

# ASI APRENDIMOS A SER HOMBRES



**Pautas para facilitadores** **1**  
de talleres de Masculinidad en América Central

155.332 Campos Guadamuz, Álvaro  
C186a Así aprendimos a ser hombres / Álvaro Campos Guadamuz. -- 1a ed. -- San José, Costa Rica: Oficina de Seguimiento y Asesoría de Proyectos OSA, S.C., 2007. 80 p. ; 21 x 27 cm. (Serie: Pautas para facilitadores de talleres de masculinidad en América Central, v.1)

ISBN: 978-9968-503-03-7 . (Obra completa)  
ISBN: 978-9968-503-02-0 . (Volumen 1 )

1. MASCULINIDAD - ESTUDIOS Y PROYECTOS.  
2. ESTUDIOS DEL GÉNERO - AMÉRICA CENTRAL.  
I. Serie II. Título.

## Créditos

**Consultor:** Alvaro Campos  
**Coordinación Técnica Módulo:** Christiane Eppelin  
**Arte, Diseño e Ilustraciones:** Olman Bolaños y Luis Enrique Gutiérrez  
**Revisión:** Oscar Rolando Sierra y Christiane Eppelin  
**Revisión de estilo:** Mauricio Vargas

**Copyright :** 2007 Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos. OSA. Derechos de autor reservados. Se permite parcial o totalmente la reproducción de este material siempre y cuando se cite adecuadamente la fuente y se envíe una copia a OSA.

## Oficina de Seguimiento y Asesoría en Proyectos. OSA.

Apdo. 01, 2070 Sabanilla, San José, Costa Rica  
Tel. 00506 283-0217 / 253-1541 Fax 00506 253-5006  
e-mail: [osa@osacostarica.org](mailto:osa@osacostarica.org)

## CONTENIDO

Presentación **5**

Introducción **7**

Así aprendimos a ser hombres: la masculinidad tradicional **9**

¿Masculinidad o masculinidades? **30**

Machismo y masculinidad **31**

La sociedad patriarcal nos enseña a ser hombres machistas **36**

Los encargos de la masculinidad **41**

Demostrar permanentemente que soy hombre: los marcadores de la virilidad **44**

¿Y qué pasa con la sexualidad? **51**

Imágenes de hombres: los arquetipos de la masculinidad **57**

Consecuencias de la masculinidad hegemónica y arquetípica **67**

Algunas situaciones particulares **70**

Necesidad de que los hombres seamos partícipes de la equidad **72**

Bibliografía **79**



## PRESENTACION

**H**ablar de masculinidad implica necesariamente hacerse miles de preguntas. Y esto es precisamente lo extraordinario de aventurarse en el tema: atravesar un mar de inquietudes y cuestionamientos que nos generan de manera inevitable más interrogantes, algunas respuestas quizás, pero sobre todo un espacio colectivo para la reflexión.

Cuando surge la palabra masculinidad aparecen en escena distintos comentarios, expresiones y actitudes. Algunos/as muestran extrañeza, otros/as preocupación, rechazo o sorpresa. Los hombres pueden intimidarse, defenderse, atreverse; y las mujeres dudar, aplaudir, angustiarse, indignarse o distanciarse. Todavía es un tema nuevo y aún más importante que esto, es un tema que moviliza en las personas reacciones diferentes. Lo importante es que mueve, por lo mismo, se transforma en un territorio que convoca a la duda, a la propuesta y luego al cambio.

Esta es una invitación, o diríamos mejor: una incitación al reto. La forma en que los hombres se relacionan con las mujeres, y en general con su entorno, es producto de siglos de un aprendizaje que nos ha robado alternativas, nos ha arrebatado la posibilidad de pensar en opciones distintas para vivir nuestras vidas. Esto nos exige ahora un alto en el camino para repensar la ruta. La realidad de los hombres centroamericanos, su cotidianidad, su manera de vincularse, tiene tremendos efectos en la vida de las personas, de las organizaciones y comunidades de nuestros pueblos. No solamente las mujeres sufren las consecuencias, los hombres mismos, niños y niñas, cada una de las personas con las que convivimos a diario. La violencia es asunto de todos y todas, sin embargo, en la gran mayoría de los casos es generada desde la cultura patriarcal: la fuerza, el poder y el control...¿No es hora ya, de empezar a hacer cosas diferentes a las de siempre, cuando hemos visto que las usualmente utilizadas hacen daño?...

Al final o al principio, repensar el camino, desaprender el rumbo y reinventarlo, es probablemente una forma de llegar a un lugar que se parezca más al encuentro. O al menos formularse las preguntas que puedan acercarnos.

Descubrir este módulo es definitivamente una manera de que los hombres recorran, a gusto, la historia propia. Con ganas, con acuerdos y desacuerdos, con diferencias y resistencias, con timidez o preocupaciones, no importa. Hablar del tema y plantearlo es, desde ya, un gran inicio. Estos tres ejemplares de "Pautas para facilitadores de talleres de Masculinidad en América Central" conforman una singular propuesta a la reflexión individual y colectiva, prometen un proceso que retoma la experiencia, la vida cotidiana y el análisis de la realidad, para los hombres y desde los hombres. Bienvenidos entonces, a este particular recorrido por las masculinidades.

Christiane Eppelin  
Maika Bissinger  
OSA



# INTRODUCCIÓN

*“Deber, pruebas, demostraciones,  
son palabras que nos confirman  
la existencia de una verdadera carrera  
para hacerse hombre. La virilidad  
no se otorga, se construye, digamos,  
“se fabrica”.*

*(Elizabeth Badinter)*

● Por qué el tema de género con los hombres? La construcción de la equidad de género y la prevención de la violencia son tarea de hombres y mujeres. En este proceso, las mujeres como grupo social ya llevan camino recorrido, los hombres apenas lo están iniciando. Por esa razón, desde el año 2003, **Pan para el Mundo (PPM)**, a través de las organizaciones **Centro de Consultoría para el Desarrollo (CECODE)** en Guatemala y la **Oficina de Seguimiento y Asesoría de Proyectos (OSA)** en Costa Rica, promueve un proceso de sensibilización en el tema de género y masculinidad con los hombres de las organizaciones contrapartes de **PPM** en Panamá, Guatemala, El Salvador y Costa Rica.

Este es el primero de tres libros que sistematizan la experiencia vivida en los talleres de masculinidad llevados a cabo con hombres de los diversos países. Recoge también la experiencia del **Instituto Costarricense de Masculinidad, Pareja y Sexualidad (Instituto WEM)** y del autor, con grupos de reflexión, de terapia y talleres de educación popular desarrollados con hombres. Por tanto, lo que se propone y se desarrolla en este material es producto del trabajo práctico de base. La propuesta teórica y los ejercicios propuestos son producto de la vivencia y han sido aplicados y construidos con hombres de la región centroamericana.

La serie se compone de tres volúmenes.

El primero **“Así aprendimos a ser hombres”**, desarrolla los conceptos centrales de la teoría de la masculinidad. Responde a las preguntas: ¿qué es la masculinidad?, ¿cómo somos los hombres?, ¿cuáles mandatos nos han gobernado?, ¿por qué nos cuesta expresar nuestros sentimientos más profundos?, ¿cómo manejamos el poder?

El segundo, **“Hombres trabajando con hombres”**, tiene como propósito proponer y explicar la metodología de trabajo con hombres que se ha construido y utilizado. Constituye una guía para los hombres que deseen replicar la experiencia vivida y convertirse en facilitadores de talleres de masculinidad o de actividades que le permitan a los hombres empezar a cuestionar la forma en que han vivido como hombres.

El tercero, “**Redes de hombres contra la violencia**” representa una guía para trabajar el tema de la prevención de la violencia en la familia y hacia las mujeres. En este texto se brindan pautas para trabajar las emociones y los pensamientos que promueven la conducta abusiva y violenta. Más que un manual, este material constituye una guía para que el facilitador la utilice creativamente y la adapte a las circunstancias particulares de los hombres y los grupos con los que desee o le corresponda trabajar.

El trabajo de género con hombres es una tarea compleja, necesaria y reconfortante. Compleja porque los hombres como género no estamos acostumbrados a cuestionarnos acerca de cómo somos y cómo nos comportamos. Compleja porque es un asunto que no se limita a adquirir información nueva o a aprender un nuevo lenguaje. El trabajo de género pasa además por lo personal, mueve y remueve formas de pensar, sentimientos, recuerdos, experiencias. Y todo ello tiene consecuencias en la vida diaria, mediante el cambio de actitudes y conductas que llevan a reformular la forma de relacionarnos con las demás personas, con otros hombres, con las mujeres, con nosotros mismos.

Es una tarea necesaria, porque a estas alturas del desarrollo de la humanidad, la equidad de género y la construcción de relaciones basadas en el respeto, la tolerancia, la no discriminación y la resolución pacífica de los conflictos interpersonales es un compromiso de los hombres y de las mujeres. Los hombres tenemos que asumir la responsabilidad que nos corresponde, como grupo social y como personas.

Es una tarea reconfortante porque implica un reto, un desafío, un compromiso que supone cambios personales y políticos. No se trata solamente de que los hombres modifiquen sus maneras de pensar, el modo como manejan sus sentimientos y sus formas de interacción. Se trata de que estos cambios tengan incidencia social y política, que se exprese en las políticas de género de las organizaciones contrapartes de PPM, en cambios en la forma como socializamos a las nuevas generaciones y en la construcción de una sociedad nueva.

La producción de este material fue posible gracias a todos los hombres que han participado en los grupos de reflexión, de terapia y en los talleres de masculinidad. Sus testimonios, sus relatos, sus vivencias; el dolor y la alegría compartida, sus aportes en los ejercicios y en la revisión del borrador del documento, todo ello contribuyó para que a este documento pudiera nacer. Los temas y problemáticas que se abordan en este libro han sido analizados y discutidos a partir de las necesidades de los hombres que han participado en los talleres y grupos. No se tratan otras temáticas, como por ejemplo, la diversidad sexual, o la masculinidad en el medio rural o en la adolescencia, debido a que aún no han sido tema central en los grupos con los que se ha trabajado. Estos temas son deuda para futuras publicaciones.

El cambio es posible. En palabras de un hombre: *“Yo no sabía a qué venía al primer taller, fui obligado. Pero me di cuenta de que era machista, de que me estaba haciendo daño a mi mismo y a mi familia y de que trabajar por la equidad de género también me tocaba a mí. Me ayudó empezar a verme hacia adentro”.*

**Alvaro Campos G.**

## ASÍ APRENDIMOS A SER HOMBRES: LA MASCULINIDAD TRADICIONAL



Vamos a iniciar este tema presentando algunos relatos reales de hombres centroamericanos, quienes nos van a compartir sus experiencias como hombres.

## JUAN

"Me llamo Juan.  
Soy agricultor.  
Soy muy macho.

Me llamo Juan. Soy agricultor. Tengo 45 años. Soy muy macho.

Trabajo de sol a sol para llevar el sustento a la casa. Mis papás me enseñaron a ser bien responsable y a trabajar mucho. Yo no tengo vicios, todo lo que obtengo es para la casa. No me gusta salir a divertirme porque eso es perder el tiempo. Me gusta trabajar. Únicamente cuando hay fiestas patronales salgo un rato con mi esposa y los niños, para que ellos se distraigan, pero yo preferiría quedarme en la parcela. Lo único que me gusta es tomar de vez en cuando un trago.

Me encanta proteger a mi familia y que me necesiten.

No lloro. Llorar es de mujeres, y yo no soy cueco.<sup>1</sup>

A mí no me manda nadie. Hago lo que me da la gana, a nadie le doy cuentas, porque un hombre no tiene que darle explicaciones a nadie de lo que hace.

1. **Cueco** es una expresión panameña que significa "afeminado", "homosexual".



Voy a la misa todos los domingos y me gusta comulgar. Hay que tenerle respeto a las cosas de Dios.

Para mí lo más importante es la familia. Pero en mi casa yo soy el que mando y doy las órdenes. No me gusta que me pidan explicaciones ni darle cuentas a nadie, porque el hombre se manda solo, nace solo y muere solo, y tiene que darse a respetar.

Me gusta que mi mujer me tenga lista la comida y que todos se levanten bien temprano. No me gusta que ella use

pantalones. Me gusta que vista como las mujeres. Es que ahora hay unas mujeres que ya no saben ni cocinar.

¿Hablar de sentimientos?... ¿Para qué? Eso no se hace, a nadie le importa, eso me lo guardo yo. No le cuento a nadie mis problemas, soy solo, como el llanero solitario.

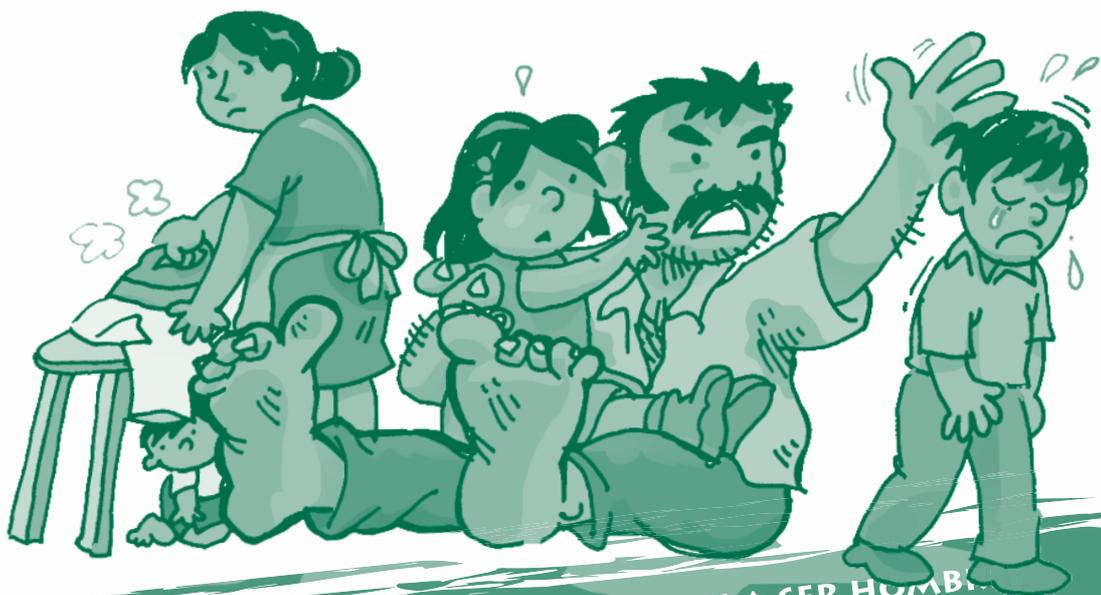
Yo no lavo, no plancho, no cocino, eso lo hace mi mujer. No me gusta que las mujeres me manden y me desobedezcan.

No me gusta que mi mujer salga a la calle, porque puede hacerse de amigas que me le pueden dar malos consejos. Es mejor que la mujer esté en la casa.

Sí me gusta tratar muy bien a las personas que nos visitan, que la mujer les dé café. Hay que ser educados con los visitantes.

Tengo seis hijos: tres hombres y tres mujeres. Yo los quiero mucho, sobre todo a las mujeres, les demuestro mucho cariño. A los hombres los trato muy rudo, los traigo a trabajar para que se hagan hombres.

Ahora estoy en problemas porque mi mujer quiere participar en un comité que se hizo en la comunidad para participar en un programa de agricultura sostenible. ¿Por qué tienen las mujeres que meterse en asuntos de hombres?



**CECILIO**

PAUTZ

**YO SOY CECILIO**

Pertenezco a una comarca indígena. Tengo 40 años. Trabajamos la tierra. Mi esposa y yo somos dirigentes de varios comités; yo soy presidente de un comité de salud y ella es presidenta de una asociación de agricultores y agricultoras que practicamos la agricultura sostenible. Al principio me daban celos que ella participara en las reuniones, porque pensaba que me iba a “quemar”<sup>2</sup>. Muchos compañeros piensan así y no dejan que las mujeres asistan a reuniones o sean dirigentes. A algunos no les gusta que ellas vayan a hacerse exámenes médicos, porque se ponen celosos. Pero yo, poco a poco, he ido cambiando mis ideas. Ahora me doy cuenta de que tanto ella como yo tenemos los



mismos derechos de participar en las organizaciones y en las actividades que nos gustan. Yo le tengo confianza.

El único problema que tenemos es que a mí me cuesta mucho tenerle paciencia a mis hijos, y me enojo muy feo, les grito y hasta los golpeo cuando me desobedecen. Además, cuando tengo problemas me cuesta mucho hablar de eso, porque creo que los hombres no tenemos que mostrar debilidad.

Yo aprendí a “aguantar el vergueo”<sup>3</sup> y a dar la cara y, aunque tenga problemas, demostrar que estoy muy bien relajado y tranquilo, sin buscar ayuda para que no se observe mi debilidad.

2. Quemar: ser infiel a la pareja, en jerga panameña.  
 3. “Aguantar el vergueo” hace referencia a aguantar los problemas.

**YO SOY  
LUIS...**

Soy chofer de taxi. Antes trabajé como policía. Tengo 35 años. La doña<sup>4</sup> tiene que decirme donde va. Yo la paso llamando por teléfono; si no me contesta me emputo<sup>5</sup>. Seguramente anda con otro... Y me las paga...

Soy muy celoso. No permito que ella salga sola, me molesta que quiera salir con sus amigas. ¿Para qué tiene que salir con otras personas si me tiene a mí?

Tampoco me gusta, cuando llego a mi casa, que estén vecinas metidas hablando con ella.

No me gusta la ropa que ella usa, es muy provocativa.

Desde la Biblia se sabe que el hombre es el que debe mandar en la casa.

4. **La doña:** expresión costarricense para referirse a la esposa o compañera sentimental con la cual se convive.

5. **Me emputo:** me enfurezco



Cuando ella no hace lo que yo quiero me enojo.

Si me enojo...tengan cuidado, porque me pongo violento.

Si las cosas no salen como yo quiero....me enojo.

Si me pongo triste no lo demuestro, me encierro.

Si ponen en duda mi hombría, me enojo.

Si no me hacen caso... me enojo  
Y si me enojo... La tierra tiembla.

**LUIS**



¡Ah, y se me olvidaba decirles! Estoy separado porque me aplicaron medidas cautelares porque dicen que yo agredí a mi esposa. Lo que hice fue que le di un empujón porque salió sin mi permiso.

## MANUEL

PAUTZ

### YO SOY MANUEL

Soy obrero de construcción. Tengo 26 años. Soy muy fuerte y me gusta demostrar a mis compañeros que soy más fuerte que ellos.

Cuando se puede, me voy con mis amigos a tomar tragos y a bailar.

Además, me encantan las mujeres. Con mis compañeros hacemos concursos a ver quién le dice mejores piropos a las muchachas que pasan por la calle cuando estamos trabajando.

Creo que tengo buena relación con mi familia. Trato bien a mi esposa y a mis hijos. Ahora no soy celoso, tengo confianza en ella y no me preocupa que ella trabaje o tenga actividades con otras amigas u otras personas. Antes sí era muy celoso, y por eso perdí a mi primera esposa.

Yo nunca me pongo triste, lo único es que a veces me aguevo<sup>6</sup>, pero lo aguanto porque soy

muy macho. Nunca he cocinado ni he hecho oficios domésticos.

Nunca hablo de mis sentimientos y menos de lo que me pone triste. Prefiero guardármelo porque si hablo no voy a solucionar nada. No necesito que nadie me ayude, aunque me sienta mal no se lo digo a nadie y me hago el valiente aunque me esté muriendo.

Eso le molesta a mi esposa. Ella me reclama y me dice que no soy romántico, que no hablo de mí y que no tengo detalles de cariño para ella. No entiendo a las mujeres, mis detalles son el trabajo, ¿qué más desea?

Ah, se me olvidaba decirles que hace poco tiempo me encontraron una úlcera en el estómago. Dicen que fue por tensión, pero yo no sé si vivo tensión o no.



6. Me "Aguevo": me pongo un poco triste, aburrido.

**YO SOY CARLOS**

**CARLOS**



Trabajo como mensajero, tengo 28 años, estudio en las noches. A mí me educaron de una manera machista. Desde que estaba cipote<sup>7</sup>, mi papá me decía: "Ser hombre es no dejarse de nadie. Si alguien lo molesta, hay que romperle la cara". Pero desde joven pude irme abriendo a otras ideas

porque estuve en grupos de pastoral juvenil que me ayudaron a abrir los ojos y a ver que los hombres podemos dejar de ser machistas.

Después, pude asistir a talleres y grupos de masculinidad y ahí aprendí que los hombres

estamos acostumbrados a tener el poder y a demostrar que somos muy machos, y que esto produce efectos negativos en la relación con las mujeres, como por ejemplo, la discriminación de género, la falta de equidad y la violencia.



Hace un año tengo una novia con quien me llevo muy bien. No crean que fue fácil cambiar mi manera de pensar, perdí varias novias por mis ideas machistas. Antes controlaba mucho a las novias y ellas se cansaban de mí porque yo pasaba encima de ellas vigilándolas. Pero por suerte pude cambiar a tiempo.

7. **Cipote:** muchacho, joven, en jerga salvadoreña

### YO SOY BARTOLO:

Soy maestro. Tengo 30 años. Me gusta mucho enseñar y soy muy activo en la escuela donde trabajo. Me gusta mucho ayudar a los niños y a las niñas.

## BARTOLO



Tengo un problema, y es que me dicen el papi, porque yo soy muy bueno para el sexo. Como macho que soy no dejo pasar ninguna aventura sexual que se me presente. Soy bien "arrecho"<sup>8</sup> y me encanta "desaguar"<sup>9</sup>.

Mi papá tenía varias mujeres además de mi mamá.

Además, me gusta mucho "chupar", "beber guaro a lo maje", "andar a verga".<sup>10</sup> Hasta he llegado a tener tres novias además de mi esposa, yo puedo con todas. Ahora solo tengo dos mujeres y tengo un problema. Mi esposa se dio cuenta y me echó de la casa. Y yo creo que quiero a las dos. No sé qué hacer, no soporto la soledad. Dios dijo: "No es bueno que el hombre esté solo". A veces pienso que morirme sería la solución. Y esto me da vergüenza, porque yo, como maestro, debería dar el ejemplo.



8. **Arrecho:** en varios países significa "excitado sexualmente"

9. **Desaguar:** tener relaciones sexuales, en jerga salvadoreña

10. Todas estas expresiones se refieren a tomar licor en abundancia hasta emborracharse

## YO SOY RUBÉN

Tengo 40 años. Soy divorciado y ahora vivo con otra mujer. Tengo una Maestría en Administración Financiera y soy además economista. Soy gerente de un banco. Llevo una vida muy ordenada. El problema es que tengo muy mal carácter, me enojo por todo, aunque trato de no demostrarlo, es que soy muy perfeccionista y las cosas tienen que hacerse a mi manera, a como yo digo. ¿Por qué los babosos<sup>11</sup> hacen tan mal los trabajos?

Eso sucedía en mi casa, mi esposa y mis hijas no querían tener la casa como yo quería, no me hacían caso, hasta que mi esposa se cansó. No vio todo lo que yo hacía por ella, lo bien que la tenía, porque les compraba de todo. Y se divorció de mí porque según ella, no se podía vivir conmigo, que nunca le hablaba de mis sentimientos y que la estresaba toda con mis perfeccionismos. ¿Qué le costaba complacerme en ser más ordenada? Y lo peor es que la muchacha con quien vivo ahora, aunque está muy guapa, también me reclama que soy muy perfeccionista y que me refugio mucho en mi trabajo. Hasta me reclama que no la llevo a pasear.

11. **Babosos:** personas, en jerga salvadoreña

RUBÉN



**RONY**

**YO SOY RONY**

Tengo 16 años. Antes estudiaba, pero me salí del colegio porque me costaba mucho la matemática. Me gusta el fútbol, pero ahora no hago nada. En mi casa, mis tatas<sup>12</sup> me dicen que debo trabajar. A mí me gustaría para tener algo de plata. Cuando salgo con los compas necesito plata para poder comprar cerveza. La vez pasada hicimos un concurso a ver quién aguantaba tomar más cervezas.

Me gusta bailar "reguetón" y así conquisto nenas. Bailo bien y yo les digo que ellas me gustan, pero la verdad es que sólo me gustan para ver qué puedo lograr de ellas, o sea, que se dejen tocar o tener sexo. Cuando uno está en estas edades, si te sale una oportunidad de estar con una mujer, uno la aprovecha y no piensa en nada.

Hace poco me invitaron a un taller con un nombre rarísimo, un taller de **masculinidad**. Y me preguntaron qué pensaba yo que era un hombre. Yo les dije que para mí un hombre debe ser trabajador, llevar dinero a la casa, no dejarse de las mujeres, no llorar, demostrar que él es el que lleva los pantalones, y lo más importante, dejar bien satisfecha a una mujer en el sexo. Ah, también dije que no hay que dejar que otros patojos<sup>13</sup> te molesten o se burlen; si eso pasa, hay que defenderse, rompiéndoles la cara si es necesario. No estuvo feo el taller. Me puse a pensar muchas cosas que antes no pensaba, como por ejemplo, si seré machista o no.



**12. Tatas:** Padres en jerga costarricense.

**13. Patojos:** Forma en que se les llama a los niños y jóvenes en Guatemala.



## Preguntas para reflexionar No. 1

Al leer los casos de los ocho hombres...

1. ¿Conoce o ha conocido usted a hombres (familiares, amigos) que piensen o se comporten como ellos?
2. ¿Se identifica usted o se ve reflejado en algunas de las frases o situaciones que ellos cuentan?
3. ¿Qué piensa usted de estos hombres? ¿Reflejan situaciones de los hombres de su comunidad?

¿QUÉ TIENEN EN COMÚN LOS RELATOS DE ESTOS HOMBRES?

## LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA

Estos relatos representan de manera resumida las vivencias de la mayoría de los hombres centroamericanos. A pesar de la diversidad de sus características (edad, ocupación, zona geográfica, nivel socioeconómico, nivel educativo, etnia, grupo sociocultural, preferencia sexual), todos presentan elementos comunes, todos expresan un molde común en la forma de ser hombres. La manera de pensar (ideas, creencias), los valores, la manera de vivir los sentimientos, la manera de comportarse consigo mismos, con otros hombres y con las mujeres no es algo natural, es decir, estos hombres no nacieron con esas características. Esas ideas, esa forma de vivir los sentimientos y esa manera de actuar es aprendida. Estos hombres fueron criados y educados, socializados bajo un mismo modelo de hombre, y a este modelo de hombre le llamamos la **MASCULINIDAD TRADICIONAL**, específicamente **MASCULINIDAD HEGEMÓNICA**. Este concepto se refiere al modelo de hombre que la sociedad enseña. Así, la mayoría de los hombres han aprendido esa forma de ser.

Dejemos que sean nuestros personajes los que nos expliquen cómo aprendemos los hombres esa masculinidad hegemónica.



Se nos ha enseñado que como hombres no debemos expresar nuestros sentimientos más profundos, especialmente si son de vulnerabilidad, temor, tristeza, dolor o inseguridad. Tales sentimientos deben estar "bajo control", como si no fueran parte de nuestra vivencia masculina. En cuanto a la vida afectiva y manejo de las emociones, como hombres tenemos grandes dificultades para hacernos cargo de los sentimientos más profundos. Vivimos nuestros sentimientos con una lógica de "todo o nada", "blanco o negro", sin grises. O nos sentimos bien, o nos sentimos mal, sin distinguir la gama de las emociones humanas.

"Por lo tanto, sentimientos y emociones tales como la tristeza, inseguridad, vergüenza, indignación, dolor, temor, frustración, sentimientos de pérdida, miedo al abandono, miedo al rechazo, entre otros; son sentimientos muy difíciles de identificar, reconocer y expresar adecuadamente por parte de nosotros los hombres. Por lo general los negamos ("No me pasa nada", "Eso no me duele"). Se nos hace sumamente difícil hablar de esas emociones y ponerlas en palabras es prácticamente imposible."



¡Ah no papito!, no sea chuchinga<sup>14</sup>



Cuando un hombre se pregunta acerca de los afectos y emociones, puede que esto le parezca "extraño" y en algunos casos hasta "ajeno"; de allí que a nosotros los hombres se nos dificulte reconocer y diferenciar nuestros propios sentimientos y los de las otras personas.

14. "Chuchinga": maricón, poco hombre, en jerga costarricense

¿Que cómo me siento?  
¿Para qué pregunta eso? Los hombres somos valientes y aguantamos todo.

Se nos hace difícil expresar la tristeza, el miedo a fallar o perder, y sobre todo manifestar el dolor físico y emocional, la ternura, el cariño, el amor; y tal parece que las emociones que se nos permite expresar con mayor facilidad son el enojo y la cólera, lo que en muchas ocasiones tiende a traernos muchos problemas y suele ser perjudicial para otros y para nosotros mismos. Como lo más importante para la masculinidad hegemónica es el poder y la fuerza, se reprime la ternura, la debilidad. Esto "estorba".

La represión de los sentimientos trae consecuencias en los hombres:

- Muchos le dan más importancia a la parte racional (lo que piensan) que a lo emocional (lo que sienten). Evaden las conversaciones en las que se les invita a hablar de lo que sienten.



Jorge Corsi (s.f.), un psicólogo argentino, dice que existe una imagen de hombre que se transmite de generación en generación. Desde niño, el hombre tiene que mostrarse fuerte, seguro de sí mismo, competitivo, ganador. Como puede verse, el hombre demuestra su hombría a través de rasgos exteriores: debe HACER cosas, debe MOSTRAR logros, debe ACTUAR de determinada manera, debe CONTROLAR a las demás personas.



La expresión de los sentimientos y necesidades, eso que el hombre lleva "por dentro", no parece tener mucha importancia dentro del modelo de la masculinidad hegemónica. Pollack (s.f.), investigador que ha abordado el tema de la masculinidad trabajándolo también con niños, nos dice al respecto que desde pequeños los hombres aprendemos el CÓDIGO MASCULINO, que significa: "Todo está bien". Escondemos nuestros sentimientos y necesidades más profundas tras una máscara. Esta MÁSCARA DE LA MASCULINIDAD nos hace creer que: "Yo puedo manejarlo todo, soy invencible".

- A muchos se les dificulta expresar cariño y preocupación por detalles simples hacia sus parejas.

¿Regalarle flores a mi esposa? ¿para qué? Ya estamos casados y ella sabe que la quiero. Además, cuando uno se pone muy tierno, "se le montan"<sup>15</sup>.



15. Se le montan: se aprovechan en jerga costarricense

Sergio Sinay (2000), un psicólogo argentino que ha estudiado la masculinidad, nos dice que la mayoría de las veces los hombres no saben qué es lo que ocurre dentro de sí mismos, ya que para cumplir con el papel de proveedores, productores, protectores y competidores eficaces, los hombres aprendieron a no reconocer sus sentimientos, porque "eso" distrae, debilita, es blando, los hace vulnerables, es cosa de mujeres.

Este autor dice que los sentimientos profundos son como una especie de habitación en la que a los hombres se les prohibió entrar, bajo amenaza de perder su esencia de hombre y contaminarse así de "lo femenino".

Todo este aprendizaje de los sentimientos hace que nos guardemos y acumulemos los sentimientos, y luego explotamos:



- Con enfermedades



- Con violencia



- Con depresión

Se nos ha dicho que el hombre debe ser fuerte, frío, valiente, agresivo y que debe tener el poder y el control en todos los ámbitos de la vida. En nuestras relaciones íntimas y de pareja debemos demostrar (especialmente ante nosotros mismos) que somos los que tenemos el poder y que controlamos a nuestra pareja. Desde pequeños aprendemos, como lo dice Antonio Ramírez (2000), que tenemos que prepararnos para ser el hombre-dueño-jefe-padre que tomará algún día el papel del hombre adulto. Como niños no se nos da alternativa, y cuando llegamos a relacionarnos con otras personas, especialmente del otro género, lo hacemos desde esa posición.



También se nos ha enseñado que debemos ser una persona importante. Como lo dice una investigadora francesa llamada Elizabeth Badinter (1993): **“La masculinidad se mide a través del éxito, del poder y de la admiración que uno es capaz de despertar en los demás”** (pag. 160)



También hemos aprendido que ser hombre es ser lo opuesto de una mujer; ser hombre es no ser mujer, nada femenino. De hecho, la masculinidad se construye sobre la base de la negación y el repudio en sí mismo de todo aquello que se considera femenino, ya que se considera que lo femenino es inferior.

Estas actitudes las aprendemos desde que somos niños. Para vivir y ser aceptado, desde niño uno necesita demostrar responsabilidad y agresividad, para que lo respeten. Si los chiquillos se comportan con miedo o muy pasivos, corren el peligro de que se les considere "poco hombres", o sea, "como mujeres".

Esta necesidad de demostrar que no soy mujer hace que muchos hombres sean **misóginos**. La **misoginia** es una manera de pensar y de actuar de personas machistas. Consiste en considerar a las mujeres como seres inferiores, con menos capacidades y con menos derechos que los hombres.

Ah, ¿no puede subir?  
Es una mujercita, maricón.



Y por eso, para demostrarse a sí mismos y a los otros que tienen el poder y el control, algunos hombres acuden a la violencia, maltratando a la pareja y a la familia.

¿Dónde andaba? ¿Qué andaba haciendo? ¿Por qué no me dijo?



Antonio Ramírez dice que el hombre se comporta violento con su pareja porque se cree superior y hace todo lo posible para imponer esa superioridad ejerciendo poder y control mediante la violencia.

### ¿Y cómo trata de imponer poder y control?

- Controlando las actividades, el tiempo y los espacios personales de la pareja.
- Obligando poco a poco a la mujer a que se deje controlar y pierda su forma de ser.
- Comportándose como el dueño de la sexualidad y el cuerpo de su compañera. Teme que ella se deje seducir por otros hombres, pues asume que no puede tomar decisiones por sí misma.
- Manipulándola.



Podemos resumir las ideas anteriores diciendo que la masculinidad hegemónica es la manera como la sociedad nos enseña y nos dice a los hombres cómo tenemos que comportarnos, qué tenemos que pensar y cómo tenemos que manejar nuestros sentimientos. Son mensajes, encargos, mandatos y roles que hombres y mujeres aprendemos desde que nacemos acerca de cómo debemos de comportarnos los hombres.



## Preguntas para reflexionar No. 2

Usted como lector...

1. ¿Reconoce usted alguna de las características de la masculinidad hegemónica en su vida personal?
2. ¿Creció usted con el código masculino de "todo está bien" y con la máscara de la masculinidad para ocultar los sentimientos más profundos?
3. ¿Qué efectos ha tenido en su vida esta forma de crianza basada en el modelo masculino hegemónico?
4. ¿Qué opina usted de las formas de control de los hombres hacia las mujeres que se mencionan en la lectura?

## ¿MASCULINIDAD O MASCULINIDADES?

**T**odos los hombres aprendemos esos mensajes y mandatos, pero también hay diferencias en cómo los hombres los experimentamos concretamente en nuestras vidas. Por eso es preferible hablar de masculinidades, para así incluir las diversidades que existen en la forma de ser hombre. Algo así como un mismo molde en una diversidad de condiciones. Diversidad por clase social, etnia, nivel educativo, orientación o preferencia sexual, estado civil, grupo de edad, región de procedencia, afiliación religiosa, ocupación y tipo de trabajo.



## MACHISMO Y MASCULINIDAD

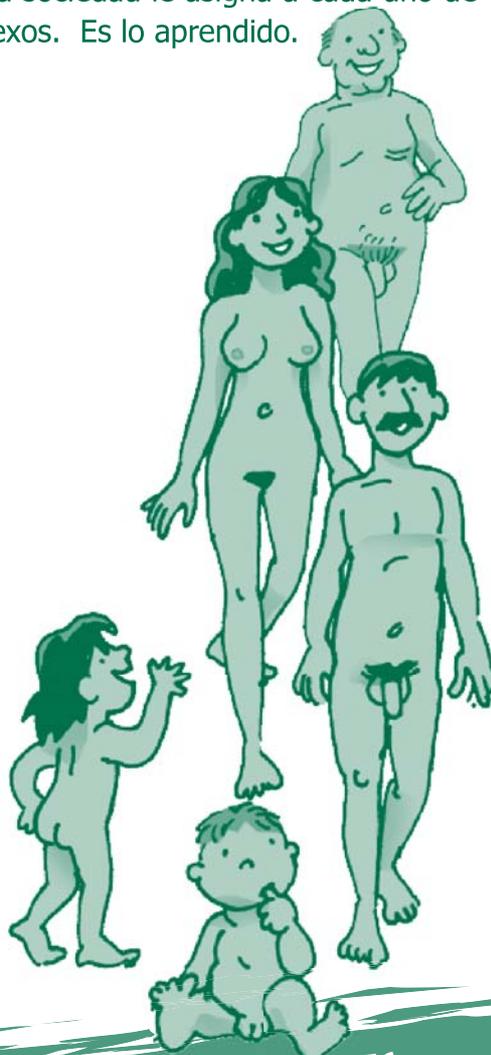


No nacemos con las ideas machistas o con las características de la masculinidad hegemónica. Esas características son aprendidas. Nacemos con un sexo de macho de la especie humana. El **sexo** se refiere a las características biológicas con las que nacemos. Pero el género se refiere a las características que la sociedad le asigna a cada uno de los sexos. Es lo aprendido.

**D**efiniremos algunos conceptos para comprender más a fondo el tema que estamos tratando.

**Masculinidad:** Es la forma en que hemos sido criados y educados los hombres e incluye la manera de pensar, de sentir y comportarnos, así como la forma en que nos relacionamos con las mujeres y otros hombres. También define cómo ejercemos el poder.

**Masculinidad hegemónica:** Es el modelo de masculinidad que existe en una sociedad determinada.





**Género** es el conjunto de rasgos que la sociedad le asigna a hombres y mujeres y son adquiridos en el proceso de socialización. Son las tareas, pautas de comportamiento, valores, temores, actividades y expectativas que la cultura asigna en forma diferenciada a hombres y mujeres. En otras palabras, es el modo de ser hombre o de ser mujer en una cultura determinada. El género asigna un lugar en la familia, en la sociedad, en el mundo de la economía y de la política a los hombres y a las mujeres.

La masculinidad hegemónica puede ser machista o no machista. **El machismo** es un conjunto de creencias, costumbres y actitudes que sostienen que el hombre es superior: es la figura más importante, dueño del poder y representante del ser humano. ("Su palabra es la Ley"). A la mujer se le ve como si fuera inferior al hombre. Debe conformarse con ser madre, cuidar a los hijos y cuidar al esposo. Se justifica así que gane menos dinero que el hombre y que esté marginada de cargos públicos.

El machismo se expresa fundamentalmente en los llamados "**estereotipos de género**", los cuales consisten en ideas simplificadas y distorsionadas sobre las características de los hombres y las mujeres. Estas características son también transmitidos por el sistema social. Por ejemplo, la idea de que solamente los hombres se dedican a la agricultura es un estereotipo de género.



Pueden existir masculinidades que no sean machistas. Por ejemplo, las masculinidades que estén a favor de la equidad de género y en contra de todas las formas de discriminación y violencia hacia las mujeres, son masculinidades no machistas.

El machismo maneja los siguientes estereotipos de género:

- Los hombres son más fuertes que las mujeres.
- Los hombres deben dominar a las mujeres.
- Lo masculino es más importante que lo femenino.
- Las mujeres deben ser protegidas por los hombres.
- Un hombre debe tener varias mujeres porque está más interesado en el sexo que las mujeres, ya que "el hombre es polígamo por naturaleza".
- Un hombre no debe tolerar la infidelidad de la mujer.
- La mujer es más tierna, suave y afectiva que el hombre.
- Los trabajos que hacen los hombres son más importantes y más valorados que los trabajos que hacen las mujeres.



Algunos de estos estereotipos de género han sido superados por muchos hombres, sin embargo eso no significa que hayan dejado de ser machistas. Marina Castaneda (2002) nos aporta el concepto de "machismo invisible", el cual consiste en una forma de machismo menos estereotipada y más oculta.

Veamos algunas de las manifestaciones de este machismo invisible que nos señala esta investigadora:

### Descalificar a la mujer

- Chistes o comentarios cuyo contenido considera a la mujer como inferior al hombre.
- Ignorarla o no tomarla en cuenta por el solo hecho de ser mujer.
- Desconfiar de su capacidad a la hora de hacer ciertos trabajos.

### Formas sutiles de control

- Llamarla constantemente bajo el pretexto de preocuparse por ella.
- Si ella comparte momentos con otras personas, ofrecerle siempre que él la va a recoger. Esto puede ser una cortesía, pero en algunas ocasiones se hace para controlarla (saber dónde está ella y con quién). En el fondo es pensar que ella es incapaz de cuidarse sola.



### NO escuchar las necesidades de ella

Muchos hombres no escuchan las necesidades de la pareja, porque piensan que ellos ya saben lo que la mujer necesita. Si ella desea conversar con ellos, no la escuchan, la interrumpen o sucede algo así:

Veamos como en este ejemplo, el hombre está más interesado en decirle a la mujer como ella debe actuar que en escucharla.



### Culpabilizarla

Consiste en culpabilizar todas las conductas de independencia que la mujer manifieste.



21. "Patojo": niño, muchacho, en jerga guatemalteca

Aquí mando yo  
porque soy el  
hombre

PAUTA



## LA SOCIEDAD PATRIARCAL NOS ENSEÑA A SER HOMBRES MACHISTAS

### EL PATRIARCADO

**P**ara poder entender la forma en que se socializa a los hombres, es necesario comprender el surgimiento del patriarcado.

El patriarcado tiene alrededor de cuatro mil años. Es un sistema sociocultural en el cual se considera que los hombres deben tener el poder y mandar sobre las mujeres, tanto en la familia, el trabajo como en la sociedad en general.

El patriarcado no ha existido siempre. Antes del patriarcado los pueblos se dedicaban a la caza, pesca, a la recolección y a las primeras formas de agricultura. Todas las personas pertenecían a una gran tribu. En ella vivían hombres y mujeres, niños y niñas que eran cuidados por todas las mujeres. Todas las personas dentro de la comunidad trabajaban: los varones, las mujeres, las personas jóvenes, las personas de edad avanzada. Se

consideraba el trabajo de todos/as igualmente importante. Todos/as cooperaban para poder subsistir.

En esta época se desarrolló un gran respeto, admiración y estima hacia las mujeres, ya que se les comparaba con la MADRE TIERRA. Se pensaba que así como la madre tierra nos producía frutos, las mujeres podían crear vida. Las mujeres gozaban de alta estima social. No existían las ideas de que el hombre fuese superior a la mujer.



Poco a poco, la producción de bienes se fue haciendo más avanzada y se fue acumulando riqueza. Se desarrolló la agricultura y la domesticación de animales, así como la fabricación de objetos e instrumentos de trabajo. A lo largo de un proceso de miles de años, los varones fueron adquiriendo un dominio sobre las mujeres, situación que no se conocía hasta ese momento. Saber quién era el padre de los hijos empezó a adquirir importancia para efectos de heredar los bienes. Así, la cultura empezó a girar alrededor de la figura del varón como líder y ya no se respetaba a las mujeres como antes.

Surge así el PATRIARCADO como la organización social en la cual las relaciones se basan en el dominio de los hombres sobre las mujeres. Sus características son:

- Se considera que los varones son superiores a las mujeres.
- Se considera al varón dueño de la tierra y de los bienes que antes le pertenecían a toda la tribu: el ganado, los productos agrícolas, etc.
- Resulta de gran importancia conocer quién es el padre biológico para la herencia de los bienes a los hijos.

El varón va a exigir a la mujer fidelidad absoluta, o sea MONOGAMIA, que sólo tenga una sola pareja. Si la mujer no cumple este precepto, entonces el varón puede agredirla, inclusive matarla. Por el contrario, el varón puede tener varias mujeres a la vez y no recibe por esto ningún castigo.

YO SOY EL PATRIARCA,  
soy la figura más importante;  
dueño de la mujer, de los hijos  
y las hijas.



La mujer está relegada al hogar y se le destina únicamente a ser madre o esposa.

En esta forma de organización social es de gran importancia la figura del PATRIARCA, el cual es un varón que debe demostrar su "hombría" engendrando muchos hijos. **El PATRIARCA es dueño de la tierra y de todos los bienes.** En este momento aparece la FAMILIA PATRIARCAL. La palabra **familia** viene de la palabra FAMULUS, que quiere decir: **conjunto de bienes que pertenecen al patriarca.**

El patriarcado y la familia patriarcal surgieron hace 4 mil años, se extendieron por casi todo el mundo y aún hoy, en pleno siglo XXI, siguen teniendo vigencia en nuestra sociedad.

El patriarcado, además de constituir una forma de organización social caracterizada por relaciones de poder, constituye además una manera de pensar y de actuar, que hace daño tanto a los hombres como a las mujeres.

¡Aprenda a ser hombre!



El patriarcado se sigue reproduciendo a través de las instituciones sociales. Ese proceso se llama **socialización de género patriarcal**.

La familia:

Que ellas hagan el aseo.  
Vamos a jugar fútbol



Por los medios de comunicación...



La Escuela



Los hombres no tienen cuadernos con ositos

Los grupos informales

Aquí estamos los hombres de verdad



En la Iglesia

## Algunos mensajes que los hombres reciben desde que son niños en las sociedades centroamericanas:

- No llore, porque los hombres no deben llorar.
- Salga de la cocina, porque aquí sólo mujeres pueden estar.
- Vaya acompañe a su hermanita, recuerde que usted es un hombre y ella una mujer.
- Bueno, dígame lo que quiere, pero no me hable como una chiquita.
- Ya le está saliendo barba, ya se está haciendo hombre.
- Si usted no se apreta<sup>13</sup> con esa mujer, le damos color de raro.
- Fulano de tal, si es un hombre, se ha acostado como con diez chavalas diferentes.
- Tenés que masturbarte para que el pene te crezca.

Le está saliendo barba, se está haciendo hombre.



Ayer salí con Carmen, hoy me toca salir con Berta



- El hombre debe ser servido por la mujer.
- A un hombre nadie lo manda.
- El hombre de verdad tiene que oler a cigarro y licor.
- Usted es hombre, aunque le duela no lo exprese.
- No sea "mamitas"<sup>14</sup>.
- Vaya y busque trabajo...
- Yo soy el que mando.
- No se deje.
- El hombre es el que anda plata en la bolsa.
- El hombre ejerce la autoridad máxima del hogar.
- No hay que besar al papá.
- Nos tocan 7 mujeres a cada uno.
- Verguéela<sup>15</sup> o se monta.

13. "Apretarse" es una expresión en jerga costarricense que significa tener un contacto físico intenso con otra persona en forma pasajera.

14. "Mamitas": afeminado

- Trátela mal para que vea como se porta bien.
- El hombre nace para trabajar.
- El hombre es el fuerte.
- El hombre no hace oficios domésticos.
- Jueguen con carritos.
- No juegue con muñecas.
- La niña le sirve al hombre cuando juega de casita.
- Nace un niño: nació el que va a trabajar fuera de la casa. Si nace una niña, nació la que va a cocinar, la que va a moler el maíz.
- El hombre aprende "a leñazo"<sup>16</sup>.
- Un buen hombre es un gran "guevoón".
- El hombre aunque cae, siempre cae de pie, como un gato.
- Dios y hombre.



- Tiene los huevos rayados y peludos, es un hombre de verdad.
- Hombre en la cantina, mujer en la cocina.
- Pelos en el pecho.
- Hombres de "huevos largos" producen hombres y mujeres.

Para poder entender de una manera más clara los efectos que producen estos mensajes y mandatos, revisaremos seguidamente los encargos de la masculinidad.

15. "Verguear": golpear

16. "A leñazo": a golpes, por la fuerza

## LOS ENCARGOS DE LA MASCULINIDAD

**E**n todas las sociedades patriarcales se han encontrado cuatro encargos básicos asignados a los hombres. El antropólogo David Gilmore (1995) nos dice que estos encargos son:

### 1. Ser proveedor



Algunos hombres creen que por ser los proveedores, las parejas deben hacer lo que ellos digan, algo así como: "Mientras yo sea el que traiga la comida a la casa, usted tiene que cumplir con lo que yo digo".

Para muchos hombres, el encargo de proveedor debe expresarse como una forma de autosuficiencia económica que los lleve a adquirir el carro último modelo, casa moderna, celular, y todo tipo de artículos.

El encargo de proveedor significa ser el jefe de familia, el que lleva el sustento a la casa, mantener a la familia económicamente hablando.

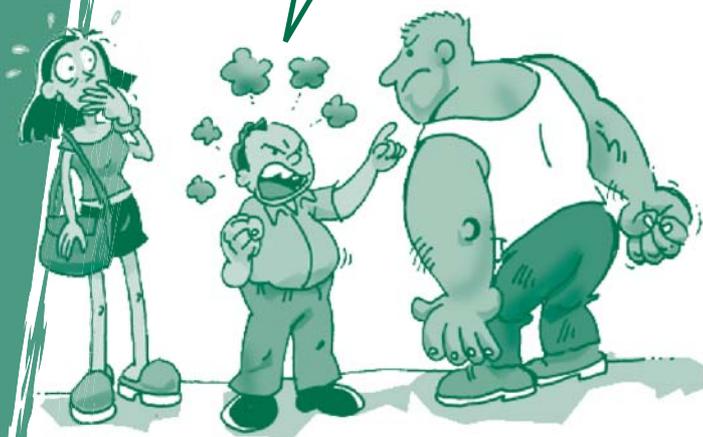
Este encargo hace que muchos hombres se refugien en el trabajo, para poder obtener los ingresos que les permitan ser un buen proveedor. Y al refugiarse en el trabajo, descuidan otras áreas importantes de la vida, como por ejemplo el diálogo con la pareja y la parte afectiva.



La ropa de los cipotes, los libros de la escuela, la comida, los arreglos de la casa. ¿Cómo voy a pagar todo esto? ¡TENGO QUE SER MUY HOMBRE!

## 2. Ser protector

¡No mire a mi esposa de esa forma o le voy a romper la cara!



Este encargo destaca en el hombre la función de proteger a las demás personas, especialmente a las mujeres. Con frecuencia los hombres manejan esta protección como control hacia las mujeres, procurando que sean dependientes de ellos y que demuestren que los necesitan. De esta forma, proteger es entendido por los hombres como una función que se cumple desde el poder.

Este encargo lleva a los hombres a la demostración permanente de su capacidad para proteger, para lo cual debe enfrentar peligros, ostentar valentía y lograr que todo esté bajo su control, aunque ello conlleve a la práctica

de conductas abusivas hacia los demás. Contradictoriamente, muchas veces no es capaz de protegerse ni cuidarse a sí mismo, pues no logra identificar riesgos.

## 3. Procrear

Este encargo destaca la capacidad reproductiva del hombre, algo así como ser hombre es fecundar. La paternidad se constituye así en la base del patriarcado. De aquí surge el mito de que un verdadero hombre debe tener hijos, especialmente hijos varones.

Además de los tres anteriores, otro encargo de la masculinidad que hemos identificado es la autosuficiencia.



## La autosuficiencia



Autosuficiencia significa hacer todo solo y no necesitar ayuda. La más importante forma de autosuficiencia es la económica, pero también se extiende a otras áreas de la vida. Este encargo puede expresarse de la siguiente manera:

**“Yo tengo mis propias reglas, hago las cosas a mi manera, creo mi propia ley. No me gusta depender de nadie ni pedir ayuda, yo tengo que manejar todo. Por eso no confío en nadie.”**

Esta manera de pensar los lleva a refugiarse en la soledad.

No sólo los hombres aprenden estos encargos. Las mujeres también son socializadas para esperar y exigir esos encargos de los hombres, ya que precisamente en el patriarcado, la forma de crianza de los hombres es complementaria con la forma de crianza de las mujeres.

Los encargos vividos de manera extrema, son formas de mantener el poder de los hombres sobre las mujeres. Si un hombre siente que no cumple con esos encargos, siente que está en crisis su masculinidad y su identidad como hombre. Sin embargo, los cambios sociales actuales han llevado a modificar tales encargos. Por ejemplo:

**a)** Por la crisis económica y el desempleo, muchos hombres no pueden cumplir con el rol de proveedor.

**b)** Debido a la incorporación de las mujeres al mercado laboral fuera del hogar, muchas mujeres son las que asumen el papel de proveedoras en su familia.

**c)** Los procesos de independencia y autonomía de las mujeres hacen que muchas de ellas ya no necesiten un hombre que las proteja desde el poder y mucho menos desean un hombre controlador. Esto obliga a un replanteamiento de los roles asignados socialmente a hombres y mujeres.

No obstante, a pesar de los cambios sociales mencionados, la sociedad sigue educando a hombres y a mujeres alrededor de los encargos que Gilmore (1994) nos menciona.

## DEMOSTRAR PERMANENTEMENTE QUE SOY HOMBRE: LOS MARCADORES DE LA VIRILIDAD

**E**n la sociedad patriarcal, los hombres debemos demostrar en forma permanente que somos hombres, para que nadie dude de nuestra virilidad. Y ¿cómo lo demostramos?:

- Enfrentando peligros.
- Negando el miedo.
- Ostentando la potencia sexual.
- Mostrándose duro, como si tuviera una armadura de hierro.

Además, en la sociedad existen los llamados "marcadores de virilidad", que son pruebas que los hombres debemos cumplir para medir nuestra hombría. David Gilmore (1994) nos dice que los marcadores son como exámenes que las diversas culturas establecen para "medir" a los hombres y dar la aprobación de su virilidad.



Algunos marcadores de virilidad que hemos encontrado en los hombres centroamericanos son los siguientes:

- Consumir licor.
- Tener relaciones sexuales con trabajadoras del sexo.
- Tener varias mujeres.
- Exhibir parejas muy jóvenes.
- Actos de crueldad hacia animales indefensos, como una manera de demostrar que "tengo poder sobre ellos".



Pelea  
gallito, no me  
hagas quedar  
mal



- Hacer trabajos de electricidad sin desconectar la corriente.
- Bañarse en el mar o en un río a pesar del peligro que muestren las olas o las aguas, sin hacer caso de las señales de seguridad.
- Tener relaciones sexuales sin protección.
- Conducir a gran velocidad.
- Manejar auto y montar a caballo estando ebrio.
- No demostrar cariño a los hijos varones.
- Demostrar la potencia sexual exigiéndose que ella tenga varios orgasmos en una sola "acostada", provocados por él.
- Demostrar la hombría con los movimientos y posturas corporales.
- Demostrar fuerza física (levantar sacos pesados).

Con estos marcadores de virilidad, los hombres demostramos que somos muy machos y esa demostración la hacemos ante los otros hombres, como una manera de competir con ellos.



## “La balsería como marcador de virilidad”

Entre los indígenas Ngöbé de Panamá y Costa Rica existe una fiesta en la cual participa toda la comunidad. **La balsería o Krun** es una celebración social que reúne a la comunidad, y muchas familias aprovechan la festividad para entrar en contacto. Es una de las actividades culturales de mayor importancia y significación social para el Ngöbé. Puede realizarlo cualquier hombre Ngöbé que pueda garantizar todo lo necesario para su ejecución, como alimentos y tener fama de balsero o peleador. La balsería es la festividad deportiva regional de los ngöbe, donde los hombres prueban sus atributos, capacidades, valentías y resistencia. En esta fiesta los hombres se preparan para demostrar su fuerza física, pelean con otros hombres lanzándose pedazos de madera, aproximadamente de medio metro de largo, llamadas “balsas”, las cuales deben golpear los pies (tobillos) y debajo de la rodilla del contrincante, hasta que éste ya no aguante y no

pueda levantarse. El atacante lanza con energía el palo de balsa en dirección de las pantorrillas de su oponente. Este trata de eludir el golpe brincado y levantando las piernas.

Es un juego donde se demuestra “buena puntería” para poder golpear los pies del contrincante. El hombre que “gana” en una balsería obtiene el respeto de los otros hombres, la admiración de las mujeres y el reconocimiento de la comunidad: se convierte en un hombre “valiente y muy macho”, ya que la pelea se hace delante de todo el pueblo.

La balsería es una “pelea de hombres machos” que van a demostrar quien tiene más valor. Esta pelea se hace consumiendo mucha chicha (bebida alcohólica elaborada por ellos mismos).

La pelea es un ritual de hombría, no se enojan entre sí, es nada más para medir fuerza.



Los marcadores de virilidad pueden variar según la región geográfica, la ocupación, la edad, la clase social.



Michael Kimmel (1997), investigador de la masculinidad, nos dice al respecto que la masculinidad se construye de manera permanente bajo la mirada de los otros varones, ya que son ellos los que dan la aprobación y el "visto bueno" de que somos hombres. Son ellos quienes evalúan el "desempeño". Por tal motivo es tan importante alardear las conquistas para competir, en muchos terrenos: riqueza, poder, posición social, mujeres atractivas.

Kimmel (1997) considera que una de las características más importantes de la masculinidad hegemónica es la necesidad de demostrar y ejercer poder, lo que le permite imponer la voluntad y dominar sobre los demás. Es un poder que debemos reafirmar en forma permanente para que no se ponga en duda nuestra virilidad.

El investigador canadiense Michael Kaufman (1997), dice al respecto que: **"Mucho de lo que nosotros asociamos con la masculinidad gira sobre la capacidad del hombre para ejercer poder y control"** (pag. 63). Al punto de que PODER es el término clave a la hora de referirse a la masculinidad hegemónica, **"y se equipara el hecho de ser hombre con tener algún tipo de poder"**.

Este poder se ejerce:

- **Sobre las mujeres**



- **Sobre los niños y las niñas**



- **Sobre otros hombres**



- **Sobre la naturaleza**



La canción popular "El Rey" expresa de manera clara esta necesidad de poder que los hombres tienen en las sociedades patriarcales.

## EL REY

José Alfredo Jiménez

Yo sé bien que estoy afuera,  
pero el día que yo me muera  
sé que tendrás que llorar.

**Coro:** Llorar y llorar  
llorar y llorar.

Dirás que no me quisiste,  
pero vas a estar muy triste  
y así te me vas a quedar.

Con dinero y sin dinero  
yo hago siempre lo que quiero,  
y mi palabra es la ley.

No tengo trono ni reina  
ni nadie que me comprenda,  
pero sigo siendo el rey.

Una piedra en el camino  
me enseñó que mi destino  
era rodar y rodar.

**Coro:** Rodar y rodar  
rodar y rodar.

También me dijo un arriero  
que no hay que llegar primero,  
pero hay que saber llegar.

Con dinero y sin dinero  
yo hago siempre lo que quiero  
y mi palabra es la ley.

No tengo trono ni reina  
ni nadie que me comprenda,  
pero sigo siendo el rey.



Con respecto a los vínculos con otros hombres, hemos aprendido a relacionarnos de diversas maneras:

- El solitario: “yo no confío en ningún otro cabrón<sup>18</sup>, mejor solo como el pizote”.
- El que “marca el territorio” y compite (“Yo soy aquí el mejor, el más fuerte, el que la tiene más grande, el que tiene más mujeres, soy el gallo más importante.”) Esta es una manera de marcar “jerarquía” delante de los otros hombres, algo así como ser reconocido como “el macho alfa”.
- El que golpea y agrede a otros hombres: “Venga y demostremos quién tiene la razón.”
- El que justifica las conductas machistas, violentas y misóginas.
- El que establece relaciones de solidaridad y apoyo: “Cuando tengas problemas, aquí estoy para escucharte”.

La sociedad machista patriarcal estimula principalmente las primeras conductas. Las de solidaridad y apoyo son muy limitadas; sin embargo, los hombres podemos aprender a relacionarnos con otros hombres de una manera distinta y juntos cambiar las ideas y formas de relación que se desprenden del machismo.

17. “Cabrón”: forma de referirse a otro hombre, en Costa Rica





## Preguntas para reflexionar No. 3

Usted como lector...

1. ¿Qué opina de los cuatro encargos de la masculinidad? ¿Identifica usted alguno de esos encargos en su vida personal? De ser así, ¿qué consecuencias positivas y negativas han tenido en su vida personal y familiar los encargos de la masculinidad ?
2. ¿Identifica algunos de los marcadores de virilidad mencionados en la lectura en los hombres de la comunidad donde usted vive, en sus amigos, en sus compañeros de trabajo o en usted mismo? ¿Cuáles otros marcadores ha visto usted?
3. ¿Cómo cree usted que se siente un hombre cuando no puede cumplir con esos encargos o compromisos? ¿Cómo cree que se siente la pareja?
4. ¿Cómo califica su forma de relacionarse con otros hombres? ¿Establece relaciones de competencia? ¿De solidaridad?

## ¿Y QUÉ PASA CON LA SEXUALIDAD?



**R**especto a la sexualidad, a los hombres se nos enseña desde la más temprana edad que lo más importante para un hombre es que el pene le funcione.

A los hombres se nos transmiten los siguientes mensajes:

- Siempre debemos estar listos para una aventura sexual.
- Entre más relaciones sexuales tengamos, más hombres somos.
- En esas relaciones sexuales no hay que involucrarse, es sexo sin afecto.

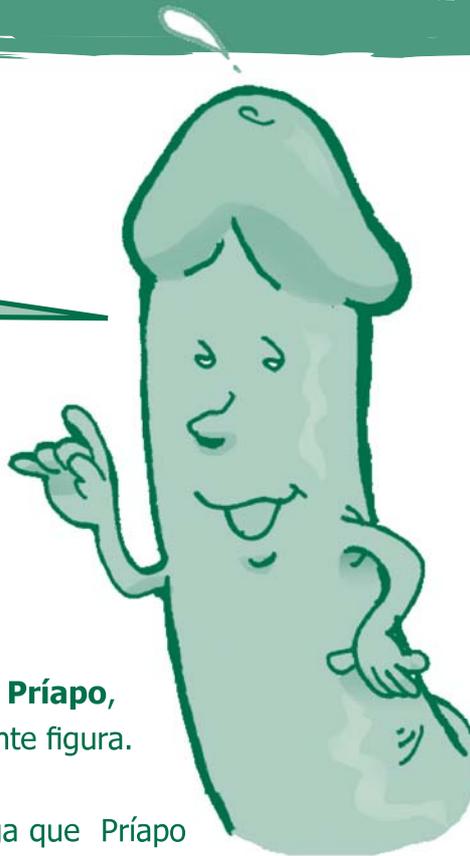
Los hombres hemos aprendido que lo más importante en la relación sexual es cumplir con tres tareas: **erección, penetración y eyaculación**. Así, otras manifestaciones de la sexualidad, como las caricias, la comunicación y expresión de sentimientos no son estimuladas en nosotros.

Por otra parte, se nos hace creer que por el solo hecho de ser hombres, ya sabemos todo acerca de la sexualidad y que debemos enseñarle a las mujeres a descubrir su sexualidad, porque supuestamente ellas no la conocen o no la han descubierto.

Todo esto hace que la masculinidad gire alrededor del pene erecto, el cual representa el poder del hombre en la sociedad. El pene erecto recibe el nombre de falo. Por eso se dice que la sexualidad masculina es **falocéntrica**, es decir, gira alrededor del pene.



Y la sociedad patriarcal ha exaltado los símbolos que representan el poder de los hombres a través del falo. En muchas culturas se han ostentado figuras arqueológicas que sobrevaloran el papel del falo.



Cabe mencionar **el Mito griego de Príapo**, representado en la siguiente figura.



Cuenta la leyenda griega que Príapo era un dios, guardián de jardines y viñedos, que tenía un pene de grandes dimensiones. Se le tuvo durante siglos como personificación de la fertilidad, y no sólo de la humana, porque también propiciaba las buenas camadas en los rebaños y las cosechas abundantes.

Su colosal pene sigue siendo tan famoso, que en algunas pinturas aparece sostenido por una especie de grúa que algunos han interpretado como una balanza.

Alguien diría que este mito de Príapo es algo de la Grecia Antigua y que nosotros no tenemos nada que ver. Pues sucede que en las mentalidades de nuestras sociedades y pueblos aún sigue vigente este mito. A manera de ejemplo, hace algunos años, un grupo latinoamericano puso de moda una canción que es una especie de culto al falo. Esta canción logró mucha fama e identificación en ambientes de hombres, tal y como podemos verla en el siguiente texto.

## GARROTE

Qué barbaridad, ya no quiere.

Un día desperté muy vacilador  
Y me la agarraba, con ella jugueteaba  
Pero me asusté y me fui al doctor  
Con el mismo aquel que me recomendó  
Que diera garrote a mi pobre mujer,  
a mi pobre mujer.

Pues ahora comprendo que todo es con medida  
Bajadas y subidas te castiga la vida (se repite)  
Hoy tengo telarañas y ya no se me estira.

Garrote, garrote, garrote,  
garrote chiquito y grandote.  
No quiere, no quiere, no quiere,  
no quiere impactar el garrote.  
Le lloro, le hablo, le digo que vuelva,  
que yo estoy vivo.  
Garrote, garrote, garrote,  
garrote chiquito y grandote.

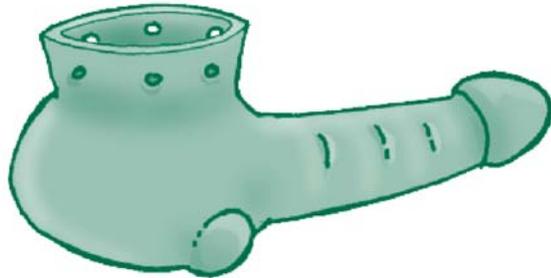
Y que me conseguí dos hermosas mujeres  
Para ver si así mi garrote funcionaba,  
dije: ya la hice sin preocupaciones.  
Fallaron mis intentos por más que jugueteaba  
Ahora me quedó un triste camarón  
por andar de loco el garrote no aguantó.

Aquel ariete, fuerte, impactante  
Ahora ya no sirve en piltrafa quedó.

Garrote, garrote, garrote, garrote chiquito y grandote  
No quiere, no quiere, no quiere, no quiere volver a impactar.  
Le lloro, le hablo, le digo que vuelva, que yo estoy vivo.  
Garrote, garrote, garrote, garrote chiquito y grandote,  
pero, ¿por qué te mueres, si estoy en la plena juventud?



Las siguientes imágenes son artesanías que pertenecen a la cultura mochica peruana e ilustran la supremacía del falo.



La demostración permanente de la masculinidad a través de la sexualidad falocéntrica hace que muchos hombres manejen su sexualidad con poca o nula responsabilidad.

Algunas manifestaciones y consecuencias son la siguientes:

- Relaciones sexuales sin protección, con el consiguiente riesgo de infecciones de transmisión sexual.
- "Hombre preñador": tener muchos hijos con varias mujeres como una muestra de la fertilidad y hombría.
- Relaciones sexuales con muchas personas: "Donde pone el ojo pone la bala".
- Formas inadecuadas de manifestar la atracción hacia otras personas, aprovechándose de los roles de poder. Esto es lo que sucede con las situaciones de acoso sexual en el medio educativo o laboral.



- A muchos hombres se les dificulta construir relaciones de amistad con las mujeres.

Toda mujer es una posible candidata para establecer contacto sexual.

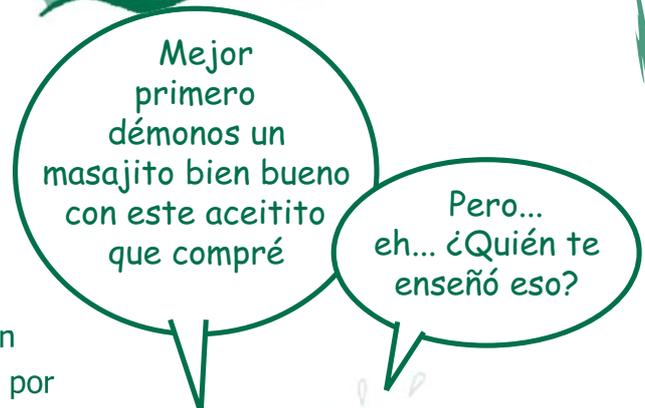
- Una mayor frecuencia de delitos sexuales perpetrados por hombres.

- Ante el afán de ostentar poder, algunos hombres mantienen relaciones sexuales remuneradas con personas menores de edad (explotación sexual comercial), generando así un gran daño a niñas y niños. Tienen la fantasía de rejuvenecerse y dominar a personas vulnerables como los niños y las niñas.

- Descuido de las prácticas adecuadas de salud sexual reproductiva. A manera de ejemplo, la mayoría de los hombres descuidan la prevención de las enfermedades de la próstata.

- Incapacidad para saber qué hacer si se presentan problemas durante la relación sexual, como por ejemplo, problemas en la erección o de eyaculación precoz.

- Necesidad de que la compañera se muestre ignorante y que no pida nada durante la relación sexual. En muchas ocasiones una mujer con experiencia sexual que conozca su cuerpo y que sea capaz de pedir determinada conducta, produce que el hombre con facilidad se sienta "amenazado".



En ambientes de hombres, la necesidad de hablar de aventuras sexuales a través de relatos reales o ficticios, chistes, anécdotas o uso frecuente de vocabulario que hace alusión al pene o a la sexualidad, es una manera de poner en práctica esta demostración permanente de la sexualidad activa. Es algo así como: "Soy hombre porque pienso en sexo todo el día y porque tengo un pene poderoso".

...y le eché  
cinco en una sola  
noche, y ella me dijo  
que nunca nadie la había  
hecho gritar de placer  
de esa forma.



## IMÁGENES DE HOMBRES:

### LOS ARQUETIPOS DE LA MASCULINIDAD

Los mensajes, encargos y características de la masculinidad también están presentes en los cuentos, tradiciones y leyendas de los pueblos y culturas. Los personajes míticos y los héroes también las presentan.

Si por unos segundos cerramos nuestros ojos y pensamos en un hombre que consideramos muy viril, probablemente las imágenes que visualizaríamos serían las de un hombre vistiendo de una determinada manera, presentando determinadas conductas y con una apariencia definida. Pues bien, esas imágenes son también creaciones de la cultura y reciben un nombre. Karl Jung, psicoanalista suizo, les puso el nombre de **arquetipos**.

La masculinidad arquetípica se refiere a la imagen de masculinidad que está presente en mitos, cuentos, leyendas y en la cultura popular. Opera con una gran fuerza, como una serie de mandatos que obliga al hombre a actuar según los arquetipos dominantes en su cultura. El hombre socializado en la cultura patriarcal construye su identidad a partir de los arquetipos de la masculinidad.

Otros dos investigadores, llamados Gillette y Moore (1993), encontraron que las características de la masculinidad pueden ser resumidas alrededor de cuatro arquetipos fundamentales. En el Instituto Centroamericano para la Acción, Educación e Investigación de la Masculinidad, la Pareja y la Sexualidad (WEM) también hemos encontrado la vigencia de los cuatro arquetipos en diversas culturas y países, y los hemos replanteado incorporando el enfoque de género.



Los cuatro arquetipos son:

MAGO



REY



GUERRERO



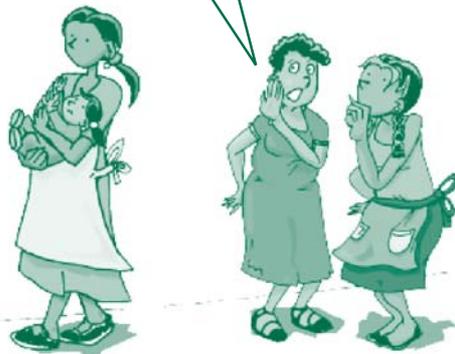
AMANTE



## ARQUETIPO DEL REY

Este es un arquetipo muy estimulado en las sociedades patriarcales. "Nace un hombre, nace un Rey". Desde niño este hombre tiene que comportarse como un Rey y las demás personas lo tratan como tal.

¿Viste?  
tuvo una chiquita.  
¡pobrecita, viene  
a sufrir a este  
mundo!



Qué dichosa,  
un varón, un rey,  
Ese va a ser la  
salvación de ella.



### Yo soy el Rey

- Me tienen que obedecer.
- Aquí mando yo.
- Se hace lo que yo digo.
- No escucho, hago preguntas y doy órdenes.
- Me gusta tener el poder, sea para mandar o para ayudar. También me gusta coordinar, dirigir a las personas para que logren sus objetivos.
- Me gusta sobresalir.
- Soy muy exigente.

Como puede verse, el arquetipo del rey es el que busca permanentemente ejercer el poder y el control, porque necesita que se le obedezca y que se le reconozca su autoridad. El Rey puede ser un arquetipo que lleva a los hombres a ejercer un poder de dominación o al contrario, ejercerlo para establecer relaciones solidarias con las demás personas. Sin embargo, las características que la sociedad fomenta son las que tienen que ver con el Rey que domina.

Como una manera de identificar y analizar el papel que puede jugar el arquetipo del Rey, se recomienda ver las películas "La Oveja Negra" (1949) y "Jinete de Ballenas" (2002). En la primera se muestra la relación entre un padre (de características muy machistas y patriarcales que vive el arquetipo del Rey) y su hijo, el cual

desea imitarlo, pero a la vez está consciente de las limitaciones del padre. En el caso de la película "Jinete de Ballenas" se cuenta la historia de un cacique que debe transmitir su autoridad a la descendencia masculina, pero lo que tiene es una nieta en vez de un nieto. El análisis de estas películas ofrece una excelente oportunidad para reconocer el papel que juega este arquetipo en la vida familiar y social.



## ARQUETIPO DEL GUERRERO

El Guerrero es un arquetipo que se caracteriza por la necesidad permanente de defender y proteger el territorio, para lo cual el hombre guerrero debe ser valiente y muy frío en la expresión de sus sentimientos, ya que siempre tiene que ser "el fuerte" y "el duro".

### Yo soy el guerrero

- Controlo el territorio (a la mujer también).
- Me encanta proteger a las demás personas.
- Soy muy posesivo y hasta puedo ser celoso.
- Soy frío en mis emociones, no las expreso.
- Lucho por mis ideales y principios, soy muy leal y luchador incansable ante el cumplimiento del deber.
- No le tengo miedo a nada ni a nadie
- Soy muy callado, pero cuidado... Puedo ser agresivo.



Efectivamente, el guerrero puede comportarse en forma violenta para poder cumplir con sus mandatos.

El arquetipo del guerrero le trae consecuencias negativas a los hombres, pues por dedicarse al cumplimiento de su mandato, descuida otras áreas de la vida. El cuento de Robert Fisher, **“El caballero de la armadura oxidada”**, representa un excelente relato para analizar el arquetipo del guerrero. Este libro cuenta la historia de un hombre muy valiente y responsable.

El autor nos dice, en relación con el caballero:

- Se veía a sí mismo como bueno, amoroso y generoso.
- Tenía la costumbre de rescatar damicelas, incluso cuando ellas no deseaban ser rescatadas.
- Era famoso por su armadura, la cual reflejaba rayos de luz brillantes como el sol.
- Partía a la batalla con bastante frecuencia, se esforzaba por ser el número uno, el más valiente, el que cazaba más dragones.
- Dedicaba poco tiempo a su esposa e hijo, hasta que estos se cansaron y un día su esposa le dijo que si no se quitaba la armadura, se irían y lo dejarían solo.
- Al intentar el caballero quitarse su armadura, no pudo hacerlo, estaba atascada.

El cuento narra las hazañas del caballero para lograr deshacerse de su armadura, y una de las enseñanzas fundamentales es que la armadura sólo puede quitarse hasta que reconozca sus sentimientos más profundos, aquellos que como guerrero tenía prohibidos reconocer y expresar (la tristeza, el dolor, el miedo, la soledad).

Invitamos a la lectura del libro de Fisher y puedan así analizarlo a la luz de los planteamientos de la teoría de la masculinidad.





## ARQUETIPO DEL MAGO

El Mago hace referencia a la sabiduría, a los conocimientos. En el contexto de la masculinidad hegemónica el "hombre mago" es aquel que "lo sabe todo" y siempre tiene la razón. Aunque le gusta ayudar y compartir sus conocimientos con los demás, la necesidad de que reconozcan que él es el que sabe es lo que lo distingue.

### Yo soy el mago

Yo sé de todo: sé de electricidad, de mecánica, de agricultura, de deporte, de política, de electrodomésticos, de leyes, de fontanería, sé construir casas, sé de enfermedades, sé arreglar cualquier cosa... Sé hasta de lo que no han inventado... y si no puedo con algo... INVENTO Y ENGAÑO para demostrar que sé.

Y no me contradigan con sus ideas, ni se les ocurra decir que ustedes saben hacer lo que yo sé de manera diferente, porque me puedo resentir o enojar.

El hombre mago tiene mucho poder de convencimiento sobre las demás personas y siempre se las ingenia para encontrar una solución a los problemas.



## ARQUETIPO DEL AMANTE



Este arquetipo es el que sobrevalora la sexualidad. El hombre que vive este arquetipo es el que organiza su vida alrededor de las aventuras sexuales. El hombre amante se involucra en problemas debido a su comportamiento sexual, ya que puede mantener relaciones de pareja con varias mujeres al mismo tiempo. Como no piensa lo que va a hacer, se deja llevar por el impulso, por el deseo sexual, sin medir muchas veces sus consecuencias. Dedicar parte de su tiempo a la seducción y conquista.

### Yo soy el amante:

- Pienso siempre en sexo.
- Me gustan todas las mujeres.
- Qué bien tener varias al mismo tiempo.
- Aprovecho cualquier oportunidad y les hablo a todas. Soy como el sembrador: tiro la semilla en todos los terrenos para ver cuál da fruto.
- También puedo ser romántico. Hasta soy capaz de recitar poesías para conquistar a una mujer.
- Y me encanta que ellas queden bien satisfechas en el sexo, para que no me olviden.

A manera de ejemplo, se presenta una canción mexicana, de Antonio Aguilar, la cual ilustra algunos de los arquetipos mencionados.



18. "Guilas": expresión costarricense que hace referencia a mujeres muy jóvenes

19. "Tuanis": muy bueno, bonito, excelente, en jerga costarricense

20. "Echo el cuento": seduzco

## EL AVENTURERO

Abusadas, mamacitas que ya llegó su aventurero, pónganse abusadas.

Yo soy el aventurero,  
el mundo me importa poco.  
Cuando una mujer me gusta,  
me gusta a pesar de todo.

Me gustan las altas y las chaparritas,  
las flacas, las gordas y las chiquititas,  
solteras y viudas y divorciaditas,  
me encantan las chatas de caras bonitas.

Y por eso digo así cantando con mi  
canción: Yo soy el aventurero,  
puritito corazón,  
verdad de Dios que sí compadrito.  
Héchele, que suene, que suene.

El mundo me importa poco  
y hago de mí lo que quiero.  
Soy honrado, buen amigo,  
fascinado, el más sincero.

Yo juego baraja y sé parrandear,  
lo mismo les tomo tequila o mezcal,  
yo le entro al buquito, también al champán,  
lo mismo les bailo un tango que un vals,  
lo mismo un jarabe que un chachachá.  
También bailo rave...

Y hasta lo que no han inventado, compadre.

Yo soy el aventurero  
y a mis suegras les respondo,  
que si traen a sus hijitas me las cuiden  
o no respondo.



Compadre,  
por Dios que yo agarro parejo, parejo.  
Yo soy el aventurero  
el mundo me importa poco.  
Cuando una mujer me gusta,  
me gusta a pesar de todo.

Me gustan las altas y las chaparritas,  
las flacas, las gordas y las chiquititas  
solteras y viudas y divorciaditas  
me encantan las chatas de caras bonitas.

Me gustan las nueras que no sean celosas,  
me encantan las chatas poco resbalosas,  
que tengan mamas muy buenas señoras,  
me encantan las gordas retejaladoras,  
que tengan hermanos que no sean celosos,  
que tengan sus novios caras de babosos.

Me encanta la vida, me gusta el amor,  
soy aventurero retevacilador.

Se me jué el aire, jué horrible, jué horrible.  
Y por eso tengo el alma de trovador y bohemio.

Yo soy el aventurero.  
Aventurero yo soy.

Para analizar los arquetipos masculinos, también recomendamos la película inglesa "Full Monty" (1997), la cual trata de un grupo de hombres que se han quedado desempleados. En su lucha por obtener dinero se enfrentan a una serie de retos que ponen en evidencia los arquetipos y encargos de la masculinidad hegemónica con sus costos y sufrimientos.

Los cuatro arquetipos planteados son los que hasta el momento han dominado la vida de los hombres de las sociedades patriarcales. Es importante que los hombres puedan reconocer e identificar cuáles son los arquetipos dominantes en su vida, que reconozcan cómo les ha afectado negativamente tanto a ellos mismos como a las mujeres y puedan empezar a introducir cambios que conduzcan a la construcción de la equidad de género.



**Si a un hombre se le "caen" los arquetipos de la masculinidad, es muy probable que experimente un sentimiento muy profundo de fracaso, tristeza y hasta de enojo. Todo esto lo puede llevar a experimentar una crisis personal, la cual muchas veces maneja a través de conductas violentas.**



### Preguntas para reflexionar No.4

1. ¿Cuáles cree usted que son los arquetipos que más se expresan en los hombres de su comunidad, familia o lugar de trabajo?
2. ¿Cómo es un hombre según la letra de la canción "El aventurero"? ¿Cuáles arquetipos identifica usted en el personaje?
3. Reconozca uno o dos arquetipos que han marcado su vida. ¿Cómo se manifiesta en su vida ese arquetipo? ¿Qué es lo que más le agrada de ese arquetipo? ¿Qué es lo que más le desagrada?
4. ¿Qué cambios le haría usted a cada uno de los cuatro arquetipos?

# CONSECUENCIAS DE LA MASCULINIDAD HEGEMÓNICA Y ARQUETÍPICA

**A** continuación enumeramos una serie de consecuencias de esta forma de vivir la masculinidad que hemos encontrado en los hombres con los que hemos trabajado en Centro América.

## I. Manejo de los afectos y emociones

1. Rigidez.
2. Dificultad para manejar y expresar las emociones dolorosas y todo aquello que implica vulnerabilidad (las niega o racionaliza).
3. Dificultad para comunicar sentimientos profundos (de intimidad, de dolor).
4. Dificultades en el manejo del enojo.
5. Intolerancia e irritabilidad.

## II. Vida social

1. Pocas redes de apoyo íntimo.
2. Soledad (muchas veces no reconocida ni asumida).
3. Manejo violento de los conflictos interpersonales.

## III. Sexualidad

1. Sexualidad no asumida (no apropiada, no responsable).
2. Puesta en escena del arquetipo del amante.
3. Sexualidad muy focalizada en el pene, poco afectiva.
4. Problemas en el autocuidado (buscarse problemas por la conducta sexual) y prácticas sexuales riesgosas.
5. Promiscuidad y seducción permanente

## IV. Pareja

1. Varias parejas simultáneas.
2. Necesidad de control y poder sobre la pareja.
4. Celos enfermizos.
5. Invasión de espacios personales para el control.

## V. Consigo mismo

1. Poco tiempo para disfrutar, divertirse, recreación.
2. Poco tiempo para compartir con otras personas.
3. Poco tiempo para la reflexión y actividades de meditación.
4. Descuido en la salud personal

## VI. Vida laboral y social

1. Falta de equidad hacia las mujeres en el trabajo.
2. Discriminación hacia las mujeres.

## VII. Arquetipo del Rey

1. Necesidad imperiosa de que se le reconozca su autoridad.
2. Autoritarismo e imposición.
3. Ausencia de diálogo, no aceptación de las diferencias.

## VIII. Arquetipo del Mago

1. Necesidad imperiosa de creer que "todo lo sabe" y "todo lo resuelve".
2. Sensación de invulnerabilidad, lo que puede provocar conducta temeraria.
3. Problemas en el autocuidado (descuido de la salud física).
4. Aumento en el índice de accidentes laborales.

## IX. Arquetipo del Guerrero

1. Descuidar la parte afectiva y la comunicación por la necesidad de defender el territorio.
2. Necesidad de proteger permanentemente, aún a costa del cuidado personal.
3. Necesidad de demostrar que es el mejor (el más veloz, el más fuerte).
4. Problemas en el autocuidado (descuido de la salud emocional).



Además, sostener permanentemente que es valiente, que es fuerte, que nada le afecta... **ES UNA GRAN CARGA.** Si bien es cierto que el patriarcado ofrece a nivel social una serie de privilegios económicos y políticos a los hombres, esto no significa que el hombre no sufra las consecuencias de vivir una identidad mutilada.

Kaufman nos explica la consecuencia principal de esta forma de vivir la masculinidad, planteando las siguientes ideas:

- Los hombres pagan un precio muy alto por el poder y los privilegios que tienen en una sociedad patriarcal. No sólo las mujeres pagan el precio por vivir en una sociedad dominada por hombres.
- El precio que los hombres tienen que pagar es descartar muchas de sus emociones humanas y desarrollar una "coraza" dentro de la cual esconden sus sentimientos profundos. De esta manera no se conocen a sí mismos.

# ALGUNAS SITUACIONES PARTICULARES



## 1. El hombre frente al volante

En algunos países centroamericanos muchos hombres mueren en accidentes de tránsito. Hay actitudes machistas que proceden de la masculinidad hegemónica y arquetípica, como las siguientes:

- Como soy valiente, manejo a gran velocidad.
- Puedo manejar con licor, a mí el licor no me afecta para manejar.
- No me gusta que otro maje<sup>22</sup> maneje más rápido que yo. Si alguien se me adelanta, aumento la velocidad para alcanzarlo y pasarle yo a él.
- Si una persona maneja despacio y yo voy detrás, la empiezo a empujar para que vaya más rápido o se haga a un lado y me dé lugar a mí.
- No me gusta que me digan cómo debo conducir; eso me enoja mucho.
- Soy tan campeón que puedo adelantar en curva y puedo brincar cualquier obstáculo.
- Aunque haya mucha neblina en la carretera y sea de noche, yo no necesito luces especiales, puedo distinguir muy bien y por eso hasta puedo manejar rápido.
- Yo nunca me canso, por eso puedo manejar aunque no haya dormido bien.



- Cuando me da la gana conduzco despacio, aunque atrase a los que van detrás mío.

Por tal razón, los programas que se orientan a disminuir los accidentes de tránsito deberían incluir la modificación de las actitudes anteriores en los hombres y ser, por tanto, programas con perspectiva de género.

22. "Maje": expresión popular costarricense para referirse a otra persona, por lo general del género masculino.



## 2. El hombre en los programas de agricultura sostenible

Los programas de promoción de agricultura alternativa, como la agricultura sostenible, requieren de cambios en las formas de organización social, familiar y comunitaria. Para que esta transformación se dé es necesario que los hombres modifiquen sus esquemas de pensamiento y de comportamiento.

Ideas como las siguientes dificultan el desarrollo efectivo de los programas de agricultura, y estas ideas son parte de la mentalidad machista, propia de la masculinidad hegemónica y arquetípica:

- La agricultura es para los hombres. Las mujeres que se queden en la casa.
- A mí nadie me dice como tengo que sembrar. Yo trabajo la tierra desde que estaba pequeño porque mi papá me enseñó. No necesito ideas raras y nuevas.
- No me gusta que haya mujeres que tengan que asistir a reuniones de capacitación en programas de agricultura, ni que participen en las juntas directivas. Esas son cosas de hombres.
- No me gusta que la mujer me diga cómo tengo que sembrar o qué técnicas utilizar para aumentar la producción en mi parcela. Eso me toca a mí como hombre.
- Me gusta la metodología de campesino a campesino, pero me dan celos que sea mi mujer la que tenga que hablarle a otros hombres.

Ideas así dificultan no sólo el desarrollo de los programas de agricultura sostenible, sino que impiden que se pueda construir la equidad de género. Por tal razón, estos programas de agricultura deben incluir la perspectiva de género y propiciar momentos para que los hombres revisen y modifiquen sus actitudes.

## NECESIDAD DE QUE LOS HOMBRES SEAMOS PARTICIPES DE LA EQUIDAD

Para lograr un cambio en la sociedad, en las familias, en las organizaciones, es necesario que los hombres revisen su propia masculinidad y que se hagan preguntas que quizás nunca se han hecho: ¿Cómo han vivido la masculinidad?, ¿cuáles han sido sus encargos?, ¿cómo han sido sus marcadores de virilidad y cuáles sus arquetipos?. Y lo más importante: ¿cuáles han sido las consecuencias positivas y negativas que todo esto ha tenido en sus vidas y en las personas que los rodean?

El cambio empieza por uno mismo. Que como hombres nos preguntemos:

¿Qué pasa conmigo? ¿Cómo me he comportado? ¿Cómo me criaron? ¿Me comporto en forma machista?

Pero el cambio no puede limitarse a un asunto personal o familiar. Se hace necesario que toda la sociedad cambie.



### ¿Qué buscamos con el cambio?

Buscamos la equidad de género.

**Equidad de género:** Significa que hombres y mujeres acceden con justicia e igualdad al uso, control y beneficios de los bienes y servicios de la sociedad. Tiene como objetivo lograr la participación equitativa de las mujeres en la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida social, económica,



política, cultural y familiar. También quiere decir igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades para mujeres y hombres. Viene a ser el reconocimiento de la diversidad sin discriminación.

Esto significa :

- Que los hombres puedan renunciar a sus privilegios de poder.
- Que se reconozca que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y, por lo tanto, deben tener las mismas oportunidades en el trabajo, en el estudio, en la familia, en la comunidad y las organizaciones.
- Que las relaciones entre los hombres y las mujeres estén basadas en los principios de respeto a los derechos humanos.

-Que los hombres estén en contra de todas las formas de discriminación, desigualdad y violencia hacia las mujeres.

La masculinidad hegemónica y arquetípica, tal y como ha sido vivida, dificulta los procesos de construcción de la equidad de género, no sólo en la vida privada o de pareja, sino en las organizaciones, en el trabajo, en la comunidad.

El enfoque de género se expresa en las ideas, en la planificación estratégica, en los proyectos, en las actividades de las organizaciones, en el quehacer diario. Es un proceso que fomenta la equidad y la democracia de género en todas las áreas de la organización, cuya meta es el logro de la equidad para los dos géneros, los mismos derechos, deberes y oportunidades.

Este proceso incluye la participación activa de hombres y de mujeres. Para ello los hombres deben revisar, cuestionar y modificar patrones de pensamiento y de conducta que proceden de las formas en que han sido socializados.

De cara al siglo XXI, actualmente se espera que los hombres no se comporten de una manera machista, y aunque "el molde de fabricación" continúa siendo casi el mismo, ahora se espera un hombre que se involucre en los procesos de construcción de la equidad de género. Se espera que sea sensible, que sepa escuchar, dialogar, manejar las diferencias de manera pacífica, que respete el medio ambiente, que sepa expresar su enojo sin llegar a la violencia, que pueda trabajar en equipo con hombres y mujeres, que acepte y respete otras ideas distintas a las suyas, que pueda vivir la sexualidad de una manera responsable y afectiva.

Las sociedades centroamericanas necesitan hombres que practiquen la equidad de género en su vida personal, laboral, política y social. Así mismo, que estén en contra de



**En la casa...**

Oficios domésticos compartidos, al igual que la conducción del hogar, la toma de decisiones, y en general el ejercicio del poder en el hogar.

**En las relaciones con los hijos e hijas...**

Ejercicio de una paternidad que no se limite únicamente a los asuntos económicos o de disciplina. Una paternidad que brinde afecto y que constituya un modelo de hombre no machista.





**En las relaciones con la pareja...**  
Diálogo, negociación,  
resolución pacífica  
de las diferencias y problemas.

Relaciones de pareja  
basadas en el respeto,  
aceptación de las  
diferencias, afecto.



**En las relaciones de trabajo, en la  
comunidad, en las organizaciones...**

Una masculinidad que promueva  
relaciones de equidad e igualdad  
entre los géneros, tanto en su familia  
como al interior de las organizaciones  
e instituciones, y con las personas  
usuarias de los servicios.

**Relaciones de equidad en el campo...**  
Hombres y mujeres trabajando juntos,  
promoviendo la agricultura sostenible.



**En la participación activa y compartida de los hombres y las mujeres en el trabajo, en la política, en la comunidad.**



todas las formas de violencia contra las mujeres. Recomendamos que el trabajo con hombres tome como uno de sus principios básicos los expuestos en la "Convención de Belem do Para" resumido en su artículo 6:

**"El derecho de toda mujer a una vida libre de violencia incluye, entre otros:**

- a) El derecho de la mujer a ser libre de toda forma de discriminación, y**
- b) El derecho de la mujer a ser valorada y educada libre de patrones estereotipados de comportamiento y prácticas sociales y culturales basadas en conceptos de inferioridad y subordinación"**

La sociedad actual le impone nuevos retos a la masculinidad. Cada uno debe replantearse y cuestionarse acerca de su propio ser masculino, logrando definir modelos alternativos que



posibiliten una mejor relación consigo mismo y con su entorno.

Al ser concientes de cómo hemos sido educados y formados, podemos reflexionar alrededor de la socialización que hemos recibido.

Mencionamos al principio que la masculinidad es un proceso aprendido, por lo tanto puede ser reconstruida, ya no desde patrones rígidos y limitantes, sino a través de un cuestionamiento que nos posibilite mejorar las relaciones con nuestras familias, en el trabajo, en la comunidad, etc.

Reflexionando y creciendo como hombres, podemos ser mejor pareja, padre, amigo, compañero, vecino...

En esa manera distinta de vivir la masculinidad tenemos que aprender a reconocer los siguientes derechos que la cultura patriarcal nos ha negado:

- Tengo derecho a sentir y pensar diferente a lo que la mayoría de hombres piensan y sienten, sin que por eso me deba sentir "poco hombre".
- A dejar de creer únicamente en la razón, y creer en los sentimientos que tengo.
- Admitir las propias limitaciones y dejar de pensar que lo debemos saber y hacer todo.
- Admitir que puedo experimentar dolor físico y emocional.
- Reconocer que puedo tener miedo y compartirlo con alguien más.
- A pedir ayuda, sin temor o vergüenza.
- A no guardar los asuntos ni problemas que tengo.
- Puedo contar lo que me pasa y puedo ser escuchado.



Soy más feliz porque ahora hablo de lo que siento y soy menos machista

- Escuchar a otro/a sin tener que darle las soluciones a sus problemas.
- Reconocerme como soy, desde conocer mi cuerpo hasta saber qué me gusta y qué no me gusta de mi forma de ser.
- Poder expresar lo que me disgusta sin enojarme.
- Manejar los impulsos y no actuar de forma violenta.
- Participar en los procesos de construcción de la equidad de género.
- A luchar contra todas las formas de violencia y discriminación contra las mujeres, niños, niñas, personas adolescentes y otros hombres.

El proceso de cambio de la masculinidad hegemónica y arquetípica es un proceso lento, difícil, que requiere una metodología muy particular y técnicas



de educación popular adaptadas a la mentalidad masculina.

En el libro siguiente se exponen los principios metodológicos que deben emplearse en el trabajo con los hombres, así como la propuesta de algunos ejercicios que han sido validados para el trabajo de la construcción de una nueva masculinidad. Como se dijo en la introducción de este libro, los ejercicios y la metodología expuesta ha sido validada con grupos de hombres en Guatemala, Panamá, El Salvador, Costa Rica y hasta en otros países fuera del continente americano.

## BIBLIOGRAFIA

- Badinter, E. (1993). XY. **La identidad masculina**. Madrid, España: Alianza Editorial
- Campos, A. y Salas, JM. (2002 a.). **Aspectos teórico conceptuales de la masculinidad. Retos en el siglo XXI. La masculinidad en Costa Rica. El estado de la cuestión. Retos y perspectivas psicoerectus: los hombres y su vivencia cotidiana de la sexualidad.** En: Campos, A. y Salas, JM. (comp.). **Masculinidades en Centro América.** San José, Costa Rica: publicación del Instituto Costarricense para la Acción, Educación e Investigación de la Masculinidad, Pareja y Sexualidad (Instituto WEM) y del Fondo para la Igualdad de Género de la Embajada de Canadá.
- Castaneda, M. (2002) **El machismo invisible**. México: Ed. Grijalbo.
- CECODE (2001) **Encuentro Masculinidad**. Memoria 1er. Encuentro de Contrapartes de Pan Para el Mundo sobre Masculinidad, Guatemala.
- CECODE (2003) **Retos y perspectivas en el nuevo milenio**. Memoria 1er. Encuentro de Contrapartes de Pan Para el Mundo sobre Masculinidad, El Salvador.
- CECODE (2004) **Los rostros y los escenarios de la masculinidad**. Memoria 2<sup>do</sup> Encuentro de las Contrapartes de Pan Para el Mundo. El Salvador.
- Claire, A. (2002). **Hombres. La masculinidad en crisis**. Madrid, España: Editorial Taurus.
- Connel, R.W. (1997). **La organización social de la masculinidad**. En: Valdés, T. y Olavarría, J. (Editores). **Masculinidad/es. Poder y Crisis**. Santiago, Chile: Ediciones de las Mujeres No. 24.
- Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer "**Convención de Belen do Para**"(1994) En: <http://www.undp.org/rblac/gender/campaign-spanish/osavio.htm>.
- Corsi, J. (sf) **El varón violento**, material mimeografiado, Buenos Aires, Argentina.
- Fisher, R. (2001). **El caballero de la armadura oxidada**. Barcelona, España: Ediciones Obelisco (56<sup>a</sup>. Edición).
- Fuller, N. (1997) **Identidades masculinas**. Lima, Perú: Fondo Editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Gilmore, D. (1994). **Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad**. Barcelona: Editorial Piados.

- Kaufman, M. (1997). **Las experiencias contradictorias del poder entre los hombres.** En: Valdés, T. y Olavarría, J. (Editores). **Masculinidad/es. Poder y Crisis.** Santiago, Chile: Ediciones de las Mujeres No. 24.
- Kimmel, M. (1997). **Homofobia, temor, vergüenza y silencio en la identidad masculina.** En: Valdés, T. y Olavarría, J. (Editores). **Masculinidad/es. Poder y Crisis.** Santiago, Chile: Ediciones de las Mujeres No. 24.
- Monick, (1987). **Phallos. El símbolo sagrado de la masculinidad.** Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos.
- Moore, R. y Gillette, D. (1993). **La nueva masculinidad. Rey, guerrero, mago y amante.** Madrid: Ediciones Paidós.
- Pollack (sf) **Qué pasa con los muchachos de hoy.** Ed. Norma.
- Ramírez, A. (2000). **Violencia Masculina en el hogar.** México: Editorial Pax, México.
- Riso, W. (1998). **Intimidades masculinas.** Bogotá, Colombia: Editorial Norma S.A.
- Rivera Medina, E. (1991). **Poder: privilegio y penuria.** San José, Costa Rica.: Ponencia presentada en el XXIII Congreso Interamericano de Psicología.
- Sinay, S. (2000) **Misterios masculinos.** Argentina: Ed. Del Nuevo Extremo.

### **Películas**

- Jinete de Ballenas (Whale rider) 2002, Niki Caro, Nueva Zelanda.
- Full Monty (1997) Inglaterra, Peter Cattaneo y Simon Beaufoy.
- La Oveja Negra (1949) Ismael Rodríguez, Mexico.