ya que tiene en cuenta la multitud de variables que atraviesan y construyen la realidad de cada persona, siendo estas también contextuales.

El género es una de las variables fundamentales, que en la mayoría de los contextos condicionan de manera relevante.

Así todo, convive con otras como el nivel económico, el académico, la edad, la diversidad funcional, la cultura, etnia, raza, el idioma, la residencia o procedencia...

Marqués distingue entre masculinidades propietarias y precarias. Las primeras corresponden a los hombres que no se cuestionan su género, que lo consideran biológico, natural. **Los segundos** tienen dudas sobre si dan la talla, si son lo que se espera de ellos. Estos serían los más peligrosos, pues para recibir la aprobación de sus iguales podrían realizar acciones violentas de exaltación de los valores más tóxicos de la masculinidad tradicional.

El término **masculinidades híbridas** es objeto de debate, aún sin consenso. Se relaciona con los hombres que hacen cambios superficiales, adaptándose a modas y nuevos escenarios, pero solo en lo estético, en la apariencia, sin cuestionar las relaciones de poder y desigualdades que están en la base de las relaciones de género.



Se habla de **hombre situado** para subrayar la necesidad de contextualizar el análisis y las posibles intervenciones. Se vale de la mirada interseccional y decolonial, demandando que no se trasladen modelos sin atender a las culturas y contextos.

SOCIALIZACIÓN

Son tradicionales los toma y daca entre la familia y la escuela responsabilizándose mutuamente de la socialización de género o de la educación sexual, por ejemplo. La respuesta está en admitir la complejidad de factores que intervienen: no es una u otra, sino ambas y muchas más. Aprendemos

en el núcleo familiar y también en la familia extensa, que no siempre facilita discursos coincidentes. A la escuela llegamos con género aprehendido y allí se nos refuerza, con discursos y contenidos de las materias, pero también con la estructura organizativa: segregación por géneros del profesorado por niveles educativos y cargos de responsabilidad, la ocupación de los espacios, en las aulas, el patio...

En la adolescencia, momento de búsqueda de autoafirmación y ruptura a través de las figuras de autoridad tradicionales (familia y sistema educativo), el grupo de iguales adquiere un papel fundamental. Es éste quien dice cómo vestir, peinarse, qué música escuchar, las series de culto... A quién admirar y a quién ningunear. Todo, a cambio de la consideración de ser parte del grupo.

Los productos culturales cumplen su función de difusión de valores, presentando referentes y modelos de gestión de emociones y conflictos. Quizás ahora con más complejidad, por la mayor exposición a través de múltiples soportes y sin restricciones horarias, hasta llegar a sustituir el cara a cara.

EFFECTOS SECUNDARIOS

En el reparto de roles, poderes, funciones, espacios... del sistema sexo-género, los hombres nos llevamos la mejor parte. Con todo, cumplir o intentar cumplir los mandatos de la masculinidad hegemónica, además de ventajas lleva asociada una serie de efectos secundarios también para los hombres.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE) y del Instituto de Estadística de Canarias (Istac), **la esperanza de vida es una media de 6 años inferior en hombre que en mujeres**. Los hábitos derivados de los mandatos de género podrían explicarlo, así como el mayor consumo de alcohol y drogas; las muertes con tumores relacionados con las vías respiratorias; los accidentes mortales, especialmente en tráfico y ahogamientos.



Entre el 74% y el 80% de los suicidios son protagonizados por hombres, lo que podríamos relacionar con la exigencia de éxito, la carencia de habilidades para la gestión emocional, el rechazo de ayuda externa y a las redes de apoyo mutuo, la desvinculación de los cuidados.

El mundo de la delincuencia es mayoritariamente masculino. La práctica totalidad de los delitos tipificados en la legislación española son cometidos mayoritariamente por hombres. **El 93% de la población penitenciaria es masculina.**

Buena parte de estas conductas tienen que ver con la constante demanda de validación de la masculinidad, la exigencia de éxito y la legitimación del uso de la violencia para conseguir los objetivos o para ocultar vulnerabilidades.

VIOLENCIAS

Podemos distinguir entre **violencia física, sexual, psicológica, económica, institucional/estatal, vicaria ... ciberviolencia.**

Violencia psicológica

La violencia psicológica tiene la peculiaridad de poder darse por sí sola además de estar presente en las otras manifestaciones violentas.

Violencia económica

La violencia económica, más allá de la estructural que dificulta el acceso al mercado laboral y al desarrollo profesional de las mujeres por el suelo pegajoso (la asignación de las tareas de cuidado en el espacio privado sin remuneración ni reconocimiento social), hace también referencia a las muchas situaciones de dependencia económica de mujeres respecto a sus parejas, que usan su rol de proveedor como estrategia de control y subordinación.

Violencia institucional/estatal

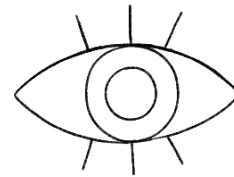
La violencia institucional/estatal señala el trato desigual que reciben las mujeres por parte de las administraciones públicas, bien por no atender sus necesidades y garantizar sus derechos, y también como víctimas de prácticas represivas específicamente contra ellas, como los recientes casos en las movilizaciones de Chile denunciados por la *performance* ***El violador eres tú del colectivo LASTESIS.***

Violencia de género

La legislación española distingue la violencia de género, definida en la **Ley de 2004** como la violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia.

Violencia doméstica

La violencia ejercida por otro miembro del núcleo familiar es tipificada como violencia doméstica, mientras que la ejercida por razones de orientación o identidad contra personas LGTBIQ se incluyen en los llamados delitos de odio, junto con la xenofobia y similares.



Es habitual que se cuestione el porqué de una ley específica para la llamada violencia de género. La respuesta es bien simple: Existen cifras oficiales desde el año 2003. Aunque 2021 ha sido el año con menos asesinatos cometidos por hombres contra sus parejas o exparejas, los 43 registrados suponen un crimen cada 8 días.

Aunque la mayoría de las personas que comenten actos violentos y, concretamente, homicidios son hombres (86%) la estadística nos desvela que la mayoría de las víctimas son también hombres (66%).

Como señala Michael Kaufman, los hombres ejercen violencia contra las mujeres, pero también contra otros hombres y contra sí mismos, por la ausencia de autocuidados.

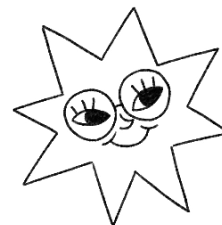
La vivencia del cuerpo de los hombres suele ser instrumental. Hablan de ello las expresiones "Hasta que el cuerpo aguante" o la pancarta en las gradas de la afición de la UD Las Palmas "Fieles hasta la muerte", muy en la línea de los eslóganes militares.

El cuerpo es entendido como una herramienta que se lleva a situaciones extremas para alcanzar objetivos. En la mayoría de los casos no se siente como parte de uno mismo, de forma holística, sino que se habla de él en segunda o tercera persona incluso.

Como señala el gráfico del **iceberg de la Violencia de Género**, normalizamos y naturalizamos muchos comportamientos,



dando el visto bueno a numerosas discriminaciones sexistas que acaban construyendo el imaginario y pueden servir de coartada o legitimación para quienes ejercen otras formas de violencia más visibles: física, sexual, acoso, económica...



La antropóloga **Rita Segato**, en sus estudios con hombres condenados por violencia sexual, elimina el deseo de la ecuación, descartando que esté en el origen de estos comportamientos. Concluye que las agresiones sexuales a mujeres se comenten bien para doblegar a las que el agresor considera que no cumplen con su estereotipo, bien para validar su masculinidad frágil ante su grupo de iguales o también para dañar al hombre al que considera su propietario.

Rita Segato en sus estudios con hombres condenados por violencia sexual, elimina el deseo de la ecuación.

Las tesis de Segato explican violaciones grupales como las de *La Manada*, que cumplen una función de ritual de iniciación o cohesión grupal, al que ninguno deserta para ser reconocido como un integrante más.

Miguel Lorente, por su parte, señala que los asesinatos machistas son crímenes morales y no instrumentales, en la medida en que quienes los comenten no obtienen beneficios materiales más allá de marcar un rango sobre la víctima que, entienden, deben subsanar.

ARGUMENTARIOS

Entre quienes abrazan el negacionismo, son habituales algunos argumentos que sería bueno confrontar.

“Las mujeres también son violentas”

Uno de ellos asegura que las mujeres también son violentas. No va más allá de la pataleta infantil “ellas más”, “ellas también”. Con todo, será positivo darles la razón, precisamente porque las mujeres no son esas chicas desvalidas de los cuentos de amor romántico, al que un varón exitoso (rey, príncipe, guerrero..., siempre guapo, por cierto), debe resolverles la vida porque ellas son incapaces por sí solas. No se trata en ningún caso de construir una categoría idílica de mujeres, mucho menos desagenciándolas.

[...] todas las personas experimentamos todas las emociones, son todas legítimas y tienen su utilidad en momentos determinados [...]

Aunque no aprendamos a identificarlas, todas las personas experimentamos todas las emociones, son todas legítimas y tienen su utilidad en momentos determinados, fundamentales para la supervivencia, incluso. El auténtico peligro es cronificarlas. Vivir siempre en el mismo estado, al tiempo que nos negamos y reprimimos otras emociones.

Culpar a las mujeres

En ocasiones, el masculinismo culpa a las mujeres por mantenerse en relaciones tóxicas y violentas. **Las estadísticas confirman que pueden demorarse entre 7 y 11 años en pedir ayuda o presentar denuncia**, en aceptar que vive una situación de violencia de género. El ciclo de la violencia explica este fenómeno, por las fases de tensión, explosión y luna de miel. En la primera, se deteriora o desaparece la comunicación, hasta llegar a un momento de explosión violenta que, seguidamente, pasa a negar, disculpar, prometer que no volverá a ocurrir, perjurar amor como motor del cambio. Así sucesivamente. Ella perdona y justifica, hace suyos los argumentos del agresor.

No hay que invertir mucha empatía para entender el proceso que supone reconocer como agresor a la persona con la que has compartido y proyectado tu vida, con la que duermes y has sido madre.

“Naturalizar las diferencias”

Naturalizar las diferencias, obviando el papel de la educación y la experiencia es otra de las líneas discursivas clásicas

para negar las consecuencias las discriminaciones del sistema sexo-género.

La testosterona

La testosterona es un recurso habitual para justificar comportamientos violentos en los hombres, si bien las investigaciones han demostrado que no es causa sino efecto, que segregamos mayor cantidad de esta hormona ante situaciones violentas o competitivas, pero tener un alto nivel no nos hace más agresivos.



LENGUA Y MATEMÁTICAS PARA COMBATIR EL NEGACIONISMO

Resulta clarificador hacer dos ejercicios sencillos: Relacionado con la lengua, el análisis y las consecuencias de convertir en pasiva las oraciones relacionadas con la violencia, hasta el punto de hacer desaparecer al sujeto que ejerce la acción: De "Juan violenta a María", pasamos a "María es violentada por Juan" que acaba en "María es violentada" o "María es víctima de violencia". Hacemos desaparecer a quien ejerce la violencia, lo borramos del imaginario y de la intervención para que estas situaciones no sigan ocurriendo.

Podemos comprobar el uso de este tipo de construcciones en los titulares de buena parte de los medios de comunicación.

Por otra parte, ante la relativización o negación de la violencia machista, podemos invitar a hacer un cálculo sencillo: Tomar el número de asesinatos cometidos por hombres contra sus parejas o exparejas, el del año con menor incidencia (43 en 2021) e invitar a que dividan 365 días entre esa cifra. El resultado refleja un asesinato cada 8 días, cada semana.

La pregunta es obvia: ¿qué ocurriría si cada 8 días en el Estado español asesinaran a un político, un policía, un periodista, un jugador de fútbol...? ¿Alguien se atrevería a negar que tenemos un problema?

Referencias bibliográficas y recursos

Masculinidades

BADINTER, E. (1993). *XY La identidad masculina*, Alianza Editorial.

BLY, R. (1994). *Iron John*, Gaia Ediciones.

CONNELL, R.W. (2003). *Masculinidades*, Universidad Nacional Autónoma de México.

CONNELL, R.W. *Masculinidad hegemónica, repensando el concepto*.

GILMORE, D. (1994). *Hacerse hombre: concepciones culturales de la masculinidad*, Paidós.

HOOKS, B. (2021). *El deseo de cambiar. Hombres, masculinidad y amor*, Bellaterra Ediciones.

Instituto Nacional de Estadística (INE).

Puedes visitar el Instituto Canario de Estadística (Istac).

JOEL, D. y VIKHNSKI, L. (2020). *Mosaico de género. Más allá del mito del cerebro masculino y femenino*. En órbita: Bcn.

KAUFMAN, M. (1997). *Las experiencias contradictorias del poder entre los hombres*, publicado en VALDES, T. y OLAVARRÍA, J. *Masculinidad/es, poder y crisis*. Ediciones de las Mujeres 24: Santiago de Chile.

Macroencuesta violencia contra la mujer. Ministerio de Igualdad, 2019.

MARQUÉS, J. V. (1997). *Varón y patriarcado*, publicado en VALDES, T. y OLAVARRÍA, J. *Masculinidad/es, poder y crisis*. Ediciones de las Mujeres 24: Santiago de Chile.

MOORE, R. y GILLETTE, D. (1993). *La nueva masculinidad*, Ediciones Paidós Ibérica.

Portal Estadístico de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género.

SEGATO, R. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia*, Universidad Nacional de Quilmes.

Calidoscopio 3.0.

Ayuntamiento de la Villa de Firgas, 2021.

Masculinidades.

RECURSOS PARA RECICLAR

No es recomendable el "copia y pega" nunca. Mucho menos tratándose de intervenciones con personas, atravesadas por sus propias biografías y realidades. Las dinámicas deben elegirse y adaptarse atendiendo a las necesidades, puntos de partida e interrogantes que pretendamos abrir en cada momento, a los objetivos que nos proponemos alcanzar en cada grupo.

Dicho esto, a continuación se enumera una serie de posibilidades para el reciclaje y el diseño de sesiones concretas para realidades concretas.

Más allá de transmitir verdades o certezas, proponemos que las intervenciones inviten a cuestionar y reflexionar. Para ello puede resultar de ayuda acompañar en el visionado o análisis de materiales.

Vídeos divulgativos

Sistema sexo-género.

COLL-PLANAS, G. y VIDAL, M.

Dibujando el género.

Películas /Documentales

Materiales para dinamizar debates/cineforum:

La herida

El poder del perro

El círculo

La máscara con la que vivimos

Recursos

Masculinidades. Materiales para la formación y el debate.

Cabildo de Gran Canaria, 2017

Masculinidades en demolición (blog de El Salto)

Lazo Blanco

Maleta de las masculinidades

Identificar situaciones en las que nos marcaron lo que debíamos hacer y lo que no por pertenecer a un género concreto. Mensajes directos o indirectos, verbales y vicarios. Pueden identificarse con objetos concretos

que se guardan en una maleta, bolso o mochila, del que se sacan para exponer en grupo.

Cicatrices

Dibujar una silueta humana de tamaño natural, donde cada persona del grupo dibuja donde tiene una cicatriz, explicando como se la produjo. Indagar en la posible relación de la cicatriz con alguna actividad asignada con su género. Atender a las formas en las que se construyen los relatos en cada género. Identificar tipos y zonas de cicatriz en función de los géneros.

La flor de los privilegios

Bien a través de la coloración diferenciada de los pétalos de una margarita a las que se le ha asignado una variable determinante en la mirada interseccional o también con el poema "Yo, a mi cuerpo", del grancanario Domingo Rivero, puede utilizarse como recurso para abrir debate sobre la vivencia corporal diferenciada entre hombres y mujeres.

La caja de la Masculinidad.

Instituto de Masculinidades y Cambio Social

Collage

El *collage* es un soporte de bajo coste, que no precisa grandes habilidades y permite expresar de forma muy flexible ideas complejas. Puede usarse como dinámica

posterior a una charla en la que se han trabajado conceptos más teóricos, para facilitar la comprensión y aplicación de los nuevos conocimientos, a través de casos y ejemplificaciones. Especialmente recomendado para trabajar estereotipos.

Estadísticas

Las bases estadísticas oficiales (INE, Istac) son una herramienta fundamental para desmontar bulos y falsas creencias. Un recurso apropiado para que el alumnado aprenda a manejarlas y a construir argumentos fundamentados.

Guía de recursos para profesionales que trabajan con adolescentes. Masculinidades no violentas. Instituto Canario de Igualdad, 2020.



Promoción de cuidados

Conflictos

Cambiar la mirada y conocer algunas técnicas puede ayudarnos a entender y vivir mejor los conflictos que se nos presentan en el día a día en distintas esferas de nuestras vidas: escolar, familiar, laboral...

Al igual que ocurre cuando nos ocupamos en otros procesos de enseñanza-aprendizaje y no tenemos recetas para aplicar, cuando nos encontramos ante un conflicto, tampoco.

No podemos olvidar que los conflictos son constitucionales al ser humano.

Están presentes en las relaciones sociales y tienen distintos niveles: **intrapersonal, interpersonal, grupal e intergrupales y/o sistémicas**; estos aparecen, generalmente, allí donde las personas sentimos que se limitan nuestras necesidades o vemos retada nuestra seguridad.

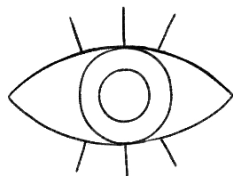
Existe una serie de creencias y hábitos alrededor de los conflictos que, en ocasiones, dificultan su resolución o transformación; desde estas páginas, les invitamos a empezar desde lo personal y cambiarnos las gafas con las que los miramos.

Empecemos por intentar responder a la siguiente pregunta: ante un conflicto, ¿qué está vivo en mí? ¿qué se me está moviendo?

Los conflictos, en el imaginario colectivo, tienen una connotación negativa y belicosa, relacionada con el enfrentamiento, la hostilidad, el malestar, la incomodidad.

Sin embargo, desde el trabajo de los conflictos, se parte del principio de que el conflicto tiene muchas funciones y valores positivos. Siguiendo a **Ramón Alzate**, "evita los estancamientos, estimula el interés y la curiosidad, es la raíz del cambio personal y social, y ayuda a establecer las identidades tanto individuales como grupales. (...) en un plano más concreto, el conflicto ayuda a aprender nuevos y mejores modos de responder a los problemas, a construir relaciones mejores y más duraderas, a conocernos mejor a nosotros/as mismos/as y a las/os demás." Eso sí, recordar que esta perspectiva no nos salva de encontrarnos ante situaciones

complejas, difíciles, de estancamiento y que incluso pueden llegar a ser destructivas si no las paramos a tiempo o pedimos intervención externa.



¿Por qué se dan los conflictos?

Los conflictos tienen naturaleza diversa, y pueden darse por uno o varios motivos. Antes de la escalada del conflicto, se dan una serie de indicios que tenemos que tener en cuenta.

¡Ojo con ellos!



Siguiendo a Moore (1994) y su propuesta del Círculo del conflicto, se han identificado cinco causas centrales de conflicto:

Conflictos de relación

Se sienten emociones fuertes con respecto al tema central del conflicto, prejuicios, estereotipos y/o expectativas sobre lo que ocurre y sobre la otra parte, falta de comunicación efectiva y las partes acumulan experiencias negativas con respecto al conflicto y entramos en un bucle de escalada progresiva del conflicto destructivo.

Conflictos de información

Información insuficiente para la toma de decisiones, diferentes puntos de vista sobre qué es lo importante, diferencias en la recogida e interpretación de la información.

Conflictos de intereses

Causados por la competición entre necesidades incompatibles o percibidas como tales. Desde la mirada de la escasez, las personas se posicionan con respecto a un bien (dinero, tiempo, recursos), a un procedimiento (formas de hacer) o a cuestiones psicológicas (confianza, reconocimiento, participación...) y suelen ser conflictos de suma cero, es decir, que los que ganan unas/os es a costa de lo que pierden otras/os.

Conflictos estructurales

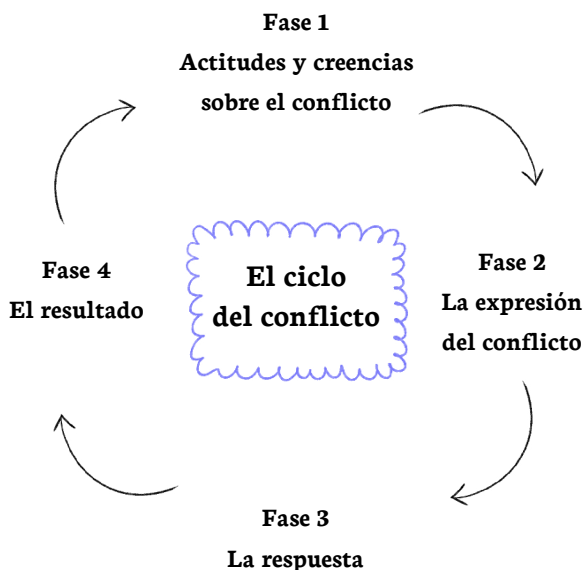
Entra en juego el poder. La percepción de desigualdad del acceso, control y disfrute de los recursos y los intereses con respecto a ellos, desequilibrios estructurales por razón de privilegios/perjuicios sociales. Aquí sería interesante activar la mirada de la interseccionalidad.

Conflictos de valores

Cuando los movimientos de una parte pueden poner en cuestión algún principio moral o ético a juicio de la otra parte del conflicto. Surgen por sistemas de creencias incompatibles o que se perciben como tal. Podemos diferenciar entre principios absolutos o relativos para la transformación del conflicto.

EL CICLO DEL CONFLICTO

Tomando como referencia la propuesta de **Ramón Alzate**, a continuación, nos acercaremos al ciclo del conflicto.



FASE 1 – Actitudes y creencias

¿Qué actitudes y creencias tenemos sobre el conflicto?

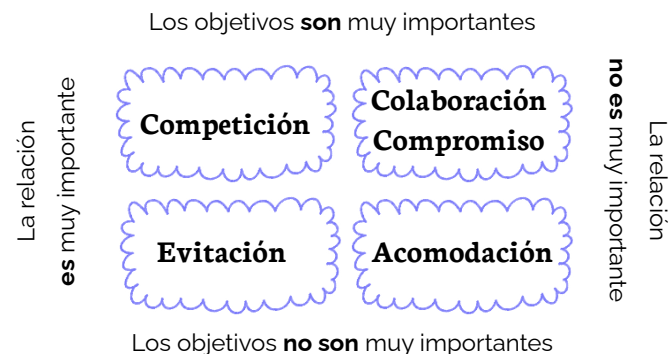
La socialización con el conflicto desde la infancia, los modelos y referentes que tenemos en nuestro contexto (y fuera de él), nuestras experiencias propias... afectan a nuestra respuesta ante un conflicto. ¿Sabemos manejar la diferencia?

FASE 2 – El conflicto

Cuando el conflicto se expresa y lo que parecía que no existía, estaba latente o potencial, "debajo de la alfombra", y pasa al plano primario, de lo que está ocurriendo, al plano consensuado porque todas las partes reconocen que se está dando un conflicto.

FASE 3 – La respuesta

Aquí es donde empezamos a actuar. ¿Cómo actúo yo? ¿Qué hago yo ante un conflicto? Nuestro sistema de creencias nos empuja a actuar de una forma u otra. Estas reacciones no son "naturales", sino aprendidas en las primeras etapas de nuestra vida.



FASE 4 – El resultado

La respuesta que demos a un conflicto nos llevará a un resultado, ¿estoy reproduciendo el mismo patrón?, ¿estoy siendo una persona creativa?, ¿estoy poniendo de mi parte para una transformación dialogada del conflicto?

¿Qué puedo hacer si quiero aprender de los conflictos, cambiar mis patrones y tratar de buscar una solución dialogada a los conflictos?

Desde estas páginas, nos acercaremos a las siguientes herramientas para el autoconocimiento, el diálogo, y, en definitiva, aprender a relacionarnos mejor. El importante recordar que no son recetas, que será necesario adaptarlas según la situación y el contexto y que podrán combinarse con otras herramientas existentes.



Enfoque “Tú ganas – yo gano” basado en la propuesta de Helena Cornelius y Shoshana Faire.

La Comunicación *Noviolenta* (CNV) como estrategia de Marshall B. Rosenberg.

La Intervención escolar centrada en soluciones como visión y metodología ofrecida por Marga Herrero de Vega y Mark Beyebach.

“TÚ GANAS - YO GANO”

El enfoque “tú ganas-yo gano” busca darle un giro a cómo resolvemos los conflictos.

Se plantea, en primer lugar, que busquemos más información acerca de la situación y que exploremos las opciones existentes antes de pensar en la solución final. Señala una serie de pasos a seguir hasta que lo incorporamos.

Paso 1 – Preguntemos

Por qué necesitan las partes lo que quieren. Retomemos las necesidades.

Paso 2 – Averigüemos

Dónde encajan las diferencias.

Paso 3 – ¿Cuáles son las opciones?

Diseñemos nuevas opciones, seamos creativos y creativas.

Paso 4 – Cooperemos

Lo hacemos mejor juntas y juntos. Somos compañeras y compañeros, no contrincantes y buscamos lo que es justo para el conjunto.

Invita también a realizar un mapa del conflicto con los siguientes apartados:

¿Cuál es el problema?

Descripción del tema en términos generales.

¿Quiénes son las personas implicadas?

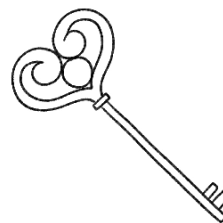
Identificación de las partes.

¿Qué desean las otras personas realmente?

Pongamos la honestidad en el centro y recordemos nuestras necesidades y temores.



Y, además, invita a pensar sobre lo siguiente para incorporarlo en estos pasos a seguir:



—**Activación de la empatía y reconocer las expresiones “asesinas de la comunicación”** (por ejemplo, las amenazas, las críticas, los juicios, el sesgo informativo, la manipulación, la persuasión...). Poner el foco en la comunicación.

—**La escucha activa o escucha profunda** (estar presente y ocuparte de lo que ocurre y no solamente esperar tu turno para hablar).

—**Exponer nuestro punto de vista** sin que esto provoque una actitud defensiva de la otra persona.

—**Asertividad.** Habla de ti misma/o y sácate los “deberías o tendrías que...”.

—**Invita a salir del Triángulo dramático de Karpman (víctima, verdugo/a, salvador/a)** y entrar en el triángulo del descubrimiento (enseñanza, mediación, aprendizaje).

— **Comunicación de emociones y sentimientos.**

—**Tener una actitud de ganas de resolver** los conflictos.

LA COMUNICACIÓN NOVIOLENTA



Es un estilo de comunicación basado en habilidades del lenguaje y la comunicación que refuerzan nuestra capacidad para conservar la humanidad hasta en situaciones complejas como pueden ser los conflictos.

Nos ayuda a pararnos y a guiarnos en nuestra forma de expresarnos y de escuchar a las demás personas. Invita a expresarnos con claridad y honestidad, prestando al mismo tiempo una atención respetuosa y empática en relación con las demás personas. Pone en el centro las necesidades de las personas.



El proceso de la CNV es el siguiente: observación, sentimiento, necesidades y petición.

Las preguntas que nos podemos hacer ante una situación o conflicto, y que podemos aplicar a cualquier esfera de nuestras vidas, son las siguientes.

¿qué veo/escucho?, ¿qué pienso de lo que estoy viendo/escuchando?, ¿qué siento con respecto a esto?, ¿cuáles son mis necesidades?, ¿qué puedo pedir para cubrir esta/s necesidad/es y estar mejor?

En líneas generales, la CNV nos invita a:

—**Observar sin evaluar y sin absolutos** (nunca, siempre...). Por ejemplo: *Dácil se enfadó conmigo ayer sin ningún motivo* conlleva una evaluación, una suposición, no sabemos qué pudo estar sintiendo Dácil en ese momento. Una observación sin evaluación podría ser *Dácil me dijo que estaba enfadada* o *Dácil se levantó del banco de forma brusca y sin despedirse.*

Practiquemos: Y estas frases, ¿qué serían, observación o juicio?: *Mi madre trabaja demasiado; Mi hermano después de comer nunca friega la loza; La profesora mandó tres trabajos para su asignatura, me parece súper exigente.*

—**Identificar y expresar nuestros sentimientos desde nosotras/os mismas/os** y no desde una interpretación de lo que han hecho las demás personas. Aquí nos referimos a la validación emocional de una/o misma/o y de las otras personas involucradas. Por ejemplo: *Siento que no me quieres* no sería la expresión de un sentimiento, estamos hablando de lo que creemos que la otra persona siente. Una expresión de un sentimiento sería *Me siento triste, me siento enyugado.*

En estos casos, ¿estamos expresando sentimientos? *Me siento entristecida cuando te marchas, Cuando no me saludas, me siento ignorado, Creo que eres un desagradecido.*

INTERVENCIÓN ESCOLAR CENTRADA EN SOLUCIONES

—Asumir la responsabilidad de nuestros sentimientos y diferenciarlos de nuestras necesidades. Por ejemplo: *Me irritas te lavas los dientes y dejas el lavabo sucio, eres un desagradecido*; asumiendo nuestra responsabilidad, podría ser: *Me siento irritado cuando dejas el lavabo sucio porque quiero tener el baño limpio cuando lo voy a usar, es importante para mí.*

Y aquí, ¿estamos asumiendo nuestra responsabilidad? *Estoy desanimada porque me habría gustado haber mejorado en esta asignatura, Me siento decepcionado porque me dijiste que ibas a hacerlo y no lo hiciste, Me siento enfadado cuando dices eso porque quiero respeto y recibo tus palabras como un insulto.*

—Formular peticiones concretas y no emitirlas como exigencias. Por ejemplo: *Me gustaría que fueras honesto conmigo acerca de la reunión de ayer.* En este caso, no se expresa con claridad una acción específica. Podría reformularse de la siguiente forma: *¿Me podrías decir cómo te sientes acerca de lo dije ayer en la reunión y qué te gustaría que hubiese sido diferente?*

Veamos las siguientes frases: ¿peticiones o exigencias?: *Me gustaría que me dejaras ser yo misma, Me gustaría que me respetaras más, Quiero que me cuiden más en casa.*

—Recibir lo que nos comunican las otras personas con empatía.

Esta metodología pone el centro en la construcción de soluciones y no tanto en la resolución de problemas y/o conflictos.

Tiene un enfoque constructivista y construccionista, en la línea de la mayoría de los planteamientos pedagógicos modernos. Parte de que la realidad es construida por cada persona, a partir de sus peculiares condicionantes culturales, históricos, biográficos y biológicos. Asimismo, plantea que la realidad social se coconstruye en la interacción y la comunicación; las personas construimos esta realidad, no está ahí fuera, y se hace desde nuestros condicionantes y mediante el uso del lenguaje de la interacción. Lo que ocurre depende, en buena medida, de cómo las vemos, las gafas que nos pongamos y del modo en que hablamos de ella.

**[...] la realidad social
se coconstruye en la interacción y la comunicación;
las personas construimos
esta realidad [...]**

La IECS ofrece dejar de lado el etiquetaje y jugar a otros lenguajes desde la convivencia, la diversidad, la inclusión y para la transformación sociocultural que nos beneficie a todas las

personas. Transmite esperanza y confianza en la capacidad del cambio, privilegiando los cambios pequeños y centrado en las personas desde el respeto y la aceptación. Es flexible y se puede combinar con otras técnicas y planteamientos.



La Intervención escolar centrada en soluciones facilita las siguientes herramientas para la intervención:

1. La atención

Instrumento básico especialmente en la gestión de la conducta. La idea es que aquellas conductas a las que prestamos atención tienden a aumentar, mientras que disminuyen las que ignoramos.

2. Tres herramientas conversacionales:

(P)

Las preguntas, que junto con la escucha activa, tienen un efecto transformador.

(PA)

Las paráfrasis, es decir, repetir ciertas expresiones, frases o palabras que la otra persona ha dicho, sirven para que la otra persona se sienta entendida desde un terreno común y para encauzar la conversación hacia la construcción de soluciones.

(E)

Los elogios, destacan lo positivo y consolidan las mejoras. Es importante ir a lo concreto, ser proporcionada/o y que sea personalizado.



Ejemplos extraídos del manual:

Profesorado:

(P) *“¿Por qué no pueden atender ni diez minutos seguidos?”* Presupone que el alumnado no atiende “ni diez minutos”, que no atienden porque no pueden hacerlo. Transmite un mensaje de incapacidad del alumnado. En cambio, *“¿Cómo consiguieron atender este rato?”* Presupone que el alumnado sí que atendió y que consiguieron una forma de atender; transmite un mensaje de competencia al alumnado.

(P) *“¿Cuál es el problema, en qué puedo ayudarte?”* presupone que hay un problema, la responsabilidad se co-

loca en la profesora. Sin embargo, "*¿Qué te gustaría llevarte de esta conversación?*" Presupone que la conversación puede servir para algo y la responsabilidad es compartida.

(Pa) "*¿Qué cosas han ido mejor esta semana? - Me siento más tranquila, aunque igual estoy menos centrada. - Algo más tranquila, ¿en qué lo notas?*" Parafrasea la afirmación referida hacia la proyección.

(E) "Muy bien, Idafe y Gara, colocaron los juguetes en su sitio y en orden y no se dejaron los legos por fuera. Les felicito."

3. La creación de marcas de contexto

A fin de mantener un marco espacio-temporal adecuado para la intervención. La intervención tiene que darse en un contexto con unas reglas y unos acuerdos.

Referencias bibliográficas y recursos

Conflictos

ALZATE, R. (2000). *Resolución del conflicto*. Mensajero: Bilbao.

CEMBRANOS, F. y MEDINA, J. (2011). *Grupos inteligentes. Teoría y práctica del trabajo en equipo*. Popular: Madrid.

CORNELIUS, H. y FAIRE, S. (2017). *Tú ganas yo gano. Cómo resolver conflictos creativamente*. Gaia: Madrid.

DITTMAR, V. (2018). *Emociones y sentimientos. Manual de uso*. Est: Granada.

HERRERO DE LA VEGA, M. y BEYEBACH, M. (2018). *Intervención escolar centrada en soluciones*. Heder: Barcelona.

MINDELL, A. (2014). *Sentados en el fuego. Cómo transformar grandes grupos mediante el conflicto y la diversidad*. DDX: Bcn.

ROSENBERG, M. (2011). *Resolver los conflictos con la Comunicación NoViolenta*. Acanto: Barcelona.

ROSENBERG, M. (2016). *Comunicación NoViolenta. Un lenguaje de vida*. Acanto: Barcelona.

RECURSOS

Guía para el diálogo y la resolución de conflictos en familia. Ayuntamiento de Leioa.

Mediación y resolución de conflictos. Programación didáctica. Gobierno de Navarra.

Teoría del conflicto, Ramón Alzate.

Promoción de cuidados

Cuidados y corresponsabilidad

**¿Qué necesitamos las personas para estar vivas?
Desde que nacemos, requerimos de cuidados
para nuestra supervivencia.**

Somos vulnerables, interdependientes y ecodependientes: dependemos de las demás personas y de los recursos que nos ofrece el planeta para la sostenibilidad de nuestras vidas. Somos un entramado de cooperación, cuidados y solidaridad entre los ecosistemas. Y, ¡ojo!, vivimos en un planeta con recursos finitos y la rueda de consumo en la que nos movemos en este modelo productivo y de desarrollo podrá colapsar si no frenamos en consumo desorbitado y avanzamos en y desde la Ecología social y crítica.

Tiempo, trabajo, afectos... en resumen: cuidados. Cuidados desde que nacemos hasta que nos morimos, pasando por momentos de necesidades específicas como alguna enfermedad o por tener diversidad funcional; cada momento requiere de unos específicos.

¿Quién nos cuida?

Contemos los cuidados. Una experiencia social para visibilizar los cuidados.

Históricamente, las mujeres han sido quienes se han dedicado al trabajo de cuidados de la infancia, de personas dependientes, mayores y enfermas, hasta de sus parejas.

Pero, ¿cuidar es un trabajo?

Efectivamente, y ha sido gracias al movimiento feminista que por fin estamos empezando a reconocer que cuidar es un trabajo, aunque sin relación laboral entre las partes; es un trabajo invisibilizado, no remunerado, relegado a la esfera privada, que no requiere formación porque se entiende, en el imaginario, que *las mujeres nacemos ya sabidas para ello*. (Eso sí, sin querer desvalorizar el trabajo productivo, pero creemos que no es suficiente para sostener y vivir la vida que soñamos).

*[...] se entiende, en el imaginario,
que las mujeres nacemos
ya sabidas para cuidar.*

*Según Victoria Vázquez,
los cuidados son ese conjunto
de actividades sociales e indivi-
duales que contribuyen
al bien público [...]*

Les convidamos a pensar: ¿acaso es tan fácil que no falte de nada en la despensa o un plato de comida en la mesa? ¿no es una ocupación el que no se pase ninguna cita médica de ningún miembro de la familia? ¿y el cole de las niñas? Según **Victoria Vázquez**, los cuidados son ese conjunto de actividades sociales e individuales que contribuyen al bien público y a la sostenibilidad de la vida. También, en este video, **Amaia Pérez Orozco** lo explica de forma clara y sencilla:

Los cuidados son la cara B del Sistema.

Por otro lado, podemos decir que ya las mujeres trabajamos, que nos hemos adentrado en el mercado laboral productivo. La respuesta es afirmativa. Sin embargo, lo hemos hecho en condiciones de desigualdad: sólo hace falta acercarnos a las cifras del **Instituto Nacional de Estadística (INE)**, ver los sectores más precarizados y su coincidencia con la feminización de éstos además de la brecha salarial. Sin embargo, esto no significa que hayamos dejado de cuidar una vez se termina nuestra jornada laboral: existe una doble jornada u otra mujer migrante, que se encarga de ello.

*Economía de cuidados como base invisible de la violencia.
Pikara Magazine*

Esto último es lo que se conoce como la **cadena mundial de cuidados**, que ocurre cuando una mujer deja a sus hijos e hijas a cargo de otra mujer en su país de origen y migra, generalmente a un país (o región) de más al Norte para cuidar de otras personas. Estas mujeres suelen estar en condiciones administrativas y laborales de precariedad, con contratos de trabajo prácticamente inexistentes, sufriendo enfermedades laborales no reconocidas y algunas, como las trabajadoras internas, en situación de semiesclavitud.

*[...] las mujeres trabajamos [...]
esto no significa que hayamos de-
jado de cuidar una vez se termina
nuestra jornada laboral*

*Cuidado resbala, documental sobre las empleadas
domésticas*

Overseas: Esclavas del S.XXI

¿Y esto, a qué se debe?

Desde la óptica dominante, economía se entiende únicamente como aquello que regula las labores productivas por las que se cobra un salario; por tanto, cuando no hay intercambio económico, no sería economía y no sería trabajo. Esta diferenciación supone una especialización de los

trabajos por género: las mujeres se dedican al trabajo reproductivo, doméstico o de cuidados, en el espacio privado, y los hombres a las labores productivas en el espacio público.

Sin embargo, como hemos ido viendo, sí es trabajo. Todo esto es fruto de la división sexual del trabajo, entendida como la distribución social de las tareas por razón de género, es decir, por los roles tradicionales que se asignan a unas o a otros. Es una construcción social que, además, se traduce en jerarquías de poder y, por tanto, en desigualdad.

Por lo tanto, al ser una construcción sociocultural, el género es contextual, relacional dinámico, y por ende, se puede transformar. Y desde el espacio educativo tenemos mucho que hacer.

LA PEDAGOGÍA DE CUIDADOS

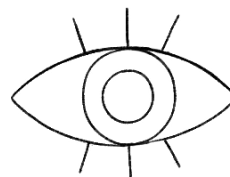
“Si la Ética de la Justicia nos recuerda la obligación moral de no actuar injustamente con las otras personas, la Ética del Cuidado nos recuerda la obligación moral de no abandonar, de no girar la cabeza ante sus necesidades”. **Irene Comins**.

Cuando aterrizamos el paradigma del cuidado, entendido como los sistemas, relaciones, políticas e iniciativas que ponen la sostenibilidad de vida en el centro, en la esfera educativa, lo hacemos desde la Pedagogía de los cuidados, de la mano de la ética del cuidado y de la justicia social con un enfoque de derechos. Esto se traduce en educar para la co-

responsabilidad, entendida como el reparto equitativo de las tareas de cuidados (criar, alimentar, cocinar, limpiar, coser, fregar, lavar, hacer la lista de la compra, apuntar citas médicas y reuniones escolares, sentarse a hacer los deberes, escuchar, atender, acompañar, gestionar los gastos, consolar, comprar los regalos...) entre las personas que conforman la unidad familiar y la comunidad y el entorno, y jugando su papel las administraciones públicas.

Hay que educar para la corresponsabilidad, entendida como el reparto equitativo de las tareas de cuidados.

Asimismo, señalar que podemos aprender a cuidar desde la infancia, pero llevar a cabo estos cuidados, es importante recordar que cada edad tiene su parte y su responsabilidad.



y... ¡Ojo con el lenguaje! No “ayudamos a” sino “hacemos conjuntamente”.

Me lo podías haber pedido. Cómico de Emma Clit.

El eje central de los procesos de enseñanza-aprendizaje en esta pedagogía es la **coeducación**, entendida como el ir más allá de la escuela mixta y que, como dice Marina Subirats, supone una transformación cultural con respecto al género como categoría social. Porque sabemos que los roles y mandatos de género generan violencias y, por supuesto, no benefician a nadie.

Así, la coeducación promueve la igualdad real entre todas las personas desde el respeto a la diversidad e impulsando la libre elección de las niñas y los niños para elegir qué persona quieren ser. Es transformar nuestra propia mirada y la mirada de las demás personas hacia los procesos sociales y educativos, reflexionar y cuestionar los modelos sociales y de género que hemos aprendido y que reproducen la desigualdad. Es educar en ciudadanía global, en derechos y libertades y para la sostenibilidad de la vida.

Pueden encontrar también una definición más amplia en el *Diccionario de Educación para el Desarrollo*. De Hegoa y otras definiciones con respecto a la Educación para el Desarrollo.



Educar para los cuidados y para la corresponsabilidad es hacerlo desde una mirada autocentrada en el contexto que habitamos, en este caso en Canarias, y partiendo de nuestra realidad más cercana, tomando conciencia de cómo vivimos, cómo nos organizamos, conocer nuestro contexto y mirar, desde un enfoque centrado en soluciones, a un horizonte más equitativo, ético y democrático.



EDUCANDO EN LOS CUIDADOS ES...

Algunas reflexiones:

—**Incrementar el cuidado como capital social**, necesario para que posibilite la sostenibilidad de la vida. Recibir cuidados es decisivo para el bienestar humano y para el aprendizaje.

—**Posibilitar** en las instituciones educativas (y familiares) que las y los estudiantes adquieran conocimientos y habilidades para responder a las responsabilidades familiares y cuidados de las otras personas.

—**Cuidar y ser cuidado/a** para la construcción de un futuro compartido, democrático y participativo, desde otro modelo social y productivo.

—**Crear capital humano:** desarrollo de habilidades emocionales y cognitivas para la escucha y la comunicación y el apoyo mutuo.

—**Desarrollar competencias para la vida en todas sus dimensiones:** personal, laboral, comunitaria, cultural, doméstica, recreativa y espiritual.

—**Ser motor de apertura** para el reconocimiento de las mujeres y el trabajo históricamente realizado por ellas y trascender los roles de género asignados al nacer.

—**Reconocer** la eco e interdependencia y la vulnerabilidad humanas como parte constituyente de la ciudadanía. El cuidado como valor, práctica y forma de vida.

—**Formar una cultura** para el autocuidado, el cuidado de las otras personas y el cuidado de los comunes y el planeta para la sostenibilidad de la vida desde la responsabilidad social y colectiva.

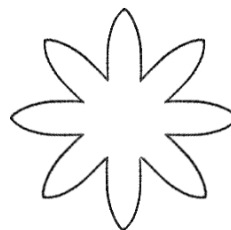
CUIDANDO QUE ES VIVIENDO

Como hemos ido viendo, todas las personas tenemos necesidad de cuidados. Hacer el ejercicio de aprender a dar, como aprender a recibir, y reconocernos como vulnerables, ecodependientes e interdependientes, es una tarea por seguir realizando en la construcción de una sociedad más justa e igualitaria. Con respecto a la construcción de las mas-

culinidades, es importante sensibilizar y concienciar a los niños, adolescentes y adultos, que cuidando y dejándose cuidar, ganamos todas las personas. Acerquemos, también, los distintos niveles del cuidado: autocuidado, cuidado de las otras personas y cuidado de los comunes y del entorno.

Para el autocuidado

Para el autocuidado, además del sueño, de una buena alimentación y de hacer ejercicio físico, el autoconocimiento y la validación emocional, el Instituto Canario de Igualdad nos sugiere lo siguiente:



Decálogo

Cuidate. ¡No esperes más!

Para el cuidado de otras personas

Con respecto al cuidado de las otras personas, además de la comunicación, la comunicación asertiva, la escucha y el diálogo, fomentemos la empatía y el apoyo mutuo, aprendamos a movernos en la diferencia y transformemos el conflicto hacia las soluciones y no hacia los problemas.

En el hogar

Y en nuestras casas, corresponsabilidad. Repensemos la organización de los espacios compartidos. Haciendo un mapeo de mi día a día en mi hogar. ¿quién hace qué?:

Corresponsabilidad - Jornadas internacionales de Autocuidado. Instituto Canario de Igualdad



Intentemos responder a estas preguntas:

¿Qué hago desde que me levanto hasta que me acuesto? ¿Qué actividades realizo? ¿Cuánto tiempo le dedico a ellas?

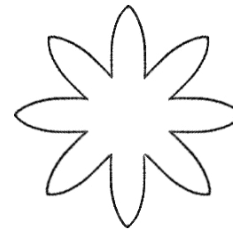
¿Qué necesidades tengo a lo largo de todo un día? ¿Cuáles tienen que ver con el cuidado? ¿Quién realiza las tareas necesarias para poder cubrir estas necesidades?

En momentos de tristeza, alegría, o necesidad de afecto, *¿quién me acompaña? Y yo, ¿acompañó cuando lo necesitan?*

Cuando voy al baño y las toallas están listas para secarme, *¿quién las recogió, lavó y colocó? ¿quién repone el papel higiénico? ¿a quién le preguntas dónde está el cortauñas?*

Al abrir la nevera y verla llena, *¿quién hizo el trabajo de comprar y reponer? ¿y de guardar lo que sobró del puchero en un tupperware y congelarlo? ¿y de ponerle la merienda en la mochila al niño para el colegio?*

El ICI nos hace estas recomendaciones:



Decálogo

Corresponsabilidad en el hogar

El cuidado de lo más global

Y con una mirada más global, el cuidado de los comunes y del planeta. Es importante enlazar los cuidados socioambientales con el autocuidado y el cuidado de las otras personas, poniendo en el centro la ecología, la soberanía alimentaria y el consumo de proximidad o de km0:

¿Qué relación tengo con mi entorno y con el planeta? ¿Cómo es mi consumo? ¿A qué le dedico mi tiempo?

Referencias bibliográficas y recursos

Cuidados y corresponsabilidad

PÉREZ, A. (2017). *Subversión feminista de la economía*. Traficantes de sueños: Madrid.

FEDERICI, S. (2021). *El patriarcado del salario*. Traficantes de sueños: Madrid.

Jornadas internacionales de autocuidado y corresponsabilidad. Instituto Canario de Igualdad.

Campaña de autocuidado y corresponsabilidad. Instituto Canario de Igualdad.

InteRed, material de pedagogía de los cuidados.

RECURSOS

Documentales

La isla de las flores

Miradas ecofeministas para revertir la guerra contra la vida, Yayo Herrero.

Manual de Autocuidado. Instituto Canario de Igualdad.

Mala de acostarme. Guía de (auto)cuidados.

Guías

Pedagogía de los cuidados. Aportes para su construcción. InteRed.

Programa perteneciente al *Marco Estratégico de Actuaciones en Políticas de Igualdad de Género Tenerife Violeta*, y sus *actividades con ficha de trabajo*. Cabildo de Tenerife.

La corresponsabilidad también se enseña. STES-Intersindical.

Guía sobre corresponsabilidad para hombres. Gizardatz.

Guía Paso a paso. Corresponsabilidad en los hogares.

Gobierno de Chile.

Guía de Corresponsabilidad en el cuidado.


Gobierno de Chile.

Recursos educativos para la sostenibilidad.



Gobierno de Canarias.

Documentación anexa

Decálogo #Corresponsabilidad en el hogar




1. **No den por hecho el reparto de tareas: organicen en común**
2. **Hay tareas invisibles: haz una lista de todo, incluye quién hace el listado, reparte las tareas**
3. **Como mínimo, sé responsable de lo tuyo y comparte lo común**
4. **Colabora en las labores repetitivas o cotidianas**
5. **Si no sabes, pregunta, infórmate y aprende**
6. **Enseña lo que sabes. Sé paciente con quien aprende**
7. **Acaba lo que empiezas. Intenta dejar los espacios mejor que los encontraste**
8. **No hagas solo las tareas “que te gustan” y dejes el resto a otra persona**
9. **Si no lo hiciste tú, alguien lo hizo por ti**
10. **El cuidado emocional es imprescindible: cuida y déjate cuidar**





Decálogo
Corresponsabilidad en el hogar
Instituto Canario de Igualdad

Decálogo #Cuídate ¡No esperes más!



1. **Tu descanso es oro. Respétalo.**
2. **Trata tu cuerpo como tratarías a tu mejor amiga: con amor.**
3. **Revisa tu diálogo interior. Dime cómo te hablas y te diré cuánto te cuidas.**
4. **Pon límites. No tienes que hacer todo lo que puedes hacer.**
5. **Si te sientes sobrepasada, deja de hacer una sola cosa, la menos urgente.**
6. **Haz cada día, al menos, una cosa que te produzca placer.**
7. **Permítete y perdónate fallar. No tienes que ser perfecta siempre.**
8. **Cuida tus redes. Crea lazos libres con otras personas.**
9. **Toma un tiempo diario solo para ti.**
10. **¿Estresada? Muévete, estírate, bosteza.**



Decálogo
Cuídate, ¡No esperes más!
Instituto Canario de Igualdad



Cómo hablar de sexualidad con jóvenes y adolescentes

¿De qué hablamos cuando hablamos de educación sexual?

La importancia que tiene para las personas el desarrollo de sus sexualidades, contrasta con la educación y la atención a la misma que se vienen realizando.

Por una parte, podemos observar como se sustenta a través de actuaciones puntuales, quedando a voluntad de algunas/os profesionales, -del ámbito socioeducativo y sanitario, principalmente- que, además, carecen de coordinación entre si. Por otra, el enfoque que se utiliza en el trabajo con jóvenes y adolescentes, en muchas ocasiones está centrado en un modelo preventivo e higienista, que trata sobre todo la anticoncepción y la prevención de embarazos no planificados y de infecciones de transmisión sexual.

Intervenir desde este prisma es hacerlo tarde, desde la urgencia y el miedo, sin tener en cuenta sus inquietudes y sus necesidades. Este modelo, está lejos de proporcionar herramientas que les permitan reflexionar, tomar decisiones de manera autónoma sobre su bienestar, quererse y aceptar-

se como son, aprender a cuidarse y a cuidar a las personas con las que se relacionan y a disfrutar sin asumir conductas de riesgo.

Pero, entonces ¿de qué hablamos cuando hablamos de educación sexual?

Se trata de una herramienta que permite y ayuda a las personas a conocerse, a aceptarse tal y como son, y a expresar su erótica de una manera saludable y satisfactoria. Esto incluye a todas las personas con sus características, capacidades y necesidades concretas (*Begoña, Izquierdo y Vara, 2020*).

La sexualidad es inherente al ser humano, uno de los aspectos a atender en el desarrollo integral de las personas, que está presente desde que nacemos y nos acompaña a lo largo de toda la vida hasta que morimos. Las sexualidades tienen que ver con el "cómo somos", "cómo nos vivimos"

y “cómo nos expresamos”, de ello deriva la importancia y la necesidad de la educación sexual.

Como no hay una persona igual a otra, no existe una sexualidad igual entre sí. Y es por esto que hablamos en plural de las sexualidades.

La sexualidad es inherente al ser humano, [...] que está presente desde que nacemos y nos acompaña durante toda la vida hasta que morimos.

Todas las personas son, se viven y se expresan como sexuadas, cada una con sus peculiaridades, este es el **Hecho Sexual Humano**, el marco que nos va a ayudar a desgranar y poner en valor la diversidad. Este marco tiene tres registros diferenciables pero que se viven como un todo por cada persona: **la sexuación, la sexualidad y la erótica** (Azqueta, 2014).

Sexuación

Cómo somos. Es un proceso que hace referencia a los elementos estructurales del sexo que van desde la fecundación hasta la muerte. El sexo es el soporte biológico mediante el cual las personas se conforman como macho o hembra a través de diferentes niveles como las gónadas, los cromosomas, las hormonas, los genitales, etc. donde también

existen zonas intermedias. Con estas últimas nos referimos a las **personas intersexuales**, cuyos caracteres sexuales no se corresponden con el binarismo hombre-mujer, sino en una amplia gama de variaciones naturales del cuerpo. Según la iniciativa de la *Oficina de Derechos Humanos de Naciones Unidas, ONU Libres e Iguales*, nacen entre un 0,05% y 1,7% de personas con rasgos *intersex*. Como dato curioso, el porcentaje más alto de este umbral es similar al de personas pelirrojas.



Sexualidad

Cómo nos vivimos. Es referente al modo de expresarse y a la vivencia subjetiva de la condición sexuada. Es una construcción subjetiva y personal de la peculiar manera de ser y sentirse mujer u hombre, de las diversas formas de vivirse como seres sexuados. Esta vivencia también se refiere a las orientaciones sexuales gay, lesbiana, asexual, bisexual o heterosexual, así como a las identidades de género.

Erótica

Cómo nos expresamos. Tiene que ver con cómo expresamos todo lo anterior. A través de las fantasías, los deseos y los gestos (o conductas). También está relacionada con el sistema de valores y creencias de cada cual, las emociones, los sentimientos y mucho más.

Todo ello, está directamente relacionado con la sociedad en la que nos criamos, vivimos e interactuamos con el resto de las personas que tenemos alrededor, con el ambiente que nos rodea. Cómo expresamos en estos términos el sexo, la sexualidad y la erótica, están por tanto, influenciadas por una serie de normas, creencias y prácticas que están arraigadas en la sociedad, encontrando así diferencias sobre la expresión y las vivencias de estos registros en cada lugar del planeta.

¿SOBRE QUIÉN RECAE LA RESPONSABILIDAD DE LA EDUCACIÓN SEXUAL?

Como dice el proverbio africano *“para educar a un niño hace falta la tribu entera”*. Con funciones distintas, cada cual desde su lugar y con sus herramientas, las familias, los centros educativos, profesionales de la salud y de la sexología, del ocio y del tiempo libre debemos cooperar en la educación de las sexualidades desde la infancia.

***“Para educar a un niño
hace falta la tribu entera”.***
Proverbio africano.

El alumnado, los hijos y las hijas, viven rodeados/as de estímulos y de información que llega de diferentes fuentes: desde los medios de comunicación, sus grupos de iguales,

internet, productos culturales como las series y las películas desde los que les llegan modelos que, con frecuencia, muestran una visión distorsionada de las relaciones sexuales y amorosas, representaciones poco realistas y superficiales (López, 2017).

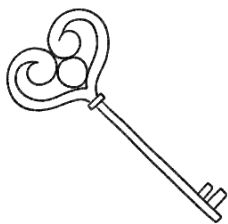
Todo a su alrededor habla de sexualidad, por esto los referentes cercanos y quienes acompañamos en su desarrollo debemos romper el silencio para ofrecerles información veraz, de calidad y entornos de confianza en los que apoyarse.

Las familias

Las familias juegan un papel central en cuanto a núcleo donde sus hijas e hijos experimentan y aprenden la relevancia de las relaciones amorosas. Frente a los modelos de los que hablábamos, están las familias ofreciendo otros modelos de referencia. No importa que vivan en pareja, que sean familias reconstituidas con descendencia de relaciones anteriores y que inician una nueva convivencia como familia, que sean abuelos y abuelas encargados de su crianza o que sean parejas separadas, donde la forma que tengan para comunicarse y gestionar los conflictos, aunque ya no compartan una relación amorosa, sea clave para no hacer daño a sus hijas e hijos. En resumen, mostrar modelos de relación basados en la igualdad, el respeto, el afecto y el afrontamiento de los conflictos.

***No pasa nada
por responder “no lo sé”***

Muchas familias se ven poco capacitadas y con carencia de recursos para afrontar la educación sexual de sus hijas e hijos. Hay que dejar claro que no pasa nada por responder “no lo sé”. Esto les va a pasar en cualquier tema de cuestiones que les pregunten y que no van a poder responder por desconocimiento, por ello lo relativo a la sexualidad no es diferente.



Algunas claves que pueden ayudar en la comunicación:

—**Estar disponibles**, mostrar interés por sus inquietudes, que sepan que están cuando lo necesitan, y hacerlo sin juzgarles.

—**Contarles la verdad**, admitir que no lo saben pero que se comprometen a buscar la información y a retomar la conversación para dársela.

—**Hablar con naturalidad**, expresándose como sepan y mostrándose como son.

—**Asumir que van ganando autonomía** para tomar sus propias decisiones, también sobre la expresión de sus sexualidades, según van haciéndose personas adultas. Esto

también conlleva educar en la asunción de responsabilidad sobre sus propios actos.

Desde la educación formal, la educación sexual no está alejada de los valores que se promueven en los centros educativos: el respeto hacia las y los demás, reconocer y defender la diversidad, el trabajo cooperativo, la solidaridad, el trato igualitario entre el alumnado y el profesorado, el fomento de la convivencia en una sociedad plural. Por ello, son tan importantes la ética, la educación para la ciudadanía y la filosofía en el aula como lo son las matemáticas, la física y la química.

A grandes rasgos, entre los objetivos de la educación y atención a las sexualidades con jóvenes y adolescentes están:

—**Contribuir a que aprendan a conocerse**, a aceptarse y a expresar la erótica de manera que les genere bienestar. Transmitir valores relacionados con la comunicación, el respeto, el compartir, la autoestima y el placer.

—**Dar una visión amplia de la sexualidad**, usando como marco el Hecho Sexual Humano.

—**Descubrir que hay muchas formas de dar placer y de disfrutar**, sin necesidad de asumir riesgos innecesarios y/o no deseados.

—**Visibilizar** la diversidad de opciones y vivencias.

—**Cuestionar** los viejos y los nuevos mitos de la sexualidad, fomentando la autonomía en la toma de decisiones.

—**Promover la reflexión** en torno a la prevención y la responsabilidad en las relaciones sexuales, impulsando una visión más amplia y positiva de la sexualidad.

Los beneficios que aportan estos objetivos se pueden resumir en: saber cómo son los cuerpos ya que no hay dos personas iguales, conocer la respuesta sexual humana, los cambios que se viven a lo largo de la vida. Conocerse y aceptarse, reconocerse en el plural de la diversidad como un ser peculiar y único, sentirse digno de ser querido. Saberse capaz de dar, recibir y sentir placer y afecto y, con mucha probabilidad, con capacidad también de reproducirse si se desea.

Con la información adecuada, las personas pueden dejar de percibir sus realidades como problemáticas para vivirlas de manera más satisfactoria y en libertad.



Algunas claves para llevar a cabo la puesta en marcha de estos objetivos en el trabajo con grupos, o en la intervención educativa (García, 2015) son:

—**Tener en cuenta a todo el mundo:** evitar las generalizaciones y los estereotipos, poniendo en valor el respeto a la diversidad y las peculiaridades. En un grupo de adolescentes no debemos hablar como si todas y todos tuvieran actividad sexual, tampoco dar por sentada la *presunción de heterosexualidad*, el origen de procedencia, la religión o que no haya participantes con diversidad funcional, entre otras muchas cuestiones.

—**Fomentar la autonomía en la toma de decisiones propias:** no tienen cabida los juicios de valor ni los modelos buenos o malos. Sí que la tienen el respeto hacia sus vivencias y la satisfacción que les reporta, siempre que no se hagan daño a sí mismas/os ni a otras personas.

—**Reconocer los límites:** al igual que las familias, el personal docente y las/os profesionales no lo saben todo. Reconocer que no tenemos respuesta a una pregunta o que se tiene que consultar no resta profesionalidad ni calidad a la intervención. Lo importante es cumplir con el compromiso de volver con una respuesta o con un recurso adecuado al que la persona que planteaba la duda pueda acudir.

—**Cuidar el lenguaje:** que es una herramienta básica para aprender a nombrar las cosas, proponer conceptos y trabajar sobre ideas en torno a las sexualidades, también sirve para

visibilizar realidades (lo que no se nombra no existe) y para que todas las personas del grupo puedan sentirse incluidas.

—**No problematizar:** el hecho sexual humano tiene más cosas positivas y cultivables que miserias. Lo que se pretende es incentivar la satisfacción y la felicidad de las personas.

—**Aunar los objetivos con los intereses:** habrá que integrarlos para poder realizar una intervención coherente, en la que se vean logrados los objetivos que se persiguen y se atiendan los intereses y demandas del grupo al que se dirigen. Una buena estrategia, siempre que se tenga oportunidad, es hacer un cuestionario previo a la intervención donde comenten de forma anónima qué quieren saber.

ALGUNAS DE LAS DUDAS QUE PLANTEAN JÓVENES Y ADOLESCENTES

Cuando se generan espacios de confianza, donde tienen la oportunidad de preguntar, la aprovechan bien. Los temas más recurrentes se pueden agrupar en:

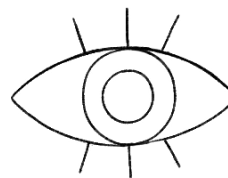
Relaciones sexuales: enfocado en las prácticas e inquietudes sobre los encuentros eróticos y el placer, la *primera vez* y el dolor en relación a la misma.

La prevención de riesgos, sobre las infecciones de transmisión genital y de los embarazos no planificados.

Los métodos anticonceptivos, su variedad y la eficacia que tienen.

La diversidad en la orientación del deseo y la identidad de género.

Estas dudas que plantean, siguen estando plagadas de mitos -viejos y nuevos- y de falsas creencias, pues las fuentes a las que acuden normalmente para resolverlas no son las más veraces, encontrándose con una expresión de la erótica normativa, heterosexual y coitocéntrica. Muy alejada de hacer que la mayoría de personas se sientan incluidas en este modelo.



Algunos de esos mitos y falsas creencias que cuestionan son:

—Que la sexualidad son las relaciones sexuales, entendidas como prácticas eróticas coitales.

—Las relaciones sexuales se enfocan en la genitalidad.

—La genitalidad implicada sólo en el coito.

—El coitocentrismo como única fuente de orgasmos y, los orgasmos, como objetivo finalista.

—"Llegar hasta el final", entendiendo este final como una relación coital.

—Ver la actividad sexual como una necesidad para el bienestar.

FRENTE A LOS MITOS Y LA DESINFORMACIÓN, LA EDUCACIÓN SEXUAL COMO DERECHO HUMANO.

No son pocas las iniciativas internacionales en las que se refleja y reivindican la necesidad y el derecho a la educación sexual de calidad, para el desarrollo del ser humano.

Desde *La Convención sobre los Derechos del Niño*, que es el tratado internacional adoptado por la Asamblea General de Naciones Unidas, pasando por la propia **Asociación Mundial para la Salud Sexual** (*World Association for Sexual Health*), donde ponen a disposición sus conocimientos la sociedad científica, las ONG's y las asociaciones de profesionales en el campo de la sexualidad humana destacan, en su *Declaración de los Derechos Sexuales*, el derecho a la educación integral de la sexualidad, apropiada a la edad y con acceso a información veraz, entre otros.

Hasta llegar a los diversos instrumentos legislativos con los que contamos, que manifiestan la obligación del sistema educativo español a incluir entre sus fines la eliminación de los obstáculos que dificulten la plena igualdad entre mujeres y hombres y la obligación de poner en práctica modelos de escuela coeducativa.

También se recoge de forma específica en nuestra realidad más cercana, en la **Ley 1/2010, de 26 de febrero, Canaria de Igualdad entre Mujeres y Hombres**, que la Administración educativa abordará los contenidos relacionados con la educación afectivo-sexual, con una perspectiva de género.



Una vez aclarado que la Educación Sexual forma parte de los Derechos Humanos y que la legislación así lo avala, aprovecho para recordar que **el objetivo de la educación sexual es que las personas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica de forma que sean felices y que disfruten** (de la Cruz, 2003). **Impedir que esto ocurra es vulnerar un derecho.**

SOBRE RESPONDER DUDAS Y GENERAR PREGUNTAS

De poco sirve responder preguntas sobre cualquier tema si no se da pie a fomentar la curiosidad y el pensamiento crítico, animando a buscar las respuestas válidas para la vivencia de cada cual.

En el caso de la educación sexual, se debe aprovechar para no cerrar la pregunta, para generar otros interrogantes. Esto puede ser de utilidad para poner sobre la mesa más cuestiones de interés. Por ejemplo, hablando sobre el mito de la relación erótica finalista enfocada en el coito, podemos hablar de prácticas aconceptivas que no conlleven riesgos, (se trata de las prácticas en un encuentro erótico que no conllevan penetración ni contacto entre genitales: masturbación, caricias, besos, masajes y todo un mundo de posibilidades, vaya), del placer más allá de la penetración, entre otras cuestiones.

Otra opción para que busquen sus propias respuestas es dar recursos para que puedan leer o ver, materiales de calidad para que reflexionen por ellas y ellos mismas/os. Al final de esta guía encontrarás algunos que te pueden servir.



A continuación, tienes un pequeño guión que se puede usar a modo de argumentario, para desmontar los mitos y las falsas creencias o para iniciar un debate en casa o en la escuela entorno a los mismos (Asesoría juvenil sobre sexualidad, *Asexórate a gusto*, 2018):

—**La sexualidad no tiene por qué ir ligada a la reproducción,** aunque para reproducirse sea necesario mantener relacio-

nes sexuales coitales (aunque no siempre, la medicina ha hecho grandes avances en reproducción humana). Podemos tener relaciones sexuales para muchas más cosas: para expresar amor, intimidad o por deseo cuando las personas implicadas están de acuerdo.

—**Somos seres sexuados desde que nacemos hasta que morimos,** no solo en edad reproductiva (que tiene una vida más corta).

—**La sexualidad es inherente al ser humano:** mujeres y hombres, personas con diversidad funcional, discapacidad, personas ancianas, niñas y niños... Lo que irá cambiando en la forma de expresarse y lo que nos reporta en cada momento.

—**La meta no es la penetración, si no la satisfacción** y eso se puede conseguir de muchas formas. También puede haber penetración y que no sea satisfactorio. Reducir los encuentros eróticos a los genitales y el coito limita.

—**Se puede tener relaciones sexuales a solas o en pareja,** a las que puede unir un sentimiento de amor o no. Lo importante es que sea en una situación de igualdad de trato, de respeto, donde se acuerda y se respetan la libertad propia y de la/s otra/s persona/s.

—**Puede ser entre mujeres, hombres, personas no binarias, personas trans***, el objetivo es el bienestar y el respeto a la diversidad.

—**El placer se siente de muchas formas y con muchas zonas del cuerpo.** De hecho el órgano más grande del ser humano es la piel, que cuenta con unos 2 metros cuadrados de superficie. Besos, caricias, lametones, restregones con o sin ropa, masturbación a solas o en pareja, el sexo oral, las fantasías, etc. forman parte de la sexualidad y pueden ser igual o más placenteras que el coito. Cualquier práctica puede implicar orgasmo o no, ya que puede haber satisfacción y placer sin llegar al orgasmo.

—**La importancia del contexto,** el lugar en el que estemos, la excitación, si sentimos comodidad y seguridad o no, influye en que aumente o disminuya el placer.

—**Relacionado con el contexto está lo que apetezca o lo que se pueda hacer** en el momento. Lo importante es disfrutar y que las personas implicadas se sientan bien.

—**Comunicarse es la base para respetar el deseo de la otra persona,** sin imposiciones ni presión del grupo de amistades o de la pareja. **Hay que acordar y no imponer.** Cada quien ha de experimentar qué le gusta y qué no le gusta.

—**La sexualidad se aprende.** Como canta Rigoberta Bandini "*nadie nos había contado quiénes somos de verdad*", lo vamos aprendiendo y descubriendo. Lo que está claro es que no empieza con *la primera vez* y que cada quien es responsable de su propio placer, de conocerlo y ponerlo en valor.

—**Tiene que existir corresponsabilidad para evitar consecuencias no deseadas** como infecciones de transmisión

genital o embarazos no planificados. Ser responsables no está reñido con el placer, saber que nuestros actos no van a derivar en consecuencias indeseadas es lo que permite abandonarse al placer.

En palabras de **Félix López:** "La clave es la formación en la autonomía de cada persona, para que se sepa y sienta dueña de su biografía sexual y amorosa. [...] No hay una única forma de vivir la sexualidad, ni una sola forma de relacionarse, ni un solo tipo de pareja. Cada persona debe descubrir su autenticidad, su identidad sexual y social, su orientación del deseo y sus preferencias personales".



Recordemos que la educación sexual debe ser una tarea compartida, no es competencia exclusiva de la escuela, de la familia, de profesionales de la sexología ni de otros agentes sociales. Remamos en el mismo barco y en equipo para acompañar, cada quien desde su lugar, las sexualidades de las personas jóvenes.

Referencias bibliográficas y recursos

Cómo hablar de sexualidad con jóvenes y adolescentes

GARAZI, B. IZQUIERDO, C y VARA, S. (2020). *Infancia curiosa, familias empoderadas. De la preocupación a la acción: claves de educación afectivo-sexual con peques de 3 a 6 años*. Universidad Camilo José Cela-IUNIVES. Máster en Sexología. Educación sexual y asesoramiento sexológico. A distancia. Recuperado de: IUNIVES. Instituto Universitario de Sexología.

AZQUETA, I. (2014). *Educar en la diversidad afectivo sexual desde la familia. Cómo educar a favor de la igualdad de valor y contra la violencia por motivos de orientación sexual e identidad de género*. CEAPA.

LÓPEZ, F. (Coord.), FERNÁNDEZ, N. y CARCEDO, R. (2017). *Educación sexual y ética de las relaciones sexuales y amorosas*. Ediciones Pirámide.

GARCÍA, A. (2015). *Cómo trabajar en sexología con jóvenes y adolescentes*. Editorial Síntesis.

Asesoría juvenil sobre sexualidad *Asexórate a gusto*. (2018). Asociación Draga Feminista-LGTBIQ* Subvencionado por la Consejería de Gobierno de Igualdad y Participación Ciudadana. Servicio de Igualdad y Violencia de Género.

LÓPEZ, F. (2020). *Mitos viejos y nuevos sobre sexualidad. El rol de la educación sexual*. Ediciones Pirámide.

RECURSOS

Puedes descargar aquí las plantillas de *Tu vulva pinta* para trabajar el *autocoñocimiento*.

Si eres docente y quieres conocer las inquietudes del alumnado del centro sobre sexualidades, puedes colocar **un buzón** en un lugar accesible, pero no muy transitado, para que dejen escritas sus dudas y sugerencias anónimamente. Si, además, a tu centro acude con periodicidad otra

persona que se encarga de esta tarea educativa, también le puede ser de utilidad.

Como alternativa al buzón también existe la posibilidad de un **código QR** que lleve enlazado un cuestionario de Google en que puedan responder también de forma anónima.

Películas

XXY

Fucking Amal

Juno

Quiero ser como Beckham

La vida empieza hoy

Kiki, el amor se hace

La vida de Adèle

Las ventajas de ser un marginado

Bohemian Rhapsody

Dallas Buyers Club

Series

Sex Education

Especial

Masters of sex

It's a Sin

Documentales

Disclosure: ser trans en Hollywood.

Testigos de un tiempo maldito. Documental que pretende recuperar la memoria de aquellas personas que fueron represaliadas por el régimen franquista debido a su orientación o identidad sexual.

Una revolución en toda regla.

Canales de YouTube

Sexperimentando. Canal de la sexóloga Nayara Malnero.

La psico woman. Canal de la sexóloga Isa Duque.

Derechos sexuales. Canal del proyecto Calidoscopio 3.0. Ayuntamiento de la Villa de Fargas (2021).

Webs, guías y otros recursos de interés

Más recursos educativos por temáticas de Isa Duque en [su Web](#).

Guía Construcción del imaginario sexual en las personas jóvenes. La pornografía como escuela.

MELHEM, S.R. (2018). *Sólo un nombre (debajo estoy yo)*. Exposición fotográfica, guía didáctica descargable y audios.

Adolescencias y cuerpos. Proyecto sobre derechos sexuales y reproductivos.

Dibujando el Género. Guía pedagógica.

¿Cómo podemos prevenir el VIH y el SIDA?. Cómic.

Derechos sexuales y reproductivos para las mujeres jóvenes.

Guías de sexualidad y situaciones de aprendizaje.

Educación de las sexualidades. Los puntos de partida de la educación sexual. Guía.

Sexualidad, convivencia y redes sociales: ¡Hablando claro!

Guía.



Ayuntamiento
SANTA LUCÍA



Centro Municipal
para la Igualdad



**Cabildo de
Gran Canaria**