



Programa P Bolivia

Un manual para la paternidad activa

**Padres y madres por una crianza
positiva, compartida y sin violencia**



Programa P Bolivia

Un manual para la paternidad activa

**Padres y madres por una crianza
positiva, compartida y sin violencia**

Autoría y adaptación:

Francisco Aguayo y Eduardo Kimelman

Contribución al desarrollo de contenidos:

Clara Alemann

Revisión Técnica:

Clara Alemann y Monserrat Bustelo



Organizaciones involucradas

BID – Banco Interamericano de Desarrollo

El BID trabaja para mejorar la calidad de vida en América Latina y el Caribe. Ayuda a mejorar la salud, la educación y la infraestructura a través del apoyo financiero y técnico a los países que trabajan para reducir la pobreza y la desigualdad. Su objetivo es alcanzar el desarrollo de una manera sostenible y respetuosa con el clima. Con una historia que se remonta a 1959, hoy es la principal fuente de financiamiento para el desarrollo para América Latina y el Caribe. Ofrece préstamos, donaciones y asistencia técnica, y realiza amplias investigaciones. Mantiene un firme compromiso con la consecución de resultados medibles y los más altos estándares de integridad, transparencia y rendición de cuentas. Los temas actuales prioritarios del BID incluyen tres retos de desarrollo – inclusión social e igualdad, productividad e innovación e integración económica – y tres temas transversales – igualdad de género, cambio climático y sostenibilidad ambiental y capacidad institucional y estado derecho.

-

Sitio web: www.iadb.org

CulturaSalud/EME

Fundación CulturaSalud es una organización chilena dedicada a la investigación social y el desarrollo de programas en temas de salud, cultura, género y masculinidades. Algunos de los principios que guían el trabajo de CulturaSalud son la equidad de género, la prevención de la violencia y los derechos humanos. EME – Masculinidades y Equidad de Género es el área de CulturaSalud dedicada a la investigación social y al desarrollo de programas y redes en temas de masculinidades. EME promueve las relaciones equitativas entre hombres y mujeres, paternidades implicadas, el respeto y la no discriminación a la diversidad sexual y la prevención de la violencia masculina.

-

Sitio web: www.eme.cl

REDMAS

La Red de Masculinidad por la Igualdad de Género (REDMAS) es una instancia de coordinación que aglutina a 22 organizaciones nicaragüenses que trabajan sobre género y masculinidades con hombres de diferentes edades y condiciones sociales. La REDMAS articula esfuerzos para el diseño y la ejecución de estrategias orientadas a impulsar iniciativas conjuntas que aporten al cuestionamiento crítico y a la deconstrucción de la masculinidad hegemónica y la construcción de formas alternativas de ser hombres basadas en la equidad y la no violencia.

-

Sitio web: <http://www.redmasnicaragua.org>

Promundo

Promundo es un conjunto de organizaciones no gubernamentales con oficinas independientes en Río de Janeiro, Kigali, Ruanda y Washington D.C., que trabajan en las áreas del desarrollo humano, el mercadeo social y los derechos de la infancia, a través de la investigación, apoyo técnico, capacitación y diseminación de resultados de estrategias efectivas e integrales, que contribuyan a mejorar las condiciones de vida de niños, niñas, jóvenes y sus familias. Promundo ejecuta estudios de evaluación, ofrece cursos de capacitación para instituciones que trabajan en áreas relacionadas con el bienestar de niños, niñas, jóvenes y familias, y trabaja con organizaciones colaboradoras que desarrollan servicios e intervenciones innovadoras para niños, niñas, jóvenes y familias.

-

Sitio web: <http://promundoglobal.org>

Copyright © 2016. Banco Interamericano de Desarrollo. Esta obra se encuentra sujeta a una licencia Creative Commons IGO 3.0 Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivadas (CC-IGO 3.0 BY-NC-ND) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/igo/legalcode>) y puede ser reproducida para cualquier uso no-comercial otorgando el reconocimiento respectivo al BID. No se permiten obras derivadas.

Cualquier disputa relacionada con el uso de las obras del BID que no pueda resolverse amistosamente se someterá a arbitraje de conformidad con las reglas de la CNUDMI (UNCITRAL). El uso del nombre del BID para cualquier fin distinto al reconocimiento respectivo y el uso del logotipo del BID, no están autorizados por esta licencia CC-IGO y requieren de un acuerdo de licencia adicional.

Note que el enlace URL incluye términos y condiciones adicionales de esta licencia.

Las opiniones expresadas en esta publicación son de los autores y no necesariamente reflejan el punto de vista del Banco Interamericano de Desarrollo, de su Directorio Ejecutivo ni de los países que representa.



Cita sugerida:

Aguayo, F., y Kimelman, E. 2016. Programa P Bolivia: un manual para la paternidad activa. Washington, DC: Banco Interamericano de Desarrollo.

Edición

Elena Lafuente

Diseño y Diagramación

PH3 ESTUDIO DE DISEÑO

Agradecimientos

Los responsables de este manual queremos agradecer los aportes y la colaboración de Irma Condori, del Consejo de Salud Rural Andino; Javiera Gutiérrez, Valentina Lizama, Angélica Mendoza y Sofía Miranda, de Fundación CulturaSalud; Verónica Tejerina, Sebastián Martínez, Nohora Alvarado, Loreto Setién y María Lucía Angulo Daza, del Banco Interamericano de Desarrollo; Gary Barker, Douglas Mendoza, Milena do Santos y a toda la red del Programa P. Así como a todas/os los facilitadores que participaron en la validación de las sesiones; a Gustavo Flores, del Centro de Salud San Francisco de El Alto y a Jimmy Telleria de CISTAC.

Índice

1. Introducción p.8

1. ¿Qué es el Programa P?.....	p.9
2. ¿Por qué un manual que promueve la participación de los padres y cuidadores hombres?	p.10
3. ¿Por qué un manual para mujeres que promueve la corresponsabilidad y la equidad de género?	p.10
4. Objetivos del Programa P y de este manual	p.11
5. Sentido del Programa P	p.13
6. Género y masculinidades: categorías clave para entender la paternidad	p.15
6.1 El concepto de género	p.15
6.2 Revisando el concepto de Patriarcado	p.16
6.3 Los estudios de masculinidades	p.19
6.4 Masculinidades, machismo y violencia en América Latina y Bolivia	p.19
6.5 Paternidades en América Latina	p.25
6.6 Porqué es importante promover la paternidad activa	p.26
7. El rol del sector salud en la paternidad	p.29
7.1 La promoción de la paternidad en los controles prenatales de salud	p.30
7.2 La promoción de la paternidad en la etapa de parto, parto y puerperio	p.31
7.3 La promoción de la paternidad en controles de salud a niños/as pequeños/as	p.32
8. Marco Metodológico: orientaciones para el desarrollo de las sesiones del Manual del Programa P	p.35
8.1 Diseño del Programa P y Modelo de Cambio	p.35
8.2 Las Sesiones del Programa P	p.37
8.3 El papel del/la facilitador/a en el Programa P	p.40
8.4 Orientaciones para el/la facilitador/a	p.43
8.5 ¿Cómo responder a las revelaciones de violencia y otros casos que necesiten derivación?	p.47
8.6 Construcción de las “Reglas de convivencia”	p.50
8.7 Algunas condiciones a tener en cuenta para realizar las actividades planteadas en el manual..	p.51
8.8 Intercambios no presenciales vía redes sociales	p.52
8.9 Técnicas participativas de apoyo al facilitador/a	p.52
9. Glosario: conceptos básicos sobre género	p.58

2. Sesiones con Papás p.62

Sesión 1. Mi rol irremplazable como papá	p.63
Sesión 2. El legado de mi padre.....	p.71
Sesión 3. Ser padre en la vida cotidiana, un desafío compartido	p.79
Sesión 4. Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre	p.89
Sesión 5. Cuidar y proveer, un trabajo en equipo.....	p.101
Sesión 6. Disciplina positiva	p.109
Sesión 7. Criando con buen trato	p.119
Sesión 8. Resolviendo conflictos en pareja	p.127
Sesión 9. Collage de la violencia en la familia	p.137
Sesión 10. Cierre y evaluación del taller	p.147

3. Sesiones con Mamás p.152

Sesión 1. Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre.....	p.153
Sesión 2. Ser madre y padre en la vida cotidiana, un desafío compartido.....	p.165
Sesión 3. El lugar del padre en la crianza y en las tareas del hogar.....	p.175
Sesión 4. El poder en la toma de decisiones en la pareja	p.185
Sesión 5. Violencia contra las mujeres en las relaciones de pareja	p.195
Sesión 6. Disciplina positiva.....	p.203
Sesión 7. Criando con buen trato.....	p.213
Sesión 8. Resolviendo conflictos en pareja.....	p.221
Sesión 9. Cierre y evaluación del taller.....	p.231

4. Bibliografía p.236

5. Anexos p.242

1.

Introducción

1.

¿Qué es el Programa P?

Programa P es un programa socioeducativo dirigido a padres y madres para promover determinadas actitudes y prácticas relativas a la participación de los hombres en su paternidad y el cuidado de sus hijos e hijas, así como de pautas de corresponsabilidad entre hombres y mujeres en las tareas de crianza y domésticas y de prevención de violencia hacia mujeres, niños y niñas. Este manual es una guía para desarrollar las sesiones educativas de un taller formativo con grupos de padres y madres.

Programa P propone una metodología de educación y transformación social en formato de talleres que permiten crear espacios seguros de conversación para padres y madres con el fin de facilitarles la reflexión sobre sus preocupaciones, dudas, necesidades e intereses acerca de su parentalidad, así como revisar y cuestionar los mandatos y roles de género que generan discriminación, inequidad y violencia.

Programa P fue diseñado en un formato y con una metodología de enfoque de género basado en experiencias y evidencias acumuladas a partir del trabajo con hombres, de modo tal que facilitadores/as comunitarios/as (profesionales de salud, educadores/as y otros/as profesionales o voluntarios/as que trabajan -o quieren trabajar- con padres hombres y sus parejas) dispongan de material adecuado para desarrollar un programa en función de los objetivos señalados.

Programa P considera a los hombres padres como aliados o aliados potenciales en la equidad de género, siempre que asuman su papel de corresponsables, a la par con las mujeres, en las tareas de cuidado, crianza y domésticas, y sean parte activa contra la discriminación y la violencia de género hacia mujeres y niñas/os.

Programa P Bolivia es una adaptación del programa P al contexto de El Alto. En esta versión se ofrece un manual para papás y otro para mamás. Esta adecuación se realizó a través de entrevistas con padres, madres, hombres y mujeres jóvenes, prestadoras/es de salud y monitores/as comunitarios/as, quienes permitieron levantar los insumos necesarios para adecuar el programa a la realidad local. El Programa P en Bolivia pone, además, un énfasis importante en la prevención de la violencia contra las mujeres y niñas/os en el hogar.

2.

¿Por qué un manual que promueve la participación de los padres y cuidadores hombres?

- ◆ Porque la crianza también es tarea de hombres.
- ◆ Porque cuando el padre participa activamente en el cuidado y la crianza de sus hijas/os, ellas/os se desarrollan mejor.
- ◆ Porque promover la paternidad activa y corresponsable de los papás es importante para la calidad de vida y el buen vivir de las familias.
- ◆ Porque promover la paternidad activa y corresponsable es importante para la salud y el bienestar de niños, niñas, mujeres y hombres.
- ◆ Porque promover la paternidad activa y corresponsable es importante para la protección de los derechos de niños y niñas.
- ◆ Porque promover la paternidad activa y corresponsable es importante para prevenir la violencia en el hogar, el maltrato infantil y la violencia de género contra mujeres y niñas.

3.

¿Por qué un manual para mujeres que promueve la corresponsabilidad y la equidad de género?

- ◆ Porque la parentalidad y la disciplina positiva es tarea de madres y padres.
- ◆ Porque el género es relacional.
- ◆ Porque la actitud de las madres frente a la paternidad del padre suele incidir en el nivel de participación de este en la educación y crianza de sus hijos e hijas.
- ◆ Porque el empoderamiento de las mujeres es importante para prevenir la violencia de género.
- ◆ Porque una intervención sistémica produce mayor impacto.



5.

Sentido del Programa P

El predictor más fuerte y consistente en una persona que ejerce o sufre violencia de pareja es el haber estado expuesto a violencia durante la infancia (haber sido castigados con violencia por los padres o haber presenciado violencia contra la madre). Es por esto que la prevención es clave para detener la violencia antes de que ocurra y evitar su transmisión intergeneracional.

La violencia íntima de pareja (VIP) y la violencia contra los niños (VCN) comparten factores de riesgo: ocurren en familias donde existen normas rígidas de género, relaciones distantes e inseguras entre padres e hijos/as, baja capacidad de resolver conflictos sin agresión y exposición del padre y/o la madre a la violencia durante su infancia. A su vez, hay factores en común que protegen contra estas dos formas de violencia: relaciones cálidas y cercanas entre padres e hijos/as y la participación positiva de los padres en la crianza y las tareas del hogar.

Las intervenciones que buscan reforzar conocimientos y competencias parentales han sido crecientemente implementadas durante los últimos treinta años en países industrializados y, más recientemente, en países en vías de desarrollo y en América Latina y el Caribe para aumentar las habilidades de los padres en la crianza de sus hijos/as, mejorar las relaciones entre estos, promover el desarrollo integral de los niño/as y prevenir el maltrato infantil y la negligencia. Estas intervenciones han sido identificadas como estrategias prometedoras para prevenir la exposición de los niños y las niñas a la violencia por parte de sus padres, evitar su transmisión intergeneracional (Heise 2011; WHO para una revisión de la literatura 2010) y reducir violencia íntima de pareja (Ellsberg et al. 2014).

Por otra parte, existe sólida evidencia sobre los efectos profundos y duraderos que el involucramiento activo de los padres en la crianza tiene en el desarrollo de sus hijos/as, así como en la probabilidad de que establezcan relaciones más equitativas y no violentas (véase Cowan et al 2009 y Sarkadi et al 2008 para una revisión de la evidencia; Flouri y Buchanan, 2003; Panter-Brick et al 2014). A pesar de esta evidencia y del papel clave que tienen los hombres en la toma de decisiones familiares y en la calidad de las relaciones familiares y de pareja, la promoción de la participación de los hombres en el cuidado de sus hijos/as, en el apoyo a la salud materna e infantil, así como en la prevención de la violencia doméstica ha estado en gran parte ausente de las políticas públicas. Esto se refleja en la atención exclusiva a las mujeres y en la ausencia de participación paterna, tanto en la mayoría de los servicios de salud materna e infantil, como en programas de competencias parentales (Smith et al., 2012). Pocos programas de fortalecimiento de competencias parentales, que incluyen la prevención del maltrato infantil, incluyen a los padres hombres (Panter-Brick et al 2014; Cowan 2009).

6.

Género y masculinidades: categorías clave para entender la paternidad

Para comprender mejor el aporte que espera generar el Programa P es importante introducir algunas categorías que sustentan el enfoque de este manual, y describir cuál es el escenario actual de las inequidades de género en la región de América Latina y, en particular, en Bolivia.

6.1 El concepto de género

La categoría de género alude a la construcción social que cada cultura realiza a partir de la diferencia sexual. El género es entendido como un orden producto de la vida social (y no de algo dado en la naturaleza), que se define por las normas que cada sociedad impone sobre hombres y mujeres, definiendo lo femenino y lo masculino y sus atributos y roles. Este orden de género se expresa tanto en las estructuras sociales como en la identidad subjetiva que asume cada persona y en las relaciones de poder particulares que se dan entre hombres y mujeres en un contexto determinado.

A diferencia del sexo, que se define por las características biológicas y fisiológicas que distinguen a hombres y mujeres, las definiciones de género cambian de generación en generación, de cultura en cultura y, también, dentro de diferentes grupos socioeconómicos o étnicos, sumándose así a otras categorías generadoras de diferencias, discriminaciones y desigualdades tales como la clase social, la etnia, la edad y la orientación sexual, entre otras (Connell, 1997; Kimmel, 1997).

Las construcciones de género originan costumbres y prácticas que se transforman en estereotipos, en formas socialmente aceptadas de cómo y qué deben hacer los hombres y las mujeres, cuyo incumplimiento llega, incluso, a ser sancionado por la sociedad. Si bien antiguamente estos estereotipos eran mucho más rígidos y se han ido flexibilizando en la actualidad, aún son muy marcados, excluyentes e inequitativos. La imagen del hombre fuerte y dominante y la mujer sensible y cariñosa, por ejemplo, son modelos de género muy presentes y dominantes. Lo mismo sucede con la idea de la madre cuidadora y del padre trabajador. Estos estereotipos se usan para dar diferente trato a niñas y niños en la escuela, en la familia y, más tarde, en el trabajo y otras instituciones. Estas pautas de comportamiento de género se instalan en la subjetividad de las personas, asumiéndose como algo natural, normal y deseable.

6.2 Revisando el concepto de Patriarcado

Para entender la escasa participación de los hombres en el cuidado, la crianza y las tareas domésticas también es importante revisar el concepto de patriarcado, considerado como un sistema con base en el género que se traduce, fundamentalmente, en opresión hacia las mujeres (Paredes, 2013).

La perspectiva de género ha sido generalmente equiparada al análisis de las desigualdades que afectan a las mujeres. Esto se ha producido porque la lucha contra el patriarcado como orden de dominio y opresión en base a la atribución de características de género nace desde el feminismo y las luchas del movimiento de mujeres; también porque, históricamente, estas han sido el grupo que más se ha visto afectado por las inequidades de género en todo ámbito, desde los niveles estructurales de la sociedad hasta los comunitarios, familiares y subjetivos.



FEMINISMO, GÉNERO Y PATRIARCADO

El patriarcado es la “manifestación e institucionalización del dominio masculino sobre las mujeres y los/las niños/as de la familia, dominio que se extiende a la sociedad en general. Implica que los varones tienen poder en todas las instituciones importantes de la sociedad y que se priva a las mujeres del acceso a las mismas, pero no implica que las mujeres no tengan ningún tipo de poder, derechos, influencias o recursos (...)”

El patriarcado “justifica la dominación sobre la base de una supuesta inferioridad biológica de las mujeres. Tiene su origen histórico en la familia, cuya jefatura ejerce el padre y se proyecta a todo el orden social. Existen también un conjunto de instituciones de la sociedad política y civil que se articulan para mantener y reforzar el consenso expresado en un orden social, económico, cultural, religioso y político, que determina que las mujeres como categoría social siempre estarán subordinadas a los hombres, aunque pueda ser que una o varias mujeres tengan poder, hasta mucho poder, o que todas las mujeres ejerzan cierto tipo de poder como lo es el poder que ejercen las madres sobre los hijos y las hijas”.

“(…) Las ideologías patriarcales no sólo afectan a las mujeres al ubicarlas en un plano de inferioridad en la mayoría de los ámbitos de la vida, sino que restringen y limitan también a los hombres, a pesar de su estatus de privilegio. En efecto, al asignar a las mujeres un conjunto de características, comportamientos y roles “propios de su sexo”, los hombres quedan obligados a prescindir de estos roles, comportamientos y características y a tensar al máximo sus diferencias con ellas”(Facio y Fries, 1999).

Esta visión “tradicional” del concepto de patriarcado ha hecho



LA POLÍTICA DE DESPATRIARCALIZACIÓN EN BOLIVIA

La Ley Integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia (Ley 348 de 9 de marzo de 2013) define despatriarcalización, en su artículo 4.12 como “la elaboración de políticas públicas desde la identidad plurinacional, para la visibilización, denuncia y erradicación del patriarcado, a través de la transformación de las estructuras, relaciones, tradiciones, costumbres y comportamientos desiguales de poder, dominio, exclusión, opresión y explotación de las mujeres por los hombres” (Choque, 2015: 177).

La despatriarcalización es vista como un conjunto de políticas contra “el patriarcado”, que se define de manera amplia como “estructuras, relaciones, tradiciones, costumbres y comportamientos desiguales de poder, dominio, exclusión, opresión y explotación de las mujeres por los hombres” (Ley 348, Art. 4.12).” (Choque, 2015: 174). Desde el año 2010, existe en Bolivia una Unidad de Despatriarcalización, que depende del Viceministerio de Descolonización, dependiente a su vez del Ministerio de Culturas. Esta unidad de despatriarcalización tiene como objetivo estratégico: “complementar los procesos de descolonización iniciados por el Estado Plurinacional”, y como objetivos específicos: “a) la visibilización de las relaciones sociales de dominio que responden al orden patriarcal, b) la desestabilización y puesta en crisis de esos ordenes de dominio patriarcal, y c) la transformación de esas relaciones sociales de dominio, para constituir una sociedad justa y armoniosa”.

Esta misma ley, en su artículo 7.8, “establece 17 tipos de violencia que abarcan desde la violencia física hasta la violencia contra la libertad sexual y cualquier otra forma de violencia que dañe la dignidad, integridad, libertad o que viole los derechos de las mujeres. La ley también define siete nuevos tipos penales: feminicidio, acoso sexual, violencia familiar o doméstica, esterilización forzada, incumplimiento de deberes de protección, padecimientos sexuales y actos sexuales abusivos” (Choque, 2015: 176).

“En conocimiento, las instancias estatales deben actuar sin necesidad de que exista una denuncia o se sostenga un juicio por parte de la víctima. La misma ley propone la reestructuración institucional con la creación del Sistema Integral Plurinacional de Prevención, Atención, Sanción y Erradicación de la Violencia en razón de género, SI-PPASE, con instancias de atención y policía y la enunciación de la creación de juzgados especiales” (Choque, 2015: 176).

6.3 Los estudios de masculinidades

El concepto de masculinidades surge al alero del movimiento feminista, planteándose y abordando de qué manera son socializados los hombres y qué discursos y prácticas se asocian con las diferentes formas de ser hombre. Si bien se entiende que hay temáticas específicas dentro de los estudios de masculinidad –como por ejemplo la salud de los hombres, la paternidad o la violencia masculina–, este campo se ha desarrollado buscando entender la participación de los hombres en las inequidades de género, indagando sus discursos y comportamientos.

Desde este campo de estudios se asume que nuestra cultura occidental promueve un modelo de género que otorga mayor valor a lo masculino sobre lo femenino e incentiva en los hombres ciertos comportamientos como la competitividad, la demostración de virilidad, la búsqueda del riesgo y el uso de la violencia en determinadas circunstancias. A este modelo de masculinidad se le denomina “masculinidad hegemónica” (Connell, 1997) y promueve un tipo de masculinidad en la cual, para que un hombre sea considerado como tal, debe mostrarse activo, fuerte, no expresar sus emociones, no demostrar miedo, ser jefe del hogar, proveedor, dominante, responsable, autónomo y heterosexual, entre otras características (Olavarría y Valdés, 1998; Olavarría, 2001). Además, dentro de los mandatos de la masculinidad hegemónica, el autocuidado y la valoración del cuerpo en el plano de la salud son escasos pues se asocian a vulnerabilidad, un atributo considerado femenino.

La masculinidad hegemónica se conforma desde edades tempranas a través de un proceso de socialización que va modelando e interiorizando formas de ser y pautas de comportamiento que regulan la vida y la relación entre hombres y mujeres. Los niños, desde muy pequeños, van asumiendo la convicción, no sin contradicciones y temores, de que pertenecen a un colectivo masculino con características de superioridad y autoridad sobre las mujeres (Ramos, 2012).

6.4 Masculinidades, machismo y violencia en América Latina y Bolivia

Un tema de especial preocupación dentro de los estudios de masculinidad ha sido el ejercicio de violencia masculina hacia las mujeres. Se sabe que estos hechos responden a una cultura machista muy enraizada que define ciertas circunstancias como transgresiones al orden de género dominante y que legitiman el uso de la violencia por parte de los hombres (Aguayo et al, 2016). Los hombres utilizan la violencia contra la mujer para mantener poder y control sobre ellas.

Asimismo, se ha evidenciado que las conductas machistas y violentas de los hombres también generan en ellos perjuicios como soledad, aislamiento, malestar y dolor. Como señala Ramos (2012), ello se produce por diversos motivos, por ejemplo, cuando hijas e hijos se apartan de los hombres violentos por miedo y rompen el vínculo afectivo, ya sea viviendo bajo el mismo techo o abandonándolos. Son pocos los hombres que pueden alcanzar al prototipo del varón que la cultura exige, generándose un permanente malestar debido a la

distancia entre sus realidades y el ideal de hombría impuesto. En sus esfuerzos por alcanzar ese modelo, muchas veces no reconocen los derechos de las mujeres, ni los de sus hijos e hijas y otras personas más débiles que ellos, pudiendo, incluso, llegar a violentarse a sí mismos (Ramos, 2012).

La violencia que el machismo genera también a los propios hombres se muestra en las estadísticas que presentan una sobremortalidad masculina frente a la de las mujeres a partir de la adolescencia, principalmente por causas violentas. Este fenómeno es particularmente dramático en algunos países de América Latina, como El Salvador, Guatemala y Honduras, que presentan las tasas más altas de homicidios del mundo (Geneva Declaration Secretariat, 2015).

Por otra parte, en América Latina las masculinidades que se han construido a lo largo de los años se corresponden con los procesos históricos del mestizaje, la colonización y la vida republicana. La imagen del hombre en este contexto ha estado fuertemente vinculada con la figura del “macho” y se define por el valor fundamental que representa el “honor” (Gutmann, 2000; Montecino, 1996).

El patriarcado y el machismo en la región han generado no solo inequidades de género hacia las mujeres sino una significativa violencia masculina contra ellas, que se expresa en todos los países de América Latina (Aguayo et al, 2016).

Al igual que en otros países de la región, en Bolivia no han sido muchos los grupos e instituciones que abordan la masculinidad a nivel local. Una organización muy relevante en este sentido es CISTAC, que trabaja en ello hace varios años realizando campañas y capacitaciones, difundiendo estudios y convocando encuentros.



CISTAC ha desarrollado su trabajo específico en torno a las masculinidades locales ligando siempre el tema a la agenda feminista. Como parte de su trabajo se han identificado dos líneas de acción sobre el tema: por un lado, trabajar con hombres para mejorar su calidad de vida, grado de participación social y valoración, por ejemplo, en proyectos sobre salud integral de hombres; atención a la violencia, trabajando con agresores o en programas de desarrollo personal, nuevas paternidades y afectividad. “Estas acciones no necesariamente buscan una interpelación a las relaciones de poder reafirmadas en el patriarcado y expresadas con el machismo. Por otra parte, se persiguen acciones con sentido estratégico, es decir, trabajo con proyectos que impliquen procesos deconstructivos y de cuestionamiento de la actual distribución de poder entre hombres y mujeres, de desarrollo de propuestas de acción y cambio en estas relaciones de poder. Por ejemplo, la interpelación a la violencia y su posicionamiento como delito, una mirada política de interpelación al mismo modelo hegemónico que reproduce el machismo y, por supuesto, las relaciones de poder que son privilegiadas en el marco del patriarcado” (Tellería, 2010).

6.4.1 Violencia contra las mujeres, niñas y niños (VCMN) en América Latina y el Caribe y en Bolivia

Tanto la violencia íntima de pareja (VIP) como el uso de métodos de disciplina violentos contra los niños son prácticas generalizadas en la región de América Latina y el Caribe y particularmente altas en Bolivia. La prevalencia de mujeres, de entre 15 y 49 años, alguna vez casadas o en unión que sufrieron violencia íntima de pareja (física o sexual) en algún momento de sus vidas oscila entre el 17% (República Dominicana) y el 53.3% en Bolivia (la más alta en la región). Casi la mitad de los hijos de las mujeres bolivianas que sufrieron violencia de pareja han estado presentes o saben de la violencia de pareja contra sus madres (48,3%) (Bott et al 2012).

Por otra parte, el castigo físico contra los niños y las niñas también es común en Bolivia. Según la ENDSA (Encuesta Nacional de Demografía y Salud, 2008), el 86% de las mujeres y el 94% de los hombres de 15 a 49 años manifestaron haber sido castigados con golpes en el cuerpo, bofetadas, insultos o aislamiento por sus padres durante su infancia. En ocho de cada diez (80%) hogares con al menos un niño/a en el momento de la encuesta, la madre reportó que castiga a sus hijos o hijas (los padres reportan un porcentaje similar 75%). Los castigos incluyen jalón de orejas, palmadas o sopapos, golpes en el cuerpo, gritos, insultos, privación de alimentación, encierro, mayor trabajo, dejarlos fuera de casa, echarles con agua y quitarles la ropa, entre otros (ENDSA 2008).

En los estudios de género y de masculinidades en los que se ha abordado la violencia masculina contra las mujeres en América Latina y el Caribe se ha investigado la participación de los hombres en la VCMN y sus efectos en la salud, derechos e integridad de las mujeres y niñas (Barker y Aguayo, 2012; Contreras et al., 2010; Olavarría, 2009; Ramírez, 2006; Ramírez, 2008). En estos estudios se ha encontrado una conexión entre la VCMN ejercida por hombres y las formas en que estos aprenden, viven y ejercen las normas sobre la masculinidad. Ello en el marco de un orden patriarcal que históricamente ha discriminado y generado desigualdades hacia las mujeres. (Barker y Aguayo, 2012; Fleming et al., 2015; Ramírez, 2008; Jewkes et al., 2011).

Los atributos asociados con la masculinidad tradicional que se han relacionado con el uso de violencia son diversos. Entre ellos figuran la demostración o defensa de la “hombria”; la legitimidad del uso del poder y el control; un manejo inadecuado de la ira y la frustración; la legitimación de creencias que justifican la violencia; el sentido de propiedad sobre el cuerpo de las mujeres; la culpabilización de las mujeres; la visión de las mujeres como objetos sexuales, y la concepción del deseo masculino como algo incontrolable (Contreras et al., 2010; OMS, 2003). En consecuencia, las normas de género socialmente compartidas legitiman la autoridad de los hombres a disciplinar a las mujeres y los niños. Esto se refleja en que una proporción significativa de los hombres y las mujeres justifica el uso de la violencia contra las mujeres que desobedecen o no cumplen con su función prevista (16%), al igual que justifican el uso de la violencia contra los niños y las niñas cuando se portan mal, lloran o no cumplen con sus tareas (más de 40%) (ENDSA 2008).

6.4.2 Transmisión intergeneracional de la violencia y programas de fortalecimiento de competencias parentales

El Programa P se basa en una evidencia global y regional que demuestra que el predictor más fuerte y consistente de que una persona ejerza o sufra violencia de pareja es el haber estado expuesta a violencia durante la infancia (haber sido castigada con violencia por los padres o haber presenciado violencia contra la madre). La incidencia de VIP contra una mujer aumenta la probabilidad de que su hijo/a sufra castigos físicos, un ambiente familiar hostil (Bott et al 2012; Moffitt 2003; Holt 2008; Renner 2006; Gage 2010) así como estar expuesto a cuidado negligente, relaciones familiares disfuncionales y abuso psicológico y sexual (Holt 2008; Arcos 2003). Los niños y las niñas expuestos a violencia en la infancia tienen mayor probabilidad de ejercer violencia contra sus parejas (en el caso de los varones) o de sufrirla (en el caso de las mujeres) (Fulu et al 2013).

Dentro de los distintos ámbitos en que se desarrolla la violencia hacia niños y niñas cabe destacar la que se produce en las familias, dado su carácter extenso, sistemático y legitimado. Como en el caso de otros países de la región, esa violencia se justifica considerándola una forma de enseñanza. Según la ENDSA (2008) tanto los padres como las madres consideran que golpear a un niño o niña es un mecanismo de disciplina en determinadas ocasiones: cuando “son desobedientes” (56%), cuando “hacen renegar” (47%) o cuando “no cumplen tareas familiares”. Incluso, se justifica el uso de violencia cuando “lloran mucho”.

Diversos estudios demuestran la influencia de los factores culturales en la aplicación del castigo físico hacia los niños, las niñas y adolescentes. Así la OMS afirma que estudios recientes realizados en países latinoamericanos señalan la existencia de una práctica generalizada de castigo físico contra los niños y las niñas en zonas tanto urbanas como rurales. Esta tendencia tiene algunas características importantes de destacar¹:

1. Los métodos y prácticas de crianza aplicados señalan diferencias en cuanto a la frecuencia, severidad, formas y ocasiones en que se aplica el castigo físico que fue recibido por los padres y las madres, y los que estos aplican a sus hijos e hijas.
2. El castigo físico está relacionado con la idea de que, al producir sufrimiento, enseñará a los niños y las niñas la lección que se quiere ofrecer. Así el castigo físico está legitimado como una forma de enseñanza y aprendizaje.
3. El castigo físico no siempre es visto como maltrato, esto depende de “la conciencia” que tengan los padres, las madres o las personas encargadas de velar por el cuidado de la población menor de 18 años.

La VIP y la violencia contra los niños y las niñas (VCN) comparten factores de riesgo: ocurren con más frecuencia en familias donde existen normas rígidas de género, relaciones distantes e inseguras entre padres e hijos/as, baja capacidad de resolver conflictos sin agresión y exposición de padre y/o madre a la violencia durante su infancia. A su vez, hay factores en común que protegen contra estas dos formas de violencia: relaciones cálidas y cercanas entre padres e hijos/as y participación positiva de padres en la crianza y tareas del hogar. Es por esto que la prevención es clave para detener la violencia antes de que ocurra y evitar su transmisión intergeneracional.

1 Adaptado de Organización Mundial de la Salud: Informe mundial sobre la violencia y la salud. 2002. Citado en “La violencia contra niños, niñas y adolescentes”. Informe de América Latina en el marco del Estudio Mundial de las Naciones Unidas. 2006.

Las intervenciones que buscan reforzar conocimientos y competencias parentales han sido crecientemente implementadas durante los últimos treinta años en países industrializados, y más recientemente en países en vías de desarrollo y en América Latina y el Caribe para mejorar las habilidades de los padres en la crianza de sus hijos/as, mejorar las relaciones entre padres e hijos/as, promover el desarrollo integral de los niños y las niñas y para prevenir el maltrato y negligencia de los niños y las niñas (MacMillan H. 2009; Bilukha 2005; Howard and Brooks-Gunn 2009, Knerr et al. 2011). Evaluaciones existentes encuentran que estas intervenciones pueden mejorar practicas parentales de cuidado, la calidad del ambiente familiar y las relaciones entre padres e hijos/as, tres factores de riesgo asociadas con el maltrato infantil (Howard et al 2009; Knerr et al 2011; Aracena 2009; Oveisi et al. 2010; Kagitcibasi 2001, Cooper 2009). Las intervenciones que fortalecen competencias parentales han sido por lo tanto identificadas como estrategias prometedoras para prevenir la exposición de los niños y las niñas a la violencia por parte de sus padres, a su transmisión intergeneracional (Heise 2011; WHO para una revisión de la literatura 2010) y para reducir violencia íntima de pareja (Ellsberg et al. 2014). Sin embargo, la evidencia al respecto es limitada en países en vías de desarrollo así como en la en la región de América Latina y el Caribe.

6.4.3 Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia

La Ley 348 (Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia), aprobada en Bolivia en el año 2013, establece en su artículo 7 diecisiete tipos de violencia que abarcan desde la violencia física hasta la violencia contra la libertad sexual y “cualquier otra forma de violencia que dañe la dignidad, integridad, libertad o que viole los derechos de las mujeres”. Define siete nuevos tipos penales: feminicidio, acoso sexual, violencia familiar o doméstica, esterilización forzada, incumplimiento de deberes de protección, padecimientos sexuales y actos sexuales abusivos. En conocimiento de alguno de ellos, las instancias estatales deben actuar sin necesidad de que exista una denuncia o se sostenga un juicio por parte de la víctima. La misma ley propone la reestructuración institucional con la creación del Sistema Integral Plurinacional de Prevención, Atención, Sanción y Erradicación de la Violencia en razón de género, SIPPASE, con instancias de atención y policía y la enunciación de la creación de juzgados especiales (Choque, 2015).

NOTAS

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6.5 Paternidades en América Latina

La Encuesta Internacional de Masculinidades y Equidad de Género (IMAGES por sus siglas en inglés) en tres países de la región (México, Brasil, Chile) buscó recoger las opiniones, actitudes y prácticas de los hombres en temas relacionados con la equidad de género, tales como experiencias en la infancia, relaciones de pareja, vida doméstica, paternidad, salud y violencia, entre otros. El análisis de los datos permitió conocer diversos aspectos de la masculinidad en Latinoamérica. Entre otras cosas se observó (Aguayo, Barker y Correa, 2012):

- ◆ La presencia de actitudes tradicionales de género en cuanto a la paternidad en una proporción importante de los hombres. Por ejemplo, más de la mitad de ellos apoya la afirmación “el rol más importante de las mujeres es cuidar de su hogar y cocinar para su familia”.
- ◆ A un porcentaje importante de hombres jamás se les educó para hacer tareas domésticas durante su infancia o adolescencia y esto condiciona su actual desempeño en ese tipo de actividades. Entre un 44% y un 70% de los hombres declaró que la pareja mujer realiza más actividades domésticas que él.
- ◆ Se mantiene el predominio de un formato tradicional de familia en el cual el hombre es proveedor económico (entre el 40% y el 65% de las parejas), mientras que, en una menor proporción, aunque creciente (entre el 27% y el 40% de las parejas) ambos son proveedores, y en otros (entre el 2% y el 11% de los casos) la mujer es la proveedora.
- ◆ La actividad que los hombres declararon efectuar más frecuentemente, en relación con la crianza, es jugar con sus hijas/os mientras que la actividad que menos hacen es la de cocinar para sus hijas/os. Se aprecian discrepancias importantes entre los reportes de hombres y mujeres (que alcanzan el 30%) en cuanto a la participación de los padres hombres en el cuidado diario de sus hijas/os de 0 a 4 años.

Dentro de los hallazgos del estudio se destaca que la participación de los hombres en tareas de paternidad y cuidado se relaciona con variables tales como la edad; el nivel de escolaridad; haber sido, socializados en la infancia y la adolescencia en hacer trabajos domésticos; haber tenido, un padre involucrado en hacer esas tareas, o si se es proveedor económico único o si ambos miembros de la pareja trabajan (Aguayo, Barker y Correa, 2012).

Las paternidades han sido un área de investigación todavía incipiente dentro de los estudios de masculinidades en Bolivia (Zabala y Velásquez, 2009), pero van asumiendo relevancia en el marco de las preocupaciones, legislaciones y políticas públicas orientadas al antipatriarcalismo y a la constitución de relaciones familiares más equitativas en términos de género.

6.6 ¿Por qué es importante promover la paternidad activa?

La promoción del cuidado y la crianza por parte de los hombres es una tarea clave para lograr un mejor desarrollo de las/os niñas/os y para el logro de la equidad de género en la distribución de tareas de cuidado.

Si bien actualmente hay mayor reconocimiento del rol integral que juegan los padres en el cuidado de los niños y las niñas, todavía persiste a nivel general la creencia de que las mujeres deben cargar con la mayor responsabilidad en los ámbitos reproductivos, de crianza y cuidado y de las tareas domésticas. Para promover el rol de los hombres como cuidadores activos y corresponsables, y lograr así igualdad de género, es necesario cambiar la forma en que son percibidos los roles de los hombres, tanto por ellos mismos como por sus parejas y el contexto social.

Existen evidencias que sugieren que la incorporación de un rol activo y corresponsable de los hombres en el cuidado y crianza de sus hijos e hijas incide en varios planos:

1. Promover la paternidad activa y corresponsable de los hombres es importante para la equidad de género y la calidad de vida o buen vivir de las familias.

La experiencia de países nórdicos como Suecia y Noruega, que luego de tres décadas de políticas de equidad de género en las relaciones familiares han visto incrementado el bienestar de madres, padres e hijos/as, demuestra que cuando los hombres están más involucrados como padres, sus parejas reportan estar menos sobrecargadas, con mejor salud mental y más felices con sus relaciones conyugales en general. En estudios cualitativos y cuantitativos los hombres involucrados como padres relatan estar más satisfechos con sus vidas y cuidar más su salud (Barker, et al 2012; Levto et al, 2015).

En una revisión de 16 estudios longitudinales (22,300 casos en 24 publicaciones) se encontró que el haber tenido un padre involucrado resultó en impactos positivos en los hijos e hijas en las siguientes áreas: Las/os hijas/os en promedio presentaron menos problemas conductuales, menos conflictos con la ley; menor vulnerabilidad económica posterior, mejores resultados en escalas de desarrollo cognitivo, mejor rendimiento escolar y menor estrés en la adultez (Sarkadi, Kristiansson, Oberklaid y Bremberg, 2008).

Cuando los padres tienen una presencia de calidad en la vida de sus hijas/os estos tienden a desarrollarse mejor en diversas áreas, como su salud física y mental, motivación al estudio, rendimiento académico, desarrollo cognitivo y habilidades sociales, presentan una mayor autoestima, menos problemas de conducta y mayor tolerancia al estrés (Allen y Daly, 2007; Barker, 2003; Levto et al, 2015; Nock y Einolf, 2008). En la adolescencia, aquellas/os hijas/os que contaron con un padre involucrado durante su infancia fueron más propensos a presentar mejor salud mental, menos abuso de drogas, menos problemas con la ley y menos riesgos en la salud sexual y reproductiva (Allen y Daly, 2007; Fathers Direct, 2005; Nock y Einolf, 2008).

La presencia del padre también influye positivamente en la madre quien tiende a tener menos sobrecarga de tareas de cuidado y domésticos y suele ver incrementada su salud física y mental (Allen y Daly, 2007; Barker, 2003; Levto et al, 2015).

La participación de los padres y cuidadores masculinos durante el período prenatal y postnatal es de vital importancia para apoyar la salud y el bienestar de la madre y el niño o la niña.

Diversos estudios demuestran que el involucramiento del papá en la salud materna tienen un impacto positivo en la madre reduciendo el estrés asociado con el embarazo (Fisher et al, 2006). Los padres que se involucran en el cuidado de su bebé tienen más probabilidad de formar un vínculo emocional sostenido con él (Barclay y Lupton, 1999). Las madres que asisten acompañadas por su pareja a las visitas prenatales tienen más probabilidades de recibir atención prenatal en el primer trimestre (Martin et al, 2007) y después (Teitler, 2000). Durante el parto, las mujeres que fueron acompañadas por sus parejas tuvieron una experiencia de parto más positiva (Anderson y Standley, 1976; Henneborn y Cogan, 1975) y una menor duración de parto y con menos dolor (Tarkka, 2000). De acuerdo con Pruett (1993), la participación del padre en la vida temprana del niño/a reduce en gran medida la probabilidad de sufrir abusos sexuales en la infancia. En síntesis, la calidad de la paternidad es una variable importante que afecta una serie de comportamientos relacionados con la salud materna, la salud de los niños y las niñas y factores de estrés (Levtov et al, 2015).

La salud de los propios hombres tiende a ser mejor en aquellos que están involucrados en su paternidad. Tienen mayor probabilidad de estar satisfechos con sus vidas, vivir más, enfermarse menos, consumir menos alcohol y drogas, experimentar menos estrés, accidentarse menos y tienen mayor participación en la comunidad (Allen y Daly, 2007; Ravanefra, 2008).

En general, la presencia del padre también suele ser positiva para la economía familiar. Cuando están presentes, el ingreso tiende a subir incluso aunque aporten menos porcentaje de su ingreso al ingreso familiar que la madre (Barker, 2003). Por otra parte la ausencia de los padres tiene enormes costos económicos y sociales directos e indirectos. Por ejemplo, en Estados Unidos se encontró que los hogares con ausencia paterna suelen presentar mayores costos para el Estado en programas de asistencia (Nock y Einolf, 2008).

2. Promover la paternidad activa y corresponsable es importante para prevenir la violencia doméstica, el maltrato infantil y la violencia de género.

El vínculo entre la implicación de los padres hombres en el cuidado de los niños y las niñas y la violencia contra las mujeres es algo que exige atención. Varios estudios confirman que hombres que fueron víctimas de violencia o estuvieron presentes durante escenas de violencia en su infancia son más propensos a cometer actos violentos contra las mujeres en su vida adulta (Buka et al, 2010; Contreras, 2012; Carlson, 1990; Fleming et al, 2015).

Por otro lado, una investigación sobre las actitudes de los hombres y las mujeres sobre la masculinidad sugiere que los niños y las niñas que tienen un modelo positivo en su casa se inclinan a tener actitudes equitativas de género y es menos probable que ejerzan violencia contra su pareja (Barker et al., 2011). Una división más equitativa de los cuidados está asociada a una reducción de los índices de violencia. En Noruega se encontró que en hogares donde el cuidado se distribuye equitativamente hay menos violencia doméstica (Levtov et al, 2015).

7.

El rol del sector salud en la paternidad

En este apartado se presentan algunas consideraciones sobre la importancia de promover la paternidad y el cuidado en los padres desde el sector salud. En varios países de la región como Nicaragua, Brasil y Chile se están desarrollando acciones desde este sector para involucrar a los padres en aquellas prestaciones de salud dirigidas a la salud de su hija/o y de la madre. Estos esfuerzos pretenden avanzar hacia una mayor participación de los padres en prestaciones tales como controles prenatales, el parto, controles de salud de niños/as pequeños/as, talleres y visitas domiciliarias con el objetivo de promover un mayor desarrollo infantil, la salud materno infantil y la equidad de género.

Dado que una gran mayoría de las familias interactúan en estos procesos con las instituciones y los/as profesionales de la salud, este sector se convierte en un espacio clave para la promoción de la paternidad implicada y corresponsable. Es por esto que incluimos en este manual esta sección dirigida al sector salud.

Tradicionalmente, los/as profesionales del sector salud que atienden a niños y niñas han interactuado, y aún lo siguen haciendo, básicamente con la madre. Los hombres no han sido incluidos ni han sido objeto de políticas en ese ámbito, y tampoco en los procesos de salud reproductiva. Muchos hombres no asisten a las prestaciones porque se realizan en horarios de trabajo. En algunos países de la región la presencia de los padres en las prestaciones ha ido aumentando paulatinamente, sobre todo en el periodo de gestación y en el momento del nacimiento. Los que participan con más frecuencia y decisión son los padres más jóvenes, con mayor grado de escolaridad.

El sector salud ha comenzado a interactuar con padres hombres en prestaciones dirigidas a gestación, parto y controles posnatales de niños y niñas y el sistema de salud ha abierto algunos espacios para que los hombres participen de manera más activa, aunque siguen existiendo obstáculos para ello.

Por otro lado, se evidencia que desde esas prestaciones del sector salud se pueden orientar acciones para promover roles de apego y cuidado en los hombres, acelerando el cambio cultural hacia una mayor equidad de género y corresponsabilidad con la madre.

A continuación, se presentan algunas orientaciones útiles para promover la participación de los papás en tres de las más frecuentes prestaciones a las que pueden asistir: controles prenatales o gestacionales, nacimiento o parto y controles de salud del niño/a durante los primeros años.

7.1 La promoción de la paternidad en los controles prenatales de salud

Los controles de salud durante la gestación se orientan a proteger la salud del niño/a por nacer y también la salud de la madre. Los discursos y prácticas de los sistemas de salud se han centrado por décadas en las mujeres embarazadas. Los programas se han llamado tradicionalmente de “salud materno infantil” y se ha hablado del binomio madre-hijo/a. Desde esta perspectiva y práctica, los padres han estado invisibilizados, se les ha excluido de participar en estos procesos o bien se les ha ubicado en una posición periférica.

Recientemente, se ha estudiado y demostrado que el vínculo padre hijo/a se construye desde antes del nacimiento, lo que ha valorizado cada vez más el ejercicio de un papel activo del padre en el periodo de la gestación. Ahora se sabe que involucrar al padre desde el primer momento del embarazo resulta no solo de gran importancia para la futura implicación de este en su paternidad, sino que también contribuye a la salud física y psicológica de la madre y al bienestar del niño/a por nacer.

También se ha evidenciado que el momento de interacción entre el sistema de salud y las familias durante la gestación se constituye en una ventana clave para empezar a incluir a los hombres, hacerlos sentir coprotagonistas, generar corresponsabilidad frente a las tareas de cuidado del niño o la niña por nacer, apoyar a la madre, construir apego entre el hombre y su futuro hijo/a y hacerle consciente de su rol paterno.

Desde algunos servicios de salud, estas evidencias se han ido incorporando y transformando en orientaciones y políticas públicas. Uno de estos cambios es que comienza a hablarse de una tríada madre-padre-hijo/a, y se intenta que, de manera progresiva, las instituciones y servicios de salud releven, faciliten y estimulen la participación paterna activa durante la gestación.

En el sector salud aún persisten obstáculos que impiden la participación de los hombres. Por ejemplo, en algunos servicios de salud todavía no se permite la entrada a los padres hombres en la consulta del control prenatal, aunque estén presentes en la sala de espera; o en los que no hay una silla dentro de la consulta para sentar al padre; que no tienen registros sobre la asistencia de los padres a los controles prenatales, y que no se plantean metas sobre su incorporación.

Por tanto, dada la experiencia acumulada por los servicios de salud que han iniciado cambios al respecto en los procesos de gestación, se evidencia que el objetivo de la participación activa de los padres en esas instancias requiere de una estrategia sostenida en el tiempo y de disposiciones y medidas concretas y específicas.

7.2 La promoción de la paternidad en la etapa de parto, parto y puerperio

En las instituciones de salud dedicadas a los partos, los padres han estado largo tiempo invisibilizados y excluidos del proceso y, más aún, de asistir al momento mismo del nacimiento. El proceso de parto y parto atendido por personal de salud ha sido considerado un asunto que atañía sólo a la madre y al sistema de salud. En consecuencia, las orientaciones, los/as funcionarios/as y la infraestructura del sistema se disponían en ese sentido.

Si bien está claro que el cuerpo de la mujer y el del niño/a son los que están físicamente involucrados en el proceso, y son a quienes hay que prodigar especiales atenciones y cuidados, cada vez más se incorpora a los padres al parto y a sus procesos asociados. En diversos países se ha abierto la posibilidad e incluso se ha estimulado la participación de los padres durante el parto y parto.

Recientemente, en el contexto de las políticas de promoción de partos respetados, personalizados y/o humanizados, se ha ido incorporando cada vez más la importancia del acompañamiento de la mujer y la activa participación de los padres. Este cambio y apertura se debe a varios factores: la humanización del proceso de nacimiento o parto respetado y la evidencia científica respecto a los beneficios biomédicos de tal práctica, el mayor interés de los padres en participar, la apertura del sistema de salud para incorporarlos, la promoción del apego temprano con todas las figuras significativas incluyendo al padre, y la promoción de una mayor corresponsabilidad en el cuidado y nacimiento de los hijos/as desde el primer momento (Aguayo y Sadler, 2011; MINSAL, 2008). Además, se ha comprendido que, tal y como sucede con la madre, el contacto físico del recién nacido con su padre, desde el inicio, promueve el apego temprano y constituye un momento clave de conexión mutua. La presencia del padre también suele ser un apoyo importante para la madre, disminuyendo temores y ansiedades; repercute en mejores índices de salud y predispone un mejor desarrollo del parto, disminuyendo la medicalización.

Actualmente, desde los sistemas públicos de salud, se entiende que el fomento de la presencia del padre durante el parto y el nacimiento, en la medida que la madre lo requiera y que los padres sean apoyos efectivos, constituye un momento que puede significar un aporte clave para todos los involucrados: la madre, el niño/a y el padre. Esto es así porque el nacimiento es un momento breve pero con un altísimo impacto afectivo y experiencial.

En algunos países el derecho a tener un acompañante en el parto está resguardado por ley, y es la madre quien decide si su acompañante será el padre u otra persona. En los contextos donde ha habido programas de parto acompañado, como Chile o Brasil, los servicios de salud han comenzado un cambio cultural con diversas acciones, como capacitaciones, guías, modificaciones de espacio o de infraestructura, campañas informativas y de sensibilización.

7.3 La promoción de la paternidad en controles de salud a niños/as pequeños/as

Tras el nacimiento de los niños/as, los sistemas de salud efectúan controles periódicos y atenciones para asegurar su mejor desarrollo. Esta actividad la llevan a cabo los equipos de salud a través de controles que permiten monitorear el normal crecimiento y desarrollo físico, psíquico y emocional del/la niño/a, registrando cualquier problema de salud que se presente. Además de las evaluaciones de salud, estas instancias informan a los padres sobre los cuidados necesarios para el bebé e incentivan la incorporación de estilos de vida saludables para los niños/as, madres y padres y otras figuras significativas. De esta forma, se pueden detectar, temprana y oportunamente, problemas de salud y realizar acciones básicas de protección, cuidado y fomento de una vida sana. Asimismo, durante el periodo en que se desarrollan los controles del niño/a se genera un importante proceso de aprendizaje para ambos padres en torno a su relación con él/ella.

En esta etapa, el apoyo del profesional de la salud puede ser un aporte para favorecer un clima de crecimiento saludable para todos/as. Los momentos de control de salud se constituyen en una oportunidad de diálogo, de información y de aprendizaje en temas de salud, cuidado y crianza para ambos padres, pero especialmente es una oportunidad única para incidir en el cambio de las pautas machistas dominantes e incorporar a los padres de manera responsable en las tareas de cuidado y crianza de sus hijos/as.

A continuación, citamos algunas recomendaciones generales, dirigidas al sistema de salud, para trabajar con padres desde estas prestaciones:

- ◆ Desarrollar con los padres talleres de preparación al parto, habilidades parentales y desarrollo de la paternidad (como el Programa P).
- ◆ Hacer más amigables para los padres los servicios de salud: extensión horaria, afiches, videos, trato inclusivo, baños con mudadores, guías para padres, etc.
- ◆ Contar con orientaciones y protocolos más claros sobre cómo trabajar con familias y padres hombres.
- ◆ Contar con más campañas y materiales educativos.
- ◆ Promover la paternidad con los hombres cuando participan en las prestaciones de salud y también promover dicha participación con las madres.
- ◆ Dar indicaciones pro-paternidad adecuadas para cada caso: cuando la madre está sola y no se cuenta con el padre; cuando los padres están separados; en el caso de adolescentes, que requieren un apoyo particular para participar en el cuidado y no abandonar sus estudios; cuando hay conflictos de pareja o en casos de violencia de género o violencia doméstica.



CAMPAÑA DE PATERNIDAD MENCARE

El Programa P es una de las herramientas de la Campaña de Paternidad “Tú Eres mi Papá MenCare América Latina” (www.campanapaternidad.org). En su sitio web se encuentran recursos para promover la paternidad activa dirigidos a facilitadores y a padres.

MenCare es una campaña global (www.men-care.org), coordinada en América Latina por EME-CulturaSalud, REDMAS y Promundo, que promueve el involucramiento de padres y cuidadores hombres en la familia. La campaña provee materiales educativos, mensajes, recomendaciones políticas e investigaciones para animar a los socios y las socias de MenEngage (www.menengage.org), ONG, gobiernos y agencias internacionales para que implementen las actividades de la campaña en sus comunidades.

La campaña se centra en 10 temas de paternidad

1. Estar involucrado desde el inicio.
2. Compartir las tareas domésticas.
3. Mostrarlo y estar orgulloso.
4. Proveer atención médica.
5. Jugar y reír.
6. Educar en el hogar y en la escuela.
7. Ser valiente, mostrar afecto.
8. Criar sin usar violencia.
9. Enseñar igualdad y respeto.
10. Apoyar a la madre.



8.

Marco metodológico: orientaciones para el desarrollo de las sesiones del Manual P

Estas orientaciones están dirigidas a la persona que cumplirá el rol de facilitador/a de los talleres del Programa P. En ella podrás encontrar elementos de apoyo para el desarrollo adecuado de cada sesión o módulo tanto para el manual con papás como para el manual con mamás. Es muy importante que leas estas premisas metodológicas antes de facilitar los talleres y lo complementes con lo aprendido en la capacitación, ya que el rol de la persona facilitadora y la comprensión del sentido educativo implícito en el Programa P es central para el logro de sus objetivos.

8.1 Diseño del Programa P y Modelo de Cambio

El Programa P consiste en un conjunto de sesiones para el trabajo con grupos de papás y mamás que están orientadas, en sus contenidos, metodologías y secuencia a generar un proceso que favorezca la reflexión, concientización y cambios de actitudes y prácticas de los hombres padres dirigidas a promover una cultura de cuidado, equidad de género y buen trato, que les involucre no solo a ellos sino a sus familias, entornos comunitarios y la sociedad en su conjunto.

Para lograr este objetivo, el Programa P plantea un diseño educativo transformador de género que se basa en una metodología activo-participativa que considera que se “aprende de la experiencia”, trabaja con “conceptos significativos” de la cultura de los participantes y procura crear un “contexto que facilite los procesos de aprendizaje”.

El Programa P tiene una metodología basada en la experiencia. El insumo principal del taller y sus sesiones son las experiencias actuales y de vida de los participantes. Se busca generar un clima seguro y propicio para compartir experiencias y vivencias y a partir de ellas producir debate, reflexiones y cambios.

El Programa P tiene una metodología transformadora de género. Busca presentar y provocar reflexiones sobre temas de género: las relaciones de género, el machismo, el patriarcado y el uso del poder para lograr cambios de actitudes, creencias y prácticas en ámbitos como la paternidad, la crianza y la violencia contra la pareja y las/os hijas/s.

El Programa P es una metodología grupal y socioeducativa que busca la concientización y el cambio en las relaciones de género. Inspirado en la tradición de la educación popular, se utiliza la experiencia y lenguaje de los participantes para reflexionar y problematizar la realidad del machismo y el patriarcado en su contexto.

El Programa P tiene una metodología participativa. Se usan técnicas de diálogo y de sociodrama, entre otras, para abordar los temas de manera motivante. Los ejercicios permiten

mucha creatividad y flexibilidad; además, generan entusiasmo y motivan porque los participantes transforman su experiencia en conocimiento y habilidades tangibles, y de ahí surge el aprendizaje. Los juegos y sociodramas permiten conectar la experiencia con las emociones facilitando la reflexión y la concientización.

Las actividades del Programa P pretenden abrir espacios seguros donde los participantes puedan entablar conversaciones íntimas y personales que deben ser entendidas como parte de un proceso de reflexión grupal y educación participativa y no como estrategias terapéuticas. En este sentido, si se detectaran casos que requieran de atención especializada de profesionales de la salud, la recomendación es la de abordarlo institucionalmente con el equipo de supervisores y derivarlos a una instancia apropiada de atención.

Este diagrama resume el Modelo de Cambio detrás del Programa P



8.2 Las Sesiones del Programa P

Para lograr los resultados buscados a través del programa de sesiones es fundamental que quienes participen del mismo asistan, si no a la totalidad, al menos al 80% de las sesiones. Las sesiones que forman parte del Manual P han sido diseñadas para realizarse como parte de un proceso socioeducativo de aprendizaje. Lograr cambios de actitud, y más aun de comportamiento, suele llevar tiempo. En programas de educación similares que han sido evaluados en diversos países se ha constatado que la realización de varias sesiones tiene mayor impacto. La práctica de llevar a cabo varias sesiones, permitiendo que transcurra un periodo de unos cuantos días a una semana, parece ser la más efectiva, ya que permite a los participantes tomarse el tiempo necesario para reflexionar y aplicar los temas discutidos a las experiencias de la vida real y, luego, volver al grupo para proseguir con el diálogo. Una revisión de la literatura ha mostrado que las sesiones de educación en grupo con duración de dos horas aproximadas de frecuencia semanal, durante un periodo de 10 a 16 semanas, es la “dosis” más efectiva para obtener a una actitud sostenida y un cambio de comportamiento (Barker et al, 2007). Otros estudios han revelado un impacto en términos de cambios de actitud en 2-6 sesiones. Una mayor cantidad de sesiones permite una mejor interiorización de los temas, así como la posibilidad de reflexionar sobre estos durante la semana, o conversar sobre ellos con sus parejas.

Con estas premisas educativas se diseñó un formato común para el adecuado desarrollo de las sesiones de trabajo, siendo cada una de ellas una unidad de aprendizaje en torno a una determinada temática. Además, el formato de cada sesión está organizado de tal forma que facilite su comprensión y realización por parte del/la facilitador/a. En cada sesión encontrarás los siguientes elementos:

8.2.1 ¿Cómo se organiza el manual y las sesiones?

Este manual contiene una introducción y dos secciones de sesiones. La primera presenta diez sesiones para trabajar con los padres y la segunda presenta nueve sesiones para trabajar con las madres. Las actividades presentadas en las dos secciones se han diseñado para realizar sesiones con padres y madres en paralelo.

NOTAS

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A continuación se presenta la secuencia de las sesiones.

Sesiones para trabajar con los Papás

Sesión	Título
1	Mi rol irremplazable como papá
2	El legado de mi padre
3	Ser padre en la vida cotidiana, un desafío compartido
4	Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre
5	Cuidar y proveer, un trabajo en equipo
6	Disciplina positiva
7	Criando con buen trato
8	Resolviendo conflictos en pareja
9	Collage de la violencia en la familia
10	Cierre y evaluación del taller

Sesiones para trabajar con las Mamás

Sesión	Título
1	Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre
2	Ser madre y padre en la vida cotidiana, un desafío compartido
3	El lugar del padre en la crianza y en las tareas del hogar
4	El Poder en la toma de decisiones en la pareja
5	Violencia hacia las mujeres en las relaciones de pareja
6	Disciplina positiva
7	Criando con buen trato
8	Resolviendo conflictos en pareja
9	Cierre y evaluación del taller

Cada sesión se organiza según la siguiente estructura.

- ◆ **Título:** anuncia el tema a trabajar en la sesión.

- ◆ **Objetivos:** se indica lo que se pretende lograr con las actividades de la sesión en términos de aprendizaje.

- ◆ **Tiempo recomendado:** se sugiere el intervalo de tiempo general de la sesión y de cada paso de la misma. Dependiendo del número de participantes, la dinámica generada en el grupo, temas emergentes y otros factores, el tiempo para la realización de cada actividad puede variar.

- ◆ **Materiales:** se indican los materiales necesarios para la realización de la actividad. En la mayoría de los casos, se incluyen materiales básicos como papelógrafo y marcadores. También se adjuntan insumos para realizar las actividades, tales como fichas para que completen los participantes, hojas de apoyo con textos y/o historias para que lean y trabajen o ilustraciones.

- ◆ **Apertura de la sesión:** se recibe a los participantes, se recuerda de modo resumido lo tratado en la sesión anterior y se comenta la experiencia vivida durante la semana en relación a los temas del programa. Se presentan los objetivos de la sesión.

- ◆ **Pasos:** se indican etapas o pasos a seguir durante toda la sesión. Cada paso propone un conjunto de acciones ordenadas. Dentro de los pasos, encontrarás también diferentes elementos y acciones que se describen a continuación.

- ◆ **Realización de actividades:** se proponen actividades y/o ejercicios para trabajar cada temática. Se utilizan diferentes metodologías, tales como sociodramas, análisis de casos, reflexión grupal sobre la base de determinadas preguntas, para motivar a los participantes a que se activen, participen y reflexionen sobre sus experiencias, creencias, actitudes y prejuicios. En estas actividades se pretende generar un marco de trabajo colaborativo que promueva conversaciones, introducción de contenidos y aprendizajes.

- ◆ **Compartir grupal:** se plantean instancias de conversación en plenario, después de cada actividad, para compartir e identificar los conocimientos de cada uno de los participantes o la experiencia que cada uno ha tenido acerca del tema, y también para aclarar conceptos y reflexionar grupalmente. Se dispone usualmente de preguntas para guiar la conversación.

- ◆ **Apuntes para los/las facilitadores:** aportan elementos conceptuales importantes a considerar, así como algunas recomendaciones específicas, tales como atender a aspectos metodológicos, éticos o de conocimiento respecto a la actividad planteada.

- ◆ **Ideas fuerza:** se resumen los principales mensajes educativos sobre el tema de la sesión, que apoyan al/la facilitador/a y sintetizan las ideas más importantes de la actividad de ese día. El/la facilitador/a transmitirá estas ideas durante las discusiones y las pondrá de relieve cuando alguno de los participantes exprese alguna idea similar. Al final de la sesión las reforzará expresándolas o leyéndolas detenidamente a los participantes.

- ◆ **Compromiso para la semana:** se dan las indicaciones para que los participantes definan un compromiso personal ya sea de reflexión, observación o acción, relativo al tema de la sesión para implementarlo durante la semana con la intención de compartir cómo le fue con ese compromiso en la siguiente sesión.

- ◆ **Cierre de la sesión:** se hace un ritual de cierre compartiendo cómo se siente y qué ha aprendido cada participante al finalizar la sesión del día.

- ◆ **Hojas de trabajo y hojas de apoyo:** cada sesión cuenta con hojas de trabajo con actividades, lecturas o dinámicas para realizar durante la sesión y con hojas de apoyo con lecturas para realizar en casa entre las sesiones.

Más allá del diseño presentado, es vital que la persona facilitadora que conduce las sesiones y actividades siempre tenga presente que el fin es lograr que los objetivos planteados para cada sesión se conviertan en aprendizajes significativos de los participantes.

8.3 El papel del/la facilitador/a en el Programa P

La persona que desempeña el rol de facilitador/a juega un papel fundamental en el Programa P. De ella depende el buen desarrollo del programa y el cumplimiento de las expectativas y objetivos de este, ya que es quien se relaciona directamente con los participantes, cuida la motivación grupal y tiene la misión de conducir al grupo hacia los objetivos.

Como facilitador/a, eres coprotagonista de este proceso junto al grupo. Tu estilo personal, tus habilidades para escuchar al grupo, para construir un clima seguro y respetuoso y para mantener la motivación serán aspectos clave a lo largo de las sesiones.

Muchas de las actividades incluidas en este manual tocan temas biográficos y experiencias personales de los participantes, por lo cual es recomendable que sean facilitadas por personas que se sientan cómodas al trabajar con estas temáticas, que tengan interés y experiencia en el trabajo con grupos y que cuenten con el apoyo y supervisión de sus organizaciones y/o de otros profesionales.

Es deseable que el/la facilitador/a tenga también las habilidades necesarias para manejar los dilemas naturales que todo grupo enfrenta durante un proceso de varias sesiones. Es de importancia fundamental que el/la facilitador/a tenga una buena comprensión acerca de cómo el género y los roles socialmente asignados en función del ser hombre o mujer, niño o niña,



determinan tanto su identidad, sus oportunidades de vida, sus decisiones, comportamiento, relaciones interpersonales, sus prácticas de crianza y disciplina hacia los niños y las niñas y hasta su salud. Asimismo, es importante que los/as facilitadores/as estén familiarizados con los diferentes temas que se van a abordar durante las sesiones tales como normas de género, corresponsabilidad y violencia en el hogar. Como parte de su capacitación, el/la facilitador/a también pasa por un proceso de autorreflexión con respecto a sus propias experiencias, creencias y tensiones en cuanto al género, la masculinidad y la paternidad. Esto le permitirá discutir estos temas de manera tranquila y abierta. De igual manera, los/as facilitadores/as deben ser sensibles y receptivos con los participantes, invitándoles a reflexionar y practicar en su día a día maneras más equitativas de pensar y de relacionarse, sin juzgarlos o culpabilizarlos por sus formas de vida.

Desde este rol, el/la facilitador/a puede hacer aportes personales a través de una opinión que opera como una experiencia y no como una verdad que se impone. Asimismo, el/a facilitador/a estará a cargo de regular la conversación del grupo y el tiempo que cada persona toma la palabra. En este sentido, el/la facilitador/a impide con delicadeza que una personalidad fuerte imponga, sutil o abiertamente, sus puntos de vista o sus opiniones a los otros participantes e invita y anima a hablar a quienes no acostumbran a expresar sus opiniones o son más tímidos, sin forzarlos ni insistir si prefieren no hacerlo.

Más que cerrar temas o discusiones el facilitador ayuda a abrir preguntas, conversaciones y reflexiones; anima a tomar conciencia de las creencias y comportamientos; invita a pensar y cuestionar el machismo y sus efectos; motiva a iniciar procesos de reflexión personal y grupal que llevan al cambio y la transformación cultural en términos de género.

Con respecto a la participación, otro aspecto relevante para el/la facilitador/a es promover la confianza y crear un clima cálido, afectivo y de aceptación, ya que el logro de los objetivos depende del ambiente construido. Los/las facilitadores/as tienen la responsabilidad de generar un ambiente abierto y de respeto en el que los participantes puedan sentirse lo suficientemente cómodos como para compartir y aprender de sus propias experiencias y cuestionar las creencias arraigadas sobre la paternidad, la masculinidad y el orden de género. En este sentido, es relevante la observación permanente que permita tomar decisiones y gestionar de la mejor manera los ritmos y clima de la sesión. De esta manera se propicia que quienes participan se expresen de manera libre, reforzando positivamente los comentarios que contribuyen a reforzar los objetivos de la sesión.

Junto con todo lo anterior, el/la facilitador/a tiene que tener presente la necesidad de comenzar siempre desde la experiencia del grupo, es decir, desde aquello que las personas saben, viven y sienten. Los conceptos deben trabajarse mediante un proceso progresivo y adaptado al contexto, cultura y realidad de los participantes.

El/la facilitador/a podría tener que afrontar temas importantes que no es adecuado o posible abordar en el taller dado su encuadre y objetivos. Esto puede ocurrir, por ejemplo, si surgen necesidades de apoyo especializado en salud mental, como una depresión severa, o de apoyo en caso de riesgo de ejercer o sufrir violencia grave o que ponga en riesgo su vida. El facilitador conversará estos temas después de la sesión con su equipo y con su supervisor/a para decidir en conjunto como actuar y a dónde derivar.

8.4 Orientaciones para el/la facilitador/a

Para el adecuado desarrollo de las sesiones del Programa P se plantean acciones básicas que la persona facilitadora debe seguir.

8.4.1 Acciones a realizar por la persona facilitadora antes de cada sesión

Es importante que el facilitador/a conozca los temas a tratar para que pueda trabajarlos adecuadamente utilizando los recursos pedagógicos y medios más pertinentes para ello. Esto no significa que el facilitador deba saberlo todo o responder a todas las preguntas. Frente a una pregunta ante la cual no se tenga respuesta, puede consultar al grupo si alguno quiere comentar el tema desde su experiencia; o puede decir que no conoce el tema en profundidad y que lo va a estudiar y comentar en la próxima sesión. También es relevante entender el contexto social y cultural de los participantes y adecuar el lenguaje para acercar lo máximo posible los temas a los participantes. Para esto se recomienda realizar las siguientes acciones básicas antes de cada sesión:

- ◆ Preparar la sesión con anticipación leyéndola completa.
- ◆ Revisar los objetivos e identificar las ideas fuerza de la sesión.
- ◆ Recopilar los materiales necesarios y revisar las actividades. Algunas contienen hojas de apoyo diseñadas para ser utilizadas como complemento que es necesario fotocopiar; otras requieren conseguir y/o preparar materiales.
- ◆ Disponer la sala y las sillas y colocar en la pared aquello indispensable como las “Reglas de Convivencia” o “El árbol de nuestro crecimiento como papás/mujeres”.

8.4.2 Acciones a realizar por la persona facilitadora durante la sesión

Al comienzo y durante la sesión es importante generar y mantener un clima agradable y de confianza, motivar a los participantes a que se expresen en el marco de las actividades propuestas, desarrollar un proceso de retroalimentación continuo que permita trabajar los temas y contenidos de una manera pertinente. Al respecto, se plantean algunas recomendaciones básicas importantes a seguir para el buen desarrollo de la sesión:

- ◆ Para generar un clima acogedor e incorporar algún elemento de contexto, empieza cada jornada con una conversación de reconocimiento acerca de cómo están las personas y el grupo como primera actividad de cada sesión del taller. ¿Qué pensaron sobre los temas tratados durante la semana? ¿Qué conversación tuvieron con su pareja sobre la crianza durante esta semana? ¿Qué comportamiento novedoso introdujeron o qué intento de participar más hicieron? ¿Qué observaron de sus hijos/as o de su propia paternidad?

- ◆ Pregunta cómo les fue con el compromiso que se formularon en la sesión anterior. Anima, sin forzar, a que varios participantes lo hagan, que cuenten incluso si no pudieron hacerlo o si les costó.
- ◆ Realiza un resumen de los mensajes clave de la sesión anterior. Puedes invitar a que los participantes hagan este resumen preguntando: “¿Alguno recuerda que conversamos la sesión pasada?”.
- ◆ Presenta los objetivos de manera breve y clara al comienzo de cada sesión de taller. Motiva con el tema pero no brindes demasiada información en ese momento, así propiciarás que los participantes elaboren luego sus propias conclusiones.
- ◆ Registra la asistencia de cada sesión.
- ◆ Cuando trabajes con el grupo completo se recomienda ubicar a los participantes en círculo para que puedan verse entre ellos. El círculo puede hacerse con sillas o sentados en el piso. Si algún participante se ubicara más atrás, es papel del/la facilitador/a adecuar la ubicación para que todos puedan escucharse y mirarse, procurando que todos estén incluidos.
- ◆ Se sensible a los temas que proponen los participantes. Es posible que surjan eventualidades o situaciones que haya que incorporar a la sesión para un mejor resultado de la experiencia. Por ejemplo alguno puede relatar una buena práctica que sea ilustrativa del tema de la sesión para todo el grupo. O alguien puede compartir una experiencia de su familia de origen o de su familia actual que emocione a todo el grupo y haga a todos aprender y reflexionar sobre la paternidad o las relaciones de género.
- ◆ Incorpora contenidos pertinentes al tema de la sesión en momentos oportunos. Evita transformar la sesión en una “clase” en la cual solo hablas tu.
- ◆ Dispón el plenario en círculo para que todos los participantes puedan verse durante el intercambio y la conversación.
- ◆ Utiliza las preguntas e indicaciones sugeridas en las actividades para facilitar y motivar las discusiones y la reflexión durante los momentos en plenaria.
- ◆ Haz las sesiones espontáneas y motivantes. Las personas aprenden mejor si se sienten cómodas y motivadas. Para esto es importante que tú también lo estés, que puedas ser genuino/a y puedas crear relaciones de confianza con los participantes del grupo. Es importante que sientan que te importa lo que haces allí y que te preocupas por ellos.
- ◆ Al final de cada ejercicio, resume y resalta las principales ideas, conclusiones y sugerencias planteadas.
- ◆ Motívalos a que se comprometan con actividades y acciones de cambio relativas a lo que se trabajó en cada sesión.
- ◆ Cierra adecuadamente cada encuentro sintetizando lo trabajado y propiciando una instancia de reflexión final y expresión de las experiencias y aprendizajes que han vivido los participantes.

8.4.3 Otras recomendaciones para facilitar las sesiones

- ◆ Se recomienda abordar los temas de cada sesión enfocándolos de la manera más concreta posible. En este sentido, se sugiere proponer trabajar los temas más en el “aquí y ahora” de lo conversado en la sesión o con la experiencia de los participantes (individual, grupal, familiar, institucional o comunitario).
- ◆ Recuerda que en el trabajo grupal con hombres, compartir y analizar sus experiencias y biografías es una metodología privilegiada que mantiene la motivación y que propicia el cambio de actitudes.
- ◆ Rescata las experiencias y vivencias de los participantes. Respeta también el nivel de profundidad con el que cada participante comparte sus experiencias.
- ◆ Valora y refuerza positivamente cada opinión constructiva y valida la diversidad de puntos de vista y opiniones de los participantes.
- ◆ Ayuda a los participantes a reflexionar sobre las creencias machistas o que justifiquen la violencia o cualquier discriminación. Varias de las preguntas de las sesiones apuntan a ello.
- ◆ Respeta los tiempos y estilos individuales y no presiones la participación. Recuerda que alguien puede estar más callado pero participando y aprendiendo activamente.
- ◆ Si el grupo o algunos de los participantes presentan bajo nivel de alfabetización, se recomienda que los/as facilitadores/as lean las hojas de apoyo en voz alta para que todos las escuchen y que, junto con ello, simplifiquen el lenguaje de los textos. Cuando las actividades supongan lectura o escritura de algún texto, los/as facilitadores/as pueden apoyar a quienes tengan dificultades de lectura o escritura, o cambiar la técnica de la sesión utilizando, por ejemplo, un dibujo.

8.4.4 Construyendo un clima de aceptación, escucha y respeto en el grupo

- ◆ Para guiar un proceso grupal es clave construir un buen vínculo con el grupo y mantener la motivación a lo largo de las sesiones.
- ◆ Generar un clima de confianza y un espacio seguro para conversar de las experiencias es un desafío para todo/a facilitador/a que trabaja con hombres o mujeres.
- ◆ Se recomienda que los/as facilitadores/as propicien un ambiente respetuoso donde los participantes se sientan en confianza y donde no existan juicios o críticas de las experiencias, las actitudes o el lenguaje.
- ◆ Es muy importante que se respete el nivel de profundidad con el que los participantes comparten sus experiencias. Esto, sobre todo al inicio del trabajo en grupo, es algo crucial para construir un vínculo y un clima seguro de trabajo, lo que será fundamental para que los/las hombres/mujeres compartan sus experiencias sin sentirse expuestos o amenazados. En este sentido, ten en cuenta que el contacto físico y compartir experiencias personales no siempre es fácil para los hombres y las mujeres. Por ello, es importante que cada participante se sienta



libre de compartir en cada actividad de la manera que quiera, respetando así su derecho de manifestarse y participar, por ejemplo, a través de una escucha activa, pero en silencio.

- ◆ Se recomienda que los/as facilitadores/as formulen preguntas abiertas y eviten inducir respuestas, dar consejos, recetas o advertencias. Las preguntas abiertas “abren caminos” y ayudan atraer la experiencia de los participantes al grupo.
- ◆ Es importante que los/las facilitadoras/es regulen la palabra, cuidando que todos puedan ser escuchados, que tengan la posibilidad de tener su turno de hablar y que nadie haga uso excesivo de su derecho a hablar (“se robe el micrófono”).
- ◆ Durante los momentos en que se compartan experiencias en el grupo, todas las opiniones deben ser aceptadas y respetadas (con la excepción de transgresiones a las reglas de convivencia como, por ejemplo, maltrato verbal a un compañero). Considera que no existen opiniones o respuestas buenas o malas.
- ◆ La excepción al punto anterior es la reflexión y cuestionamiento de las ideas y creencias machistas, sexistas, discriminatorias con las mujeres, que justifican la violencia, etc. Cuando aparecen esas creencias es muy importante ir cuestionando el lenguaje y las prácticas invitando al grupo al cambio.

8.4.5 Manejo de conflictos en una sesión

- ◆ Si se presentara una situación de descalificación o maltrato (verbal o físico) durante una actividad, es función de los/as facilitadores/as detener la situación inmediatamente y, si es pertinente, convertir lo sucedido en tema de conversación y aprendizaje grupal preguntando, por ejemplo, cómo nos sentimos cuando nos hacen una broma que descalifica.
- ◆ Pueden presentarse situaciones de conflicto. Es también responsabilidad de los/as facilitadores/as intervenir en dichas situaciones, tratando de establecer respeto a la diferencia de opiniones para llegar a un consenso, cuidando siempre el buen trato entre los participantes.
- ◆ Si el clima del grupo o tu vínculo con el grupo estuviera tensionado, conversa con otros/as facilitadores/as sobre tu experiencia y pregunta cómo han resuelto situaciones similares. Conversa también con tus supervisoras/es.

8.5 ¿Cómo responder a las revelaciones de violencia y otros casos que necesiten derivación?

En la sesión, si algún/a participante revela o se conecta con alguna experiencia de vida dolorosa, puedes sentarte a su lado y preguntar si quiere compartir ese recuerdo sin presionarlo/a. Procura que el grupo escuche atentamente y con respeto.

8.5.1 Si un/a participante revela que ha sufrido violencia

Si un/a participante revela que sufre violencia, lo más importante es que sigas los siguientes pasos:

- ◆ Escucha con empatía, valida su experiencia y sus preocupaciones, sé sensible.
- ◆ Conoce los recursos disponibles en la red local, ten una copia impresa.
- ◆ Si la persona quiere consultar haz una derivación vincular.
- ◆ Muéstrale tu afecto y preocupación por cómo se siente.
- ◆ Procura que la persona se sienta tranquila, apoyada y conectada con otras personas.
- ◆ Discrimina si hay riesgo actual e inminente de violencia grave.
- ◆ Conversa el caso con tu supervisor/a.
- ◆ Al final de la sesión, quédate un rato acompañando a la persona y pregúntale cómo está. También puedes sugerir al grupo que lo/a apoye. En la sesión siguiente, pregúntale cómo estuvo después de la sesión y durante la semana.
- ◆ Durante las próximas sesiones, pregúntale cómo está.

- ◆ Si la revelación ha sido en el grupo, recuerda al grupo los compromisos de respeto y confidencialidad

Si quien revela es una mujer:

- ◆ Transmítele confianza en sí misma y dile que ella puede ayudarse y buscar ayuda. Apóyala en lo que ella decida hacer.
- ◆ Dile, a ella y al grupo, que existen servicios especializados en la comunidad para ayudar a mujeres que viven situaciones de violencia de pareja, y entrégale la información.
- ◆ Si se trata de violencia de pareja, comunícale claramente que ella no es responsable de la violencia que sufre a manos de su pareja. Que ella puede ser la EXCUSA, pero nunca la RAZÓN para que él sea violento.

Con una mujer víctima de violencia de pareja lo que NO debes hacer es:

- ◆ Resolver sus problemas.
- ◆ Convencerla de dejar una relación violenta.
- ◆ Convencerla de acudir a servicios como la policía o el juzgado.
- ◆ Hacer preguntas detalladas que la fuercen a revivir experiencias dolorosas.
- ◆ Pedirle que analice qué pasó y por qué.
- ◆ Presionarla para que te cuente sus sentimientos.
- ◆ Culpabilizarla de la violencia.
- ◆ No respetar su voluntad y decisiones.

Estas acciones podrían producir más malestar que ayuda².

Si quien revela es un hombre:

- ◆ Si la revelación de haber sufrido violencia es hecha por un hombre en el grupo de taller, no permitas que el grupo trivialice el tema o haga bromas.
- ◆ Recuerda que en casos de revelaciones de violencia es fundamental respetar la confidencialidad. Asegúrate de que todo el mundo es consciente de que lo que se comparte en el grupo no debe salir de este, ya que es clave para garantizar la seguridad de las víctimas. Cualquier revelación de violencia puede discutirse con los/as supervisores, pero nunca con alguien de la comunidad. Cualquier acción a seguir debe decidirse entre el facilitador/a y su supervisor/a. Si la revelación es realizada dentro del grupo, deben recordarse las reglas de respeto y confidencialidad.
- ◆ Las excepciones al principio de confidencialidad se aplicarán si un/a participante revela que hará daño a alguien o a sí mismo/a, o cuando la integridad o la vida de alguien corra peligro inminente.

2 Adaptado de Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence A clinical handbook. World Health Organization, UN Women, UNFPA. 2015.

8.5.2 Si un/a participante revela que hará daño a alguien

1. Habla con tu supervisor/a para determinar cómo contactar y apoyar a la persona en peligro y vincularla con los servicios disponibles en la comunidad a los que acudir en busca de ayuda.
2. Haz una derivación vincular: entrégale información sobre la institución a la que acudir. Si la persona decide asistir, llamar a una persona en dicha institución por teléfono y avísales de que el/la participante (Nombre) acudirá, encomendándoles a recibirla con calidez.
3. Avisa inmediatamente después de la sesión a tu supervisor/a para que pueda darle seguimiento al caso.

En el caso de los grupos con hombres considera que no son un lugar para contar detalles sobre el ejercicio de la violencia contra la mujer. Eso puede reforzar ideas machistas que legitiman la violencia. En estos casos, el foco debe ponerse en el manejo de la rabia, en el manejo de la violencia, en el daño que puede causar, en que se responsabilicen de sus actos y en cómo asegurar que no corran peligro las eventuales víctimas.

8.5.3 Si un/a participante revela problemas severos de salud mental

Si se tratara de algún/a participante que requiera apoyo especializado, por revelar ideación de suicidio o mostrar síntomas de depresión severa, haz contención en la sesión y cuando esta acabe, entrégale información de adonde acudir y convérsalo con tu supervisor/a.

Recuerda que el/la facilitador/a no es consejero psicológico ni terapeuta de los/as participantes.

8.5.4 Si un/a participante revela que se hará daño a sí mismo/a

1. Ofrece contención a la persona, durante y después de la sesión.
2. Entrega información de los servicios disponibles en la comunidad adonde acudir en busca de ayuda.
3. Haz una derivación vincular: entrégale información sobre la institución a la que acudir. Si el/la participante decide asistir, llama a una persona en dicha institución por teléfono y avísales de que el participante (Nombre) acudirá, encomendándola a recibirla con calidez.
4. Avisa inmediatamente después de la sesión a tu supervisor/a.

Algunos dilemas de procedimiento ético

Se privilegiará que las acciones a tomar sean con el consentimiento de la persona. En caso de personas que no quieran tomar acciones frente a riesgos severos e inminentes, la decisión la tomará un comité formado por el equipo técnico del proyecto.

8.6 Construcción de las “Reglas de convivencia”

Las reglas de convivencia pretenden construir un clima grupal propicio para el aprendizaje en el que cada participante se sienta seguro y respetado. Esto es condición imprescindible para sostener todo el proceso con el máximo cuidado de las personas participantes, quienes compartirán sus experiencias, sentimientos e ideas. Las reglas de convivencia permiten el encuentro y el aprendizaje grupal.

Es muy importante que al inicio del trabajo en cada grupo (siempre en la primera sesión pero también lo puedes recordar al inicio de cada sesión en las siguientes), construyas junto con los participantes un conjunto de “Reglas de convivencia” que todos acuerden respetar. Puedes escribir las reglas de convivencia en un papelógrafo o pizarrón y ubicarlo en un lugar visible de la sala (durante todas las sesiones a ser posible). A continuación se presentan ideas básicas que puedes utilizar.



REGLAS DE CONVIVENCIA

- ◆ Hablar desde la propia experiencia.
- ◆ Derecho a pensar, expresarse y sentir libremente.
- ◆ Escuchar con atención y empatía, ponerse en el lugar del otro.
- ◆ Respeto a todos los participantes del grupo, sin discriminación.
- ◆ No juzgar a nadie. Todas las opiniones son válidas.
- ◆ Evitar dar consejos no solicitados.
- ◆ Compromiso con la confidencialidad: la experiencia de los otros participantes no puede ser comentada fuera del grupo.
- ◆ Compromiso con la puntualidad y la asistencia.
- ◆ Silenciar los celulares durante la sesión.
- ◆ Si no hay con quien dejar a un hijo/a se puede venir con ellos.

8.7 Algunas condiciones a tener en cuenta para realizar las actividades planteadas en el manual

- ◆ Se recomienda trabajar con grupos entre 8 y 14 participantes. Los grupos más pequeños permiten conversar más profundamente, mientras que los grupos de más participantes se recomiendan para facilitadores con experiencia con grupos grandes.
- ◆ Es conveniente realizar las actividades en un espacio amplio, agradable y bien ventilado, que tenga la menor cantidad de distracciones posibles y donde los participantes puedan circular y, a la vez, conversar con privacidad.
- ◆ Siempre que sea posible, se aconseja que durante las sesiones se ofrezca algún refrigerio. Las bebidas y alimentos son muy valorados y ayudan a la permanencia en el proceso grupal.
- ◆ Se recomienda también realizar actividades lúdicas (de juego, físicas y/o de movimiento) durante la sesión, ya sea de activación, relajación o de juego. La experiencia muestra que las actividades deportivas, antes o después de las sesiones, también ayudan a la convocatoria y permanencia de los hombres en los grupos.



8.8 Intercambios no presenciales vía redes sociales

Durante el proceso de sesiones puedes utilizar herramientas de comunicación tales como WhatsApp o Facebook para mantener el contacto, estimular la asistencia, reforzar las ideas fuerza y estimular el trabajo del grupo. Después del curso anima al grupo a que continúen comunicándose y compartiendo experiencias de paternidad.

8.9 Técnicas participativas de apoyo al facilitador/a

A continuación, se presentan un conjunto de dinámicas o técnicas que pueden ser útiles a la persona facilitadora, quien puede utilizarlas, si lo considera necesario y pertinente, en algunos momentos de las sesiones para construir un mejor clima grupal o un ambiente más relajado.

8.9.1 Recordar los nombres de los compañeros

Tiempo: 10-15 min.

Objetivo: esta dinámica permite que los participantes del taller se conozcan y recuerden los nombres de sus compañeros.

Descripción: invita a los participantes a sentarse en círculo, explícales el ejercicio. Este consiste en que cada participante diga su nombre en voz alta. Luego, un voluntario comienza diciéndole al compañero que se encuentra a su izquierda: “Hola, yo soy Juan y te presento a mi amigo Pedro” (compañero que se encuentra a la derecha de Juan). Luego, el compañero que está a la izquierda de Juan le dice al compañero que tiene a su izquierda: “Hola, yo soy Diego y te presento a mis amigos Pedro y Juan”. Cada participante debe seguir este orden, presentando a quienes ya han sido presentados, de modo que el último participante del círculo, es decir, Pedro, debe nombrar a todos los participantes del taller.

8.9.2 Boleo de Nombres

Tiempo: 15-20 min.

Objetivo: el propósito de este juego es compartir nuestros nombres de una forma divertida. Este juego nos ayuda a aprendernos algunos nombres del grupo.

Descripción: vamos a hacer dos rondas durante las cuales vamos a jugar a tirar la pelota y decir nuestros nombres. En la primera vuelta, cada persona debe decir su nombre antes de tirar la pelota. Así que iremos uno por uno diciendo nuestros nombres y tirándole la pelota a otra persona. Comienza el/la facilitador/a para mostrar cómo se hace. Cuando ya lo hayan hecho varios participantes, se hace una pausa para indicar que, a partir de ahora, todas las personas

que vayan pasando deberán ponerse la mano en la cabeza. Esto se hace para ayudarles a saber quiénes no han recibido aún la pelota. Esta primera ronda termina cuando todos hayan pasado la pelota y esta regrese al facilitador/a. En la segunda vuelta, en lugar de decir nuestros nombres antes de tirar la pelota, diremos el nombre de la persona a la que se lo queremos lanzar. Que comience el/la facilitador/a para mostrar cómo se hace. Otra vez se indica que cada persona que vaya pasando, se ponga una mano en la cabeza para saber quiénes ya han pasado. El juego termina cuando todas las personas han pasado y recibido el balón.

8.9.3 Presentación en duplas

Objetivo: esta dinámica permite que los participantes se conozcan no solo desde sus datos personales, sino también a través de la identificación que hagan con un personaje de su elección.

Descripción: divide al grupo en duplas y pide que, durante cinco minutos, una persona entreviste a la otra a partir de las siguientes preguntas: ¿Con qué personaje te identificas (real, ficticio, de una película, un artista, un personaje histórico, etc.)? ¿Por qué? En seguida, invierte los papeles y otorga otros cinco minutos al otro compañero: el entrevistado ahora se convierte en entrevistador usando las mismas preguntas. Luego pide que se pregunten mutuamente por qué escogieron dicho personaje y qué características de sí mismos ven reflejadas en él. Junto con esto, pide que compartan breves datos personales, por ejemplo, sus nombres, edad, con quién/es viven, qué les gusta hacer, etc. Después, con el grupo completo reunido, pregunta quién quiere comenzar. Si nadie se ofrece como voluntario, propón tú mismo/a a alguno de los participantes para que presente a su entrevistado, identificando primero el personaje con el cual se identificó y las razones por las cuales eligió al personaje, y luego sus datos personales. La idea es que todos tengan la oportunidad de presentar a su compañero.

Nota 1: Si el grupo es impar, puedes hacer un grupo de tres personas. **Nota 2:** Es importante que al dar la instrucción de la actividad anuncies que tendrán que presentarse frente al grupo mutuamente, así estarán más atentos a memorizar los personajes y la información compartida.

8.9.4 ¿Te gustan tus vecinos?

Tiempo: 10-15 min.

Objetivo: este juego sirve para ayudar a los participantes a interactuar y a llamarse por sus nombres.

Procedimiento: este es un juego similar al juego “El cartero”. Sentados en un círculo una persona va al centro y pregunta: ¿Te gustan tus vecinos? Hay tres posibles respuestas: sí, no y depende. Si la respuesta es “sí”, los jugadores se corren un asiento a la izquierda; si la respuesta es “no”, entonces pasa a cambiarlos por otros, y si la respuesta es “depende”, todos cambiamos de silla.



8.9.5 El cartero

Tiempo: 15-20 min.

Objetivo: el objetivo de este juego es que las/los participantes compartan información personal y se conozcan un poco más de forma divertida.

Procedimiento: los participantes se colocan sentados en su silla en círculo. Solamente el/la facilitador/a permanece de pie. El/la facilitador/a explica que va a comenzar haciendo el papel de “cartero” y que este va a traer carta para diversas personas. Aquellas personas que se sientan llamadas por el cartero tienen que cambiar de sillas. Por ejemplo, si el cartero dice traigo cartas para todas las personas a las que les gusta el helado, todas las personas a quienes les gusta el helado van a cambiar de silla. Cuando las personas se levanten y vayan a cambiar de sillas, el cartero va a provechar para sentarse y así quedará otra persona de pie. La persona que queda de pie pasa a ser el cartero y le toca a él traer cartas. Para procesar este juego pregúntale a la audiencia lo que observó y posteriormente pregunta a los participantes cómo se sintieron.

8.9.6 El bus de las emociones

Tiempo: 15-20 min.

Objetivo: este es un juego que ayuda a ejercitar la capacidad de las/los participantes para interpretar o expresar distintas emociones y de colaborar mutuamente.

Descripción: cuatro personas van a subir a un bus. Cada una va a subir expresando una emoción distinta. El conductor se contagia de la misma emoción. Asimismo, los pasajeros que ya están abordo se contagian de la misma emoción. Luego se piden cuatro voluntarios más y se les propone cuatro emociones distintas a las anteriores. Para procesar este juego preguntarle a la audiencia lo que observó y posteriormente preguntarles a los participantes cómo se sintieron.

8.9.7 “Quién como yo”

Tiempo: 10-15 min.

Objetivo: Esta actividad permite expresar cosas propias y conocer cosas comunes con otros.

Descripción: Forme un círculo con todos los participantes de pie. Explique que, espontáneamente y uno por uno, se podrán pasar al centro del círculo haciendo la siguiente pregunta: ¿Quién como yo...? (se completa con una característica de su situación familiar o de paternidad. Por ejemplo “¿Quién como yo tiene hijos gemelos?”). Aquellos que compartan la misma situación también pasan al centro.. Comienza el/la facilitador/a pasando al centro y formulando una pregunta ¿“Quién como yo...? Anime a que otros hagan la pregunta “Quién como yo...” y pasen al centro.

8.9.8 Presentación del ovillo

Tiempo: 15-20 min.

Objetivo: esta dinámica permite entrar en contacto con los sentimientos y emociones de uno mismo y del otro. Este modelo de presentación trabaja con la comunicación, el encuentro, la solidaridad, la autoestima y el elogio.

Descripción: ubica a los participantes de pie en un círculo y explica los pasos a seguir. La dinámica consiste en que cada participante tome el ovillo de lana, se presente diciendo su nombre, expone brevemente datos significativos de su historia personal (edad, grupo familiar, intereses, etc.) y dice dos o tres cualidades de sí mismo. La primera persona que tendrá el ovillo de lana en su mano se presenta y cuando concluye, lanza la lana a otra persona que él elija, manteniendo el hilo de lana afirmado con una mano. La persona que recibe la lana se presenta, tras lo cual vuelve a lanzar la lana a otra persona, manteniendo a su vez el hilo en su mano. De esta manera, mientras los participantes se van presentando, se va formando una red de lana. Una vez que todos tienen un pedacito de la lana tomada, se deshace la red en el sentido opuesto a cómo se fue construyendo, lanzando el ovillo de persona a persona. Cada persona que lance el ovillo a la persona que originalmente se lo lanzó, puede decirle algo que le gustaría conocer más de esa persona.

8.9.9 La pelota preguntona

Tiempo: 10-15 min.

Objetivo: esta dinámica permite que los participantes se conozcan entre sí y compartan los gustos que tienen en relación al uso de su tiempo libre.

Descripción: pídele al grupo que se sienta en círculo y explica el ejercicio. La dinámica consiste en que mientras se entona una canción (o se toca en un reproductor), una pelota u otro objeto que se tenga a mano se hace correr de mano en mano entre los participantes. Cuando el/la facilitador/a haga una seña se detiene la música. La persona que se ha quedado con la pelota en la mano (o el objeto que se esté utilizando) se presenta al grupo: dice su nombre y lo que más le gusta hacer en su tiempo libre. El ejercicio continúa de la misma manera hasta que se presentan todos. En el caso de que una misma persona quede más de una vez con la pelota, el grupo tendrá derecho a hacerle una pregunta.

Fuentes:

REDMAS, Promundo y EME. Programa P. Un manual para la paternidad activa (2013). Chile.

Aguayo, F., Sadler, M., Obach, A. y Kimelman, E. (2013) Talleres sobre sexualidad, paternidad y cuidado con hombres jóvenes. Manual con perspectiva de género y masculinidades para Facilitadores y Facilitadoras. Santiago de Chile: CulturaSalud/EME

9.

Glosario: Conceptos básicos sobre género

A continuación, se ofrece una breve explicación de algunos términos que pretenden ayudar a acercarse más fácilmente a conceptos y categorías que se utilizan a lo largo de este manual. Son una herramienta de apoyo para el/la facilitador/a.

Género

Ideas definidas social o culturalmente sobre la masculinidad y la femineidad, que se traducen en diferencias en los roles sociales, atributos, comportamientos y expectativas que las sociedades y las familias esperan de los hombres y las mujeres. Los roles, comportamientos, expectativas y atributos socialmente construidos que una sociedad determinada considera apropiados para hombres y mujeres determinan espacios, acceso a recursos y oportunidades diferenciados y, en definitiva, relaciones de poder desiguales entre hombres y mujeres. En base a la diferencia biológica que establece el sexo, se construye entonces una desigualdad social y cultural que coloca a lo femenino en una posición de inferioridad. Las características de género se transmiten y aprenden a través del proceso de socialización, son cambiantes en el tiempo y pueden ser modificadas. Son propias de un contexto y pueden presentar una gran variabilidad entre diversas culturas e, incluso, dentro de una misma cultura.

Normas de género

Expectativas o creencias ampliamente compartidas dentro de una comunidad sobre cómo deben actuar o pensar las personas en su calidad de hombres o mujeres. Las normas de género también se refieren a las opiniones sobre cuán estricta o consistentemente las personas deben cumplir con uno u otro rol de género.

Roles de género

Roles o papeles asignados a hombres y mujeres por parte de la sociedad o familia en la que viven, que incluyen, por ejemplo, la forma en que deben comportarse en la familia, con las amistades o qué empleos se espera que tengan.

Estereotipos de género

Los estereotipos son generalizaciones y suposiciones sobre las personas y/o comunidades, con base en su identidad o comportamiento. Por ejemplo, la idea de que las niñas son débiles en matemáticas, de que las mujeres son emocionales e intuitivas y los hombres racionales son estereotipos basados en el género. Estas generalizaciones suelen ser inexactas y, en ocasiones, totalmente inventadas. Los estereotipos pueden conducir al estigma, la discriminación y otros resultados dañinos.

Enfoque de género

Se trata de una perspectiva crítica de análisis de la realidad social considerando las categorías de sexo, género, poder, machismo y patriarcado, entre otras, en un contexto geográfico, étnico e histórico determinado. Este enfoque permite visualizar y reconocer la existencia de relaciones de jerarquía y desigualdad entre hombres y mujeres materializadas en distintas formas de opresión, injusticia, subordinación y discriminación, mayoritariamente hacia las mujeres. Este enfoque también permite hacer análisis de las relaciones de género tanto intra-género como intergénero.

Discriminación de género

La discriminación es un trato injusto o desigual (distinción, exclusión o restricción) que se da a las personas basándose en su apariencia, comportamiento, sexo o identidad (supuesta o real). Ejemplos de discriminación de género son: la brecha salarial (menor salario a las mujeres por igual trabajo), el escaso acceso de mujeres a puestos de poder (representación política, poder judicial y directorio de grandes empresas, entre otros), dificultad para acceder a determinados trabajos en función del sexo (parvularias, transportistas de carga, etc.) o licencia postnatal paterna mínima o inexistente.

Equidad de género

Se refiere al hecho de que mujeres y hombres, independientemente de sus diferencias biológicas, tienen derecho a acceder con justicia e igualdad al uso, control y beneficio de los bienes, servicios y oportunidades de la sociedad. Significa justicia en la distribución de beneficios y responsabilidades entre varones y mujeres. Frecuentemente requiere de programas y políticas específicas para mujeres, que eliminen las desigualdades existentes a través de medidas afirmativas.

Masculinidades

Se utiliza como sinónimo de varones u hombres. Se usa en plural para denotar que existe una gran heterogeneidad de formas de ser y comportarse como hombre. Estudios de masculinidades refiere a los estudios de género de los varones.

Machismo

Conjunto de creencias socialmente compartidas que se manifiestan a través de actitudes y comportamientos que discriminan y menosprecian a la mujer considerándola inferior al hombre. Esta ideología exalta como valores masculinos la hombría, la virilidad y el poder de los hombres, asignando a estos el uso de violencia y la fuerza e implica, ante todo, una actitud de superioridad y dominio de los hombres sobre las mujeres.

Patriarcado

Sistema de dominación social basado en la creencia de la superioridad de los hombres y el ejercicio de su poder sobre las mujeres. El imaginario social sobre el patriarcado es el conjunto

de creencias que, dando lugar a “verdades rectoras”, nutre al machismo, otorga a los hombres superioridad en todos los espacios y es reforzado y sostenido por las acciones que en ellos se producen. Se constituye en una forma de organización social que incorpora los campos simbólico, político, económico, jurídico, erótico, etc., asignando a la figura del hombre-padre de manera exclusiva, la autoridad de mandar y ser obedecido. El patriarcado insta a los hombres a que asuman funciones y prácticas como las de controlar, mandar, vigilar, castigar o premiar, lo cual les asegura el poder y control sobre la vida de otras personas. El patriarcado se trata del nivel más macro, abstracto y simbólico del sistema de relaciones de poder (UNFPA, 2013).

Paternidad activa

Ejercicio activo de los padres hombres en la crianza y las vidas de sus hijos/as, con corresponsabilidad en el cuidado de las/os hijas/os y en las tareas domésticas.

Corresponsabilidad

Se refiere a compartir la responsabilidad por la realización de ciertas tareas, más allá de quien las ejerza. En el caso de una pareja que tiene hijos/as se espera que ambos asuman corresponsablemente todas las actividades que requiere la familia. Si ambos trabajan de igual manera remuneradamente es deseable que se repartan las tareas familiares. En el caso de que solo uno de ellos trabaje remuneradamente la pareja debe conversar sobre cómo se distribuyen el ejercicio de las tareas del hogar y crianza, pero ambos son igualmente corresponsables de ellas.

Violencia de género

En términos generales, se puede definir la violencia de género como todos los actos de agresión física, sexual y emocional, que causen sufrimiento, daño o perjuicio y que se desarrollan en un contexto de desequilibrio de poder basado en la manera de construir los géneros en nuestra sociedad, a través de los cuales quien detenta el mayor poder busca doblegar la voluntad del otro u otra para mantener el ejercicio de ese poder cuando encuentra resistencias o cuando siente amenazado el orden establecido del cual emana su mayor poder. Dado que por razones sociales y culturales existen relaciones asimétricas de poder favorables a los varones, este tipo de violencia ha sido dirigida, fundamentalmente, en contra de las mujeres y también, aunque en menor medida, contra varones considerados más débiles que se alejan del estereotipo hegemónico del varón heterosexual (Ramos, 2006).

♦ **Violencia contra la mujer:** en Bolivia, según la Ley Integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia - Ley No. 348 -, “Constituye cualquier acción u omisión, abierta o encubierta que cause la muerte, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer, le genere perjuicio en su patrimonio, en su economía, en su fuente laboral o en otro ámbito cualquiera, por el sólo hecho de ser mujer. Existen diferentes tipos de violencia:

◆ **Violencia psicológica:** es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación y control del comportamiento y decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e incluso el suicidio.

◆ **Violencia patrimonial y económica:** es toda acción u omisión que al afectar a los bienes propios y/o gananciales de la mujer, ocasiona daño o menoscabo de su patrimonio, valores o recursos; controla o limita sus ingresos económicos y la disposición de los mismos o la priva de los medios indispensables para vivir.

◆ **Violencia física:** es toda acción que ocasiona lesiones y/o daño corporal, interno, externo o ambos, temporal o permanente, que se manifiesta de forma inmediata o en el largo plazo, empleando o no fuerza física, armas o cualquier otro medio.

◆ **Violencia sexual:** Es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre, segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad sexual de la mujer.

Violencia doméstica

Se refiere a todo tipo de violencia (física, psicológica, emocional, sexual y económica) que se puede dar dentro de la familia o del hogar. Incluye las relaciones violentas no solamente en la pareja (también llamada “violencia conyugal” o “violencia doméstica”) sino también entre madres/padres y sus hijos e hijas, y entre otras personas de la familia. También tiene en cuenta la violencia ejercida por miembros de la familia hacia personas de la tercera edad.

2. Sesiones para Papás



Mi rol irremplazable como Papá

DURACIÓN

90 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Motivar a los asistentes a ser parte del programa P, a acudir a las sesiones y generar una identidad de grupo.
- ◆ Reconocer la importancia que tiene la participación activa del padre en el cuidado y la crianza de los hijos e hijas para su desarrollo y bienestar.
- ◆ Hacer conscientes a los participantes de las acciones que realizan -con mayor y con menor frecuencia- con sus hijos e hijas.



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Bolígrafos para cada grupo.
- ◆ Preguntas de apoyo.
- ◆ Hoja de trabajo “Qué hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” (una por participante).
- ◆ Papelógrafo con dibujo “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

- ◆ Tarjetas adhesivas o de papel más alfiler para los nombres (1 por participante).

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “Acciones que hago habitualmente con mis hijos y/o hijas”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de apoyo para el papá “La importancia de la paternidad activa” (una copia por participante).
- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

1

Bienvenida y presentación de la Sesión

⌚ 20 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales y entrega a cada participante una tarjeta adhesiva o con alfiler para escribir su nombre.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y agradece su participación en este taller de paternidad.
- 1.4** Explica que el taller se compone de 10 sesiones, durante las cuales se verán temas muy importantes relacionados con la paternidad y la crianza de los hijos/hijas, que les ayudarán a ser mejores padres y a que sus hijos/as se desarrollen mejor. Explica que la metodología del taller es participativa, de conversaciones en grupo, y que el aprendizaje se basa en compartir experiencias entre los padres.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Esta es la primera sesión del taller. Por tanto, es especialmente importante acoger a los participantes, crear un clima adecuado para el trabajo y explicar los objetivos y la metodología del taller.

Si hay padres que vienen con sus hijos y/o hijas recíbelos con cariño. Si son guaguas los padres pueden tenerlos en brazos. Si son más grandes facilítales lápices y papeles para que puedan jugar, así como un espacio para que puedan estar cómodos/as.

- 1.5** Comenta que, en esta primera sesión, el principal objetivo será reconocer la importancia que tiene la participación activa del padre en el cuidado y la crianza de sus hijos e hijas para su desarrollo y bienestar.
- 1.6** Para motivarlos lee los textos de la hoja de apoyo para el papá “La importancia de la paternidad activa”. Pregunta al grupo que les parece lo que se plantea y su opinión al respecto.

2

Reglas de convivencia

⌚ 10 min

- 2.1** Explica que todo el trabajo de taller en las sesiones se guiará por unas reglas de convivencia que presentarás a continuación.
- 2.2** Léelas y exhibelas en un lugar visible en todas las sesiones.
- 2.3** Forma grupos de tres participantes e invítalos a debatir qué les parecen estas reglas de convivencia: si modificarían, agregarían o sacarían alguna (4 min).
- 2.4** En círculo, en plenaria, invita a compartir lo que conversaron y haz las modificaciones que se propongan y acuerden grupalmente.

NOTAS



REGLAS DE CONVIVENCIA

1. Hablar desde la propia experiencia.
2. Derecho a pensar, expresarse y sentir libremente.
3. Escuchar con atención y empatía, ponerse en el lugar del otro.
4. Respeto con todos los participantes del grupo, sin discriminación.
5. No juzgar a nadie, todas las opiniones son válidas.
6. Evitar dar consejos no solicitados.
7. Compromiso con la confidencialidad: la experiencia de los otros participantes no puede ser comentada fuera del grupo.
8. Compromiso con la puntualidad y la asistencia.
9. Silenciar los celulares durante la sesión.
10. Si no hay con quien dejar a un hijo/a se puede venir con ellos.

3

Conociendo algo de nosotros

© 15 min

- 3.1 Puedes hacer aquí una actividad para “romper el hielo” que permita generar un mejor clima de grupo, un ambiente más relajado. Elige cualquiera de las disponibles en la página 54.
- 3.2 Invita a cada uno de los participantes a presentarse compartiendo su nombre y ocupación. Cómo está compuesta su familia, cuántos hijos/as tienen, sus nombres, de qué edades. Pueden añadir algo sobre sus aficiones e intereses (por ejemplo ver series, el fútbol, ir al campo...)
- 3.3 Invítales a que pongan en común sus motivaciones para participar en este taller, cuáles son sus expectativas, qué les gustaría aprender de la paternidad y la crianza, cómo les gustaría que sean sus hijos/as en el futuro.

4

Revisando mi mapa o Test de Paternidad

© 10 min

- 4.1 Entrega a cada papá una copia de la hoja de trabajo “Acciones que hago habitualmente con mis hijos y/o hijas”.
- 4.2 Explica que en este ejercicio reflexionaremos sobre nuestra paternidad revisando algunas actividades que hacemos en casa habitualmente con nuestros hijos/as. Especifica que, frente a cada acción, deben responder con una X según la frecuencia con la que realizan dicha acción: todos los días, a veces, los fines de semana o nunca.
- 4.3 Aclara que el ejercicio no pretende juzgar a nadie por lo que hace o no hace, sino compartir algunas cosas sobre nuestra experiencia actual de paternidad.



HOJA DE TRABAJO

Acciones que hago habitualmente con mis hijos y/o hijas

Lee las siguientes acciones y piensa con qué frecuencia las realizas con tus hijos y/o hijas menores de cinco años. Marca con una X la respuesta que corresponda a cada acción.

	Casi todos los días	A veces durante la semana (lunes a viernes)	A veces en fin de semana y días libres	Casi nunca
» Juego con mis hijos/as				
Les abrazo y/o tomo en brazos				
Les preparo alimentos				
Les doy de comer				
Les hago dormir				
Les cuento o leo un cuento				
Les llevo de paseo				
Les digo que los quiero				
Beso a mis hijos/as				
Paso tiempo con ellos/as				
Los escucho y presto atención				
Me acerco y los/as acompaño (contengo) cuando lloran o sienten pena, miedo o angustia.				

5

Compartiendo
mi mapa o test
de paternidad

⌚ 20 min

- 5.1** Una vez que todos han respondido inicia un intercambio de opiniones sobre la hoja de trabajo. Recoge, en primer lugar, las sensaciones o impresiones de los participantes al realizar el ejercicio. Pregunta, por ejemplo, cómo se sintieron al hacerlo, si alguna vez habían pensado en estas cosas, si se sorprendieron de algo, etc.
- 5.2** Trabaja luego con las respuestas de los participantes usando las preguntas listadas abajo para guiar la reflexión entre los miembros del grupo.



PREGUNTAS DE APOYO PARA FACILITAR LA REFLEXIÓN

- ◆ ¿Qué les ha resultado interesante o les llama la atención del ejercicio que hicieron?
- ◆ ¿Cuáles de estas acciones les resultan más difíciles y cuales más fáciles de realizar con sus hijos/as?
- ◆ ¿Hay alguna de las acciones mencionadas que les gustaría realizar con más frecuencia?
- ◆ ¿Qué diferencia supone en la vida de un niño/a el hecho de que su padre se involucre cotidianamente?
- ◆ ¿Cuáles de estas actividades fueron las más comunes en sus propios padres? ¿Cuáles fueron las menos frecuentes?
- ◆ ¿Por qué piensan que las relaciones se producían de esa manera?
- ◆ ¿Cuáles de estas acciones de sus padres les gustaban o les hubiese gustado recibir como hijos?
- ◆ ¿Alguna vez conversaron de estas cosas con alguien?
- ◆ ¿Cuáles de estas acciones piensan que les gustaría a sus hijos/as recibir de ustedes como padres?
- ◆ Si se tuvo un papá ausente, puedes compartir con los demás la experiencia de no haber tenido padre o de haber tenido un padre distante.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Un punto clave de este ejercicio es lograr la conexión con sus experiencias de vida: ayudar a los participantes a reconocer en sus propias biografías la importancia de recibir cariño, de sentirse queridos y reconocidos, y a que relacionen esas sensaciones con el momento actual, especialmente en lo que se refiere al vínculo afectivo con sus hijos e hijas, procurando así que reconozcan y sientan la importancia que tiene para ellos/as recibir su afecto como padres.



6

Compromiso para la semana

⌚ 20 min

- 6.1** Pide que cada participante vuelva a mirar las acciones de la hoja de trabajo “Acciones que hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” y que piense en alguna actividad de la lista que no hace y quisiera hacer, o en una actividad que realiza poco y en la que quisiera profundizar más. Invítales a que se propongan realizarla con sus hijos e hijas durante las próximas semanas y cuéntales que conversaremos sobre cómo les fue la experiencia cuando volvamos a vernos en la próxima sesión.
- 6.2** Pega un papelógrafo en la pared con el dibujo de un árbol que lleve como título “El árbol de nuestro crecimiento como papás”. Pide que cada participante escriba la acción que se comprometió a realizar con sus hijos/as en los próximos días en un papel y la pegue en las ramas del árbol. Finalmente, una vez que el árbol este lleno, pide que cada participante comparta cómo se sintió en la sesión y qué aprendió.
- 6.3** Al terminar la actividad, pide que cada participante se tome una foto con sus hijos y/o hijas con su celular y la traiga la próxima reunión para compartirla con el grupo o que traiga una foto con sus hijas/os (reciente o no).

7

Cierre de la Sesión

© 10 min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy y el clima de confianza que tuvo el grupo.
- 7.2 Invítalos a compartir aquello que aprendieron o aquello de lo que se dieron cuenta durante la sesión de hoy.
- 7.3 Pregúntales con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo...).
- 7.4 Lee en voz alta las “ideas fuerza” haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Invítalos a seguir pensando en lo compartido durante la sesión de hoy; a conversarlo con su pareja; a llevar a cabo el compromiso de la semana y a estar presente en la próxima semana y durante todo el taller.
- 7.6 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto.
- 7.7 Sugiere crear un grupo de WhastApp para recordar a todos el día y hora del próximo encuentro.



IDEAS FUERZA

- ◆ La presencia activa y positiva de los padres hombres en la crianza y el cuidado de sus hijos e hijas tiene un efecto profundo y duradero en el desarrollo y bienestar de estos. La paternidad involucrada y con afecto ayuda a los hijos e hijas a crecer sanos, con un mejor desarrollo emocional y cognitivo, así como a obtener un mayor rendimiento escolar.
- ◆ Ser padre es mucho más que proveer económicamente.
- ◆ La participación activa de los padres hombres en la crianza y cuidado de sus hijas e hijos se expresa en un conjunto de acciones cotidianas que incluyen proveerles de cuidados habituales como alimentarles, bañarles, cambiarles de ropa, calmar su llanto, estimularles, enseñarles, pasear, estar presente, etc.
- ◆ El rol de los padres hombres en la crianza y cuidado de sus hijas e hijos es único, personal e intransferible.
- ◆ La participación paterna positiva actúa como un factor protector para los niños y niñas a lo largo de su vida, reduciendo la probabilidad de que en la adolescencia se presenten conductas riesgosas como el abuso de drogas, la delincuencia y la violencia contra la pareja y contra terceros.

NOTAS



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ

La importancia de la paternidad activa

Tu presencia activa como papá en el desarrollo de tu hija o hijo marca una diferencia.

Un padre presente, comprometido y afectivo influye positivamente en el desarrollo y bienestar de sus hijas e hijos en diversas áreas. Un padre presente, comprometido y afectivo influye positivamente en el desarrollo y bienestar de sus hijas e hijos en diversas áreas.

Quienes han contado con un papá presente y afectivo suelen tener:

- ◆ Mejor autoestima
- ◆ Mejores habilidades sociales
- ◆ Mejor desempeño escolar
- ◆ Más herramientas para enfrentar las dificultades que se les presentan en la vida
- ◆ Mayor bienestar psicológico
- ◆ Mayor probabilidad de ser un padre comprometido

¿Qué beneficios tiene una paternidad activa?

Cuando como papá estás involucrado activamente en el cuidado y desarrollo de tu hijo/a:

- ◆ Se desarrollan de una manera mejor y más sana.
- ◆ La madre tiene menos sobrecarga, ya que las tareas son compartidas.
- ◆ El papá se siente más realizado con su vida.
- ◆ El vínculo con tu hijo/a será más sólido en el tiempo y de mejor calidad.
- ◆ Favorece la participación de la mujer en el mercado laboral lo que puede incrementar sus ingresos y desarrollo profesional.

Ser un padre activo y cuidar de tu hija/o es:

- ◆ Tener una relación afectuosa e incondicional con él o ella.
- ◆ Mantener una relación que vaya más allá de proveerle económicamente.
- ◆ Ser partícipe y actor del cuidado diario y la crianza de tu hijo/a con acciones como: cuidarle, alimentarle, hacerle dormir, vestirle, pasearle, enseñarle, etc.
- ◆ Promover un vínculo cariñoso, de apego mutuo, de cercanía afectiva con tu hijo/a.
- ◆ Compartir con la madre las tareas de cuidado de tu hijo/a y las tareas domésticas.
- ◆ Estar involucrado en todos los momentos de su desarrollo: embarazo, nacimiento, infancia temprana, niñez y adolescencia.
- ◆ Brindar una crianza respetuosa: cuidar, criar y educar con buen trato y mantener un clima de diálogo y respeto con la madre y la familia.
- ◆ Estimular el desarrollo de tu hijo/a: leyéndole cuentos, contándole historias, cantándole y/o poniéndole música, apoyándole en sus tareas escolares y jugando con él o ella.

El legado de mi padre

DURACIÓN

95 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Identificar cómo incide en nuestra paternidad actual la experiencia paterna que tuvimos en la infancia y los modelos de paternidad que recibimos.
- ◆ Reflexionar sobre nuestra paternidad actual y proyectar cómo podemos crecer como papás con nuestros/as hijos/as.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas de papel para cada participante.
- ◆ Bolígrafos para cada participante.
- ◆ Preguntas de apoyo.
- ◆ Juego de cartas sobre la paternidad.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- ◆ Imprime o fotocopia el “Juego de cartas sobre la paternidad” y recórtalas con tijeras de modo tal que cada carta contenga una sola pregunta.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con la acción que se comprometieron a realizar con sus hijos/as en la sesión anterior. Si nadie se manifestara pregunta si reflexionaron sobre cómo se relacionan habitualmente con sus hijos e hijas, sobre lo que no hacen pero les gustaría hacer con ellos/as, y por qué creen que les cuesta hacer otro tipo de actividades con ellos/as.
- 1.5** Coméntales que hoy veremos la sesión 2 “El legado de mi padre”, que conversaremos sobre la importancia y la incidencia que tienen en nosotros las experiencias con nuestros padres y nuestras imágenes paternas.

2

Juego de preguntas sobre la paternidad

⌚ 15 min

- 2.1** Explica a los participantes que, a continuación, compartirán experiencias de paternidad a partir de un juego de preguntas con cartas. Invítalos a sentarse en círculo.
- 2.2** Baraja las cartas (que previamente fotocopiaste y recortaste) y ubícalas con las preguntas boca abajo en medio del círculo. Invita a que un participante saque la que está más arriba, la lea en voz alta y la responda a todo el grupo. Una vez que el primer participante ha respondido la pregunta, invita a la siguiente persona a sacar otra pregunta y responderla y así sucesivamente. La idea es que todos puedan contestar una pregunta. Si alguien se siente incómodo con alguna pregunta, puede cambiarla por la siguiente.
- 2.3** Pregunta si alguien quiere contestar alguna de las preguntas que le tocó a un compañero en caso de que quiera compartir su reflexión de esa pregunta con el resto del grupo.
- 2.4** Para cerrar este ejercicio explica que el sentido ha sido compartir algo de nuestra historia, para conocernos más y para reflexionar juntos sobre el legado que nos han dejado nuestros padres, basándonos en sus ausencias y presencias, calidez de su trato y en la calidad del tiempo que pasaron con ellos.

3

Juego de preguntas sobre la paternidad

⌚ 20–30 min

- 3.1** Ahora invita a los participantes a realizar un ejercicio de imaginación para recordar a nuestro padre o figura paterna. Si no lo conocieron, pueden recordar a otra figura masculina que fuera importante para ellos en la niñez (un abuelo o un tío o un padrastro), o también imaginar al padre que les hubiera gustado tener.
- 3.2** Invita a que los participantes se conecten con la historia y relación que han tenido con su padre (o figura masculina significativa). Comenta que puede haber buenas y no tan buenas vivencias en esas historias, y explica que el sentido del ejercicio es revisar nuestra historia para construir un mejor futuro como padres. Comenta que puede surgir algún recuerdo que les de tristeza y que son libres de comentarlo con el grupo después.
- 3.3** Explica que los vas a guiar en un ejercicio de imaginación para facilitar la exploración de las vivencias con su padre. Entrega las siguientes instrucciones de forma pausada y calma:

“Quiero pedirles que se acomoden bien en sus asientos, tomen una postura lo más cómoda posible, cierren los ojos, y sientan su respiración. Registren sensaciones de relajación o tensión muscular, la temperatura de manos y pies, las partes del cuerpo donde está descansando el mayor peso. Dejen ahora que aparezcan imágenes de la infancia hasta los 12 años de edad más o menos. Busquen con tranquilidad alguna situación o escena en que aparece su padre o alguna figura masculina clave de ese tiempo. Enfoquen la atención en ciertos detalles de la escena: el lugar con sus cosas, el tipo de luz que había a esa hora del día, algún olor típico, sonidos o ruidos especiales. ¿Se acuerdan si era invierno, verano, primavera u otoño? ¿El lugar tiene un significado para ustedes? ¿Representaba un lugar de pertenencia o un lugar de paso? Si había otras personas, recuerden cómo estaban ahí y cuál es el ambiente que se respiraba entre ellas. Obsérvenlas como si las estuvieran viendo ahora. Ahora observen a su padre o figura masculina importante: la postura de su cuerpo, su mirada, los rasgos de la cara, el color de su pelo, brazos y manos, el tronco y la espalda, las piernas y sus pies, la voz. Tal vez hay algo de lo que observan que recuerdan con mucha nitidez. ¿Surge una emoción clara o una mezcla de sensaciones? ¿Qué te pasa por la cabeza y el corazón cuando lo miras? ¿Aparecen sensaciones de ternura, rabia, desolación, indiferencia, pena, miedo o amor? Poco a poco despídete de esta imagen. Tal vez quieras hacer o decirle algo a tú padre antes de alejarte de la escena. Vuelve a sentir tu cuerpo, tu respiración y cuando quieras vas abriendo los ojos conectándote nuevamente con este lugar y el grupo.”

- 3.4** Entrega a cada participante una hoja de papel y un bolígrafo. Invítalos a crear (en papel o mentalmente) una carta a su papá (o a quien haya sido su figura paterna o masculina de referencia más significativa). Sugiere a los participantes que piensen en algunos puntos importantes que quisieran decir y/o compartir con sus padres (o figuras paternas significativas), y que los escriban. Coméntales que la carta la conservarán ellos, es decir, que no tendrán que leerla al grupo ni entregarla a el/la facilitador/a, y que más tarde se compartirá una reflexión sobre este ejercicio en el grupo. Explica que el sentido de la actividad es comprender la experiencia de paternidad que vivimos como hijos para entender mejor nuestra paternidad actual. Indícales que en esta carta pueden expresar, por ejemplo, los mejores recuerdos que tienen de su padre, aquello que hizo que más les ha dolido, lo que hoy sienten que quisieran perdonarle, lo que quisieran agradecerle o lo que quieren tomar de su ejemplo para ejercer en su propia paternidad, entre otras cosas.
- 3.5** Nota para el facilitador/a: Si hay participantes que no quieren o no pueden escribir, pídeles que piensen en silencio lo que quisieran decirle a su padre o figura paterna significativa. Luego puedes proponerle varias alternativas: que hagan una carta mentalmente, que hagan un dibujo alusivo al mensaje que quieren dirigir a su padre o que le dicten a la persona facilitadora u otro participante su carta para que ella la escriba. Si alguien no eligiera una figura masculina, puede hacer el ejercicio con su madre o figura femenina significativa. Ten cuidado de no hacer sentir mal a alguien que no sepa escribir.
- 3.6** Invita a los participantes a ubicarse en un lugar cómodo (dentro de la sala o fuera de ella si el lugar lo permite) para preparar la carta.

4

Compartiendo historias de paternidad

⌚ 30 min

- 4.1 Una vez que hayan terminado invita a los participantes a formar un círculo.
- 4.2 Facilita el intercambio grupal de experiencias a partir de las preguntas de apoyo citadas a continuación. Privilegia que los participantes compartan sus experiencias (pasadas o actuales) y lo que sienten, para lo cual se necesita un clima de grupo seguro y respetuoso.
- 4.3 Agradece al grupo las historias y emociones compartidas en el día de hoy, que nos ayudan a todos a ser mejores padres.
- 4.4 Recuerda al grupo el compromiso de confidencialidad, es decir, de no comentar fuera del grupo lo que se conversa y comparte durante la sesión.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

- ◆ En este ejercicio se trata de incentivar la conversación entre los hombres sobre sus experiencias y sentimientos. Es un momento importante porque permite la expresión, el intercambio y la escucha de los otros. Es fundamental para el éxito de la actividad construir un clima emocional positivo, de escucha empática y respetuosa entre todos.
- ◆ Esta actividad requiere de cuidado y atención de la persona facilitadora, ya que algunos participantes podrían tener en sus biografías padres ausentes o vínculos conflictivos y/o violentos con ellos. Ten en cuenta que esta actividad puede remover experiencias difíciles o dolorosas. Es deseable que los participantes quieran compartir esas experiencias con el grupo, aunque respeta si alguien no quiere hacerlo.
- ◆ Si alguien te pregunta si le conviene hablar con el propio padre sobre el contenido de la carta que le escribió, te sugerimos responder que eso es una decisión personal de cada uno, y que si siente la necesidad de hacerlo y se encuentra preparado, que lo haga. Si tiene asuntos pendientes con el padre (por ejemplo, recriminarle por sus ausencias) es recomendable sugerirle que se acerque al encuentro sabiendo que puede encontrar en su padre o figura paterna una actitud abierta a la conversación, pero también puede que no.
- ◆ En ese caso puedes sugerir al grupo que lo apoye, puedes sentarte a su lado, puedes preguntarle si quiere compartir ese recuerdo sin presionarlo. Lo más importante es que le muestres tu afecto y preocupación por cómo se siente. Al final de la sesión quédate un rato acompañando a la persona y pregúntale cómo está. En la sesión siguiente pregúntale cómo estuvo después de la sesión y durante la semana. Si se tratara de una experiencia que requiriera de apoyo especializado, como una experiencia de abuso, convérsalo con tu supervisor/a, ya que pueden referirlo al centro de salud para una consulta psicológica.
- ◆ Algún participante podría conectarse con un recuerdo muy doloroso, aunque no es lo habitual. Puedes sugerir al grupo que lo apoye, puedes sentarse a su lado, puedes preguntar si quiere compartir ese recuerdo sin presionarlo. Lo más importante es que le muestres tu afecto y preocupación por cómo se siente. Al final de la sesión quédate un rato acompañando a la persona y pregúntale como está. En la sesión siguiente pregúntale como estuvo después de la sesión y durante la semana.



PREGUNTAS

- ◆ ¿Qué sintieron al escribir la carta?
- ◆ ¿Les hizo este ejercicio darse cuenta de algo que no habían pensado antes?
- ◆ ¿Identificaron recuerdos agradables? ¿Identificaron asuntos pendientes (cosas que les gustaría decirle a sus padres, ganas de acercarse, conversar sobre algún tema, etc.), cosas que pasaron que todavía duelen o que no aceptan del propio padre?
- ◆ ¿Qué aspectos de la relación y/o la imagen de sus padres les ha costado más aceptar?
- ◆ ¿Cómo influyó el machismo en la paternidad de sus padres?
- ◆ ¿Cómo ha influido el machismo en su propia paternidad actual?
- ◆ ¿Cómo eran los modelos de crianza y cuidados de los niños/as en la época de sus padres?
- ◆ ¿Sus padres fueron cercanos o distantes?
- ◆ ¿Cómo les expresaba su afecto su papá?
- ◆ ¿Sus padres les criaron con buen trato o usando violencia (golpes, castigos físicos o humillantes, etc.)?
- ◆ ¿Qué elementos del propio padre o figura paterna SÍ les gustaría transmitir a sus hijas/os (el legado de mi padre)?
- ◆ ¿Qué elementos o actitudes del propio padre o figura paterna NO quisieran transmitir a sus hijas/os?
- ◆ ¿Qué legado les gustaría dejar a sus hijos/as?

6

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 6.1 Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy, así como el clima de confianza que el grupo haya generado. Agradece la confianza y participación de cada uno y comenta que lo compartido hoy nos une como grupo.
- 6.2 Invita a compartir aquello que aprendieron o se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 6.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 6.4 Lee las ideas fuerza en voz alta haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5 Como paso opcional, puedes terminar esta sesión invitando a un abrazo grupal en círculo, agradeciendo lo compartido.
- 6.6 Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a conversarlo con su pareja, a hacer el compromiso de la semana y a estar presente en la próxima sesión.
- 6.7 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto.



IDEAS FUERZA

- ◆ Para poder vivir bien y establecer relaciones saludables con nuestra pareja e hijos/as, y con otras personas, es muy importante reconocer quiénes fueron las figuras de apego significativas y lo que se recibió de cada una de ellas.
- ◆ Los vínculos significativos de cada historia de vida dejan un legado, a veces amoroso, a veces doloroso. Todos ellos van dejando una huella, como las líneas en un mapa, y van formando parte de la persona que hoy somos.
- ◆ Entender cómo me marcó la relación con mi padre, por sus ausencias o presencias, es clave para el mejor ejercicio de una paternidad de calidad en la vida presente.
- ◆ El mejor legado que podemos dejar a nuestros hijos/as es nuestra presencia de calidad, disponibilidad y afecto incondicional.



Juego de preguntas sobre paternidad

Fotocopia o imprime esta actividad y luego recorta estas cartas antes de la sesión.



¿Qué imagen se te viene a la mente cuando escuchas la palabra papá? ¿Por qué?

**¿Ha sido fácil o difícil aceptar el padre que te tocó?
¿Por qué?**

**¿Qué características tuvo o tiene la figura masculina más importante de tu vida?
Nómbralas.**

¿Puedes poner en palabras lo que sentiste cuando nació tu primer hijo/a?

¿Qué es para ti un padre suficientemente bueno (no perfecto)?

¿Cuál es la forma en que tú te haces querer por tu hijo/hija?

¿Cuál consideras que es la mejor herencia que un padre puede dejarle a su hijo/a?

¿Podrías compartir una escena con tu papá que haya sido importante para ti?

Ser padre en la vida cotidiana, un desafío compartido

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Reflexionar sobre la importancia del rol del padre en la crianza y sobre las diversas formas de ejercer la paternidad.
- ◆ Ser corresponsable en la distribución de las tareas de cuidado y crianza de hijos e hijas entre padre y madre.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas de papel para cada participante.
- ◆ Bolígrafos para cada participante.
- ◆ Preguntas de apoyo.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Necesitarás hacer fotocopias o imprimir las cuatro hojas de apoyo listadas a continuación:
 1. Las historias de la hoja de apoyo “Ser padres en la vida cotidiana”: recórtalas para entregar una por subgrupo (para un subgrupo de 15 personas alcanza con dos

copias).

2. La hoja de trabajo “Acciones que un papá puede realizar diariamente” (una copia por participante).
 3. La hoja de apoyo para el papá “24 cosas que un padre puede hacer con un hijo/a pequeño/a para favorecer su desarrollo”(una copia por participante).
 4. La hoja de apoyo para el papá “¿Cómo me comporto?” acerca de las etapas del desarrollo (una copia por participante).
- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior respecto a mejorar alguna acción de paternidad. Consulta si alguien intentó hacer algún cambio, que les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron, si les parece difícil cambiar, porqué creen que cuesta y de qué manera podrían ayudarse para hacerlo mejor.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Ser padre en la vida cotidiana, un desafío compartido”, que conversaremos sobre lo que comúnmente hace un padre en la crianza y cómo se comparte esa tarea con la pareja.

2

Sociodrama a partir de historias cotidianas de paternidad

⌚ 20 min

- 2.1** Explica que se analizarán primero unas historias cotidianas de paternidad y que luego se hará un sociodrama (representación, dramatización o juego de roles) a partir de ellas.
- 2.2** Divide a los participantes en grupos de 3 personas y entrega a cada grupo la hoja de apoyo “Ser padres en la vida cotidiana”. Asigne una situación distinta a cada grupo. Si hay más de 12 participantes, no importa que dos grupos trabajen sobre la misma historia.
- 2.3** Indica que, en cada grupo, lean en voz alta la situación asignada, y que inventen un desenlace para la historia, que puede tener elementos reales (que les hayan ocurrido) o imaginados. Pídeles que le pongan un nombre o título a la historia que van a representar (5 minutos en total).
- 2.4** Una vez hecho esto, invítalos a preparar un sociodrama o actuación que van a representar ante todo el grupo con su historia y desenlace como si fuera una escena teatral. Para ello tienen que asignar roles o personajes y preparar la actuación. Diles que tienen 10 minutos para preparar una dramatización que durará cinco minutos. Sé flexible si les toma un poco más de tiempo.
- 2.5** Circula entre los grupos mientras trabajan preguntando cómo van con la preparación de la actuación. Espera que todos los grupos terminen de preparar su escena para pasar al paso siguiente.

NOTAS

3

Representando historias de paternidad

© 20 min

- 3.1 Dispón una zona de la sala como escenario y a los participantes como público con las sillas en forma de U o media luna.
- 3.2 Pide a cada grupo que, en orden, presente el título de su historia y realice su dramatización (en 5 minutos como máximo) frente al grupo completo, y que los demás escuchen con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas, que todas son importantes porque son una creación colectiva.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

El sociodrama es una metodología de trabajo socioeducativo con grupos, en la cual se usan algunas técnicas teatrales y de improvisación con fines de concientización y transformación social. Un sociodrama se desarrolla en torno a un tema, siguiendo las siguientes etapas: preparación, dramatización o actuación y momento de compartir grupalmente. Es importante que el/la facilitador/a esté atento/a y ayude a crear un clima de confianza donde todos se sientan cómodos, reforzando la idea de que los participantes no necesitan ser “actores de verdad” y de que se valora la improvisación. El compartir en grupo tiene dos momentos: compartir las emociones –lo que sentí en tal personaje o como espectador de tal escena- y luego compartir ideas, pensamientos u opiniones.



4

Compartir grupal

⌚ 30 min

- 4.1** Una vez que se hayan realizado las representaciones, invita a los participantes a formar un círculo entre todos.
- 4.2** Para comenzar, pregunta al grupo cómo se sintieron al actuar y observar las historias interpretadas por sus compañeros. Procura explorar las sensaciones que surgieron en los participantes. Remarca esta consigna y evita que en este momento se expliquen, juzguen y racionalicen las historias. Insiste en que se atengan a comentar sensaciones o emociones que sintieron, que luego analizarán otros aspectos, e interrumpe -de buena manera y explicando nuevamente- si alguien no lo hace así.
- 4.3** Una vez que hayan compartido espontáneamente cómo se sienten, facilita una discusión grupal a partir de las siguientes preguntas:
- ◆ ¿Hubo alguna escena y/o personaje con el que ustedes se identificaran de alguna manera?
 - ◆ ¿Qué sensaciones sintieron al actuar y observar las historias?
 - ◆ ¿Hay alguna cosa de las que vivenciaron que les llamara la atención o les conmoviera?
 - ◆ ¿Han vivido alguna de estas situaciones en su familia actual? ¿Las vivieron en su familia de origen?
 - ◆ ¿Qué les hacen pensar las escenas sobre su propia paternidad?
- 4.4** Invita ahora a profundizar, en grupo, la discusión y análisis de las historias creadas y utiliza para ello las siguientes preguntas de apoyo:
- ◆ ¿Qué significa para ustedes ser un buen papá? ¿Qué significa ser un mal papá?
 - ◆ ¿Cuál es el rol que cumplen los padres hombres en la vida de los hijos/as? ¿Creen que hay diferencias entre el rol de las madres y los padres? ¿Hay tareas específicas que deben realizar las madres y otras específicas que deben hacer los padres? ¿Cuáles?
 - ◆ ¿Qué estilos distintos de padres reconocen en nuestra sociedad?
 - ◆ ¿Qué tipo de padres les gustaría ser?
 - ◆ ¿Según qué criterios deberían repartirse las tareas domésticas y de cuidado de los hijos/as entre padres y madres?
 - ◆ ¿Qué beneficios genera en el hombre asumir un papel activo y corresponsable en el cuidado y crianza de sus hijos e hijas?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Si el grupo dice que hay ciertas tareas que deben hacer las mujeres, cuestionalo preguntando si podrían realizarla los hombres. Recuérdales que hay roles y prejuicios de género que se nos enseñan desde niños.

5

Hoja de trabajo “Acciones que un papá puede realizar diariamente”

⌚ 10 min

- 4.5** Pregunta a los participantes cómo se puede promover la corresponsabilidad entre hombres y mujeres en el cuidado paterno diario, la crianza y las tareas domésticas. Es decir, que tanto madres como padres puedan ejercer dichas funciones y sean responsables de ellas.
- 4.6** Explica que la paternidad de los hombres está determinada por diversas realidades y circunstancias tales como la influencia y recuerdo del padre que se tuvo, la presencia de otras figuras masculinas cercanas, la relación con la madre, la edad a la que se es padre, el tipo de trabajo e ingresos que se tenga y los mensajes que recibe de la sociedad sobre a quién le corresponde el cuidado de los hijos/as, entre otros elementos. Afirma que ser padre se aprende con la experiencia y que cada uno arma o construye su estilo propio de paternidad, siguiendo los buenos ejemplos que vivió, en unas ocasiones, por oposición a ejemplos que no fueron positivos, en otras, y, siempre, en diálogo permanente con la madre de su hija/o.
- 4.7** Cuando el padre está involucrado en la crianza de sus hijos/as esto marca positivamente su desarrollo en diversas áreas: mejora su rendimiento escolar, mejora su autoestima, mejora su salud, mejora su capacidad de establecer relaciones interpersonales saludables y menos conflictivas.
- 4.8** Pide a los participantes que compartan con el grupo cuáles han sido sus mayores satisfacciones como papás.

6

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

- 5.1** Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Acciones que un papá puede realizar diariamente”. En círculo, lee a todo el grupo la hoja de trabajo pausadamente.
- 5.2** Pregunta al grupo:
- ◆ ¿Cuáles de estas acciones les llaman la atención?
 - ◆ ¿Cuáles les han costado más en su paternidad?
 - ◆ ¿Cuál de estas acciones supone un desafío para ustedes?
- 5.3** Resalta la importancia de participar activamente como papá en la crianza de sus hijas/os e invita al grupo a conversar esta hoja de trabajo con su pareja en casa.
- 6.1** Pide a los participantes que piensen en alguna tarea relacionada con el cuidado o la organización del hogar y la familia que habitualmente no hacen y/o en la que les gustaría involucrarse más. Indica que puede ser alguna actividad o tarea con los hijos/as (bañarlos, darles de comer, cambiarlos, leerles cuentos, etc.) o una tarea doméstica que generalmente no hagan o realicen poco (barrer, cocinar, hacer las camas, etc.). Pide que para la próxima sesión preparen una reflexión en torno a lo que pensaron, y si lograron realizar alguna acción al respecto.
- 6.2** Invita a los participantes a que pongan por escrito o en un dibujo su compromiso para la semana y lo peguen en el “El árbol de nuestro crecimiento como papás” puesto en la pared.

7

Cierre de la sesión

© 10T min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido hoy, así como el clima de confianza que se generó en el grupo.
- 7.2 . Invítales a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 7.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede utilizarse una sola palabra (por ejemplo emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Invítales a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a conversarlo con su pareja, a llevar a cabo el compromiso de la semana. Invítales también a reconocer sus dificultades y a qué resistencias se enfrentan a la hora de hacer cambios.
- 7.6 Entrega una copia de la hoja de apoyo para el papá “30 cosas que un padre puede hacer con un hijo/a pequeño/a para favorecer su desarrollo” y la hoja “Etapas del desarrollo” y sugiere que las lean en casa junto a su pareja.
- 7.7 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto.



IDEAS FUERZA

- ◆ La presencia del padre, cuando es activa, de calidad y con buen trato, tiene un impacto positivo en la vida de sus hijos/as.
- ◆ Buscar el propio estilo y manera de ejercer la paternidad significa seguir buenos ejemplos de cuidado y crianza (del padre, la madre, abuelos, etc.), aprender con la experiencia y mejorar día a día.
- ◆ Fomentar la paternidad activa de los hombres implica presencia, cuidado diario de los hijos/as y la implicación en las tareas domésticas de manera corresponsable entre la madre y el padre.
- ◆ El tiempo dedicado a los/as hijos/as debe ser “tiempo de calidad”. No basta con estar con ellos mientras hacemos o pensamos otras cosas: hay que prestarles atención, mirarlos a los ojos, tener contacto físico con ellos (abrazos, besos...), dedicarles un tiempo exclusivo, evitar distractores como el celular...
- ◆ Corresponsabilidad significa que tanto la madre como el padre se hacen cargo de las tareas domésticas y de cuidado de los hijos/as, haciendo equipo, coordinándose y tomando decisiones en conjunto.



HISTORIAS DE PATERNIDAD Y MATERNIDAD

Ser padres en la vida cotidiana

Historia 1

La mamá se va de viaje al campo, el papá se queda solo con sus dos niños pequeños de 2 y 4 años durante una semana. El papá se preocupa e inquieta pues no sabe cómo se las va a arreglar, ya que es la primera vez que le toca una situación así y no está acostumbrado a cuidar de los hijos y a realizar las tareas del hogar. Cuando la mamá sale...

Historia 2

Familia con dos niños pequeños, de 2 y 4 años. El papá trabaja todo el día fuera de casa y llega tarde. Tradicionalmente él no hace mucho en casa excepto reparaciones y pago de cuentas. Casi no pasa tiempo con sus hijos. Es la mamá quien está ahí a la hora de dormir y comer, con juegos y canciones, porque el papá está ocupado con el trabajo y según cree las demás cosas son tarea de la mamá. Un día, llega a la casa y reclama a la mujer que le sirva la comida. La mujer, que también trabaja unas horas fuera de la casa además de encargarse de los niños y las tareas domésticas, le pide que se caliente/termine de cocinar la comida y que se haga cargo de los niños esa tarde porque ella va a salir. El hombre...

Historia 3

El papá de dos niñas pequeñas no está acostumbrado a ocuparse de ellas pues llega muy cansado del trabajo. Sin embargo, siempre ha tenido ganas de pasar más tiempo con ellas y, a veces, las lleva de paseo por el barrio. Quiere pasar más tiempo con sus hijas pero siente que su pareja y su suegra no le dejan espacio o se le adelantan.

Historia 4

Juan es un papá muy activo: incluye a sus hijos en su taller cuando trabaja, les lee cuentos, sale a comprar con ellos, los lleva a la plaza, los deja en el jardín a diario, se levanta durante las noches. La madre le reclama que...



HOJA DE TRABAJO

Acciones que un papá puede realizar diariamente⁴

Algunas acciones que como papá puedes realizar diariamente con tu hijo/a:

- ◆ Quiérela/a con amor incondicional.
- ◆ Mira y escucha con atención cuando tu hijo/a tiene algo que contarte o expresarte sin palabras.
- ◆ Tómallo/a en brazos cuando sienta pena, miedo o rabia.
- ◆ Comparte con él o ella juegos y diversiones.
- ◆ Sé firme y respetuoso para ponerle límites. Refiérete siempre al mal o buen comportamiento que esperas de él o de ella. Nunca les juzgues como persona porque esto puede dañar su autoestima. Por ejemplo: si tu hijo/a le ha pegado a su hermanito, menciona que eso no se hace porque lastima, que no se pega a nadie. Nunca le digas que él/ella es malo/a”.
- ◆ Acompáñale a la hora de comer y acostarse. Aprovecha para hablar de las cosas que sucedieron durante el día.
- ◆ Comparte corresponsablemente con la madre las tareas de cuidado, las de crianza y las domésticas.
- ◆ Celébrale sus actividades, logros y/o aprendizajes especificando de qué se trata (por ejemplo aprender a agarrar un objeto, a caminar, a construir una torre, hacer un dibujo, avisar para ir al baño, vestirse solo, realizar una tarea del jardín infantil o la escuela, etc. Diciendo: “Juan/María, te has vestido solo/a, te has podido poner la chaqueta sin ayuda. ¡Te felicito!”).
- ◆ Comparte las labores domésticas e incorpora a tu hijo/a en tareas simples a modo de juego o aprendizaje.
- ◆ Cuida la salud de tu hijo/a cotidianamente y participa en instancias como controles de salud, vacunaciones y cuidado de enfermedades.
- ◆ Pon especial atención a las necesidades que tu hijo/a va teniendo en cada etapa. Recuerda que se desarrolla rápidamente.

4. Aguayo, Francisco y Kimelman, Eduardo. (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ

24 Cosas que un padre puede hacer con un hijo pequeño para favorecer su desarrollo⁵

1. Háblale con un tono de voz cariñoso.
2. Sonríele.
3. Elógiale.
4. Dile cosas positivas a menudo.
5. Léeles y cuéntales cuentos e historias a diario.
6. Empatiza con las emociones de tu hija/o (alégrate con él/ella, empatiza con su frustración o tristeza, hazle sentir que entiendes cómo se siente, incluso cuando luego quieres corregirle).
7. Presta atención a lo que dice y hace.
8. Adecúa las actividades o juegos que le propones a sus intereses y necesidades.
9. Sé flexible cuando cambie de actividad o de juego.
10. Sigue de cerca lo que hace o intenta hacer cuando compartan actividades o juegos.
11. Responde a sus emociones.
12. Obsérvale e interactúa con él/ella cuando hace ruidos o habla.
13. Disfruta de estar con tu hija/o.
14. Anímale a hacer cosas con sus juguetes y apoya sus preferencias y decisiones en sus juegos.
15. Alienta a tu hija/o cuando hace cosas por su cuenta.
16. Alienta verbalmente sus esfuerzos.
17. Dale consejos que le ayuden a lograr lo que está intentando hacer en ese momento.
18. Demuestra entusiasmo hacia lo que hace cuando juega o comparte una actividad.
19. Repite o amplía las palabras o los sonidos que produce tu hija/o.
20. Nombra los objetos o las acciones que hace o descríbele las características de los objetos cuando juega o comparte actividades.
21. Interésate o participa en sus juegos imaginarios.
22. Toma en brazos a tu hija/o especialmente cuando siente pena o miedo.
23. Exprésale tu afecto físicamente (abrazos, caricias, besos).
24. Dile que le quieres.

5. Roggman, L. A., Cook, G. A., Innocenti, M. S., Jump, V. and Christiansen, K. (2013). *Parenting Interactions with Children: Checklist of Observations Linked to Outcomes*. (PICCOLO™) by Paul H. Brookes Publishing Co., Inc.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ

Etapas del desarrollo infantil: “¿cómo me comporto?”⁶

0-6 meses

- ♦ Me asusto fácilmente, por lo que necesito sentirme seguro y protegido.
- ♦ Todavía no puedo entender reglas o explicaciones.
- ♦ Necesito amor incondicional y afecto.
- ♦ Llora cuando necesito hacerte saber algo.
- ♦ No sé ninguna palabra.
- ♦ Llorar mucho es normal para mí. A veces ni siquiera sé por qué estoy llorando.
- ♦ Me encanta poner cosas en mi boca. Es mi manera de explorar el mundo.

6-12 meses

- ♦ Comienzo a hablar con sonidos como “ba” y “ma”.
- ♦ Necesito saber que estás cerca de mí. Así es como construyo mi confianza en ti.
- ♦ Mis dientes están empezando a salir. Esto me causa mucho dolor por lo que puedo llorar mucho.
- ♦ Me gusta cuando tú me repites sonidos. Esto me anima a comunicarme contigo.
- ♦ Voy llorando menos y sonriendo más. A veces mi llanto puede venir a la misma hora todos los días. Esta es mi “organización cerebral”.

1-2 años

- ♦ ¡Soy un explorador/a! Comienzo a hablar y a caminar.
- ♦ Aprendo un montón de nuevas palabras muy rápidamente.
- ♦ Me encanta mi nueva independencia pero necesito desarrollarla en un ambiente seguro.
- ♦ No entiendo que me quieres proteger cuando me dices “no”.
- ♦ Quiero tocar y ver todo.

- ♦ Aprendo la palabra, “¡no!” Es una manera de decirte cómo me siento.
- ♦ Tengo rabietas porque siento frustración y no puedo comunicar con palabras lo que estoy sintiendo

2-3 años

- ♦ Estoy empezando a comprender mis sentimientos.
- ♦ De repente puedo tener miedo de ciertas cosas, como la oscuridad. Esto es porque entiendo que hay peligro.
- ♦ De repente, puedo sentirme tímido con las personas que no conozco. Esto demuestra que entiendo la diferencia entre las personas que conozco y los extraños.
- ♦ Si tienes que salir de la habitación puede que lllore porque no sé si vas a volver.
- ♦ Si me pides que diga “hola” a alguien que no conozco me puedo negar porque no sé que esa persona está tratando de ser amistoso.

3-5 años

- ♦ ¡Quiero aprender todo! Esto me podría ocasionar riesgos por lo que las reglas son importantes.
- ♦ El juego es una parte esencial de mi desarrollo cerebral. Es la forma en que veo otros puntos de vista y desarrollo la empatía.
- ♦ Hago muchas preguntas. Una de mis palabras favoritas es “¿por qué?”
- ♦ Me encanta jugar juegos imaginarios. Me siento perdido porque parece muy real.
- ♦ Quiero ayudarte a hacer tus tareas diarias para poder aprender habilidades importantes para la vida.

6. Program P – A Manual for Engaging Men in Fatherhood, Caregiving, Maternal and Child Health. Promundo, CulturaSalud, and REDMAS (2013). Rio de Janeiro, Brazil and Washington, D.C. USA, Traducción propia tomada originalmente de Positive Discipline – What it is and how to do it (2011) by Joan Durrant. Save the Children-Sweden.

Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre

DURACIÓN

90 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Comprender la diferencia entre sexo y género, distinguiendo las características biológicas de hombres y mujeres (sexo) de aquellas que se les atribuyen y son construidas socialmente (género).
- ◆ Reflexionar sobre cómo los estereotipos de género, el machismo y las desigualdades de poder entre hombres y mujeres afectan su vida, su salud y sus relaciones.



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Bolígrafos para cada grupo.
- ◆ Ilustraciones de apoyo: “Ilustraciones de hombres y mujeres desempeñando diferentes roles”.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- ◆ Prepara los 4 papelógrafos que se indican en el paso 2.
- ◆ Fotocopia o imprime la hoja de apoyo para el papá “Vacuna a tus hijos en contra del machismo”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior respecto a involucrarse más en las tareas de cuidado de sus niñas y niños y en las tareas domésticas del hogar. Luego pregunta si alguien intentó hacer algún cambio, qué les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron, si intentaron hacer algo distinto, y si tuvieron dificultades para hacerlo. Pregunta si conversaron con su pareja sobre ello. Retroalimenta y celebra cada intento por pequeño que sea, no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no lo haya intentado o no le haya resultado; al contrario, animálos a seguir pensando e intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre”, que conversaremos sobre los mensajes que desde niños nos transmiten acerca de cómo ser hombre y mujer y como ser padre y madre.
- 1.6** Antes de comenzar puedes hacer alguna de las actividades para romper el hielo, disponibles en la página 54.

2

Revisando roles tradicionales

⌚ 15 min

- 2.1** Coloca en la pizarra y/o en la pared cuatro papelógrafos con los títulos “Mujeres”, “Hombres”, “Mamás” y “Papás” y entrega una hoja de papel en blanco a cada participante.
- 2.2** Explica que en la sesión de hoy reflexionaremos en grupo acerca de cómo la sociedad considera que son los hombres; cómo son las mujeres; cómo son los padres y cómo son las madres.
- 2.3** Invita a los participantes a formar subgrupos de tres personas. Pide que dividan el papel en cuatro columnas y que luego conversen y anoten al menos cinco tipos de comportamientos o cualidades que en nuestra sociedad han sido tradicionalmente definidas como propias de hombres, de mujeres, de madres y de padres (si mencionan más, mejor aún). Por ejemplo, cómo dice la sociedad que se debe vestir una mujer y cómo un hombre; qué debe hacer en la casa una mujer y qué un hombre; qué actividades laborales son “más propias” de los hombres y cuáles de las mujeres.

NOTAS

3

Distinguiendo características de género

© 15 min

- 3.1** Invita a que formen un círculo, en sesión plenaria.
- 3.2** Pide que cada subgrupo comparta con todos lo que discutieron sobre las características y roles esperados para las mujeres y las madres. Haz luego lo mismo con respecto de lo que listaron y discutieron sobre los hombres y los padres.
- 3.3** Anota en el papelógrafo las características, roles y comportamientos que van mencionando en referencia a cada uno de los roles propuestos (hombres, mujeres, padres y madres).



4

Reflexionando sobre los roles y estereotipos de género

⌚ 20 min

- 4.1** Pide que comparen las respuestas entre hombres y mujeres y entre padres y madres. Abre la discusión a partir de las características descritas y de las preguntas de apoyo listadas a continuación:
- ◆ Preguntas de apoyo:
 - ◆ ¿Qué similitudes identifican entre los comportamientos o cualidades enumeradas en ambas listas (mujeres y madres, hombres y padres)? ¿Qué diferencias identifican?
 - ◆ ¿Por qué creen que hay diferencias? ¿A qué se deben?
 - ◆ ¿Qué comportamientos creen que son innatos, naturales o biológicos y cuáles son producto de la cultura, la tradición y la enseñanza?
 - ◆ Si no son naturales/biológicas, ¿De dónde y cómo surgen estas ideas? ¿Se puede aprender a ser hombre/mujer, padre/madre?
 - ◆ ¿Qué consecuencias tienen para las mujeres y los hombres que se les eduque desde niños/as para que tengan comportamientos, roles o cualidades determinados ¿Cuáles serían algunos ejemplos de esto? (Ídem luego para padres y madres)
- 4.2** Explica que la mayoría de las diferencias entre hombres y mujeres son culturales y que provienen de modelos que se enseñan y se transforman en costumbre y tradición; que las diferencias biológicas entre ser padre o ser madre se limitan solamente a la capacidad de gestar y amamantar.
- 4.3** Comenta que esta parte de la actividad busca hacer visible y comprensible las distinciones entre sexo (las diferencias biológicas entre hombres y mujeres) y género (las construcciones socioculturales de lo masculino y lo femenino). Al contrario de nuestro sexo, que tiene características generalmente inmutables, las definiciones de género cambian de generación en generación, de una cultura a otra y dentro de los diferentes grupos socio-económicos y étnicos.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Los comentarios o chistes machistas, sexistas o misóginos que se produzcan durante la sesión deben ser señalados al grupo y convertirlos en reflexión crítica. ¿Qué nos da risa? ¿Qué quiere decir en el fondo un comentario o chiste así? ¿Descalifica o respeta a las mujeres? ¿Cómo se sentiría una mujer al escucharlo?

5

Problematizando los estereotipos de género

⌚ 20 min

- 5.1** Coloca en cada uno de los papelógrafos la ilustración correspondiente (ver material de apoyo adjunto), que plantea a cada género haciendo algo no tradicional.
- 5.2** Deja un tiempo para que el grupo mire las ilustraciones y luego pregúntales qué opinan sobre ellas, e inicia un debate que incentive la reflexión crítica en los participantes. Primero libre y luego guiada por las siguientes preguntas. Preguntas de apoyo:
- ◆ ¿Es común encontrar en la comunidad lo que se muestra en las ilustraciones?
 - ◆ ¿Hay algo que no les parezca adecuado de lo que se ve en las ilustraciones? ¿Por qué?
 - ◆ ¿Hay comportamientos o características de hombres y mujeres que en el pasado no eran aceptadas y que actualmente sí lo son? (Ídem luego para padre y madre).
 - ◆ ¿Qué prejuicios existen con respecto a las personas que no se ajustan a las características tradicionales de ser hombre y ser mujer? (Ídem luego para padre y madre). ¿Qué bromas se les gastan a los hombres cuando están involucrados en las tareas del hogar o de los hijos? ¿Qué quieren decir esas bromas?
 - ◆ ¿Pueden los hombres cuidar a los hijos y las hijas tan bien como las mujeres?
 - ◆ ¿Pueden las mujeres desempeñarse en el trabajo tan bien como los hombres?
 - ◆ ¿Ustedes han realizado algunas de estas acciones? ¿Cómo fue la experiencia? ¿Hubo algún comentario (apoyando o desaprobando)?
- 5.3** Explica que la sociedad crea ideas, imágenes y mensajes sobre hombres y mujeres que se convierten en camisas de fuerza que quitan libertad. Ejemplo: los hombres no lloran, los hombres son rudos y no pueden mostrarse vulnerables, las mujeres deben ser señoritas de la casa, deben ser madres.

6

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

- 6.1** Sugiere que cada participante, a partir de lo conversado en la sesión, revise sus actitudes habituales como hombre y como padre. Pide que reflexionen acerca de alguna acción o actitud de ellos que consideren machista y que podrían y les gustaría cambiar. Indica que pueden ser actitudes hacia la pareja (conversar con ella, escuchar más, preguntar su opinión, etc.), hacia las tareas domésticas (limpiar, cocinar, etc.) y/o relativas a la crianza de sus hijos/as (tener un trato distinto con sus niños/as, etc.). Indica que también se puede profundizar en el compromiso de la sesión anterior.
- 6.2** Da un minuto para que lo piensen y anoten (o dibujen) en una hoja.
- 6.3** Invita a pegar sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

7

Cierre de la sesión

© 10 min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy así como el clima de confianza que tuvo el grupo.
- 7.2 Invita a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 7.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Entrega una copia a cada participante de la hoja de apoyo para el papá “Vacuna a tus hijos en contra del machismo” e invítalos a que la lean en casa junto a su pareja.
- 7.6 Invita a seguir pensando en lo compartido en la sesión de hoy, a conversarlo con su pareja, a hacer el compromiso de la semana y a estar presente en el próximo encuentro.
- 7.7 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto.



IDEAS FUERZA

- ◆ El sexo es el conjunto de atributos físicos y biológicos asociados a nacer hombre o mujer, mientras que el género es una construcción cultural que varía en el tiempo y de cultura en cultura. Las características y roles asignados culturalmente a hombres y mujeres son llamados estereotipos de género. Como “los hombres no lloran” o “la casa es cosa de mujeres”.
- ◆ Hombres y mujeres son marcados a fuego desde el nacimiento (desde la ropa rosa o celeste) con expectativas diferentes. Los niños y niñas que no cumplen con el estereotipo suelen ser maltratados en la escuela.
- ◆ En nuestra sociedad se ha determinado, tradicionalmente, que hombres y mujeres desempeñen roles diferentes. Por ejemplo, se esperaba que los hombres tuvieran el rol proveedor y las mujeres el rol de cuidado de las/os hijas/os.
- ◆ Estos estereotipos han originado muchos prejuicios (como pensar que los hombres no pueden cuidar a los/as hijos/as o que las mujeres son débiles) generando discriminaciones o violencia especialmente hacia las mujeres. El machismo afecta de manera mucho más grave las vidas de las mujeres, pero también perjudica a los hombres, por ejemplo, en sus dificultades para reconocer sus emociones, para pedir ayuda, cuidar de su salud, manejar el enojo y en que suelen tener menos contacto con sus hijas/os.
- ◆ Para construir una sociedad más justa, equitativa y no violenta es necesario revisar y criticar los estereotipos de género y el machismo.

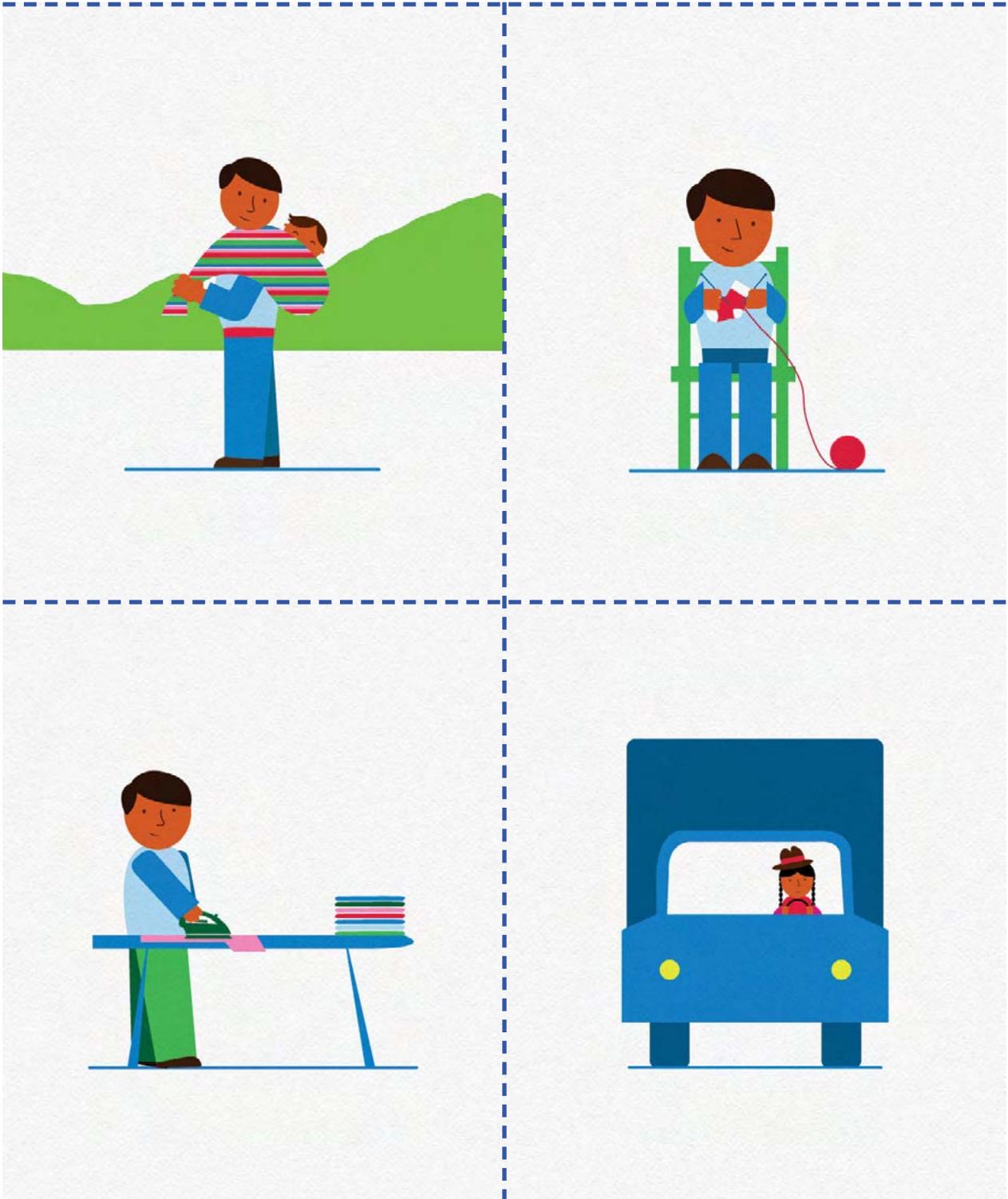
NOTAS

A series of horizontal dotted lines for taking notes.



HOJA 1/2

Ilustraciones





HOJA 2/2

Ilustraciones





HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ 1/2

Vacuna a tus hijas/os en contra del machismo

Libéralos de los estereotipos de género.

Texto de Margaret McGavin con adaptaciones⁷

En la cultura latinoamericana, las expectativas de padres y madres frecuentemente difieren mucho dependiendo del sexo de sus hijos. De un hijo se espera fuerza, coraje y rudeza; una hija debe ser abnegada, obediente y ayudar en casa.

Estos estereotipos hacen que niñas y niños sean tratados de modo diferente en el hogar y en la escuela. Está probado que los profesores/as tienden a exigir menos a las niñas en asignaturas como matemáticas lo que afecta negativamente su autoestima en estas materias. Asimismo, a las niñas se las incentiva menos a asumir roles de liderazgo, a tomar decisiones y asumir riesgos que ayudan a desarrollar su capacidad de resolver problemas autónomamente y a enfrentar situaciones nuevas. A las niñas, a diferencia de los niños, se les enseña a cuidar muñecas y a hacer labores en el hogar.

Sin embargo, las creencias tradicionales dominantes en otras épocas están cambiando actualmente. Esto se aprecia tanto en el mundo laboral, en el que hoy en día las mujeres pueden desarrollar diferentes trabajos que anteriormente solo desempeñaban hombres; como en la política, donde muchas mujeres ostentan hoy puestos de liderazgo; así como también en áreas como la medicina y la ciencia.

La casa, el hogar, es un espacio ideal para romper aún más con los viejos estereotipos que li-

mitan a nuestros hijos e hijas. Desde allí puedes hacer mucho por abrirles puertas y generarles mayores oportunidades de crecimiento. Para ello considera lo siguiente:

1. Promueve el respeto y la igualdad con el lenguaje.

Cuando estés en casa enfrente de tus hijos/as no acostumbres a utilizar expresiones o contar chistes sexistas sobre mujeres y hombres. (“Los caballeros las prefieren brutas”, “Maneja tan mal que tiene que ser mujer”, “¿Me estás oyendo, inútil?”).

Suprime de tu vocabulario los sobrenombres de género al referirte a tus hijos: *mamacita*, *princesa*, *mi reina*, *papi*, *campeón*, etc.

Evita que se digan cosas como “no seas nenita”, “juegas como una niña”, “los niños no lloran”, “no seas mariconcito” o “compórtate como un hombrecito” a los niños; y “pórtate como dama” o “compórtate con una señorita” a las niñas.

2. Evita perpetuar los juegos asignados exclusivamente a niños y niñas.

Las niñas pueden jugar con carros y pelotas, así como los niños pueden participar en un juego de muñecas o de la casa. Ello no les ocasiona ningún perjuicio. Al contrario, les ayudará a

7. Fuente: <http://hijos.about.com/od/Valores/a/Vacuna-A-Tus-Hijos-En-Contra-Del-Machismo.htm>



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ 2/2

desarrollarse mejor en el futuro. Las niñas aprenderán a tener más agilidad y los niños a cuidar de otros. En tu casa, tanto niñas como niños deben tener el derecho de divertirse de la manera que prefieran y con todos los juguetes, y si juegan juntos, tanto mejor.

3. Usa correctamente los nombres de profesiones y oficios según hablen de hombres o mujeres.

En tu casa, acostúmbrate a decir “bombero” tanto como “bombero”, “enfermero” y “enfermera”, “doctora” y “doctor”, “abogada” y “abogado”. Se puede decir “la juez”, “la cantante”, “la chef”, “el secretario”, “el maestro de kínder”, “el niño”, dependiendo de si hablan de hombres o de mujeres que desempeñen esas actividades. Hoy en día, casi ninguna ocupación está limitada según el género. A diferencia de antaño, las mujeres pueden ser soldados y los hombres pueden quedarse en casa a cuidar al bebé.

4. Ayuda a tus hijos e hijas a encontrar buenos modelos no sexistas para desarrollarse.

Dependiendo de sus intereses, es importante que niños y niñas conozcan ejemplos no sexistas a seguir, ya sea en el deporte, las ciencias, el arte o la política (a través de libros, documentales o noticias relevantes en el diario, señalándoles mujeres de la comunidad, Bolivia u otros países). Sobre todo es importante que las hijas conozcan (en persona o no) a mujeres que hayan roto estereotipos de género y hayan podido destacar en campos que antes se consideraban terreno masculino, porque no pueden aspirar a ser lo que no ven. En el caso de los

varones es importante estimularlos a que busquen modelos no machistas.

5. Rompe con los estereotipos relativos a las tareas domésticas en la casa.

En tu casa invita a todos a participar por igual en las tareas del hogar. ¿Quién lava los trastes? ¿Quién cocina? ¿Quién carga los bultos? Ten en cuenta que los niños pueden ayudar en la cocina y las niñas pueden usar una pala o hacer reparaciones. No hay trabajos exclusivamente masculinos ni femeninos: todos los trabajos son responsabilidad de todos y debieran dividirse más bien por edades que por género.

6. Da un buen ejemplo con tu comportamiento.

En tu casa, todos los días tienes la oportunidad de romper con estereotipos de género mostrando tu propia conducta, en tu relación de pareja, en tu quehacer doméstico, en tu relación con tus hijos e hijas. El hombre que cuida a los niños, cocina y lava la ropa está educando a hijos que tendrán mejores herramientas y mayor libertad de hacer lo mismo. La mujer que trabaja y también trae el pan a casa demuestra a sus hijas que ellas también pueden hacerlo.

La pareja cuyos miembros trabajan juntos compartiendo por igual las tareas del hogar y las responsabilidades laborales en la calle está dando una gran lección a sus hijos: las mujeres y los hombres podemos hacer equipo, cada uno poniendo nuestro mejor esfuerzo para lograr la armonía.

Recuerda que la igualdad de género se enseña desde casa y desde los primeros años.

Cuidar y proveer: un trabajo en equipo

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Identificar el tiempo y la dedicación que hombres y mujeres destinan al cuidado de hijos e hijas.
- ◆ Asumir la corresponsabilidad en las tareas domésticas, de cuidado y crianza, e involucrase –de acuerdo a las diferentes realidades familiares- en una distribución más equitativa de estas tareas.



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Material

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Lápices para cada participante.
- ◆ Hoja de trabajo: "¿Cómo distribuimos nuestros tiempos de trabajo en la pareja?"
- ◆ Hoja de trabajo: "Enemigos habituales de la paternidad".

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo "Cómo distribuimos nuestros tiempos de trabajo en la pareja" y la hoja de trabajo "Enemigos habituales de la paternidad". En ambos casos una copia por participante.
- ◆ Pon en un lugar visible "Las reglas de convivencia" y "El árbol de nuestro crecimiento como papás".

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior, si intentaron modificar algunas acciones o actitudes que consideraban machistas, ya sea en el plano de la relación con la pareja, las tareas domésticas y/o la crianza de los hijos/as. Pregunta si alguien intentó hacer algún cambio, que les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron, qué es lo que pensaron y que sucedió. Si lo pensaron pero no lograron hacerlo pregunta porque creen que fue así. Retroalimenta y celebra cada intento por pequeño que sea, no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no lo haya intentado o no le haya resultado; al contrario, anímalos a seguir pensando e intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Cuidar y proveer, un trabajo en equipo”, que conversaremos cómo compartir las tareas domésticas, de cuidado y crianza en pareja.

2

Revisando los tiempos de trabajo en nuestra familia

⌚ 15 min

- 2.1** Invita a hacer una lluvia de ideas de todas las tareas que hacen en casa (mamá, papá, u otra persona) de cuidado y crianza de las/os hijas/os (ej.: dar de comer, hacer dormir, preparar alimentos, calmar el llanto, etc.) y de tareas domésticas (limpieza, compras, reparaciones, buscar agua o combustible, etc.). Haz dos listas en dos papelógrafos.
- 2.2** Reparte a cada participante un lápiz y la ficha “¿Cómo distribuimos nuestros tiempos de trabajo en la pareja?”.
- 2.3** Pide que llenen la ficha individualmente: que cada uno responda cómo distribuyen su tiempo él y su pareja un día tipo entre semana y que responda luego cómo lo hacen durante los fines de semana y feriados. Comenta que el sentido del trabajo es tomar conciencia del tiempo que cada uno dedica al cuidado y al trabajo remunerado y a cómo se organiza la distribución de tareas como pareja y como padres.

NOTAS

3

Conversando sobre la distribución de tiempos y actividades familiares en la pareja

⌚ 15 min

- 3.1 Divide a los participantes en subgrupos de cuatro personas máximo cada uno.
- 3.2 Pide que se muestren entre los miembros del subgrupo las fichas completadas con las distribuciones de tiempo familiar e invítalos a conversar e intercambiar puntos de vista a partir de las preguntas listadas a continuación. Escribe las preguntas a la vista de todos o entrégalas impresas a cada subgrupo.
 - ◆ Comparen la ficha de distribución horaria por actividades de los participantes del grupo. ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?
 - ◆ Comparen la carga horaria de lo que hacen ustedes y lo que hacen sus parejas. ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?
 - ◆ Revisen cuánto tiempo dedican ustedes a actividades domésticas, a trabajo remunerado y a actividades de crianza y cuidado.
 - ◆ ¿Les gustaría hacer algún cambio en esta distribución de tiempos en la familia?

4

Reflexionando sobre la corresponsabilidad de la pareja en el trabajo familiar

⌚ 40 min

- 4.1 Invita al grupo a sentarse en círculo o plenaria.
- 4.2 Inicia la conversación invitando a que los participantes comenten sus impresiones respecto a lo trabajado en el ejercicio, acerca de cómo distribuyen los tiempos y las actividades con sus parejas en sus familias: ¿De qué se dieron cuenta con el ejercicio? ¿Qué les ha llamado la atención?
- 4.3 Luego continúa la conversación y reflexión grupal utilizando las siguientes preguntas de apoyo:
 - ◆ ¿Cómo organizaban el cuidado de los/as hijos/as, el trabajo doméstico y el trabajo remunerado en sus familias de origen? ¿Creen que se han producido cambios en la actualidad?
 - ◆ ¿En sus familias de origen les enseñaron a hacer tareas del hogar?
 - ◆ ¿Cuidar, criar y realizar tareas domésticas es para ustedes un trabajo?
 - ◆ ¿Existen tareas exclusivas de hombres y tareas exclusivas de mujeres?
 - ◆ En general, ¿Se hacen cargo los hombres de tareas domésticas, de cuidado y de crianza? ¿Qué facilita y qué dificulta que lo hagan?
 - ◆ ¿Crían mejor las mujeres que los hombres?
 - ◆ ¿Pueden los hombres aprender a cuidar a los hijos/as?
 - ◆ ¿Están conformes ustedes y sus parejas con la distribución actual de tiempos y actividades?
 - ◆ ¿A alguno de ustedes le gustaría hacer algo diferente? ¿En qué aspectos?
 - ◆ ¿Creen que a sus parejas les gustaría que la distribución de tareas fuera diferente? ¿En qué aspectos?
 - ◆ ¿Les reclaman algo sus parejas por su participación en casa o en el trabajo?
 - ◆ ¿Les reclaman ustedes algo a sus parejas por su participación en casa o en el trabajo?

- ◆ ¿Supone una diferencia en la vida de los hijos si el padre pasa más tiempo con ellos y participa en el cuidado?
- ◆ ¿Qué es más usual en las familias del Alto? ¿Familias con padre proveedor y madre al cuidado de los hijos o familias donde madre y padre trabajan remuneradamente?
- ◆ ¿Conocen familias donde la madre trabaje fuera de casa y el padre cuide a los hijos? ¿Conocen casos en los que las mujeres quieran salir a trabajar y sus maridos no se lo permiten? ¿Qué opinan ustedes?
- ◆ Cuando un padre está muy involucrado en la paternidad, ¿hay comentarios en la familia o los vecinos?
- ◆ Cuando una mujer está muy involucrada en el trabajo fuera de la casa, ¿hay comentarios en la familia o los vecinos?

4.4 Explica que, en algunos casos, es posible que los hombres sean los únicos que trabajan remuneradamente fuera del hogar y que, en otros casos, hombres y mujeres pueden trabajar remuneradamente pero que, igualmente, la carga del cuidado y manutención del hogar recae en las mujeres. Plantea que, en cada caso, la pareja debe acordar cómo organizar sus tiempos según sus realidades, pero es necesario que el hombre también se incorpore corresponsablemente en esas tareas. Remarca que es muy importante que ambos estén satisfechos con la distribución de las tareas y que sostener un arreglo poco equilibrado, de poca colaboración, en el que uno de los dos siente que sobre él o ella recae injustamente más trabajo y menos tiempo para desarrollarse o descansar genera tensiones en la pareja y en la familia y puede afectar, incluso, sus posibilidades de progreso económico y bienestar. Para lograr una vida más armónica y justa en el hogar es necesario que los papás participen activamente, escuchen a sus parejas y tomen decisiones en conjunto con ella.

4.5 Lee en voz alta las ideas fuerza de la sesión a todo el grupo.

5

Los enemigos de la paternidad

⌚ 10 min

5.1 Una vez cerrada la conversación anterior, invita a que los participantes se conecten con su rol de padres, con la relación que tienen con sus hijos y/o hijas y con lo que hacen habitualmente con ellos. Explica que leerás algunos elementos que son “enemigos habituales de la paternidad”, es decir, actitudes o temas que suelen dificultar a los padres pasar más tiempo de calidad con sus hijos/as.

5.2 Lee la hoja de trabajo “Enemigos habituales de la paternidad”.

5.3 Abre un espacio para la conversación y opiniones sobre lo que has leído. Pregunta al grupo lo siguiente:

- ◆ ¿Qué opinan de lo que se leyó?
- ◆ ¿A alguno de ustedes le ha pasado o afectado algo similar a lo leído?
- ◆ ¿Qué se puede hacer para evitar esas situaciones?
- ◆ ¿Cuál los interpela o representa más?
- ◆ ¿Cuál los desafía más a hacer un cambio?
- ◆ ¿Qué otros “enemigos” de la paternidad conocen?

6

Compromiso
para la
semana

⌚ 5 min

- 6.1** Pide a los participantes que revisen los tiempos que dedican a tareas domésticas y de cuidado, y que reflexionen también acerca de lo que hacen sus parejas. Pide que conversen junto a sus parejas cómo podrían distribuir de otra manera –más equitativa y corresponsable- algunas de esas tareas del hogar, y que definan a cuáles podrían dedicarle más tiempo o tener una mayor participación. Dale un minuto para que reflexionen sobre ello mirando su ficha. Pueden marcar en la ficha aquellas tareas a las que les gustaría dedicar más tiempo.
- 6.2** Invita a los participantes a que escriban en un papel la tarea doméstica y/o de cuidado en la cual les gustaría involucrarse más durante la semana y que lo peguen en el “Árbol de nuestro crecimiento como papás” puesto en la pared.
- 6.3** Invita a los padres a conversar durante la semana con su pareja sobre cómo distribuyen el tiempo y la carga de tareas en casa. Exhórtales a buscar un momento de tranquilidad con su pareja y preguntarle a ella si está conforme con cómo se organizan actualmente y cómo ven su participación como papás en la crianza.

7

Cierre de la
sesión

⌚ 10 min

- 7.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy así como el clima de confianza generado por el grupo.
- 7.2** Invita a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 7.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ej.: emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 7.4** Lee las ideas fuerza (si no se hizo antes en la sesión) haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5** Invítalos a seguir pensando en lo compartido en el día de hoy, a conversarlo con su pareja, a llevar a cabo el compromiso de la semana.
- 7.6** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.

NOTAS



IDEAS FUERZA

- ◆ La paternidad activa –un papá que asume las tareas de crianza y del hogar– permite que tanto mujeres como niñas y niños alcancen su máximo potencial.
- ◆ La paternidad activa impacta positivamente en el desarrollo de hijas e hijos, así como también en el bienestar de la madre y del propio padre.
- ◆ La mayor participación de los hombres en las labores de cuidado también produce beneficios económicos ya que hay mejores condiciones para que la mujer también trabaje remuneradamente.
- ◆ Todas las actividades que realizan padres y madres son vitales para la subsistencia y el desarrollo familiar, ya que tanto el trabajo remunerado fuera de casa, como el no remunerado dentro del hogar, son igualmente trabajo y, por tanto, deben ser valorados como tales. Ninguno es más importante que otro.
- ◆ Cada pareja define cómo distribuirá las tareas para llevar adelante la familia, pero ello no significa que los hombres se desentiendan de las tareas domésticas, de cuidado y de crianza. Aunque no puedan disponer del mismo tiempo para realizarlas (si es que únicamente ellos trabajan remuneradamente), es clave que se involucren lo máximo posible en la vida de sus hijas/os y en las tareas del hogar, haciendo equipo con la madre. Más allá de quién dedica más tiempo a las actividades domésticas, de cuidado y de crianza (dependiendo de los acuerdos, arreglos y realidades de cada pareja), es esencial para la pareja compartir la responsabilidad.
- ◆ Hay mujeres que quieren trabajar y maridos o parejas que no se lo permiten, lo cual es una forma de control machista. Ellas también tienen derecho a trabajar y a desarrollarse; eso es bueno para su bienestar y el ingreso familiar.
- ◆ En la práctica, las mujeres siguen teniendo la responsabilidad total o mayor de las tareas domésticas, de cuidado y crianza en los hogares, incluso cuando trabajan remuneradamente igual que sus parejas.
- ◆ En aquellas parejas en las que tanto el hombre como la mujer son proveedores económicos del sustento familiar es clave aspirar a la corresponsabilidad. En parejas donde uno es proveedor y el otro/a está a cargo del cuidado de los/as hijos/as es esperable que existan algunos roles complementarios. Es importante que se llegue a un acuerdo sobre cómo distribuir las responsabilidades: que ambos estén conformes, se valore lo que aporta cada cual y se tomen decisiones en conjunto.
- ◆ Los hombres están habilitados para hacer todas las tareas de cuidado y crianza, a excepción del embarazo y la lactancia.



HOJA DE TRABAJO

¿Cómo distribuimos nuestros tiempos de trabajo en la pareja?

A continuación, te presentamos un conjunto de actividades que comúnmente se realizan en las familias con hijos e hijas. Escribe, en primer lugar, qué tiempo diario (en promedio) dedicas tú a cada una de ellas. Luego coloca qué tiempo (en promedio) dedica al día tu pareja a las mismas actividades. Completa primero la ficha de las horas de trabajo durante la semana y luego las horas de fines de semana y feriados.

	Horas al día en días de la semana (lunes a viernes)		Horas al día días feriados y fines de semana	
	Yo	Pareja	Yo	Pareja
» Trabajo remunerado fuera de casa				
Trabajo remunerado en la casa				
Cuidado de los/as hijos/as				
Preparar la comida				
Dar de comer				
Asear/bañar a los niños y las niñas				
Lavar la ropa				
Hacer compras				
Aseo y orden de la casa				
Llevar/traer hijos/as a la escuela o jardín				
Traslado al trabajo				
Jugar con los/as hijos/as				
Otras....				



HOJA DE TRABAJO PARA EL PAPÁ

Enemigos habituales de la paternidad⁸

Te compartimos algunos de los “enemigos” más frecuentes de la paternidad. Son acciones o distractores de la paternidad que te pueden impedir pasar un tiempo de calidad con tus hijos y/o hijas:

- ◆ Ser un papá que está dedicado exclusivamente al trabajo.
- ◆ El estrés (laboral, económico, etc.).
- ◆ Dejarse llevar por distractores que dificultan la relación en la paternidad como la televisión, el computador, el teléfono celular, etc.
- ◆ Creer que tu presencia como padre no es importante o que es reemplazable y que no supone una diferencia en la vida de tu hijo/a.
- ◆ No estar atento a las necesidades de tu hija/o.
- ◆ Creer que el cuidado de los hijos es básicamente tarea de las mujeres y que tu rol de papá es, como mucho, de “ayudante”.
- ◆ Tener conflictos constantes y/o alta tensión con la madre de tu hija/o.
- ◆ Ejercer violencia intrafamiliar (tanto entre la pareja como el maltrato infantil).

⁸. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.

Disciplina positiva

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Reflexionar sobre las formas en que los padres educan y disciplinan a sus hijas e hijos.
- ◆ Identificar, conocer, adoptar y ejercer prácticas respetuosas y afectuosas para educar y disciplinar a los hijos/as.
- ◆ Reconocer los efectos nocivos del uso de castigos físicos o humillantes contra niños y niñas.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Hojas y lápices para cada participante.
- ◆ Casos de “Cómo se disciplina”

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia un ejemplar para cada grupo de los casos “¿Cómo se disciplina: dilemas en la crianza”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de apoyo para el papá “La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse protegido” (una copia por participante)
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “Recomendaciones para practicar la disciplina positiva”
- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior, si lograron conversar con sus parejas acerca de la distribución de las tareas del hogar. Luego pregunta si alguien intentó hacer algún cambio, que les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron, y si comentan que les resultó difícil pregunta por qué creen que fue así. Retroalimenta y celebra cada intento por pequeño que sea, no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no lo haya intentado o no le haya resultado; al contrario, anímalos a seguir pensando e intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Disciplina Positiva”, que conversaremos sobre la educación de nuestros hijos e hijas utilizando estímulos positivos.

2

Casos de dilemas en la crianza

⌚ 15 min

- 2.1** Pide que se junten en subgrupos de tres integrantes.
- 2.2** Entrega a cada subgrupo un caso de “Cómo se disciplina: dilemas en la crianza”.
- 2.3** Invítalos a leer en voz alta el caso o situación que les tocó y luego a conversar en torno a las preguntas que acompañan al caso. Comenta que tienen 15 minutos.
- 2.4** Circula por los subgrupos para ver si surgen dudas y apoyarlos si lo necesitan.

3

Análisis de los casos

⌚ 30 min

- 3.1** Invita a los participantes a ubicarse en círculo en plenaria.
- 3.2** Invita a que cada grupo presente un resumen de la historia que les tocó y de lo más importante de lo conversado. Sugiere a los grupos que cada uno elija a un representante para hacer el resumen y, al final de su presentación, pregunta si alguien de su grupo quiere agregar algo.
- 3.3** Abre el intercambio de opiniones siguiendo estas preguntas:
 - ◆ ¿Qué opinan de los casos sobre “Dilemas en la crianza” que se presentaron? ¿Les han ocurrido a ustedes situaciones similares?
 - ◆ ¿Qué opinan de las reacciones de los papás y mamás de las historias? ¿Han reaccionado ustedes de la misma manera en alguna ocasión?
 - ◆ Las reacciones de los papás de las historias, ¿buscan castigar o buscan educar a los hijos e hijas?
 - ◆ ¿Qué podrían hacer los padres de los casos para enfrentar de mejor modo estos dilemas? ¿Qué les aconsejarían?
 - ◆ Puedes explicar en cada caso lo siguiente:
 - ↳ En el caso nº 1 el padre puede decirle a su hija que está cansado, dedicarle un tiempo exclusivo para ella, por ejemplo, para darle de comer o acompañarla a comer y/o hacerla dormir.

↪ En el caso nº 2 es importante que los padres le pregunten calmadamente a la hija por qué lo hizo. Después de entender sus motivos es importante que le expliquen las razones por las cuales no hay que tomar ese dinero sin permiso. Las amenazas y castigos no son adecuados como modos de enseñanza.

↪ En el caso nº 3 los padres pueden contener a Daniel en su ansiedad, explicándole que está bien que tenga gustos y preferencias pero que no es posible comprar o tener todo a la vez. Los castigos físicos y humillantes no deben utilizarse. La calma con la que se enfrenten a la situación y le expliquen al hijo será fundamental.

↪ En el caso nº 4 se debe evitar el castigo físico y se tiene que actuar tempranamente. Los padres pueden estar atentos a los deberes de José desde el inicio de las clases, preguntando a diario qué tareas tiene, mirando juntos el cuaderno de ser necesario, creando un espacio adecuado en la mesa para hacer los deberes, preguntando después cómo le fue con la tarea. Esa preocupación será un buen apoyo para el hijo, que no es sinónimo de control, ya que irlo educando en autonomía también es importante.

↪ En el caso nº 5 es importante que los padres se interesen por lo que María hace: aquello que dice, cómo o a qué cosas juega y cómo o qué cosas dibuja. Además de mostrar interés, es importante que celebren y elogien sus logros por pequeños que sean, y que esos elogios sean expresados con energía positiva y entusiasmo. Muchas veces los hijos necesitarán esos elogios.

- ◆ ¿Los castigos físicos y humillantes sirven para educar?
- ◆ ¿Cómo manejan ustedes la frustración, la rabia o el enojo con sus hijas/os?
- ◆ ¿Cómo manejan ustedes la frustración, la rabia o el enojo (en general)?
- ◆ ¿A veces explotan? ¿Qué les ayuda a no explotar?
- ◆ ¿Cómo se sentían ustedes en su infancia cuando eran castigados físicamente o de forma humillante?
- ◆ ¿Cómo se sienten ustedes cuando castigan a sus hijos e hijas?
- ◆ ¿Cómo creen que se sienten sus hijos/as cuando son castigados?
- ◆ ¿Les gustaría hacer algún cambio en esta distribución de tiempos en la familia?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Recuerda que la actividad no pretende juzgar ni culpar a nadie, que lo importante es compartir y conocer la experiencia de los demás para ir aprendiendo juntos a ser mejores padres cada día. Explica a los participantes que los hijos necesitan ser educados con cariño y, a veces, con firmeza. Nunca con maltrato, castigo físico y violencia.

4

Compartiendo nuestras experiencias

⌚ 20 min

- 3.4** Después de esta ronda de preguntas lee al grupo las ideas fuerza de la sesión.
- 3.5** Abre un segundo momento de conversación en plenaria sobre estrategias para criar a los hijos con buen trato. Utiliza como referencia los casos revisados. Sigue estas preguntas:
- ◆ ¿Que podrían hacer ustedes junto a la madre de su hija/o para mejorar su forma de enseñarles?
 - ◆ ¿Cómo podrían disciplinar sin violencia, sin golpes ni humillaciones?
 - ◆ ¿Qué formas de disciplina creen que son negativas?
- 3.6** Explica a los participantes que los/as hijos/as necesitan ser educados con cariño y, a veces, con firmeza. Nunca con maltrato, castigo físico y violencia. Algunas formas de crianza que se deben evitar porque no dan resultado o causan daño a los hijos/as son: castigos físicos, castigos exagerados o irrealizables, humillar o descalificar a los hijos, no tener derecho a equivocarse, no explicar a los/as hijos/as el sentido de las reglas en casa, no escuchar el punto de vista de los/as hijos./as Comenta que en unos minutos revisaremos formas de disciplina positiva.

- 4.1** Invita ahora al grupo a compartir sus experiencias y buenas prácticas cuidando y practicando la disciplina con sus hijas/os. Pregunta:
- ◆ ¿Qué desafíos o dilemas han tenido durante la crianza de sus hijos/as? ¿Qué situaciones les ha costado manejar?
 - ◆ ¿Cómo los han enfrentado?
 - ◆ ¿Qué les ha dado resultado?
 - ◆ ¿Cuáles son sus estrategias para tener una disciplina positiva en casa?
 - ◆ ¿Han tenido desacuerdos con sus parejas en estos temas? ¿Cómo los han enfrentado?
 - ◆ ¿Qué les ayuda a no explotar o no pasar a la violencia cuando algo en la conducta de sus hijos/as les parece inadecuado?
- 4.2** Comenta que ahora revisaremos algunas recomendaciones para practicar la disciplina positiva que nos ayudarán a enfrentar mejor desafíos o dilemas en la crianza.

5

Recomendaciones para practicar la disciplina positiva

⌚ 15 min

- 5.1** Entrega a cada participante una hoja impresa con las “Recomendaciones para practicar la disciplina positiva” que aparecen en la hoja de trabajo para los papás.
- 5.2** Léelas a todo el grupo.
- 5.3** Inicia una conversación con estas preguntas:
- ◆ ¿Qué les parecen estas recomendaciones?
 - ◆ ¿Cuáles les parecen más útiles? ¿Cuáles podrían o les gustaría aplicar?
 - ◆ ¿Cuáles realizan o aplican en su hogar? ¿Cuáles les resultan más difíciles?
 - ◆ ¿En cuáles necesitarían el apoyo de su pareja para aplicarlos?

6

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

- 6.1 Invita a los padres a elegir dos acciones de disciplina positiva que les gustaría incorporar en sus prácticas de crianza y a escribirlas en un papel.
- 6.2 Invita a los participantes a que peguen sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como papás” puesto en la pared.

7

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido hoy día y el clima de confianza que tuvo el grupo.
- 7.2 Invita a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 7.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ej.: emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a conversarlo con su pareja, a hacer el compromiso de la semana.
- 7.6 Entrega a cada participante una copia de la hoja de apoyo para el papá “La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse protegido” e invítelos a conversarla junto a su pareja en casa.
- 7.7 Recuerda el día y hora de la próxima sesión y animálos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños no son formas de educación válidas.
- ◆ Criar con buen trato significa educar con cariño y a veces con firmeza, pero nunca con violencia o maltrato.
- ◆ Cada error de un hijo/a es una oportunidad de aprendizaje para la vida.
- ◆ Los/ as hijos/as necesitan sentir que los padres los acompañan y educan, que les van enseñando día a día con el ejemplo más que con sermones.
- ◆ Conversar con la pareja sobre los dilemas de la crianza día a día ayuda a enfrentar mejor sus desafíos y dilemas.
- ◆ Es necesario reconocer cuándo uno está molesto, estresado o cansado para no transmitir ese estado a los niños y niñas en forma de reprimendas y castigos injustos.



CASOS 1/2

¿Cómo se disciplina? Dilemas en la crianza

Caso N° 1

Pedro tiene dos hijas y un hijo: Juana de 4 años, Olga de 3 y Roberto de 2. Él trabaja todos los días y llega a la casa cerca de las 7 de la noche, muy cansado. Su pareja, María, también trabaja. Desde que entra a la casa, Juana, la hija más inquieta de los niños, quiere estar todo el tiempo con él: lo sigue a todas partes, se le sube encima y quiere que jueguen juntos. Pedro le dice que se quede quieta para que él pueda hacer cosas de la casa y descansar un poco. La niña le obedece por un tiempo, pero pronto vuelve alrededor del papá. Cuando Pedro no está demasiado cansado trata de estar un rato con ella y la deja hacer, pero cuando está exhausto se desespera porque la niña no le obedece y aprieta el brazo de Juana. La niña grita, la mamá también la reta porque ella no la obedece, y ambos la mandan a la cama sin comer. Pedro consulta con ustedes y les pide su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué se comportará así Juana con su papá?
- ◆ ¿Qué cosas puede hacer Pedro para que Juana disminuya su inquietud alrededor del papá?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de gritar, apretarle el brazo y dejarla sin comer, ¿qué podrían hacer Pedro y su pareja cuando Juana no les obedece?

Caso N° 2

Teresa tiene 5 años. Es inteligente y curiosa. Sus papás trabajan todo el día para mantener a la familia y, además de Teresa, tienen un hijo de 2 años. Ellos tienen muy poco tiempo para quedarse con sus hijos. Un día, la mamá percibe que le falta un billete en su billetera, pero como es poco dinero, no le pone mucha atención. La semana siguiente, sucede lo mismo. Ella se queda preocupada, pero encuentra la plata abajo de la cama de la niña. La madre llama a la hija y, sin explicarle nada, le pega, le llama ladrona y le dice que ella no la enseñó a robar y que, si sigue portándose así, la va a mandar a una institución para niños con problemas. El papá, cuando se entera, vuelve a retar a Teresa, le pega una palmada y la manda a la cama. Los padres de Teresa consultan con ustedes y piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué habrá tomado y escondido el dinero Teresa?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres para evitar que su hija vuelva a tomar dinero?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de pegar y amenazar a su hija, ¿qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hija?

Caso N° 3

Daniel tiene 4 años. Es un niño amable y simpático. Sin embargo, es muy caprichoso y llora y grita cuando los papás no le dan lo que les pide. Para evitar que llore mucho, los papás tratan de contentar sus gustos, siempre que sea posible, porque su situación económica no es muy buena. Pero cuando el niño no entiende, ellos le pegan y le dan un baño con agua fría para que se calme, controle su ira y deje de llorar. Los padres de Daniel consultan con ustedes y piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué se pondrá tan caprichoso Daniel?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres para que el niño no se porte más de ese modo?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de pegarle y meterle en agua fría, ¿qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hijo?



CASOS 2/2

¿Cómo se disciplina? Dilemas en la crianza

Caso N°4

José tiene 7 años y vive con sus padres. El papá trabaja fuera del hogar y la mamá cuida a los niños en casa. José va a la escuela y tiene que hacer los deberes escolares cuando vuelve a la casa, después de descansar un ratito. A José no le gusta hacer sus tareas y prefiere mirar tele o salir a jugar con los amigos. Su mamá, ocupada con los trabajos de la casa, le manda hacer las tareas, pero no se da cuenta de que él no la obedece. A la noche, ambos papás le preguntan si él hizo sus tareas y se lo creen cuando él dice que sí.

Cuando la escuela entrega las notas, los papás se sorprenden porque la profesora afirma que el niño va mal y es posible que repruebe. Al llegar a la casa, el papá pelea con el niño, diciendo que él es un vago, perezoso y que no sirve para nada. Con un cinturón, le pega a José en las nalgas para que él aprenda, además de dejarlo sin salir y sin mirar tele por cuatro meses antes de las vacaciones.

- ◆ Los padres de José consultan con ustedes y les piden su opinión sobre:
- ◆ ¿Por qué no habrá hecho José las tareas y mentido sobre ello?
- ◆ ¿Qué cambios pueden hacer los padres para lograr que José cumpla con sus tareas?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de gritar, humillar y pegar a su hijo, ¿qué podría hacer el papá y la mamá para educar a su hijo?

Caso N°5

María tiene 4 años y le encanta compartir sus dibujos y sus logros con su mamá y su papá. Les llama varias veces y ellos no la miran, no le celebran sus logros, no le dicen “qué bonito” o “qué bien lo que hiciste”. Se pasan el tiempo conversando, viendo televisión, revisando el celular o haciendo sus labores. Sin embargo, cuando se trata de reprenderla ahí sí que la miran, le hablan con enojo e incluso con gritos.

Los padres de María consultan con ustedes y les piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué María necesita de la opinión de los padres?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres frente a los logros de su hija?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ ¿Qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hija y reforzar lo que hace bien?



HOJA DE APOYO

Recomendaciones para practicar la disciplina positiva⁹

Ten en cuenta que:

- ✦ Las/os hijas/os necesitan amor incondicional, seguridad y reglas claras.
- ✦ Para educar no es necesario usar malos tratos, golpes o violencia.
- ✦ Las reglas o normas claras son necesarias para educar. Los castigos físicos no.
- ✦ El castigo físico y humillante deja huellas, afecta el pleno desarrollo, y baja la autoestima de los/as hijos/as.
- ✦ Ser educados con buen trato y sin violencia es un derecho de los niños y niñas.
- ✦ La violencia causa más violencia.

Practica a diario la disciplina positiva con estas acciones:

- ✦ Estimula y premia el buen comportamiento de tu hijo/a.
- ✦ Elogia y celebra a tu hijo/a en cada logro.
- ✦ Explícale con calma a tu hijo/a lo que esperas de él/ella.
- ✦ Ten expectativas realistas con tu hijo/a, no le pidas más de lo que puede lograr a su edad (puedes revisar la hoja de apoyo para papas de la sesión 3 “Etapas del Desarrollo Infantil: ¿Cómo me comporto?”)
- ✦ Escucha a tu hija/o y pon atención a sus necesidades.
- ✦ Mantén una buena relación con la madre de tu hija/o.
- ✦ Conversa cotidianamente con tu pareja sobre la crianza de los niños/as.
- ✦ Si te sientes cansado y estresado por algún motivo cuida de no desquitarte con tu hija/o, menos aún a través de retos y castigos.

⁹. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de Paternidad activa para padres*. UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ 1/2

La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse amado y protegido¹⁰

- ◆ Juegue con frecuencia y proporcione enseñanzas en lo social y lo emocional. Por ejemplo a respetar su turno para usar un juego en la plaza, a decir cómo se siente si un niño/a le quita un juguete, a expresar sus emociones.
- ◆ Describa y refleje los sentimientos de su niño/a, incluidos los sentimientos negativos.
- ◆ Estructure el día de su niño/a con una rutina previsible para las mañanas, las siestas, las comidas y la hora de acostarse.
- ◆ Establezca límites claros cuando sea necesario para mantener a su niño/a seguro/a.
- ◆ Ayude a su niño/a a prepararse para las transiciones o los cambios de rutina.
- ◆ Cuente con una rutina previsible cuando deje a su niño/a con otras personas o en el jardín, y para el reencuentro posterior.
- ◆ Ofrezca diferentes opciones a su niño/a cuando sea posible para promover su autonomía. Por ejemplo en qué ropa ponerse o con cual juguete jugar.
- ◆ Exprese su amor frecuentemente y dígame a su niño/a lo especial que es.
- ◆ Dele a su niño/a atención y elogie su comportamiento positivo.
- ◆ Reoriente el comportamiento negativo de su niño/a.
- ◆ Permita la independencia a su niño/a cuando sea posible.
- ◆ Ayude a su niño/a explorar mientras que le ofrece el apoyo adecuado.
- ◆ Ignore los berrinches o rabietas y dele su atención tan pronto como éste cese.

Sobre elogiar a su niño/a

- ◆ Elogie con sonrisas, contacto visual y entusiasmo.
- ◆ Ofrezca elogios positivos.
- ◆ Ofrezca caricias, abrazos y besos junto con el elogio.
- ◆ Utilice el elogio frecuentemente.
- ◆ Descubra a su niño/a portándose bien, no guarde sus elogios para el comportamiento perfecto.
- ◆ No se preocupe de malcriar a sus niños con elogios.
- ◆ Modele cómo elogiarse a sí mismo.
- ◆ Ofrezca elogios descriptivos y específicos para las conductas que desea ver más.
- ◆ Asegúrese de que el elogio sea contingente (cercano) con el comportamiento que debe ser elogiado.
- ◆ Elogie delante de otras personas.
- ◆ Recuerde que los elogios van construyendo una autoestima saludable >>

¹⁰. Webster-Stratton, C. (1992), *Los años increíbles. Guía de resolución de problemas para padres con niños de 2 a 8 años*.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ 2/2

La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse amado y protegido

Sobre el establecimiento de límites

- ✦ No de órdenes innecesarias.
- ✦ De una sola orden a la vez.
- ✦ Sea realista en sus expectativas y utilice el lenguaje apropiado de acuerdo a la edad del niño/a.
- ✦ Limite el uso de las órdenes "alto" o "no". Por ejemplo, en vez de decir "No saltes arriba del sofá", puede decir "No saltamos en el sofá, podemos hacerlo en el patio".
- ✦ Dé a los/as niños/as suficiente tiempo para obedecer.
- ✦ Dé avisos y recordatorios útiles.
- ✦ No amenace a los/as niños/as.
- ✦ Ofrezca opciones a los/as niños/as siempre que le sea posible.
- ✦ Dé órdenes cortas y directas.
- ✦ Coordine las órdenes con su pareja.
- ✦ Felicite el cumplimiento de las órdenes o imponga consecuencias por su incumplimiento. Estas consecuencias deben ser razonables, realistas y fácilmente realizables. La idea es ayudar al/la niño/a a que reflexione sobre sus actos.

Criando con buen trato

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Establecer formas respetuosas y afectuosas para relacionarse y educar a hijos e hijas.
- ◆ Valorar la importancia de entender a hijos e hijas, de comprender sus conductas y sentimientos, de reconocer sus formas de expresión y desarrollo.
- ◆ Aprender a reconocer formas positivas y negativas de disciplina y crianza con sus hijas/os.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas de papel para cada participante.
- ◆ Bolígrafos para cada participante.
- ◆ Video animado: Érase una vez otra familia (21 minutos) disponible en DVD o en este link: <https://youtu.be/YtZzHUW13-s>
- ◆ Preguntas de apoyo.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- ◆ Prepara computadora, proyector u otro medio para pasar el video animado “Érase una vez otra familia”, y dispón una pared o pantalla para verlo.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “¿Por qué se debe evitar educar a través del castigo físico?” y la hoja de apoyo para el papá “Buen trato en la paternidad”. Una copia por participante.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior respecto a incorporar acciones de disciplina positiva en sus prácticas de crianza. Luego pregunta si alguien intentó hacer algún cambio, qué les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron y por qué creen que les cuesta hacerlo. Retroalimenta y celebra cada intento por pequeño que sea, no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no lo haya intentado o no le haya resultado; al contrario, anímalos a seguir pensando e intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Criando con buen trato”, que seguiremos conversando acerca de la necesidad de criar y educar sin violencia, con buen trato.

2

Video: *Érase una vez una familia*

⌚ 25 min

- 2.1** Para comenzar creando un clima más relajado puedes hacer algunas de las actividades para romper el hielo disponibles en la página 54.
- 2.2** Dispón las sillas en forma de U de modo que todos puedan ver y escuchar cómodamente la proyección del video.
- 2.3** Pasa el video “Érase una vez otra familia”.

3

Analizando el video *Érase una vez una familia*

⌚ 40 min

- 3.1** Invita a los participantes a formar un círculo.
- 3.2** Inicia un debate para compartir en grupo sus impresiones de las situaciones vistas en el video a partir de las siguientes preguntas de apoyo. En primera instancia privilegia principalmente que los participantes compartan lo que sintieron (antes que el análisis) al ver las situaciones que se presentan en la familia del video.

¿Qué sintieron al ver el video?

- ◆ ¿Qué situaciones les llamaron más la atención?
- ◆ ¿Cómo definirían la relación que los padres de esa familia tenían con sus hijos e hija en los primeros minutos del video? (Pídeles que cuenten ejemplos de ello) ¿Por qué creen que actuaban de esa manera con sus hijos e hija?
- ◆ ¿Por qué piensan que esos padres castigaban a sus hijos e hija? (Explorar los motivos que tenían los padres) ¿Por qué lo hacían de esa manera? (Explorar la influencia de los modelos y experiencias de la propia crianza) ¿Qué resultados tenían esos castigos? (Explorar qué efectos producen en los adultos y en los niños y la niña.)
- ◆ Explica que muchas veces los padres educan a sus hijos tal y como los educaron a ellos. Durante mucho tiempo los castigos fueron considerados aceptables como método de educación. Hoy eso está cambiando. Se sabe que los castigos y la vio-

lencia no son una buena forma de educar y que dejan secuelas importantes en los hijos (vergüenza, baja autoestima o sentimientos de inferioridad y falta de confianza para enfrentarse a nuevas tareas).

- ◆ ¿Cómo creen que se sentían los hijos y la hija cuando eran castigados?
- ◆ ¿Qué castigos vistos en el video consideran que son una forma de maltrato hacia los hijos/as?
- ◆ Explica que los castigos físicos, los gritos, las amenazas y los insultos hacia niñas y niños no son formas de educación. Comenta también que los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños generan daño y afectan el desarrollo de las/os hijas/os. El mejor ambiente para desarrollarse como hija/o es uno de buen trato, libre de cualquier forma de violencia.
- ◆ ¿Qué cosas cambian el papá y la mamá de esa familia hacia sus hijos e hija en los últimos minutos del video? (Explorar formas de educación positiva, sin uso de violencia) ¿Por qué creen que deciden cambiar?
- ◆ En la escena en la que el padre reprende al hijo que casi es atropellado, ¿cómo se sintió el hijo ante las palabras del padre? ¿Y ante las risas de los otros niños? ¿Qué significa que el hijo se achicaba? (la violencia le hace sentir miedo o humillación)
- ◆ En la escena de la niña que mancha la cama y la pared, ¿cómo creen que se sintió la madre?
- ◆ En la escena en la que el padre le lanza la pelota al hijo adolescente y este se achica, ¿cómo creen que se sintió el adolescente? ¿Qué le ocurre al padre cuando la madre le dice que no lo haga?
- ◆ Acerca del padre que recuerda cómo en su infancia su propio padre lo golpeaba con un cinturón incluso cuando su madre le decía que no lo hiciera ¿por qué no escuchaba lo que planteaba la madre?
- ◆ En la escena del desayuno, ¿cómo se siente el hijo? ¿Qué representa que se achique? (la violencia le hace sentir miedo o humillación)
- ◆ ¿Cómo ven que se siente la niña camino a la escuela? ¿Qué representa que se convierta en bolso o cartera? (se siente disminuida, afectada, no considerada) ¿Qué ocurre cuando la madre recapacita y le da un beso?
- ◆ ¿Cómo ven que se siente el joven cuando es reprendido (injustamente y frente a sus amigos) por su padre mientras juega con los amigos en la calle?
- ◆ En la escena en la que casi atropellan a los dos niños, el niño varón quiere decir algo y no lo escuchan. ¿Cómo se habrá sentido? ¿Los niños suelen ser escuchados?
- ◆ ¿Cómo se siente la niña cuando su dibujo es ignorado, cuando no se le presta atención?
- ◆ Explica que para educar de forma efectiva a niños y niñas es adecuado aplicar una disciplina positiva que trabaje a partir del principio de que los niños aprenden mejor a través de la cooperación, el entendimiento y las recompensas, y no con la disciplina aplicada a través de castigos.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Ten en cuenta que pueden ser muchas preguntas. No debes necesariamente hacerlas todas. Adminístralas con el objetivo de generar una conexión con el video y la reflexión sobre el uso de castigos en él. No satures preguntando rápidamente y prima la conversación, los comentarios y la reflexión de los participantes sobre lo que vieron, lo que pensaron y lo que sintieron.

- 3.3** Una vez que se analiza la relación del padre y la madre con sus hijos e hija en la historia del video dirige la conversación a lo que sucede en las familias de los participantes. Utiliza las siguientes preguntas de apoyo.
- ◆ ¿Qué situaciones presentadas en el video han sucedido alguna vez en sus familias de origen?
 - ◆ Explica que es muy importante reflexionar sobre las prácticas de crianza de nuestra familia de origen y de nuestra familia actual para repetir las buenas prácticas y evitar los errores. También es muy importante reflexionar sobre las formas negativas de crianza o disciplina que existen en la sociedad tales como el maltrato, los gritos, los castigos físicos, los castigos humillantes o la violencia.
 - ◆ ¿Se sintieron ustedes identificados con los hijos del video en alguna escena?
 - ◆ ¿Qué situaciones presentadas en el video han sucedido alguna vez en sus familias actuales?
 - ◆ ¿Se sintieron identificados con el padre o la madre del video?
 - ◆ ¿Algunas de las reacciones del papá y la mamá de la historia les han ocurrido a ustedes como papás?
 - ◆ ¿Cómo creen que se han sentido sus hijos/as si ustedes los han castigado de manera similar a la que aparece en el video? ¿Qué consecuencias tiene el maltrato en la vida de los niños y niñas?
 - ◆ Explica que si queremos educar es necesario pensar siempre en cómo son nuestros hijos e hijas, qué edad tienen, qué es lo que comprenden y qué es lo que sienten. Tenemos que ser conscientes de que ellos están creciendo como personas y que la manera en la que actuemos con ellos repercutirá en su forma de ser y de sentir. Los hijos se desarrollan mejor en un ambiente libre de agresividad, violencia o castigos físicos y humillantes.
 - ◆ ¿Qué representa la bomba? ¿A veces explotan de rabia o enojo como ocurre en el video? ¿Qué cosas les ayudan a ustedes a apagar la mecha antes de explotar? (respirar hondo, salir de la escena, salir de casa, hacer deporte, expresar como se sienten, trabajar, etc.) ¿Cómo lo manejan?
 - ◆ ¿Podrían ustedes hacer algún cambio en la manera en la que tratan a sus hijos/as tal y como lo hicieron el papá y la mamá de la historia?

4

Hoja de Trabajo 1

⌚ 10 min

- ♦ ¿Qué cosas cambiarían? ¿Cómo lo harían?
- ♦ ¿Qué funciona mejor como método para educar a las/os hijas/os: los castigos o los refuerzos positivos que se ven al final del video?
- ♦ Explica que el mejor modo de educación es educar con el ejemplo y dar refuerzos positivos, es decir estimular, elogiar, felicitar a los hijos/as cuando se comportan como uno espera. Ej. Lo hiciste muy bien, te felicito, así se hace, lo lograste, eres muy hábil, eres muy inteligente, etc.
- ♦ Explica que es muy importante conversar con la pareja sobre cómo están criando juntos a sus hijos/as y las formas de poner reglas claras, con firmeza, pero sin violencia.

- 4.1** Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “¿Por qué se debe evitar educar a través del castigo físico?”
- 4.2** Lee al grupo en voz alta la hoja de trabajo y pregunta qué les parece lo que esta plantea y si tienen comentarios o dudas.

5

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 5.1** Invita a los participantes a reflexionar en algo que les gustaría cambiar en la manera en la que se relacionan con sus hijas/os, especialmente en su forma de reaccionar cuando estos hacen algo que no les gusta o les parece incorrecto o inadecuado como padres. Invítalos a dejar de hacer algo que repiten de la crianza en su familia de origen que no les parece un buen comportamiento y no genera un efecto positivo en ellos ni en los niños/as, o bien algo que ellos hacen por costumbre pero no les parece lo más adecuado.
- 5.2** Pide a cada uno que comparta el compromiso que se propone implementar esta semana después de lo revisado en la sesión de hoy.
- 5.3** Invita a los participantes a anotar en un papel, en una palabra o frase, su compromiso de paternidad para esta semana y lo peguen en “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- 5.4** Invita al grupo a conversar durante la semana con su pareja todo lo revisado en la sesión de hoy, lo que se llevaron de esta reflexión, aquello de lo que se dieron cuenta y lo que les gustaría cambiar en su forma de comportarse con sus hijos/as.

NOTAS

6

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 6.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza generado por el grupo. Agradece la confianza y la participación de cada uno y comenta que lo compartido hoy nos une como grupo.
- 6.2** Invita a compartir aquello que aprendieron o aquello de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 6.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionado, conectado, entusiasmado, pensativo, etc.).
- 6.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5** Entrega a cada participante la hoja de apoyo para el papá “Buen trato en la paternidad” e invítalos a debatirla junto a su pareja en casa.
- 6.6** Invítales a seguir pensando en lo compartido el día de hoy, a conversarlo con su pareja y a hacer el compromiso de la semana.
- 6.7** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animálos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ Lo que ocurre en el video son escenas cotidianas que pueden haber ocurrido en nuestra familia de origen o que pueden ocurrir en nuestra familia actual.
- ◆ A veces los adultos reaccionan con sus hijos e hijas de manera instintiva, agresiva y violenta, repitiendo modelos que recibieron en su niñez y en su entorno. Es importante revisar esas formas en un marco de buen trato.
- ◆ Cualquier padre y madre puede aprender mejores formas de educar y disciplinar a sus hijas e hijos. Para hacerlo, hay que considerar su edad y cómo ellos sienten las cosas, cómo van recibiendo nuestras indicaciones y enseñanzas como papá y mamá.
- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños no son formas de educación ni reparación.
- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños generan daño y resentimiento y afectan el desarrollo de las/os hijas/os. El mejor ambiente para desarrollarse como hija/o es uno de buen trato, libre de cualquier forma de violencia.
- ◆ Para educar de forma efectiva a niños y niñas, lo adecuado es aplicar una disciplina positiva que trabaje a partir del principio de que los niños aprenden de mejor forma a través de la cooperación, el entendimiento y las recompensas, y no a través de castigos.



HOJA DE TRABAJO

¿Por qué se debe evitar educar a través de castigo físico?¹¹

- ◆ Muchos padres han sufrido violencia durante su infancia y la perciben como algo normal. Algunos suelen decir: "Si me crié con castigos físicos y crecí bien y sano, ¿cómo puede ser malo dar un buen azote a mis hijos cuando hacen algo mal?"
- ◆ Si bien algunas personas pueden crecer de forma saludable a pesar de haber recibido violencia de niños o niñas, debido a que desarrollaron habilidades durante toda su vida, se sabe que la violencia en la infancia genera daños sociales, emocionales y psicológicos.
- ◆ Distintas investigaciones sobre el tema concluyen que "ningún estudio ha demostrado que el castigo físico tenga un efecto positivo y la mayoría de los estudios encontró efectos adversos".
- ◆ Un niño/a que es castigado violentamente por hacer algo malo o incorrecto puede dejar de hacerlo momentáneamente por temor o por miedo a ser castigado nuevamente, pero no porque comprenda que lo que hizo podría tener consecuencias perjudiciales para alguien.
- ◆ Una educación basada en la violencia física (por ejemplo, chicotazos) como forma de disciplina no construye aprendizajes significativos, genera malestar y heridas psicológicas y promueve la reproducción, como adultos, de un modelo violento para enfrentar situaciones de conflicto.
- ◆ Los niños/as necesitan límites para crecer de forma saludable. Los límites pueden ser establecidos sin el uso de la violencia, a través de normas y acuerdos apropiados para cada grupo de edad, y basados en el afecto, la negociación, la consistencia y la flexibilidad.
- ◆ Los modelos de educación positiva, sin el uso de violencia, generan una relación de confianza y acercamiento entre los niños y las niñas y sus cuidadores, mejora sus aprendizajes significativos y duraderos y modela relaciones más democráticas y saludables para la vida adulta.

11. Programa P - Manual para o exercício da paternidade e do cuidado. Promundo, CulturaSalud e REDMAS (2015). Rio de Janeiro, Brasil y Washington, D.C. USA.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ

Buen trato en la paternidad¹²

- ◆ La mayor parte del maltrato infantil es ejercido por sus cuidadores principales.
- ◆ El buen trato o la crianza respetuosa es una condición clave para el desarrollo de los niños y las niñas.
- ◆ Evita cualquier situación de violencia con los hijos/as, con la madre u otros familiares del hogar.
- ◆ Recuerda que recurrir a castigos físicos u otras formas de violencia jamás se justifica como método de enseñanza.
- ◆ Son formas de violencia intrafamiliar: la violencia física (chicotazos, cachetadas, golpes, patadas, combos, coscorriones, tirar del pelo o las patillas...), la violencia psicológica y verbal (insultos, garabatos, descalificaciones, humillaciones, amenazas, comparaciones que menoscaban, encierros...), la violencia sexual...
- ◆ Cuida la relación con la madre de tu hija/o y resuelvan los conflictos pacíficamente.
- ◆ Cuida tu salud mental, la carga de trabajo y de estrés y ten conductas de autocuidado.
- ◆ Pide ayuda a tu red familiar, de amigos o a algún especialista en el centro de salud cuando te sientas sobrepasado o en riesgo de practicar malos tratos.

12. Aguayo, F. y Kimelman, E., (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF/CulturaSalud/EME/Hogar de Cristo.

Resolviendo conflictos en pareja

DURACIÓN

110 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Identificar y reconocer de qué modo enfrentamos y resolvemos los conflictos en la vida cotidiana de pareja y las consecuencias que ello genera.
- ◆ Aprender cómo resolver los conflictos cotidianos en la familia mediante la comprensión, el dialogo y el buen trato, identificando también las herramientas para hacerlo.
- ◆ Fortalecer habilidades de comunicación, análisis y diálogo en las situaciones de conflicto de pareja



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcadores para el/la facilitador/a.
- ◆ Hojas y bolígrafo para cada participante.
- ◆ Pizarra.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la hoja de trabajo “Preguntas sobre resolución de conflictos” y de la hoja de trabajo “Enemigos de la resolución de conflictos en la pareja”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de apoyo para el papá.
- ◆ Pega en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad, calidez y entusiasmo. Llámalos por su nombre.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior respecto en la manera en la que se relacionan con sus hijas/os, especialmente en su forma de reaccionar cuando estos hacen algo que no les gusta o les parece incorrecto o inadecuado como padres. Luego pregunta si alguien intentó hacer algún cambio, que les pasó y cómo les resultó. Si nadie se manifestara pregunta si lo reflexionaron, si piensan que es posible cambiar las formas de reaccionar que son negativas y dañinas para ellos y sus hijos e hijas, y cómo podrían ayudarse para hacerlo. Retroalimenta y celebra cada intento por pequeño que sea, no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no lo haya intentado o no le haya resultado; al contrario, animalos a seguir pensando e intentando
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión ocho, “Resolviendo conflictos en pareja”, que conversaremos sobre las dificultades, discusiones y conflictos que pueden suceder en las parejas y la manera de enfrentarlos.

2

Analizando una situación de conflicto en la vida cotidiana

⌚ 10 min

- 2.1** Reparte a cada participante una hoja y lápiz para un trabajo individual.
- 2.2** Pide a los participantes que piensen en algún problema o conflicto que hayan tenido con su pareja (discusiones, peleas, enojos, reclamos, etc.) en torno a la crianza o a otro tema y que se pueda compartir después con el grupo. Dale tres minutos para identificar la situación. Pregunta si ya todos encontraron una situación y diles que si alguno no encontró una, que no se preocupe porque podrá participar en la actividad igualmente.
- 2.3** Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Preguntas sobre resolución de conflictos de pareja”.
- 2.4** Lee la hoja de trabajo a los participantes.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Si alguien no quiere compartir o no encuentra una situación para compartir no lo obligues y pídele que participe escuchando a los demás.

2.5 Pídeles que escriban (o dibujen, o respondan mentalmente) en el papel las respuestas a estas preguntas. Coméntales que la hoja es para ellos, que luego compartirán con el grupo, únicamente, lo que deseen.

3

Compartiendo en subgrupos

© 20 min

- 3.1 Divide a los participantes en subgrupos de tres personas como máximo.
- 3.2 Pide que, en primer lugar, compartan con los miembros de su subgrupo las situaciones de conflicto que cada uno escribió. Que lean su título y luego comenten lo más importante (tres minutos por persona, nueve minutos en total).
- 3.3 Una vez que todos hayan compartido su situación de conflicto con el subgrupo, pide a los participantes que inventen una historia para representar utilizando los elementos que surgieron en la conversación. Pueden tomar una de las historias que les hayan interesado a todos, pueden mezclar elementos de varias de las historias y pueden hacer los agregados que les parezcan necesarios. Avísales que representarán la historia que creen frente a todo el grupo a través de un sociodrama, una dramatización o un juego de roles.
- 3.4 Indica a los participantes que tienen 10 minutos para preparar la dramatización: que pongan un nombre o título a su historia y que pueden ensayar. Circula por los subgrupos para ver cómo van avanzando y asegurarte de que se ajustan al tiempo (puedes extenderlo hasta 15 minutos si fuera necesario).

4

Sociodrama (dramatización o escenificación)

© 15 min

- 4.1 Dispón una zona de la sala como escenario y a los participantes como público (puede ser en círculo o media luna).
- 4.2 Pide a cada grupo que represente su escena frente al resto. Explica que tienen cinco minutos para representarla.
- 4.3 Invita a todos los participantes a escuchar con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas; que todas son importantes porque son una creación colectiva.
- 4.4 Pide a los participantes que antes de representar su escena mencionen el título de la historia. Escribe en la pizarra o el papelógrafo los títulos de las historias.
- 4.5 Marca el comienzo de cada sociodrama preguntando si están listos. Asegúrate de que hablen fuerte y de que todos estén escuchando.

5

Compartir en plenario

© 20-30 min

- 5.1 Una vez que todos los grupos hayan terminado de representar las escenificaciones, invita a los participantes a sentarse en un círculo en plenario.
- 5.2 En primer lugar, invita a los participantes a compartir cómo se sintieron, tanto en el rol de actores interpretando su personaje, como desde el público al observar las otras historias. Explícales que ahora se trata de compartir lo que sintieron, no lo que piensan (no hay que hacer un análisis). Si alguien no está hablando desde lo emocional, recuérdale que la idea es compartir lo que sintieron. Desde lo emocional pueden surgir conexiones con alguna experiencia o recuerdos de su biografía lo cual es deseable en este momento. Pregúntales:
 - ◆ ¿Cómo se sintieron en su personaje al interpretar la historia?
 - ◆ ¿Cómo se sintieron desde el público al observar las historias?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Si los participantes comparten escenas o situaciones de su vida en la infancia o de su vida actual intérsate por lo que están compartiendo, permite que lo expliquen y luego agrádeceles lo que han compartido con el grupo.

- 5.3** Después de que todos hayan podido expresar cómo se sintieron, ya sea actuando u observando, invítalos a un segundo momento de compartir, en esta ocasión desde lo que piensan, acerca de lo que se vio en las escenas o de los temas representados. Utiliza las siguientes preguntas.
- ◆ Nota para el facilitador: si la conversación se extiende no necesitas hacer todas las preguntas
 - ◆ ¿Qué tipos de problemas aparecen en los conflictos representados? ¿Hay otros tipos de conflictos que se produzcan comúnmente además de los que hemos visto?
 - ◆ ¿Qué es lo que motiva o causa habitualmente los conflictos de pareja?
 - ◆ ¿Cómo afectan estos conflictos a los hijos o hijas?
 - ◆ ¿Cómo hacen ustedes usualmente para resolver los conflictos con su pareja? ¿Les resulta fácil o difícil llegar a un acuerdo o solución de los problemas?
- 5.4** Explica que los conflictos en la pareja -acerca de la crianza u otros temas- son normales. Sin embargo, la agresividad o la violencia no son normales. Son reacciones que hacen daño a la pareja y a los/as hijos/as.
- ◆ ¿Qué hacen cuando los conflictos les dan rabia o enojo?
 - ◆ ¿Creen que el machismo influye en cómo se dan los conflictos por la crianza?
 - ◆ ¿Qué actitudes o creencias dificultan la resolución de conflictos? (Por ejemplo.: enojo, descalificación, no escuchar, trivializar, minimizar, culpabilizar...).
 - ◆ ¿Qué actitudes o creencias facilitan la resolución de conflictos? (Por ejemplo.: escuchar, darse tiempo para calmarse, poner humor sin trivializar, darse tiempo para conversar y buscar juntos soluciones...)
 - ◆ ¿Qué estrategias ayudan a resolver positivamente los conflictos? ¿Qué les ha dado resultado para ello?
- 5.5** Explica que generar mecanismos apropiados para abordar conflictos ayuda a resolverlos: conversarlos prontamente; darse tiempo para manifestar lo que se siente sobre ello; decir “tengo rabia” o “me molesta”, sin agredir; esperar a calmarse para conversar; escucharse con atención; respetar y valorar la opinión de la pareja; no ser machista...
- ◆ ¿Alguno quiere compartir alguna experiencia que le ha dado resultado para resolver un conflicto?

6

Enemigos de la Resolución de Conflictos en la Pareja

⌚ 10 min

- 6.1 Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Enemigos de la resolución de conflictos en la pareja”.
- 6.2 Lee en voz alta esta hoja de trabajo.
- 6.3 Pregunta al grupo qué les parecen estos “enemigos”, cómo pueden enfrentarlos y si les ha ocurrido alguno de ellos.

7

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

- 7.1 Invita a los participantes a conversar con su pareja, durante la semana, sobre algún conflicto que se presente o que hayan tenido recientemente, intentando compartir cómo se sienten y escuchar a su pareja, esforzándose en entender cómo ve ella la situación, sin imponer el propio punto de vista, y compartiendo lo que sienten y piensan. Esta es una propuesta para hacer junto a la pareja siempre y cuando no haya agresiones, mucha rabia o violencia. En este caso habrá que abandonar el ejercicio. El tema del manejo de la rabia se trabajará en la próxima sesión.
- 7.2 Invítalos a escribir un compromiso que tenga que ver con enfrentar los conflictos con su pareja de manera diferente a la habitual (conversar más, preguntar su opinión, expresar emociones de manera serena, etc.) respecto a conflictos sobre el trato mutuo, la crianza o con las tareas del hogar.
- 7.3 Invita a los participantes a pegar sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como papás” puesto en la pared.



8

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 8.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza que el grupo ha generado.
- 8.2** Invita a los participantes a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 8.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Pueden utilizar una sola palabra o más (conectado, motivado, sensibilizado, etc.).
- 8.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 8.5** Entrega a cada participante una copia de la hoja de apoyo para el papá que, en esta ocasión, es para su lectura personal durante la semana.
- 8.6** Invítalos a seguir pensando en lo visto en el día de hoy, a conversarlo con su pareja en casa, a implementar/realizar/cumplir el compromiso de la semana.
- 8.7** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animálos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ En los conflictos de pareja es clave escucharse mutuamente intentando entender el punto de vista del otro/a.
- ◆ Los conflictos en la pareja (acerca de la crianza u otros temas) son normales. Sin embargo, la agresividad o la violencia no son normales: son reacciones que hacen daño a la pareja y a los/as hijos/as.
- ◆ No es bueno que haya conflictos crónicos o permanentes que queden sin resolver.
- ◆ Es muy importante que cuando una pareja tiene una diferencia o situación que les genera tensión, rabia, enojo, bronca o sentimientos negativos hacia el otro, puedan conversar acerca del conflicto buscando soluciones y que la tensión no permanezca alta por mucho tiempo.
- ◆ Es vital que los conflictos no escalen a formas de agresividad o violencia.
- ◆ Generar mecanismos apropiados para abordar conflictos ayuda a resolverlos: conversarlos prontamente; darse tiempo para manifestar lo que se siente sobre ello; decir “tengo rabia” o “me molesta”, sin agredir; esperar a calmarse para conversar; escucharse con atención; respetar y valorar la opinión de la pareja y no ser machista.

NOTAS



HOJA DE TRABAJO

Preguntas sobre resolución de conflictos

Elige un conflicto de pareja reciente o no reciente. Responde estas preguntas escribiendo, dibujando o mentalmente.

- ◆ ¿Cuál fue el tema central del conflicto?
- ◆ ¿Qué fue lo que causó el conflicto?
- ◆ ¿Qué título le pondrías a esta situación?
- ◆ ¿Se resolvió? (Fue resuelto totalmente, quedó a medias, quedaron cosas pendientes, no se volvió a conversar, el conflicto sigue, etc.)
- ◆ ¿Cómo se sintieron ustedes con este conflicto?
- ◆ ¿Cómo se sintieron sus parejas con este conflicto?
- ◆ ¿Cómo afectó a sus hijas/os (si es que por la edad de ellos/as aplica esta pregunta)? Piensen cómo este conflicto afectó a sus hijas/os independientemente de que hayan estado presentes durante el conflicto o no.
- ◆ ¿Qué nombre le pondrían a esta situación? (Por ejemplo: dilema, tensión, molestia...)



HOJA DE TRABAJO

“Enemigos” de la resolución de conflictos en la pareja

- ✦ No enfrentar los conflictos a tiempo y dejar que se agraven.
- ✦ Responder o reaccionar con agresividad y/o con violencia.
- ✦ Intentar controlar a la pareja.
- ✦ No escuchar a la pareja.
- ✦ Descalificar a la pareja.
- ✦ No hacer el esfuerzo por comprender el punto de vista, ideas o sentimientos de la pareja.
- ✦ No expresar claramente y de buena manera lo que se siente y/o piensa.
- ✦ Imponer mi opinión.
- ✦ Hacer uso del poder y el machismo.



Cuida la relación con la madre de tu hija/o¹³

Cuida la relación con la madre de tu hija/o

- ◆ Una buena relación con la madre de tu hija/o es un pilar de la paternidad. Cuida esa relación, vivas o no vivas con la madre de tu hija/o, seas o no su pareja.
- ◆ En aquellas parejas que tienen menos conflictos hay una mayor participación del padre, mientras que en parejas con más conflictos tiende a darse una paternidad menos implicada.
- ◆ Es positivo que las parejas y ex parejas aprendan a negociar las decisiones y acuerdos de crianza de sus hijos/as.
- ◆ Coordínate con la madre para que tu hijo/a tenga las mejores condiciones para su desarrollo. Acuerda y distribuye con ella horarios y tareas de cuidado. No se desautoricen ni se descalifiquen mutuamente frente a los hijos.

¿Qué puedes hacer en caso de conflictos con la madre?

- ◆ En caso de que tengas diferencias, discusiones o peleas con la madre de tu hijo/a preocúpate de no hacerlo frente a ellos. Es importante que ambos lo afronten sin producirle conflictos o daños al niño o la niña.
- ◆ La exposición de los hijos/as a un alto nivel de conflicto o violencia entre los padres –vivan juntos o separados– tiene un impacto negativo en su vida.
- ◆ Discutir o negociar con la madre de tu hijo/a no es lo mismo que agredirse o llegar a la violencia.
- ◆ Si hubiera mucha tensión en la relación en-

tre padre y madre procuren buscar estrategias para rebajar esa tirantez y para resolver pacíficamente los conflictos.

- ◆ Si discutes fuertemente con la madre no se agredan nunca. Si la tensión sube mucho y se ponen en riesgo de agresión o violencia (física, psicológica, verbal u otra) es mejor retirarse de la escena y conversar en otro momento.
- ◆ Las parejas o padres con alto nivel de conflicto requieren, en algunas ocasiones, buscar apoyo para mediar y resolver sus problemas, evitando que las tensiones de pareja afecten la relación de ellos con los hijos/as y su cuidado. En ese caso es recomendable buscar el apoyo de familiares y/o amigos o con especialistas en salud mental del centro de salud.
- ◆ Los/as hijos/as no deben ser puestos en medio de los conflictos o tensiones entre los padres y tampoco se les debe hacer tomar partido por uno u otro.
- ◆ Si tu hijo/a ha sido testigo de violencia o de una pelea fuerte entre padre y madre, debe explicársele lo que ha sucedido; contenerlo/la emocionalmente; vigilar si queda afectado/a y si es así por cuántos días, y evaluar una eventual consulta con un especialista en salud mental infantil.
- ◆ En el caso de una separación, hay que afrontar el desafío de tener una buena relación con la madre de tu hijo/a, sin alto grado de conflicto, sin agresiones, sin poner a los/las hijos/as en contra del otro y negociando temas fundamentales, tales como la provisión económica, la tuición o custodia, la crianza, etc.

13. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF/ CulturaSalud/EME/Hogar de Cristo.



Collage de la violencia en la familia

DURACIÓN

100 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Aprender a identificar distintas formas de violencia íntima en la familia, tanto de pareja como contra las niñas y niños, y compartir experiencias al respecto en la historia de vida.
- ◆ Entender las consecuencias que tiene la violencia íntima de pareja y contra los niños y niñas, especialmente en la salud física y mental de las mujeres que la sufren y en el desarrollo de los niños.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Cuatro papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador de pizarra para el/la facilitador/a.
- ◆ Cuatro hojas tamaño carta para cada participante.
- ◆ Lápices de tinta para cada participante.
- ◆ Revistas y diarios para recortar.
- ◆ Tijeras.
- ◆ Pegamento.
- ◆ Preguntas de apoyo.
- ◆ Hoja de trabajo “Violencias en la familia”.
- ◆ Hoja de apoyo “Métodos para manejar el enojo”

Prepara antes de la sesión

- ◆ Fotocopia la hoja de trabajo “Violencias en las familias” para cada participante
- ◆ Fotocopia la hoja de apoyo para el papá.
- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- ◆ Pega en la pared tres papelógrafos con el título “El collage de las violencias en las familias”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad, calidez y entusiasmo. Llámalos por su nombre.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Pregunta si alguno tuvo algún conflicto con su pareja y cómo lo enfrentó, si intentó abordarlo según lo conversado la sesión anterior. Aprovecha para reforzar los mensajes al respecto. Retroalimenta cada opinión e intento de los participantes, no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no lo haya hecho o no le haya resultado. Al contrario, ánimalos a seguir intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión nueve “Collage de la violencia en la Familia”, que conversaremos acerca de la violencia en las parejas de El Alto, sus consecuencias y la necesidad de prevenirlas y evitarlas.

2

Revisando las violencias en las familias

⌚ 20 min

- 2.1** Explica al grupo que casi no existen espacios sociales para conversar sobre aquellas situaciones en las cuales vivimos alguna forma de violencia. Tampoco suele haber instancias en la que conversar acerca de los sentimientos que nos provocaron aquellas situaciones; ni espacios para reflexionar sobre las situaciones en las que hemos ejercido violencia contra otras/os.
- 2.2** Enfatiza que el objetivo de la primera actividad es poder hablar, escucharnos y compartir experiencias sobre la violencia familiar. Diles que después de varias sesiones compartidas juntos podemos conversar sobre esto. Invita a que los participantes compartan estas experiencias con honestidad y profundidad, y recuerda que todo lo conversado dentro del grupo es confidencial. Por ende, fuera del grupo no se debe hablar de la experiencia que otro compañero haya compartido en la sesión.
- 2.3** Entrega a cada participante, fotocopiada o impresa, la hoja de trabajo “Violencia en las familias”. Explica que queremos invitarles a pensar sobre aquellas formas de violencia que hayan vivido durante su infancia dentro de su familia. También podemos pensar sobre la violencia que existe en las familias de El Alto.
- 2.4** Comenta que cuando hablamos de violencia familiar nos referimos a diferentes formas posibles de violencia, como la agresión física y corporal (golpes, chicotazos, bofetadas) y la violencia psicológica (amenazas, insultos, controles, humillaciones) entre otras.
- 2.5** Explica el ejercicio que van a realizar. Pide que primero escriban o dibujen en las hojas alguna experiencia de violencia que hayan visto o vivido en su familia de origen y los sentimientos que esa experiencia les generó. A continuación, solicítales que escriban o dibujen acciones de violencia que se viven en las familias de El Alto en la actualidad. Comenta que no es necesario escribir o dibujar con mucho detalle, basta con una idea o una frase. Lo anotado y/o dibujado por cada uno será luego puesto en los papelógrafos y compartido con el grupo. Recuerda decir que lo que se coloque y converse quedará en el grupo.

3

Collage de las violencias en las familias

© 20 min

- 3.1 Una vez que los participantes hayan terminado de escribir o dibujar sus experiencias en los papeles, pide que cada uno, por turno, pegue sus hojas en el papelógrafo “El collage de las violencias en las familias”.
- 3.2 Pide que se sienten en plenario y que compartan verbalmente algo de lo que anotaron o dibujaron, por ejemplo, alguna experiencia o cómo se sintieron en ese momento. Da la palabra, por orden, a los que quieran contar lo que anotaron o dibujaron. No presiones para que todos hablen, pero sí pide a todos que escuchen atentamente a los compañeros.
- 3.3 Agradece a cada participante el haber compartido sus experiencias sobre estos temas, que son sensibles, y felicita al grupo por su capacidad de escuchar atentamente.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

- ◆ Si algún participante se conecta con alguna experiencia dolorosa puedes sugerir al grupo que lo apoye. Puedes sentarte a su lado y preguntar si quiere compartir ese recuerdo sin presionarlo. Lo más importante es que le muestres tu afecto y preocupación por cómo se siente. Al final de la sesión quédate un rato acompañando a la persona y pregúntale como está. En la sesión siguiente pregúntale como estuvo después de la sesión y durante la semana.
- ◆ Si se tratara de una experiencia que requiera de apoyo especializado, como una experiencia de abuso, convérsalo con tu supervisor/a y con tu equipo, ya que pueden referirlo al centro de salud u otra institución para una consulta especializada (consejería, psicológica, psiquiátrica).
- ◆ Si observas una situación de riesgo grave de violencia actual, en la que la integridad de algún miembro de una de las familias esté en peligro, infórmalo y convérsalo inmediatamente después de la sesión con tu supervisor/a y equipo.
- ◆ Si algún participante se pone muy tenso se le puede decir que se tome un tiempo para calmarse y preguntar si quiere compartir con el grupo cómo se siente física y emocionalmente. Si algún participante agrade verbalmente a un compañero, esa conducta debe señalarse de inmediato como algo no permitido en el grupo.
- ◆ Si alguien no puede seguir en la sesión porque se pone tenso o agresivo quizás sea necesario pedirle que abandone la sala ya que no está permitiendo que el grupo trabaje adecuadamente. Luego preguntar a los demás como se sintieron con lo que ha ocurrido explicando las razones por las que se le ha pedido salir.

4

Analizando experiencias de violencia en el hogar

⌚ 20 min

4.1 Después de que cada participante haya compartido su experiencia, facilita una conversación grupal con las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Cómo se sintieron al contar su relato de violencia y escuchar los de los demás?
- ◆ ¿Cuáles son las violencias más frecuentes que aparecen en los relatos y/o dibujos?
- ◆ ¿Cómo se han sentido cuando fueron víctimas o testigos de violencia en el hogar o en la familia?
- ◆ ¿Cómo se sentirá un hijo o hija cuando ve violencia entre los padres u adultos del hogar?
- ◆ ¿Qué huellas o marcas (físicas y psicológicas) pueden quedar en una persona que ha sufrido violencia doméstica?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Es importante ayudar al grupo a revisar y problematizar los actos de violencia doméstica que han observado o vivido a lo largo de su vida, ya que este tipo de violencia suele estar comúnmente naturalizada e invisibilizada.

Ayudar a los hombres a comprender esta conexión y pensar en el dolor que la violencia les causó a ellos y a otras personas cercanas es una forma potencial de interrumpir el ciclo de la violencia, ya que desarrolla la empatía con quien sufre violencia.

Es muy importante que durante la sesión:

- ◆ Plantee que la violencia en el hogar siempre es reprochable y condenable.
- ◆ No justifiques nunca la violencia ni minimices sus impactos.
- ◆ Corrijas con respeto a quien sugiera que la violencia es un medio legítimo, natural o válido en las relaciones o para educar a los/as hijos/as o contra la mujer. Sé muy explícita/o y clara/o cuando la violencia sea justificada por ellos o vista como algo legítimo (por ejemplo con expresiones como “algo habrá hecho para merecerlo”, “no es tan grave, son cosas que todos hacen”, “es que me enojé y no pude parar”). Puedes decir, por ejemplo: “esta frase (directa o indirectamente) es una forma de decir que la violencia está justificada. En realidad la violencia en el hogar nunca está justificada y no sirve como método de corrección o enseñanza. Además, la violencia intrafamiliar es un delito.
- ◆ Plantea que a los/as hijos/as se les educa con buen trato y sin violencia.
- ◆ Valora que los participantes hablen de su experiencia pasada y actual ya que esas vivencias permiten la concientización y el aprendizaje en grupo.
- ◆ Invita al grupo a seguir conversando estos temas con otros padres.

7

Cierre de la sesión

© 5 min

- 7.1 Al terminar la sesión enfatiza la confianza que el grupo ha tenido al compartir sus experiencias y recuerda que nadie tiene derecho a compartir fuera del grupo ninguna experiencia de otro participante. Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza generado.
- 7.2 Invita a los participantes a compartir con su pareja aquello que aprendieron o se dieron cuenta en la sesión de hoy. Comenta que también puede hacerlo con otras personas de su confianza, como amigos/as y/o familiares.
- 7.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser con una sola palabra o con una frase (ej.: conectado, motivado, sensibilizado, etc.).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Entrega a cada participante una copia de las hojas de apoyo para el papá que, en esta ocasión, son para su lectura personal durante la semana.
- 7.6 Invítalos a seguir pensando en lo visto el día de hoy, a conversarlo con su pareja en casa, a implementar/realizar/cumplir el compromiso de la semana.
- 7.7 Recuerda el día y la hora de la próxima (y última) sesión y animalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo y el buen cierre del proceso. Recuerda que ese día es la graduación y que pueden organizar un compartimiento o convivencia.
- 7.8 Invita a cerrar la sesión con abrazos (si ves que es una actividad adecuada para el grupo).



IDEAS FUERZA

- ◆ La violencia doméstica es un problema social y cultural de gran envergadura, no solo en el país sino en todo el mundo.
- ◆ La violencia contra la mujer es la versión más tóxica del machismo.
- ◆ La violencia doméstica se basa, se sustenta y legitima en los patrones machistas y patriarcales dominantes en la sociedad. Esta ideología dice que los hombres pueden golpear a las mujeres, las pueden celar, las pueden controlar y que ellas tendrían que obedecerle.
- ◆ Las secuelas y consecuencias de la violencia doméstica implican costos humanos y económicos enormes, causa mucho dolor y deja huellas de por vida tanto en las mujeres que la sufren como en sus hijos/as. La violencia íntima de pareja o contra los niños y las niñas puede causar lesiones físicas e incluso la muerte. También deja huellas psicológicas, como ansiedad y miedo constante, depresión y baja autoestima.
- ◆ Casi todos hemos sido testigos o protagonistas de alguna forma de violencia en nuestro entorno doméstico, al menos alguna vez en la vida. Es importante reflexionar sobre ello para aprender y no reproducirla y ayudar a que nuestros hijos/os vivan en un entorno libre de violencia.



HOJA DE TRABAJO

Violencia en las familias

Violencias que observé o viví en mi familia en la infancia	¿Cómo me sentí?
Violencias que se viven en las familias de El Alto en la actualidad	



Técnicas para manejar el enojo¹⁴

Los enojos y la rabia forman parte de la convivencia doméstica. Nadie está libre de pasar por esas sensaciones. Lo que sí debemos hacer es evitar las situaciones violentas y generar daños; manejar y conducir esas emociones de manera positiva, tanto para nosotros como para nuestro entorno de relaciones (pareja, hijas, hijos, y otros/as). Para conseguir esto, te ofrecemos un conjunto de recomendaciones:

1 - Reconoce las señales en tu cuerpo:

- ◆ Momentos antes de reaccionar mal y ejercer violencia existen señales que nos indican que estamos a punto de reaccionar de mala manera, violentar y/o agredir a otro/a. Estas señales se producen en el ámbito del pensamiento, de los sentimientos y del cuerpo. Identificar y reconocer estas señales nos permite tomar distancia, evitar sobrepasarnos y proteger a quienes queremos.
- ◆ Cuando nos enojamos, nuestro cuerpo emite una serie de señales: angustia en el pecho, sensación de adrenalina y fuerza, aumento de la temperatura corporal, aceleración del corazón y la respiración, sudoración... Reconoce cuáles son las señales que tu cuerpo genera cuando está empezando a sentirse molesto.

2- Reconoce tus emociones:

- ◆ Desarrollar la inteligencia emocional es fundamental: esto es reconocer lo que vamos sintiendo con cada escena de la vida: amor, enojo, tristeza, culpa, miedo. Si nos desconectamos emocionalmente hay más riesgo de ser agresivo o ejercer violencia. Además

de identificar lo que siento es importante compartirlo con la pareja o los amigos.

- ◆ Expresa tus sentimientos con palabras, sin agredir.
- ◆ Aprender a comunicar la rabia y el enojo con palabras, sin agresión ni insultos, es sumamente valioso para expresarnos, distensionarnos y comunicarnos. Explicar a otra persona que algo “no nos gusta”, decir qué queremos de la otra persona, explicar “estoy con rabia porque...”.
- ◆ Conversa con alguien: hablar con alguna persona que nos contenga, que nos escuche y que no estimule el machismo, ayuda a desahogarse, a rebajar las tensiones, a comprender más qué nos pasa, a tener otro punto de vista, a buscar formas de acción positivas.

3- Utiliza recursos prácticos para salir de la tensión:

- ◆ Uno de ellos es el “Tiempo fuera” que consiste en reconocer que uno se está empezando a enojar, darse un respiro profundo, y decirse a sí mismo: “Estoy empezando a enojarme, voy a darme un tiempo para mí (un tiempo fuera)”. Este recurso nos pue-

¹¹. Instituto WEM (Instituto Costarricense para la Acción, Educación e Investigación de la Masculinidad, Pareja y Sexualidad). *Puedo manejar mi enojo y evitar la violencia*. UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas). *Manual de capacitación a líderes locales en masculinidades y prevención de la violencia basada en género*.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ 2/2

Técnicas para manejar el enojo

de ayudar a que el enojo no se convierta en ira. Sirve para que no maltratemos a nuestra pareja e hijos/os en el momento en que estamos enojados y evitar el riesgo de ser agresivos y ejercer alguna forma de violencia.

- ◆ Si estás enojado busca un lugar donde puedas estar tranquilo durante al menos media hora o sesenta minutos, ya sea en la casa o fuera de ella. No te carbonées. Haz algo que te relaje y que te dé paz. El ejercicio físico o la relajación ayudan. No tomes licor ni consumas sustancias durante ese tiempo. Cuando pase la hora, regresa a tu casa. Si hay condiciones para hablar, conversa con tu pareja, sino espera a otro día para hablar de lo que pasó y de lo que tú sentiste.

Otros recursos que ayudan a calmar los enojos y las rabias son:

- ◆ Caminar por la calle o por el parque.
- ◆ Hacer ejercicio físico.
- ◆ Escuchar música suave y relajante.
- ◆ Meditar.
- ◆ Hacer yoga.
- ◆ Hacer ejercicios de respiración.
- ◆ Hacer ejercicios de visualización: por ejemplo visualizar un lugar que sea agradable y relajante para ti.
- ◆ Pasar buenos momentos y reírse a diario.
- ◆ Cuidar el jardín.
- ◆ Hacer manualidades.

Cierre y evaluación del taller

DURACIÓN

95 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Hacer una evaluación grupal de la experiencia del taller, identificando vivencias, aprendizajes y cambios.
- ◆ Que cada participante defina y comparta desafíos en su paternidad.
- ◆ Cerrar el taller junto a los participantes.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas en blanco.
- ◆ Lápices para cada participante.
- ◆ Cinta adhesiva.
- ◆ Bebidas y refrigerio para la convivencia
- ◆ Diploma de Participación en el taller (uno por participante).

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como papás”.
- ◆ Prepara una mesa cerca de “El árbol de nuestro crecimiento como papás” con todo lo necesario para realizar la convivencia.
- ◆ Prepara los diplomas con los nombres de los participantes.
- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la “Hoja de apoyo para el papá: Cuidando mi salud como padre”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a los participantes con amabilidad, calidez y entusiasmo. Llámalos por su nombre.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalos a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Pregunta si alguno vivió una situación de violencia en su familia y cómo la abordó. Retroalimenta cada opinión e intento, no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Refuerza el rechazo a la violencia y la necesidad de erradicar esas conductas. Anímalos a seguir reflexionando e intentando cambios.
- 1.5** Explica que hoy se cerrará todo el proceso del taller: que compartirán qué aprendió cada uno de esta experiencia y qué desafíos se llevan. Diles que hoy es la despedida.

2

Revisando mi paso por el taller

⌚ 25 min

- 2.1** Entrega a cada participante dos hojas en blanco. Pide que cada uno haga un repaso mental de con qué disposición y expectativas llegó al taller; que recuerde las sesiones en las que participó; lo que puso en práctica en el hogar, con su pareja y con sus hijas/os. Diles que, en base a lo que recordaron y pensaron, realicen dos dibujos: uno que represente “el papá que yo era antes del taller” y otro que represente “el papá que yo quiero ser a partir del taller”.
- 2.2** En círculo, pide a los participantes que muestren sus dibujos y compartan las diferencias entre uno y otro, lo que fue pasando con ellos como papás en el proceso del taller. Si te llama la atención alguna cosa del dibujo o crees que es importante aclarar algo puedes preguntar “¿qué representa para ti ese detalle del dibujo?”.

3

Visualizando aprendizajes

⌚ 30 min

- 3.1** Cuéntales que como hoy es nuestra última sesión es “un buen momento para evaluar juntos lo que hemos aprendido a lo largo de este taller”.
- 3.2** Inicia una conversación grupal en torno a estas preguntas:
 - ◆ ¿Qué aprendieron al revisar su historia personal o de su familia de origen?
 - ◆ Recuerda que revisar y entender nuestra historia personal nos permite continuar el legado de buenas prácticas de crianza y cambiar lo que no nos parece adecuado para no repetir errores.
 - ◆ ¿Qué aprendieron al reflexionar en su propia paternidad?
 - ◆ Explica que a ser papá se puede aprender y mejorar cada día, en cada etapa de la vida de nuestros hijos, y que una actitud de apertura al aprendizaje nos ayuda a ser mejores padres.
 - ◆ ¿Qué aprendieron sobre la paternidad y la crianza?
 - ◆ Cuenta que la paternidad es uno de los mejores trabajos que existe y que pasar tiempo de calidad con nuestros hijos, sin distracciones, será la mejor herencia que podemos dejarles. El legado de la presencia diaria y el afecto incondicional. Diles también que la paternidad no es solo una responsabilidad, que es importante dis-

frutar de compartir con nuestros hijos a diario, disfrutar también de sus logros y avances.

- ◆ ¿Qué aprendieron acerca de la relación con su pareja?
- ◆ Comenta que hacer equipo en la crianza es importante para la pareja y por los hijos y las hijas. La crianza supone coordinarse a diario sobre sus necesidades.
- ◆ ¿Qué aprendieron sobre el machismo?
- ◆ Explica que el machismo es un gran enemigo de la paternidad comprometida y afectiva. Que criar también es tarea de hombres y la paternidad es mucho más que proveer económicamente.
- ◆ ¿Qué aprendieron sobre la violencia?
- ◆ Indica que, aunque vivimos en una sociedad que ha tomado más conciencia de la violencia intrafamiliar, todavía es una realidad muy presente. Aún se recurre muy frecuentemente a métodos violentos para educar y a muchos les cuesta criar con buen trato. Explica que un taller como este ofrece una gran oportunidad para mejorar el trato con nuestros hijos/as y nuestra pareja y para educar a los hijos y las hijas en la importancia de resolver los conflictos sin violencia.
- ◆ ¿Qué cambios han hecho o intentado hacer en la relación con sus hijas/os?
- ◆ Comenta que todo lo que han intentado hacer de novedoso como papás durante estas semanas de taller es muy importante; que mejorar como papá es un proceso que toma tiempo, que requiere ir reflexionando y conversando también con la pareja; que todo cambio o mejora en la crianza es bueno para el desarrollo de nuestros hijos/as. Felicítalos por todo el esfuerzo y creatividad que han puesto durante la duración del taller en crecer como papás.
- ◆ ¿Qué desafíos les deja el taller hacia delante?
- ◆ Invita a los participantes a seguir reflexionando después del taller sobre las mejores maneras de desarrollarse como padres y aportar a la vida de sus hijos e hijas.

4

Ritual de despedida

⌚ 30 min

- 4.1** Como facilitador/a haz un discurso final al grupo con tus impresiones sobre el proceso grupal, qué te ha parecido más importante o significativo. Destaca las fortalezas del grupo (por ejemplo: motivación, capacidad de escucha, sensibilidad, creatividad, compromiso, apertura al cambio, etc.). Alienta a los padres a seguir animosos esta aventura de la paternidad activa. Agradece la participación de cada uno de ellos. Explica que hoy nos despedimos, pero seguiremos conectados en la paternidad y podrá haber reencuentros casuales en el barrio, el parque u otros lugares donde podremos compartir cómo están nuestros hijos e hijas y cómo hemos aplicado lo aprendido.
- 4.2** A modo de ritual de cierre y despedida del grupo invita a los participantes a despedirse uno a uno y luego con un abrazo grupal en círculo.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ

Cuidando mi salud como padre¹⁵

Para ejercer tu paternidad es importante también que te preocupes de tu salud. Para ello:

- ✦ Cuida tu calidad de vida y la calidad de vida familiar.
- ✦ Dedica tiempo de calidad a tus hijos/as.
- ✦ Cuida tus espacios de descanso y disfrute.
- ✦ Haz actividad física.
- ✦ Ten una alimentación saludable.
- ✦ Cuida las horas de sueño.
- ✦ No seas trabajólico.
- ✦ Habla de tus problemas y preocupaciones (con tu pareja, familiares, amigos, etc.).
- ✦ Pide ayuda cuando te sientas en crisis o sobrepasado por alguna situación de estrés.
- ✦ Bebe con moderación y NUNCA conduzcas cuando bebas.
- ✦ Evita el tabaco, ya que afecta la salud en el largo plazo.

15. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de Paternidad Activa para padres*. UNICEF/CulturaSalud/EME/Hogar de Cristo.

3. Sesiones para Mamás



Ser hombre y ser mujer, ser padre y ser madre

DURACIÓN

90 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Motivar a las asistentes a ser parte del programa P, acudir a las sesiones y generar una identidad de grupo.
- ◆ Comprender las diferencias entre sexo y género, distinguiendo las características atribuidas a hombres y mujeres que son biológicas de aquellas que son construidas socialmente.
- ◆ Reflexionar sobre cómo los estereotipos de género, el machismo y las desigualdades de poder entre hombres y mujeres afectan sus vidas, su salud y sus relaciones.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Bolígrafos para cada grupo.
- ◆ Ilustraciones de apoyo: “Ilustraciones de hombres y mujeres desempeñando diferentes roles”.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- ◆ Prepara los cuatro papelógrafos que se indican, más adelante, en el paso 4.
- ◆ Fotocopia o imprime la hoja de apoyo para la mamá “Vacuna a tus hijos en contra del machismo”, una por participante.

2

Reglas de convivencia

© 10 min

- 2.1 Explica que todo el trabajo de taller en las sesiones se guiará por unas reglas de convivencia que presentarás a continuación.
- 2.2 Léelas y exhibelas en un lugar visible en todas las sesiones.
- 2.3 Forma grupos de tres participantes e invítalos a debatir qué les parecen estas reglas de convivencia: si modificarían, agregarían o sacarían alguna (4 min).
- 2.4 En círculo, en plenaria, invita a compartir lo que conversaron y haz las modificaciones que se propongan y acuerden grupalmente.



REGLAS DE CONVIVENCIA

- ◆ Hablar desde la propia experiencia.
- ◆ Derecho a pensar, expresarse y sentir libremente.
- ◆ Escuchar con atención y empatía, ponerse en el lugar del otro.
- ◆ Respeto hacia todos los participantes del grupo, sin discriminación.
- ◆ No juzgar a nadie, todas las opiniones son válidas.
- ◆ Evitar dar consejos no solicitados.
- ◆ Compromiso con la confidencialidad: la experiencia de los otros participantes no puede ser comentada fuera del grupo.
- ◆ Compromiso con la puntualidad y la asistencia.
- ◆ Silenciar los celulares durante la sesión.
- ◆ Si no hay con quien dejar a un hijo/a, se puede venir con ellos.

3

Conociendo algo de nosotras

© 15 min

- 3.1 Puedes hacer aquí una actividad para “romper el hielo” que permita generar un mejor clima de grupo, un ambiente más relajado. Elige cualquiera de las disponibles en la página 54.
- 3.2 Invita a cada una de las participantes a presentarse compartiendo su nombre, cómo está compuesta su familia, cuántos hijos tienen, sus nombres y edades y su ocupación. Pueden añadir algo sobre sus aficiones e intereses (por ejemplo cuidar las plantas, ver series, ir al campo...).
- 3.3 Invítalas a que pongan en común sus motivaciones para participar en este taller, cuáles son sus expectativas y qué querrían aprender de la maternidad, de la paternidad y la crianza.

4

Revisando roles tradicionales

⌚ 15 min

- 4.1** Coloca en la pizarra y/o en la pared cuatro papelógrafos con los títulos “Mujeres”, “Hombres”, “Mamás” y “Papás” y entrega una hoja de papel en blanco a cada participante.
- 4.2** Explica que en la sesión de hoy reflexionaremos en grupo acerca de cómo la sociedad espera que sean y se comporten los hombres y las mujeres; y acerca de cómo la sociedad espera que sean y se comporten los padres y las madres.
- 4.3** Invita a las participantes a formar subgrupos de tres personas. Pide que dividan el papel en cuatro columnas y que luego conversen y anoten en cada columna al menos cinco tipos de comportamientos o cualidades que en nuestra sociedad han sido tradicionalmente definidas como propias de hombres, de mujeres, de madres y de padres (si mencionan más, mejor aún). Por ejemplo, cómo dice la sociedad que se debe vestir una mujer y cómo un hombre; qué debe hacer en la casa una mujer y qué un hombre; qué actividades laborales son más propias de los hombres y cuáles de las mujeres.

5

Distinguiendo características de género

⌚ 15 min

- 5.1** Invita a que formen un círculo, en sesión plenaria.
- 5.2** Pide que cada subgrupo comparta con todas lo que discutieron sobre las características y roles esperados para las mujeres y las madres. Haz luego lo mismo con respecto de lo que listaron y discutieron sobre los hombres y los padres.
- 5.3** Anota en el papelógrafo las características, roles y comportamientos que van mencionando en referencia a cada uno de los roles propuestos (hombres, mujeres, padres y madres).

6

Reflexionando sobre los roles y estereotipos de género

⌚ 20 min

- 6.1** Pide que comparen las respuestas entre hombres y mujeres y entre padres y madres. Abre la discusión a partir de las características descritas y de las preguntas de apoyo listadas a continuación:
 - ◆ Preguntas de apoyo:
 - ◆ ¿Qué similitudes identifican entre los comportamientos o cualidades enumeradas en ambas listas (mujeres y madres, hombres y padres)? ¿Qué diferencias identifican?
 - ◆ ¿Por qué creen que hay diferencias? ¿A qué se deben?
 - ◆ ¿Qué comportamientos creen que son innatos, naturales o biológicos y cuáles son producto de la cultura, la tradición y la enseñanza?
 - ◆ Si no son naturales/biológicas, ¿de dónde y cómo surgen estas ideas? ¿Se puede aprender a ser hombre/mujer, padre/madre?
 - ◆ Explica que la mayoría de las diferencias entre hombres y mujeres son culturales y que provienen de modelos que se enseñan y se transforman en costumbre y tradición; que las diferencias biológicas entre ser padre o ser madre se limitan solamente a la capacidad de gestar y amamantar.
 - ◆ Comenta que esta parte de la actividad busca hacer visible y comprensible las distinciones entre sexo (las diferencias biológicas entre hombres y mujeres) y género

(las construcciones socioculturales de lo masculino y lo femenino). Al contrario de nuestro sexo, que tiene características generalmente inmutables, las definiciones de género cambian de generación en generación, de una cultura a otra y dentro de los diferentes grupos socio-económicos y étnicos.

- ◆ Aclara que las construcciones de género son ideas socialmente compartidas que determinan de manera rígida lo que deben y pueden hacer o no hacer hombres y mujeres, limitando a las personas en su capacidad de aprendizaje y crecimiento. Además, estas construcciones suelen ser muy normativas y no dejan espacio para la diferencia ni para aquellas personas que no se sienten conformes con su sexo asignado al nacer (ej.: hombres y mujeres transexuales).
- ◆ ¿Qué consecuencias tiene para las mujeres y los hombres que se les eduque desde niñas/os para que tengan ciertos comportamientos, roles o cualidades determinados en base a su sexo, y que no puedan aprender a desempeñar los roles o cualidades del otro sexo (por ejemplo cocinar o cuidar de los niños o habilidades mecánicas)? ¿Cuáles serían algunos otros ejemplos de esto? Hacer después lo mismo para el caso de madres y padres.

6.2 Explica que el machismo es una realidad sociocultural que se manifiesta a través de actitudes y comportamientos que discriminan y menosprecian a la mujer considerándola inferior al hombre. El machismo exalta como valores masculinos la hombría, la virilidad y el poder de los hombres, la autoridad, el uso de la violencia y la fuerza y una actitud de superioridad y dominio de los hombres sobre las mujeres. El machismo legitima que los hombres controlen a las mujeres: aquello que dicen, las decisiones que toman, con quién/quiénes se juntan, adonde van, si pueden trabajar... Estos actos de poder perpetúan un acceso desigual a derechos básicos, toma de decisiones, recursos y oportunidades entre hombres y mujeres

- ◆ Es por esto que el machismo puede provocar comportamientos extremos que atentan contra la dignidad e incluso la vida de las mujeres (es el caso de los feminicidios). Pero el machismo también tiene consecuencias dañinas para los hombres. Entre estas podemos citar una mayor exposición al riesgo, un menor contacto con sus emociones, dificultades en el manejo de la rabia y poca presencia en la educación y crianza de sus hijos e hijas.

7

Problematizando los estereotipos de género

⌚ 20 min

7.1 Coloca en cada uno de los papelógrafos la ilustración correspondiente (ver material de apoyo adjunto) que plantea a cada género haciendo algo no tradicional.

7.2 Deja un tiempo para que el grupo mire las ilustraciones y luego pregúntales qué opinan sobre ellas. Inicia un debate que incentive la reflexión crítica en las participantes, primero libre y luego guiada por las siguientes preguntas. Preguntas de apoyo:

- ◆ ¿Es común encontrar en la comunidad lo que se muestra en las ilustraciones?
- ◆ ¿Hay algo que no les parezca adecuado de lo que se ve en las ilustraciones? ¿Por qué?
- ◆ ¿Hay comportamientos o características de hombres y mujeres que en el pasado no eran aceptadas y que actualmente sí lo son? (lo mismo luego para padre y madre).

- ◆ ¿Qué prejuicios existen con respecto a las personas que no se ajustan a las características tradicionales de ser hombre y ser mujer? Hacer luego lo mismo para el padre y para la madre. ¿Qué bromas se les gastan a los hombres cuando están involucrados en las tareas del hogar o de los hijos? ¿Qué quieren decir esas bromas?
- ◆ ¿Pueden los hombres cuidar a los hijos y las hijas tan bien como las mujeres?
- ◆ ¿Pueden las mujeres desempeñarse en el trabajo tan bien como los hombres?
- ◆ ¿Sus parejas han realizado algunas de estas acciones? ¿Cómo fue la experiencia? ¿Hubo algún comentario de amigos o familiares (apoyando o desaprobando)?
- ◆ Explica que la sociedad crea ideas y nos envía mensajes sobre cómo se espera que sean y se comporten los hombres y las mujeres. Estas ideas se convierten en camisas de fuerza que quitan libertad. Por ejemplo: los hombres no lloran, los hombres son rudos y no pueden mostrarse vulnerables, las mujeres deben ser señoritas de la casa, deben ser madres...

8

Compromiso para la semana

⌚ 5 mins

- 8.1** Sugiere que cada participante, a partir de lo conversado en la sesión, revise sus actitudes como mujer y como madre. Pide que piensen qué acciones realizan comúnmente en la casa y en la familia y qué ideas tienen respecto a su relación de pareja, las tareas domésticas y a la crianza de sus hijos/as. Además de pensar en lo que habitualmente hacen como mujeres y madres por entender que les corresponde, pide que piensen si podrían hacer algo diferente que habitualmente no hacen y que les gustaría hacer. Por ejemplo: conversar con su pareja, darle al padre más espacio para que se vincule con sus hijos, pedirle directamente a la pareja que haga tareas como lavar, planchar, hacer aseo, ir de compras, pasar tiempo cuidando, salir a caminar con los hijos, leerle cuentos, escuchar canciones infantiles con ellos, etc.
- 8.2** Da un minuto para que lo piensen y anoten (o dibujen) en una hoja.
- 8.3** Invita a pegar sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

NOTAS



9

Cierre de la sesión

© 10 mins

- 9.1** Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy así como el clima de confianza que tuvo el grupo.
- 9.2** Invita a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 9.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa, etc.).
- 9.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 9.5** Entrega una copia a cada participante de la hoja de apoyo para la mamá “Vacuna a tus hijos en contra del machismo” e invítalas a que la lean en casa junto a su pareja.
- 9.6** Invita a seguir pensando en lo compartido en la sesión de hoy, a conversarlo con su pareja, a hacer el compromiso de la semana y a estar presente en el próximo encuentro.
- 9.7** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalas a asistir ya que la participación de todas es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.
- 9.8** Sugiere crear un grupo de WhatsApp para recordar a todas el día y la hora del próximo encuentro.
- 9.9** Al terminar la actividad, pide que cada participante se tome una foto con sus hijos y/o hijas y su pareja con su celular y la traiga a la próxima reunión para compartirla con el grupo o que traiga una foto con sus hijos/os (reciente o no).



IDEAS FUERZA

- ◆ El sexo es el conjunto de atributos físicos y biológicos asociados a nacer hombre o mujer, mientras que el género es una construcción cultural que varía en el tiempo y de cultura en cultura. Las características y roles asignados culturalmente a hombres y mujeres son llamados estereotipos de género. Como “los hombres no lloran” o “la casa es cosa de mujeres”.
- ◆ Hombres y mujeres son marcados a fuego desde el nacimiento (desde la ropa rosa o celeste) con expectativas diferentes. Los niños y niñas que no cumplen con el estereotipo suelen ser maltratados en la escuela.
- ◆ En nuestra sociedad, tradicionalmente se ha determinado que hombres y mujeres desempeñen roles diferentes. Por ejemplo, se esperaba que los hombres tuvieran el rol proveedor y las mujeres el rol de cuidado de las/os hijas/os.
- ◆ Estos estereotipos han originado muchos prejuicios (como pensar que los hombres no pueden cuidar a los/as hijos/as o que las mujeres son débiles) generando discriminaciones o violencia especialmente hacia las mujeres. El machismo afecta de manera mucho más grave las vidas de las mujeres pero también perjudica a los hombres, por ejemplo, en sus dificultades para reconocer sus emociones, para pedir ayuda, cuidar de su salud, manejar el enojo y en que suelen tener menos contacto con sus hijas/os.
- ◆ Para construir una sociedad más justa, equitativa y no violenta es necesario revisar y criticar los estereotipos de género y el machismo.

NOTAS

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

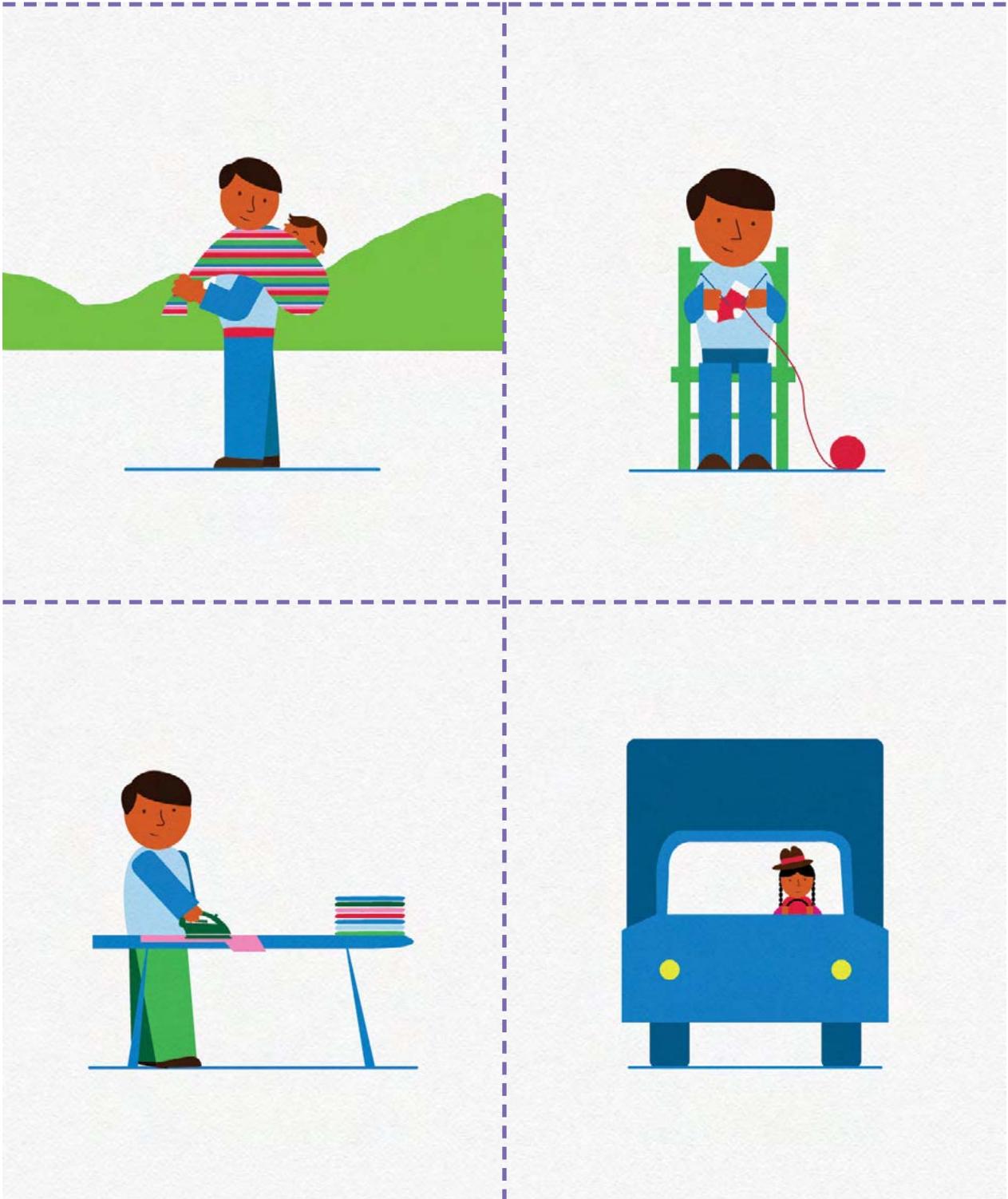
.....

.....



HOJA 1/2

Ilustraciones





HOJA 2/2

Ilustraciones





HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ 1/2

Vacuna a tus hijas/os en contra del machismo

Libéralos/as de los estereotipos de género.

Texto de Margaret McGavin con adaptaciones

En la cultura latinoamericana, las expectativas de padres y madres frecuentemente difieren mucho dependiendo del sexo de sus hijos. De un hijo se espera fuerza, coraje y rudeza; una hija debe ser abnegada, obediente y ayudar en casa.

Estos estereotipos hacen que niñas y niños sean tratados de modo diferente en el hogar y en la escuela. Está probado que los profesores/as tienden a exigir menos a las niñas en asignaturas como matemáticas lo que afecta negativamente su autoestima en estas materias. Asimismo, a las niñas se las incentiva menos a asumir roles de liderazgo, a tomar decisiones y asumir riesgos que ayudan a desarrollar su capacidad de resolver problemas autónomamente y a enfrentar situaciones nuevas. A las niñas, a diferencia de los niños, se les enseña a cuidar muñecas y a hacer labores en el hogar.

Sin embargo, las creencias tradicionales dominantes en otras épocas están cambiando actualmente. Esto se aprecia tanto en el mundo laboral, en el que hoy en día las mujeres pueden desarrollar diferentes trabajos que anteriormente solo desempeñaban hombres; como en la política, donde muchas mujeres ostentan hoy puestos de liderazgo; así como también en áreas como la medicina y la ciencia.

La casa, el hogar, es un espacio ideal para romper aún más con los viejos estereotipos que li-

mitan a nuestros hijos e hijas. Desde allí puedes hacer mucho por abrirles puertas y generarles mayores oportunidades de crecimiento. Para ello considera lo siguiente:

1. Promueve el respeto y la igualdad con el lenguaje.

Cuando estés en casa enfrente de tus hijos no acostumbres a utilizar expresiones o contar chistes sexistas sobre mujeres y hombres. (“Los caballeros las prefieren brutas”, “Maneja tan mal que tiene que ser mujer”, “¿Me estás oyendo, inútil?”).

Suprime de tu vocabulario los sobrenombres de género al referirte a tus hijos: *mamacita*, *princesa*, *mi reina*, *papi*, *campeón*, etc.

Evita que se digan cosas como “no seas nenita”, “juegas como una niña”, “los niños no lloran”, “no seas mariconcito” o “compórtate como un hombrecito” a los niños; y “pórtate como dama” o “compórtate con una señorita” a las niñas.

2. Evita perpetuar los juegos asignados exclusivamente a niños y niñas.

Las niñas pueden jugar con carros y pelotas, así como los niños pueden participar en un juego de muñecas o de la casa. Ello no les ocasiona ningún perjuicio. Al contrario, les ayudará a desarrollarse mejor en el futuro. Las niñas apren-



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ 2/2

derán a tener más agilidad y los niños a cuidar de otros. En tu casa, tanto niñas como niños deben tener el derecho de divertirse de la manera que prefieran y con todos los juguetes, y si juegan juntos, tanto mejor.

3. Usa correctamente los nombres de profesiones y oficios según hablen de hombres o mujeres.

En tu casa, acostúmbrate a decir “bombrera” tanto como “bombrero”, “enfermero” y “enfermera”, “doctora” y “doctor”, “abogada” y “abogado”. Se puede decir “la juez”, “la cantante”, “la chef”, “el secretario”, “el maestro de kínder”, “el niño”, dependiendo de si hablan de hombres o de mujeres que desempeñen esas actividades. Hoy en día, casi ninguna ocupación está limitada según el género. A diferencia de antaño, las mujeres pueden ser soldados y los hombres pueden quedarse en casa a cuidar al bebé.

4. Ayuda a tus hijos e hijas a encontrar buenos modelos no sexistas para desarrollarse.

Dependiendo de sus intereses, es importante que niños y niñas conozcan ejemplos no sexistas a seguir, ya sea en el deporte, las ciencias, el arte o la política (a través de libros, documentales o noticias relevantes en el diario, señalándoles mujeres de la comunidad, Bolivia u otros países). Sobre todo es importante que las hijas conozcan (en persona o no) a mujeres que hayan roto estereotipos de género y hayan podido destacar en campos que antes se consideraban terreno masculino, porque no pueden aspirar a ser lo que no ven. En el caso de los varones es importante estimularlos a que busquen modelos no machistas.

5. Rompe con los estereotipos relativos a las tareas domésticas en la casa.

En tu casa invita a todos a participar por igual en las tareas del hogar. ¿Quién lava los trastes? ¿Quién cocina? ¿Quién carga los bultos? Ten en cuenta que los niños pueden ayudar en la cocina y las niñas pueden usar una pala o hacer reparaciones. No hay trabajos exclusivamente masculinos ni femeninos: todos los trabajos son responsabilidad de todos y debieran dividirse más bien por edades que por género.

6. Da un buen ejemplo con tu comportamiento.

En tu casa, todos los días tienes la oportunidad de romper con estereotipos de género mostrando tu propia conducta, en tu relación de pareja, en tu quehacer doméstico, en tu relación con tus hijos e hijas. El hombre que cuida a los niños, cocina y lava la ropa está educando a hijos que tendrán mejores herramientas y mayor libertad de hacer lo mismo. La mujer que trabaja y también trae el pan a casa demuestra a sus hijas que ellas también pueden hacerlo.

La pareja cuyos miembros trabajan juntos compartiendo por igual las tareas del hogar y las responsabilidades laborales en la calle está dando una gran lección a sus hijos: las mujeres y los hombres podemos hacer equipo, cada uno poniendo nuestro mejor esfuerzo para lograr la armonía.

Recuerda que la igualdad de género se enseña desde casa y desde los primeros años.

Ser madre y padre en la vida cotidiana, un desafío compartido

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Reflexionar sobre la importancia del rol de la madre y del padre en la crianza y sobre las diversas formas de ejercer la maternidad y la paternidad.
- ◆ Aprender a ser corresponsables en las tareas de cuidado y crianza de hijos e hijas entre padre y madre.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas de papel para cada participante.
- ◆ Bolígrafos para cada participante.
- ◆ Preguntas de apoyo.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Necesitarás hacer fotocopias o imprimir las cuatro hojas de apoyo listadas a continuación:
- ◆ Las historias de la hoja de apoyo "Ser madres y padres en la vida cotidiana", recórtalas para entregar una historia por subgrupo (para un subgrupo de 15 personas alcanza con dos copias).
- ◆ La hoja de trabajo "Acciones que una mamá y un papá pueden realizar diariamente" (una copia por participante).
- ◆ La hoja de apoyo para la mamá "24 cosas que una madre y un padre pueden hacer con un hijo/a pequeño/a para favorecer su desarrollo" (una copia por participante).
- ◆ La hoja de apoyo para la mamá "Cómo me comporto" acerca de las etapas del desarrollo (una copia por participante).
- ◆ Pon en un lugar visible las "Reglas de convivencia" y "El árbol de nuestro crecimiento como mujeres".

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con la reflexión de la sesión anterior respecto a pensar en las acciones que realizan comúnmente en la casa y en la familia como mujeres y como madres, y en las ideas que tienen respecto a su relación de pareja, las tareas domésticas y a la crianza de sus hijos/as. Pregunta, en primer lugar, si alguien quiere compartir lo que pensó al respecto. Después consulta si alguna persona realizó alguna acción de cambio a partir de lo que pensó. Retroalimenta y celebra las reflexiones planteadas y felicita cada intento por pequeño que sea. No culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no haya realizado ninguna acción o no le haya resultado; al contrario, anímalas a seguir pensando en el tema.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Ser madres y padres en la vida cotidiana, un desafío compartido”. Explica que hoy trataremos el tema de la corresponsabilidad en las tareas de cuidado y crianza de hijos e hijas entre padre y madre.

2

Socio drama a partir de historias cotidianas de paternidad

⌚ 20 min

- 2.1** Explica que se analizarán primero unas historias cotidianas de paternidad y que luego se hará un socio drama (representación, dramatización o juego de roles) a partir de ellas.
- 2.2** Divide a las participantes en grupos de tres personas y entrega a cada grupo una de las historias de la hoja de apoyo “Ser padre y madre en la vida cotidiana”. Asigne una situación distinta a cada grupo. Si hay más de 12 participantes lleva más copias de las historias, no importa que dos grupos trabajen sobre la misma historia.
- 2.3** Indica que, en cada grupo, lean en voz alta la situación asignada, y que inventen un desenlace para la historia, que puede tener elementos reales (que les hayan ocurrido) o imaginados. Pídeles que le pongan un nombre o título a la historia que van a representar (5 minutos en total).
- 2.4** Una vez hecho esto, invítalas a preparar un socio drama o actuación que van a representar ante todo el grupo con su historia y desenlace como si fuera una escena teatral. Para ello tienen que asignar roles o personajes y preparar la actuación. Diles que tienen 10 minutos para preparar una dramatización que durará cinco minutos. Sé flexible si les toma un poco más de tiempo.
- 2.5** Circula entre los grupos mientras trabajan, preguntando cómo van con la preparación de la actuación. Espera que todos los grupos terminen de preparar su escena para pasar al paso siguiente.

3

Representando historias de maternidad y paternidad

⌚ 20 min

- 3.1 Dispón una zona de la sala como escenario y a las participantes como público con las sillas en forma de U o media luna.
- 3.2 Pide a cada grupo que, en orden, presente el título de su historia y realice su dramatización (en 5 minutos como máximo) frente al grupo completo, y que las demás escuchen con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas, que todas son importantes porque son una creación colectiva.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

- ◆ El socio drama es una metodología de trabajo socioeducativo con grupos, en la cual se usan algunas técnicas teatrales y de improvisación con fines de concientización y transformación social. Un socio drama se desarrolla en torno a un tema, siguiendo las siguientes etapas: preparación, dramatización o actuación y momento de compartir grupalmente.
- ◆ Es importante que el/la facilitador/a esté atento/a y ayude a crear un clima de confianza donde todas se sientan cómodas, reforzando la idea de que las participantes no necesitan ser “actrices de verdad” y de que se valora la improvisación. El compartir en grupo tiene dos momentos: primero compartir las emociones –lo que sentí en tal personaje o como espectadora de tal escena- y luego compartir ideas, pensamientos u opiniones.

4

Compartir grupal

⌚ 30 min

- 4.1 Una vez que se hayan realizado las representaciones, invita a las participantes a formar un círculo, en plenaria, entre todas.
- 4.2 Para comenzar, pregunta al grupo cómo se sintieron al actuar y observar las historias interpretadas por sus compañeras. Procura explorar las sensaciones que surgieron en las participantes. Remarca esta consigna y evita que en este momento se expliquen, juzguen y racionalicen las historias. Insiste en que se atengan a comentar sensaciones o emociones que sintieron, que luego analizarán otros aspectos, e interrumpe -de buena manera y explicando nuevamente- si alguien no lo hace así.
- 4.3 Una vez que hayan compartido, espontáneamente, como se sienten, facilita una discusión grupal a partir de las siguientes preguntas:
 - ◆ ¿Hubo alguna escena y/o personaje con el que ustedes se identificaron en algo?
 - ◆ ¿Qué sensaciones sintieron al actuar y observar las historias?
 - ◆ ¿Hay alguna cosa de las que vivenciaron que les llamó la atención o les conmovió?
 - ◆ ¿Han vivido alguna de estas situaciones en su familia actual? ¿Las vivieron en su familia de origen?
 - ◆ ¿Qué les hacen pensar las escenas sobre su propia maternidad y la paternidad de sus parejas?

- 4.4** Invita ahora a profundizar, en grupo, la discusión y análisis de las historias creadas y utiliza para ello las siguientes preguntas de apoyo:
- ◆ ¿Qué significa para ustedes ser una buena mamá? ¿Qué significa ser una mala mamá? ¿Qué significa ser un buen y un mal papá?
 - ◆ ¿Cuál es el rol que cumplen los padres hombres en la vida de los hijos/as? ¿Creen que hay diferencias entre el rol de las madres y los padres? ¿Hay tareas específicas que deben realizar las madres y otras específicas que deben hacer los padres? ¿Cuáles? (Nota para el facilitador/a: si el grupo dice que hay ciertas tareas que deben hacer las mujeres, recuérdales que hay roles y prejuicios de género que nos enseñan desde niños/as pero que tanto varones como mujeres pueden realizar las mismas tareas).
 - ◆ ¿Qué estilos distintos de madres y de padres reconocen en nuestra sociedad?
 - ◆ ¿Qué tipo de madres les gustaría ser?
 - ◆ ¿Según qué criterios deberían repartirse las tareas domésticas y de cuidado de los hijos/as entre padres y madres?
 - ◆ ¿Qué beneficios genera en el hombre asumir un papel activo y corresponsable en el cuidado y crianza de sus hijos e hijas?
 - ◆ ¿Qué beneficios genera para ustedes que el hombre asuma un papel activo en esas tareas?
 - ◆ ¿Qué beneficios genera ello en sus hijos e hijas?
- 4.5** Pregunta a las participantes cómo se puede promover la corresponsabilidad entre hombres y mujeres en el cuidado diario y la crianza de los hijos y en las tareas domésticas. Es decir, que tanto madres como padres puedan ejercer dichas funciones y sean responsables de ellas.
- 4.6** Explica que a ser madre y padre se aprende con la experiencia y que cada uno arma o construye su estilo propio de maternidad y paternidad, siguiendo los buenos ejemplos que vivió, en unas ocasiones, y en otras, por oposición a ejemplos que no fueron positivos, deseablemente, en diálogo permanente con la pareja con quien comparte la crianza y cuidado de su hija/o.

5

Hoja de trabajo “Acciones que una mamá y un papá pueden realizar diariamente”

⌚ 10 min

- 5.1** Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Acciones que una mamá y un papá pueden realizar diariamente”. En círculo, lee a todo el grupo la hoja de trabajo pausadamente.
- 5.2** Pregunta al grupo:
- ◆ ¿Cuáles de estas acciones les llaman la atención?
 - ◆ ¿Cuáles les han costado más en su maternidad?
 - ◆ ¿Cuál de estas acciones supone un desafío para ustedes?
 - ◆ ¿Qué acciones creen que les costará más a sus parejas en su paternidad?
 - ◆ ¿Crían mejor las mujeres que los hombres? ¿En qué? ¿Por qué?
 - ◆ ¿Pueden los hombres aprender a cuidar a los hijos/as?

- ◆ ¿Su pareja es consciente de la importancia de su rol como papá? ¿Y ustedes son conscientes del rol de él como padre?
- ◆ ¿Creen que podrían colaborar con ellos para que puedan hacerlo mejor? ¿Cómo?

5.3 Resalta la importancia que tiene que los hombres participen activamente como papás en la crianza de sus hijas/os e invita al grupo a conversar esta hoja de trabajo con su pareja en casa.

6

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

6.1 Pide a las participantes que piensen en alguna tarea relacionada con el cuidado o la organización del hogar y la familia en la que les gustaría que su pareja se involucrara más. Puede ser alguna tarea con los hijos o una tarea doméstica que generalmente su pareja no haga o realice poco. Una vez que identifiquen esa tarea, pide que piensen qué podrían hacer ellas para ayudar a que sus parejas se involucren: ya sea otorgarle mayor espacio u oportunidades al padre para que lo haga o bien pedirselo directamente. Pide que para la próxima sesión preparen una reflexión en torno a lo que pensaron y a si lograron realizar alguna acción al respecto.

6.2 Invita a las participantes a que pongan por escrito o en un dibujo su compromiso para la semana y lo peguen en el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres” puesto en la pared.



7

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido hoy, así como el clima de confianza que se generó en el grupo.
- 7.2 Invita a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 7.3 Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa, etc.).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a conversarlo con su pareja, a llevar a cabo el compromiso de la semana. Invita también a reconocer nuestras dificultades y resistencias para hacer cambios.
- 7.6 Entrega una copia de la hoja de apoyo para la mamá “24 cosas que una madre y un padre pueden hacer con un hijo/a pequeño/a para favorecer su desarrollo” y la hoja de trabajo “Etapas de desarrollo infantil: ¿cómo me comporto?” y sugiere que las lean en casa junto a su pareja.
- 7.7 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalas a asistir ya que la participación de todas es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ Buscar el propio estilo y manera de ejercer la maternidad y la paternidad significa seguir buenos ejemplos de cuidado y crianza (del padre, la madre, los abuelos, etc.), aprender con la experiencia y mejorar día a día.
- ◆ Fomentar la paternidad activa de los hombres implica la presencia y el involucramiento del padre en el cuidado diario de hijos/as y en las tareas domésticas de manera corresponsable con la madre.
- ◆ Lo más importante en la paternidad es que el tiempo dedicado a los/as hijos/as sea de calidad (prestar atención, mirar a los ojos, hacer contacto físico, dedicar un tiempo exclusivo, evitar distractores como el celular, etc.).
- ◆ Corresponsabilidad significa que tanto la madre como el padre se hacen cargo de las tareas de cuidado y domésticas haciendo equipo, coordinándose y tomando decisiones en conjunto.

NOTAS



HISTORIAS DE MATERNIDAD Y PATERNIDAD

Ser madres y padres en la vida cotidiana

Historia 1

La mamá se va de viaje al campo, el papá se queda solo con sus dos niños pequeños, de 2 y 4 años, durante una semana. El papá se preocupa e inquieta pues no sabe cómo se las va a arreglar, ya que es la primera vez que le toca una situación así y no está acostumbrado a cuidar de los hijos y a realizar las tareas del hogar. Cuando la mamá sale...

Historia 2

Familia con dos niños pequeños, de 2 y 4 años. El papá trabaja todo el día fuera de casa y llega tarde. Tradicionalmente él no hace mucho en casa excepto reparaciones y pago de cuentas. Casi no pasa tiempo con sus hijos. Es la mamá quien está ahí a la hora de dormir y comer, con juegos y canciones, porque el papá está ocupado con el trabajo y según cree las demás cosas son tarea de la mamá. Un día, llega a la casa y reclama a la mujer que le sirva la comida. La mujer, que también trabaja unas horas fuera de la casa además de encargarse de los niños y las tareas domésticas, le pide que se caliente la comida y que se haga cargo de los niños esa tarde porque ella va a salir. El hombre...

Historia 3

El papá de dos niñas pequeñas no está acostumbrado a ocuparse de ellas pues llega muy cansado del trabajo. Sin embargo, siempre ha tenido ganas de pasar más tiempo con ellas y, a veces, las lleva de paseo por el barrio. Quiere pasar más tiempo con sus hijas pero siente que su pareja y su suegra no le dejan espacio o se le adelantan.

Historia 4

Juan es un papá muy activo: incluye a sus hijos en su taller cuando trabaja, les lee cuentos, sale a comprar con ellos, los lleva a la plaza, los deja en el jardín a diario, se levanta en las noches. La madre le reclama que...



HOJA DE TRABAJO

Acciones que una mamá y un papá pueden realizar diariamente¹⁶

Algunas acciones que como mamá puedes realizar diariamente con tu hijo/a:

- ◆ Quiérela/o con amor incondicional.
- ◆ Mira y escucha con atención cuando tu hijo/a tiene algo que contarte o expresarte con o sin palabras.
- ◆ Ponte a su altura para escucharlo activamente
- ◆ Tómallo/a en brazos cuando sienta pena, miedo o rabia.
- ◆ Comparte con él o ella juegos y diversiones.
- ◆ Sé firme y respetuosa para ponerle límites. Refiérete siempre al mal o buen comportamiento que esperas de él o de ella. Nunca les juzgues como persona porque esto puede dañar su autoestima. Por ejemplo: si tu hijo/a le ha pegado a su hermanito menciona que eso no se hace porque lastima, que no se pega a nadie. Nunca le digas que él/ella es malo/a”.
- ◆ Acompáñale a la hora de comer y acostarse. Aprovecha para hablar de las cosas que sucedieron durante el día.
- ◆ Comparte corresponsablemente con el padre las tareas de cuidado, las de crianza y las domésticas.
- ◆ Celébrale sus actividades, logros y/o aprendizajes especificando de qué se trata (por ejemplo aprender a agarrar un objeto, a caminar, a construir una torre, hacer un dibujo, avisar para ir al baño, vestirse solo, realizar una tarea del jardín infantil o la escuela, etc. Diciendo: “Juan/María, te has vestido solo/a, te has podido poner la chaqueta sin ayuda. ¡Te felicito!”).
- ◆ Comparte las labores domésticas e incorpora a tu hijo/a en tareas simples a modo de juego o aprendizaje.
- ◆ Comparte con tu pareja el cuidado de la salud de tu hijo/a y anímalo a participar en instancias como controles de salud, vacunaciones y cuidado de enfermedades.
- ◆ Pon especial atención a las necesidades que tu hijo/a va teniendo en cada etapa. Recuerda que se desarrolla rápidamente.

16. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014) *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ

24 Cosas que un una madre y un padre pueden hacer con un hijo pequeño para favorecer su desarrollo¹⁷

1. Háblales con un tono de voz cariñoso.
2. Sonríeles.
3. Elógiales.
4. Diles cosas positivas a menudo.
5. Léeles y cuéntales cuentos e historias a diario.
6. Empatiza con sus emociones (alégrate con él/ella, empatiza con su frustración o tristeza, hazle sentir que entiendes cómo se siente, incluso cuando luego quieres corregirle).
7. Presta atención a lo que hace y dice.
8. Adecúa las actividades o juegos que le propones a sus intereses o necesidades.
9. Sé flexible cuando cambien de actividad o de juego.
10. Sigue de cerca lo que hacen o intentan hacer cuando compartan actividades o juegos.
11. Responde a sus emociones.
12. Obsérvalos e interactúa con él/ella cuando hace ruidos o habla.
13. Disfruta de estar con tu hija/o.
14. Anima a hacer cosas con sus juguetes y apoya sus preferencias y decisiones en sus juegos.
15. Alienta a tu hija/o cuando hace cosas por su cuenta.
16. Alienta verbalmente sus esfuerzos.
17. Dale consejos que les ayuden a lograr lo que están intentando hacer en ese momento.
18. Demuestra entusiasmo hacia lo que hacen cuando juegan o comparten una actividad.
19. Repite o amplía las palabras o los sonidos que produce tu hija/o.
20. Nombra los objetos o las acciones que hace o descríbele las características de los objetos cuando juegan o comparten actividades.
21. Interésate o participa en sus juegos imaginarios.
22. Toma en brazos a tu hija/o especialmente cuando siente pena o miedo.
23. Exprésale tu afecto físicamente (abrazos, caricias, besos).
24. Diles que les quieres.

17. "Parenting Interactions with Children: Checklist of Observations Linked to Outcomes". (PICCOLO™) Tool by Lori A. Roggman, Gina A. Cook, Mark S. Innocenti, and Vonda Jump Norman, with Katie Christiansen. Copyright © 2013 by Paul H. Brookes Publishing Co., Inc. All rights reserved.



HOJA DE APOYO PARA EL PAPÁ Y LA MAMÁ

Etapas del desarrollo infantil: **“¿cómo me comporto?”¹⁸**

0-6 meses

- ✦ Me asusto fácilmente, por lo que necesito sentirme seguro y protegido.
- ✦ Todavía no puedo entender reglas o explicaciones.
- ✦ Necesito amor incondicional y afecto.
- ✦ Lloro cuando necesito hacerte saber algo.
- ✦ No sé ninguna palabra.
- ✦ Llorar mucho es normal para mí. A veces ni siquiera sé por qué estoy llorando.
- ✦ Me encanta poner cosas en mi boca. Es mi manera de explorar el mundo.

6-12 meses

- ✦ Comienzo a hablar con sonidos como "ba" y "ma".
- ✦ Necesito saber que estás cerca de mí. Así es como construyo mi confianza en ti.
- ✦ Mis dientes están empezando a salir. Esto me causa mucho dolor por lo que puedo llorar mucho.
- ✦ Me gusta cuando tú me repites sonidos. Esto me anima a comunicarme contigo.
- ✦ Voy llorando menos y sonriendo más. A veces mi llanto puede venir a la misma hora todos los días. Esta es mi "organización cerebral".

1-2 años

- ✦ ¡Soy un explorador/a! Comienzo a hablar y a caminar.
- ✦ Aprendo un montón de nuevas palabras muy rápidamente.
- ✦ Me encanta mi nueva independencia pero necesito desarrollarla en un ambiente seguro.
- ✦ No entiendo que me quieres proteger cuando me dices "no".
- ✦ Quiero tocar y ver todo.
- ✦ Aprendo la palabra, "¡no!" Es una manera de decirte cómo me siento.
- ✦ Tengo rabietas porque siento frustración y no puedo comunicar con palabras lo que estoy sintiendo

2-3 años

- ✦ Estoy empezando a comprender mis sentimientos.
- ✦ De repente puedo tener miedo de ciertas cosas, como la oscuridad. Esto es porque entiendo que hay peligro.
- ✦ De repente, puedo sentirme tímido con las personas que no conozco. Esto demuestra que entiendo la diferencia entre las personas que conozco y los extraños.
- ✦ Si tienes que salir de la habitación puede que llore porque no sé si vas a volver.
- ✦ Si me pides que diga "hola" a alguien que no conozco me puedo negar porque no sé que esa persona está tratando de ser amistoso.

3-5 años

- ✦ ¡Quiero aprender todo! Esto me podría ocasionar riesgos por lo que las reglas son importantes.
- ✦ El juego es una parte esencial de mi desarrollo cerebral. Es la forma en que veo otros puntos de vista y desarrollo la empatía.
- ✦ Hago muchas preguntas. Una de mis palabras favoritas es "¿por qué?"
- ✦ Me encanta jugar juegos imaginarios. Me siento perdido porque parece muy real.
- ✦ Quiero ayudarte a hacer tus tareas diarias para poder aprender habilidades importantes para la vida.

18. Program P – A Manual for Engaging Men in Fatherhood, Caregiving, Maternal and Child Health. Promundo, CulturaSalud, and REDMAS (2013). Rio de Janeiro, Brazil and Washington, D.C. USA,

El lugar del padre en la crianza y en las tareas del hogar

DURACIÓN

90 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Reconocer la importancia que tiene la participación activa del padre en el cuidado y la crianza de los hijos e hijas para su desarrollo y bienestar.
- ◆ Reconocer la importancia de la participación activa del hombre en tareas domésticas para la calidad de vida familiar.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Bolígrafos para cada grupo.
- ◆ Preguntas de apoyo.
- ◆ Hojas de trabajo “Acciones que como mamá hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” y “Acciones que como papá hace mi pareja habitualmente con nuestros hijos y/o hijas”(una de cada una por participante).
- ◆ Papelógrafo con dibujo “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

- ◆ Tarjetas adhesivas o de papel más alfiler para los nombres.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia las hojas de trabajo “Acciones que como mamá hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” y “Acciones que como papá hace habitualmente mi pareja con nuestros hijos y/o hijas”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de apoyo para el papá “La importancia de la paternidad activa” (una copia por participante).
- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareció importante o que se llevaron sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue en la semana respecto al compromiso de reflexionar sobre la distribución del cuidado de niñas y niños y las tareas domésticas con su pareja. Luego pregunta si alguna intentó involucrar a su pareja en alguna tarea, qué es lo que hizo y cómo le fue. Retroalimenta cada intento por pequeño que sea y no culpabilices o hagas sentir mal a nadie porque no le haya resultado. Al contrario, animálas a seguir reflexionando e intentando cambios positivos.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “El lugar del padre en la crianza y en las tareas del hogar”. Explica que en esta sesión reflexionaremos sobre la importancia que tiene la participación activa del padre en el cuidado y la crianza de los hijos e hijas para el desarrollo y bienestar tanto de los niños como de la calidad de vida familiar.

2

Revisando los roles en nuestra familia

⌚ 15 min

- 2.1** Invita al grupo a sentarse en círculo o plenaria.
- 2.2** Invita a hacer una lluvia de ideas de todas las tareas que hacen en casa ellas y sus parejas: tareas de cuidado y crianza de las/os hijas/os (por ejemplo dar de comer, hacer dormir, preparar alimentos, calmar el llanto, etc.) y tareas domésticas (limpieza, compras, reparaciones, buscar agua o combustible, etc.). Coloca dos papelógrafos, uno para anotar lo que hacen las madres y otro para anotar lo que hacen los padres.
- 2.3** Inicia la conversación preguntando al grupo si algo les ha llamado la atención.
- 2.4** Luego continúa la conversación y reflexión grupal utilizando las siguientes preguntas de apoyo:
 - ◆ ¿Cómo se organizaba el cuidado de los/as hijos/as, el trabajo doméstico y el trabajo remunerado en sus familias de origen? ¿Qué hacían las mujeres y qué hacían los hombres?
 - ◆ ¿Creen que se han producido cambios en la actualidad?
 - ◆ ¿En sus familias de origen les enseñaron a hacer tareas del hogar? ¿Les enseñaban eso a los hombres de la familia?
 - ◆ ¿Existen tareas exclusivas de hombres y tareas exclusivas de mujeres?
 - ◆ Explica que los roles tradicionales que asignan al padre la función de proveedor y a la madre la de ama de casa, a cargo de todo lo relacionado con el cuidado y las tareas domésticas, forman parte de una tradición que antes era obligatoria dado que se tenían muchos hijos/as y se esperaba eso de cada género. Estos roles eran socializados desde la infancia. Por ejemplo a las niñas se les enseñaba a jugar con muñecas y a las cocinitas mientras que, a los niños no se les incentivaba a hacer lo mismo.
 - ◆ En general en la vida actual, ¿se hacen cargo los hombres de las tareas domésticas,

de cuidado y de crianza? ¿Qué facilita y qué dificulta que lo hagan?

- ◆ ¿Están conformes ustedes y sus parejas con la distribución actual de tiempos y actividades en el hogar y la crianza?
- ◆ ¿A alguna de ustedes le gustaría hacer algo diferente? ¿En qué aspectos?
- ◆ ¿Creen que a sus parejas les gustaría que la distribución de tareas fuera diferente? ¿En qué aspectos?
- ◆ ¿Les reclaman algo sus parejas por su participación en casa o en el trabajo?
- ◆ ¿Les reclaman ustedes algo a sus parejas por su participación en casa o en el trabajo?
- ◆ ¿Supone una diferencia en la vida de los hijos si el padre pasa más tiempo con ellos y participa más en el cuidado?
- ◆ Recuerda al grupo que cuando el padre participa activamente en la vida de sus hijos/as -con una presencia de calidad y sin violencia- estos se desarrollan mejor, suelen tener mejor autoestima y mejor rendimiento en la escuela. Las madres suelen estar menos sobrecargadas cuando el padre tiene un involucramiento activo en la paternidad.
- ◆ ¿Supone una diferencia en la vida de ustedes si su pareja también asume las tareas domésticas en el hogar?
- ◆ ¿Qué es más usual en las familias de El Alto? ¿Familias con padre proveedor y madre al cuidado de los hijos/as o familias donde madre y padre trabajan remuneradamente?

2.5 Explica que, en algunas familias, es posible que los hombres sean los únicos que trabajan remuneradamente y fuera del hogar y que, en otras familias tanto hombres como mujeres trabajen remuneradamente. En estas familias con dos proveedores, sin embargo, muy frecuentemente la mayor carga de cuidado y tareas recae en las mujeres.

2.6 Plantea que, en cada caso, la pareja debe acordar cómo organizar sus tiempos según sus realidades, pero es necesario que el hombre también se incorpore corresponsablemente en esas tareas. Remarca que es muy importante que ambos estén satisfechos con la distribución de las tareas. Sostener un arreglo poco equilibrado, de poca colaboración, en el que uno de los dos siente que sobre él o ella recae injustamente más trabajo y menos tiempo para desarrollarse o descansar genera tensiones en la pareja y en la familia y puede afectar, incluso, sus posibilidades de progreso económico y bienestar. Para lograr una vida más armónica y justa en el hogar es necesario que los papás participen activamente, escuchen a sus parejas y tomen decisiones en conjunto con ellas.

NOTAS

3

Revisando mi maternidad y la paternidad de mi pareja

⌚ 10 min

- 3.1 Una vez cerrada la conversación anterior, invita a que las participantes se conecten con su rol de madres, con la relación que tienen con sus hijos y/o hijas y con lo que hacen habitualmente con ellos. Pídeles que también piensen en el rol de padre que asume su pareja.
- 3.2 Entrega a cada mamá una copia de las hojas de trabajo “Acciones que como mamá hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” y “Acciones que como papá hace habitualmente mi pareja con nuestros hijos y/o hijas”.
- 3.3 Explica que en este ejercicio reflexionaremos sobre nuestra maternidad y la paternidad de nuestras parejas, revisando algunas actividades que hacemos en casa habitualmente con nuestros hijos/as. Especifica que, en a cada acción, deben colocar una X según la frecuencia con la que realizan dicha acción: todos los días, a veces, los fines de semana o nunca. Indica que respondan primero lo que hacen ellas y luego lo que hacen sus parejas.
- 3.4 Aclara que el ejercicio no pretende juzgar a nadie por lo que hace o no hace, sino compartir algunas cosas sobre nuestra experiencia actual de maternidad y de la paternidad de los hombres.

4

Revisando mi maternidad y la paternidad de mi pareja

⌚ 10 min

- 4.1 Una vez que todas las participantes han respondido inicia un intercambio de opiniones sobre las hojas de trabajo. Recoge, en primer lugar, las sensaciones o impresiones de las participantes al realizar el ejercicio. Pregunta, por ejemplo, cómo se sintieron al hacerlo, si alguna vez habían pensado en estas cosas, si se sorprendieron de algo, etc.
- 4.2 Trabaja luego con las respuestas de las participantes usando las preguntas listadas abajo para guiar la reflexión entre las miembros del grupo.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Pide que las personas expliquen y desarrollen sus opiniones e intenta que lo conecten con su propia experiencia apoyándote en las preguntas que se citan a continuación. Procura que no se juzguen las acciones, ni de las demás mujeres ni de las parejas hombres. Valora los testimonios personales, que se comparta la experiencia.

- 4.3 Preguntas de apoyo para facilitar la reflexión:
 - ◆ ¿Qué les ha resultado interesante o les llama la atención del ejercicio que hicieron?
 - ◆ ¿Cuáles de las actividades mencionadas son las más comunes en las madres? ¿Cuáles son las menos comunes?
 - ◆ ¿Cuáles de las actividades mencionadas son las más comunes en los padres? ¿Cuáles son las menos comunes?
 - ◆ ¿Cuáles de estas acciones les resultan a los padres más difíciles y cuales más fáciles de realizar con sus hijos/as?

- ◆ Explica que muchos estudios revelan que las mujeres, en general, pasan más tiempo criando y haciendo tareas del hogar mientras que los hombres pasan más tiempo trabajando por un salario, y solo participan en tareas ocasionalmente como jugar un rato con los/as hijos/as o sacar la basura. Los hombres más jóvenes están participando mucho más que los hombres de antes.
- ◆ ¿Qué diferencia supone en la vida de un niño/a el hecho de que su padre se involucre cotidianamente en este tipo de acciones? ¿Cómo se distribuyen las tareas de crianza y domésticas con sus parejas?
- ◆ ¿Alguna vez conversaron de estas cosas con sus parejas?
- ◆ ¿Creen ustedes que podrían estimular y apoyar a sus parejas a que realicen algunas de estas acciones con más frecuencia?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Un punto clave de este ejercicio es lograr que las mujeres visualicen cómo se relacionan sus parejas con sus hijos e hijas, identifiquen si hay elementos de dificultad (machismo, falta de tiempo, falta de costumbre, inseguridad, ausencia de espacios y momentos de encuentro, etc.), y piensen en cómo podrían apoyarlos en desarrollar una paternidad más involucrada. Igualmente, deberán aprender a reconocer y sentir la importancia que tiene para niños y niñas recibir afecto concreto y cotidiano de sus padres.

- 4.4** Explica que la paternidad de los hombres está determinada por diversas realidades y circunstancias tales como la influencia y el recuerdo del padre que se tuvo, la presencia de otras figuras masculinas cercanas, la relación con la madre, la edad a la que se es padre, el tipo de trabajo e ingresos que se tenga y los mensajes que recibe de la sociedad sobre a quién le corresponde el cuidado de los hijos, entre otros elementos. Comenta que muchas veces los hombres no tienen experiencia ni modelos positivos para ser más cariñosos o afectivos pero pueden aprender haciéndolo.
- 4.5** Explica que algunas mujeres promueven que el padre participe y se involucre en casa mientras que algunas madres no ven como importante que el padre participe. Esta actitud de la madre suele ser importante, así como lo es la propia convicción del padre frente a su rol de padre.

- 5.1** Pide que cada participante vuelva a mirar cómo respondió la hoja de trabajo “Acciones que como mamá hago habitualmente con mis hijos y/o hijas” y que piense en alguna actividad de la lista que no hace y quisiera hacer, o en una actividad que realiza poco y en la que quisiera profundizar más. A continuación, pídele que vea qué respondió en la hoja de trabajo “Acciones que como papá hace habitualmente mi pareja con nuestros hijos y/o hijas” y piense cómo podría motivar o pedirle directamente a su pareja que realice con más frecuencia alguna acción señalada. Invítale a que se propongan realizar alguna de esas acciones con sus hijos e hijas durante la próxima semana y díles que conversaremos sobre cómo les fue la experiencia en la próxima sesión.

5

**Compromiso
para la
semana**

⌚ 5 min

6

Cierre de la sesión

© 10 min

- 5.2** Pide que cada participante escriba en un papel la acción que se comprometió a realizar con sus hijos/as y con sus parejas en los próximos días y la pegue en las ramas de “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- 5.3** Finalmente, pide que cada participante comparta cómo se sintió en la sesión y qué aprendió.
- 6.1** Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy y el clima de confianza que tuvo el grupo.
- 6.2** Invítales a compartir con el grupo aquello que aprendieron o aquello de lo que se dieron cuenta durante la sesión de hoy.
- 6.3** Pregúntales con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa...).
- 6.4** Lee en voz alta las “ideas fuerza” haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5** Invítales a seguir pensando en lo compartido durante la sesión de hoy; a conversarlo con su pareja; a llevar a cabo el compromiso de la semana y a estar presente en la próxima semana y durante todo el taller.
- 6.6** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalas a asistir ya que la participación de todas es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.





IDEAS FUERZA

- ◆ La paternidad activa –un papá que asume tanto como la madre las tareas de crianza y del hogar- permite que tanto mujeres como niñas y niños alcancen su máximo potencial. Impacta positivamente en el desarrollo de hijas e hijos, así como también en el bienestar de la madre y del propio padre.
- ◆ Ser padre es mucho más que proveer económicamente.
- ◆ Los hombres están habilitados para hacer todas las actividades relacionadas con el cuidado y la crianza, a excepción del embarazo y la lactancia.
- ◆ La participación paterna positiva actúa como un factor protector para los niños y niñas a lo largo de su vida, reduciendo la probabilidad de que en la adolescencia se presenten conductas riesgosas como el abuso de drogas, la delincuencia y la violencia contra la pareja y contra terceros.
- ◆ Todas las actividades que realizan padres y madres implican trabajo y son vitales para la subsistencia y el desarrollo familiar, ya que tanto el trabajo remunerado fuera de casa, como el no remunerado dentro del hogar, son igualmente necesarios, requieren de un gran esfuerzo y, por tanto, deben ser valorados como tales. Ninguno es más importante que otro.
- ◆ La mayor participación de los hombres en las labores de cuidado también produce beneficios económicos ya que hay mejores condiciones para que la mujer también trabaje remuneradamente.
- ◆ Cada pareja define cómo distribuirá las tareas necesarias para llevar adelante la familia, pero ello no significa que los hombres se desentiendan de las tareas domésticas, de cuidado y de crianza sino que, aunque no puedan disponer del mismo tiempo para realizarlas (si es que únicamente ellos trabajan remuneradamente), es clave que se involucren lo máximo posible en la vida de sus hijas/os y en las tareas del hogar, haciendo equipo con la madre. Más allá de quien dedica más tiempo a las actividades domésticas, de cuidado y de crianza (dependiendo de los acuerdos, arreglos y realidades de cada pareja), es esencial para la pareja compartir la responsabilidad.

NOTAS



HOJA DE TRABAJO

Acciones que como mamá hago habitualmente con mis hijos y/o hijas

Lee las siguientes acciones y piensa con qué frecuencia las realizas con tus hijos y/o hijas menores de cinco años. Marca con una X la respuesta que corresponda a cada acción.

	Casi todos los días	A veces durante la semana (lunes a viernes)	A veces en fin de semana y días libres	Casi nunca
» Juego con mis hijos/as				
Les abrazo y/o tomo en brazos				
Les preparo alimentos				
Les doy de comer				
Les hago dormir				
Les cuento o leo un cuento				
Les llevo de paseo				
Les digo que los quiero				
Beso a mis hijos/as				
Paso tiempo con ellos/as				
Los escucho y presto atención				
Me acerco y los acompaño (contengo) cuando lloran o sienten pena, miedo o angustia.				



HOJA DE TRABAJO

Acciones que como papá hace mi pareja habitualmente con nuestros hijos y/o hijas”

Lee las siguientes acciones y piensa con qué frecuencia las realizas con tus hijos y/o hijas menores de cinco años. Marca con una X la respuesta que corresponda a cada acción.

	Casi todos los días	A veces durante la semana (lunes a viernes)	A veces en fin de semana y días libres	Casi nunca
» Juega con sus hijos/as				
Les abraza y/o toma en brazos				
Les prepara alimentos				
Les da de comer				
Les hace dormir				
Les cuenta o lee un cuento				
Les lleva de paseo				
Les dice que los quiere				
Besa sus mis hijos/as				
Pasa tiempo con ellos/as				
Los escucha y presta atención				
Se acerca y los acompaña (contiene) cuando lloran o sienten pena, miedo o angustia.				



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ

La importancia de la paternidad activa del papá

La presencia activa del papá en el desarrollo de su hija o hijo marca una diferencia.

Un padre presente, comprometido y afectivo, influye positivamente en el desarrollo y bienestar de sus hijas e hijos en diversas áreas.

Quienes han contado con un papá presente y afectivo suelen tener:

- ◆ mejor autoestima
- ◆ más habilidades sociales
- ◆ mejor desempeño escolar
- ◆ más herramientas para enfrentar las dificultades que se les presentan en la vida
- ◆ mayor bienestar psicológico
- ◆ más probabilidad de ser un padre comprometido

¿Qué beneficios tiene una paternidad activa?

Cuando como papá estás involucrado activamente en el cuidado y desarrollo de tu hijo/a:

- ◆ él o ella se desarrolla más sano y mejor
- ◆ la madre tiene menos sobrecarga, ya que las tareas son compartidas
- ◆ el papá se siente más realizado con su vida
- ◆ el vínculo con tu hijo/a será más sólido en el tiempo y de mejor calidad
- ◆ favorece la participación de la mujer en el mercado laboral y esto puede incrementar sus ingresos y desarrollo profesional.

Ser un padre activo y cuidar de tu hija/o es:

- ◆ Tener una relación afectuosa e incondicional con él o ella.
- ◆ Mantener una relación que vaya más allá de proveerle económicamente.
- ◆ Ser partícipe y actor del cuidado diario y la crianza de tu hijo/a con acciones como: cuidarle, alimentarle, hacerle dormir, vestirle, pasearle, enseñarle, etc.
- ◆ Promover un vínculo cariñoso, de apego mutuo, de cercanía afectiva con tu hijo/a.
- ◆ Compartir con la madre las tareas de cuidado de tu hijo/a y las tareas domésticas.
- ◆ Estar involucrado en todos los momentos del desarrollo de tu hijo o hija: embarazo, nacimiento, infancia temprana, niñez y adolescencia.
- ◆ Brindar una crianza respetuosa: cuidar, criar y educar con buen trato y mantener un clima de diálogo y respeto con la madre y la familia.
- ◆ Estimular el desarrollo de tu hijo/a: leyéndole cuentos, contándole historias, cantándole y/o poniéndole música, apoyándole en sus tareas escolares, jugando con él o ella.

El poder en la toma de decisiones en la pareja¹⁹

DURACIÓN

110 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Cuestionar el uso del poder y el control en la relación de pareja por parte de los hombres.
- ◆ Reconocer cómo el machismo, los estereotipos y los roles de género determinan relaciones desiguales de poder y control en el seno de las parejas.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hoja de Trabajo “El poder en la toma de decisiones”

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “El poder en la toma de decisiones”, una hoja por participante.

19. Algunas de las actividades de esta sesión se desarrollaron adaptando ejercicios del manual de *International Rescue Committee (2014) Preventing Violence Against Women and Girls: Engaging Men through Accountable Practice intervention. USA: International Rescue Committee.*

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareciera importante o que se llevaran sobre lo conversado en la sesión pasada.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Pide que, en primer lugar, comenten qué pensaron sobre el ejercicio de revisar las acciones que ellas y sus parejas hacen habitualmente con sus hijos e hijas. Luego pide que cuenten si pudieron realizar alguna acción diferente con sus hijos y/o hijas, qué hicieron y cómo les fue. Pregunta también si alguna motivó a su pareja para que hiciera algo distinto de lo habitual. Retroalimenta cada intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie ni le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Al contrario, anímalas a seguir pensando e intentando realizar cambios.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “El poder en la toma de decisiones en la pareja”: retomaremos la conversación sobre los mensajes que la sociedad nos transmite acerca de cómo se espera que se comporten los hombres y las mujeres; hablaremos de las diferencias de poder y la toma de decisiones entre hombres y mujeres, tanto en la familia como en la comunidad.

2

Reflexionando sobre el poder

⌚ 10 min

- 2.1** Pregunta a las participantes “¿Qué es para ustedes el poder?” Sintetiza los principales elementos mencionados.
- 2.2** Lee a las participantes la siguiente definición de poder: “El poder es la capacidad para influenciar o controlar a personas, recursos y oportunidades”. Coméntales que hay diferentes maneras de ejercer o usar el poder, y que este puede ser usado para bien o se puede abusar de él. Di que les mencionarás diferentes situaciones para analizar en conjunto si se trata de ejemplos que muestran un buen uso del poder o un abuso de poder.
- 2.3** Lee estas situaciones de una en una. Ante cada situación pregunta si se trata de un buen uso o de abuso de poder.

Situaciones.

- ◆ Una madre le dice a su hijo pequeño que no puede cruzar la calle solo.
- ◆ Un padre no le permite a su hija de 15 años vestirse como ella quiere.
- ◆ Un chofer de bus colectivo le dice a un mendigo que no se suba porque no lo va a llevar.
- ◆ Las personas de una comunidad deciden juntarse para arreglar su plaza entre todos.
- ◆ Un jefe le dice a un empleado que le va a rebajar el sueldo y que si se queja lo va a despedir.
- ◆ Un hombre le dice a su empleada que si no tiene relaciones con él la despedirá. Pregunta a las participantes: ¿Qué otros ejemplos conocen en que una persona

3

El poder de hombres y mujeres en la toma de decisiones

© 40 min

ejerce o tiene poder?

2.4 Retoma lo conversado y explica que hay diferentes formas de usar el poder:

- ◆ Poder de: puede usarse para ayudar a otros, ampliar oportunidades, educar, posibilitar cambios.
- ◆ Poder con: se usa para actuar conjuntamente con otras/os en pos de objetivos comunes.
- ◆ Poder sobre: se ejerce sobre otros/as de manera impositiva, sin considerar su parecer, amenazando, maltratando, humillando, negando oportunidades o violentando.

2.5 Pregunta

- ◆ ¿Qué opinan sobre estos diferentes usos de poder?
- ◆ ¿Cuáles reconocen ustedes como más comunes y en qué ámbitos de la vida?
- ◆ Comenta que todas y todos -en lo personal- tenemos algún tipo de poder, pero que en ciertas circunstancias en que el poder es relacional (como en un grupo o una pareja) algunos pueden tener más poder y control que otros.

2.6 Realiza la pregunta: ¿cómo se usa el poder comúnmente entre hombres y mujeres en las parejas? Anota las respuestas en pizarra o papelógrafo y plantea que se profundizará sobre este tema en los siguientes ejercicios.

3.1 Plantea que la idea ahora es vincular el uso de poder a la relación entre los hombres y las mujeres, y que para ello les recordarás algunos temas que vimos en las sesiones pasadas. Retoma primeramente algunos contenidos de la sesión “Ser hombre, ser mujer, ser padre, ser madre” respecto a los atributos y diferencias que la sociedad y la cultura construye en hombres y mujeres, las tareas que le asigna a cada género y otras atribuciones diferenciadas (trabajar, criar, hacer la comida, etc.). Refresca algunas ideas fuera de forma resumida, planteando “Recuerdan que vimos que la sociedad nos enseña que hay UNA manera esperada de ser hombre y de ser mujer y que eso influye en los roles que desempeñamos en la familia y en la sociedad”.

3.2 Una vez que hayas refrescado lo conversado acerca de las ideas socialmente compartidas sobre lo que significa ser hombre y mujer, explica que las diferencias que la sociedad genera en hombres y mujeres también establecen desigualdades y posibilidades diferentes a la hora de tomar decisiones. Es decir, establecen diferentes grados de poder.

3.3 Invítalas a formar subgrupos de tres o máximo cuatro participantes para realizar un ejercicio al respecto. Entrega estas preguntas, contenidas en la hoja de trabajo “El poder en la toma de decisiones” e invita a que las analicen, tanto para el caso de los hombres como para el caso de las mujeres.

¿Qué poder de decisión tienen generalmente los hombres en nuestra sociedad en cuanto a?

- ◆ Los hijos y las hijas.
- ◆ El derecho a salir a trabajar.

- ◆ En el trabajo remunerado.
- ◆ En las tareas domésticas.
- ◆ En las decisiones del hogar.
- ◆ En la sexualidad.
- ◆ Cuando hay conflictos de pareja.
- ◆ En espacios de decisión comunitaria o política.
- ◆ En el dinero.

¿Qué poder de decisión tienen generalmente las mujeres en nuestra sociedad en cuanto a?

- ◆ Los hijos.
- ◆ El derecho a salir a trabajar.
- ◆ En el trabajo remunerado.
- ◆ En las tareas domésticas.
- ◆ En las decisiones del hogar.
- ◆ En la sexualidad.
- ◆ Cuando hay conflictos de pareja.
- ◆ En espacios de decisión comunitaria o política.
- ◆ En el uso del dinero.

3.4 Propón volver al círculo, en plenaria, e invita a cada subgrupo a presentar una síntesis de lo conversado. Inicia un debate sobre lo que vayan comentando. Puedes utilizar estas preguntas:

- ◆ ¿Qué diferencias observan entre el poder de decisión que suelen tener los hombres y el que suelen tener las mujeres?
- ◆ ¿Hay algo que les llame la atención?
- ◆ ¿Hay igualdad o desigualdad en la toma de decisiones en estos temas?
- ◆ ¿A qué se deben o qué explicaría estas diferencias?
- ◆ ¿Cómo se relaciona el poder de decisión de nosotras como mujeres con lo que nos enseñaron desde niñas?
- ◆ Explica que la división de roles de género que se enseña e impone a hombres y mujeres también genera en cada uno determinado poder de decisión, tanto personal como en la relación de pareja (puedes utilizar algunas afirmaciones que las mismas participantes hayan comentado en el plenario). Comenta que la cultura tradicional machista otorga al hombre un mayor poder de decisión en algunas áreas, especialmente en temas públicos, y que también asigna a los hombres autoridad sobre la mujer y en la casa. La cultura machista permite que sean los hombres los que muchas veces impongan su decisión sin consultar o coordinarse con la pareja.

- ◆ Explica que tener o usar poder significa que uno puede hacer más de las cosas que uno quiere y que puede decidir sobre las cosas que le interesan e importan.

3.5 Propón que, en base a lo conversado, las participantes comenten en qué áreas de las mencionadas en la hoja de trabajo les gustaría o quisieran tener ellas un mayor o diferente poder de decisión.

3.6 Tras el intercambio de opiniones inicia una ronda de preguntas. Hazlas una a una.

- ◆ ¿A los hombres les cuesta escuchar a sus parejas o esposas?
- ◆ ¿Los hombres toman a veces decisiones sin consultar a sus parejas? ¿En qué temas? ¿Sucedo al revés? ¿En qué temas?
- ◆ ¿Para las mujeres qué temas son más difíciles de conversar o negociar con sus parejas?
- ◆ ¿Hay hombres que se ponen agresivos o violentos si su pareja se muestra más segura, decidida o quiere decidir por sí misma? ¿Qué pueden hacer las mujeres en esos casos? ¿Hay cosas que ustedes hacen comúnmente si les ocurre esto?
- ◆ Respecto a la última pregunta, da pie a que las participantes cuenten situaciones y experiencias e intenta que sean ellas las que ilustren con ejemplos cómo las abordan.
- ◆ Explica que podemos utilizar algunas técnicas que dan resultado para hacer valer nuestro punto de vista, tales como: tener convicción de que lo que estamos planteando es una buena idea; comentar lo que se siente cuando se es escuchada por la pareja o no se es tomada en cuenta; comentar cómo se siente cuando la pareja sí toma en cuenta sus ideas; mostrarle a la pareja cómo él está imponiendo su opinión, y no se está llegando a un consenso; buscar el mejor momento para conversar.
- ◆ Comenta que hay casos en los que no es posible conversar con la pareja sobre estos temas, ya sea porque él se muestra muy terco, intransigente o enojado, reacciona con violencia o porque ha bebido alcohol. En esos casos no hay que exponerse a riesgos de ser agredida. Si estas actitudes perduraran en el tiempo debieran consultar en instituciones que puedan orientarlas sobre cómo proceder.
- ◆ Si notas a alguna participante incómoda acércate al final de la sesión y pregúntale directamente cómo se sintió en la sesión de hoy.

4

El caso de María

⌚ 30 min

4.1 Comenta que ahora se verá el tema del ejercicio del poder a través de una historia. Lee a todo el grupo en voz alta el caso de María:

- ◆ “Juan y María son una pareja con un niño pequeño de 3 años. Los dos trabajan y traen dinero a casa. María, la madre, es quien dedica más tiempo al cuidado del niño y a la casa. Juan, el padre, realiza algunas tareas ocasionales en casa, aunque todas las reparaciones las resuelve él. Él sale comúnmente con sus amigos y juega fútbol los fines de semana. María sale poco, y cuando quiere salir, Juan la controla y se enoja, dice que no le gusta que ella salga sola o con amigas. Por eso María prefiere no discutir, piensa que Juan se pone celoso porque la quiere y finalmente ella no sale. A Juan tampoco le gusta que converse con vecinos y a veces le revisa las comunicaciones de su celular”.

4.2 Facilita un diálogo en torno a estas preguntas:

- ◆ ¿Son comunes situaciones como esta en nuestro barrio o comunidad?
- ◆ ¿Quién tiene poder en esta historia? ¿Qué clase de poder tiene?
- ◆ ¿Cómo se ejerce el poder en general en una pareja? ¿Hay alguien que tiene más poder que otro/a?
- ◆ ¿Tienen el mismo derecho a tomar decisiones las mujeres y los hombres en una pareja?
- ◆ ¿En general, en nuestra comunidad, hay machismo en la toma de decisiones en pareja?
- ◆ ¿Es un acto de cariño celar y controlar a otra persona?
- ◆ ¿Cómo se siente María cuando su pareja la controla? ¿Entiende que hay un abuso de poder de parte de Juan?
- ◆ ¿Por qué creerá Juan que tiene derecho a controlar a su pareja?
- ◆ ¿Qué otra cosa podría hacer María?
- ◆ ¿Le ha pasado a alguna de ustedes una situación similar? ¿Cómo la han enfrentado?

4.3 Explica que en una pareja es muy importante el respeto mutuo, que cada uno pueda expresar lo que siente y piensa, tomar las decisiones en conjunto, valorar lo que cada una/o desea y lo que cada uno/a puede aportar, “hacer equipo” en el desarrollo personal, la pareja, la crianza y en el hogar.

Explica que para tender a lograr el ejercicio de un poder equitativo en la pareja es importante repensar las ideas, conceptos y prejuicios que tenemos acerca de cómo deben ser mujeres y hombres, y romper con estereotipos machistas que ubican a mujeres y hombres en un plano de desigualdad. Hay que criticar el concepto de “poder sobre” y avanzar y promover el concepto de “poder con”. Recuérdales que hay casos o situaciones en los que no es posible conversar con la pareja sobre estos temas.

NOTAS

5

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 5.1** Invita a las participantes a pensar en cómo usan el poder en su casa y cómo lo usan sus parejas. En función de lo que hayan pensado, pídeles que definan algo que les gustaría cambiar respecto a la forma en que ellas toman decisiones en su hogar, algo que les gustaría hacer y no hacen porque no se han animado o porque creen que no es posible.
- 5.2** Pide a cada una que comparta el compromiso que se propone realizar esta semana después de lo revisado en la sesión de hoy.
- 5.3** Invita a las participantes a anotar en un papel, en una palabra o frase, su compromiso para esta semana y lo peguen en “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- 5.4** Invita al grupo a reflexionar durante la semana acerca de lo revisado en la sesión de hoy, aquello de lo que se dieron cuenta y lo que les gustaría cambiar en su relación.

6

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 6.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza que alcanzó el grupo.
- 6.2** Invita a compartir aquello que aprendieron o aquello de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 6.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ej.: emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa, etc.).
- 6.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5** Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a hacer el compromiso de la semana.
- 6.6** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y ámalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.

NOTAS



IDEAS FUERZA

- ◆ El poder es la capacidad para influenciar o controlar a personas, recursos y oportunidades.
- ◆ Hay formas de poder que se ejercen sobre otros y hay formas de poder que se ejercen con otros. Quienes detentan poder pueden ser autoridades legítimas o bien pueden ejercer poder a partir de atributos que no son personales, tales como la capacidad económica, la raza, la clase o el género.
- ◆ Desde la crianza se nos enseña cómo se espera que nos comportemos y qué podemos hacer por ser varón o mujer, estableciéndose diferencias de poder que resultan en una diferente participación en la toma de decisiones. La cultura machista educa a los hombres desde pequeños para ser quienes tienen la autoridad en la casa, administren los recursos familiares sin consultar a la pareja y tengan el poder de tomar decisiones en nombre de las mujeres quienes están subordinadas a ellos.
- ◆ Hoy se espera cada vez más que las decisiones sean compartidas, es decir, conversadas y consensuadas en pareja.
- ◆ Las pautas tradicionales de género –hombres al trabajo y mujeres en la casa, entre otras cosas- perpetúan modelos machistas de control y poder sobre las mujeres. Pensar en roles más abiertos y flexibles en un marco de diálogo facilita un ejercicio de poder más equitativo en la pareja.
- ◆ Los hombres no tienen derecho a controlar a las mujeres. Los comportamientos de control por parte de las parejas hombres incluyen: impedirle a la mujer que visite a sus amigos o familia, insistir en saber dónde está en todo momento, ponerse celoso o enojarse si habla con otro hombre, sospechar que le es infiel y exigirle que pida permiso para visitar un centro de salud. Este tipo de comportamientos puede ser el precursor o estar asociado al ejercicio de violencia física, sexual o emocional contra la mujer por parte de la pareja.

NOTAS





HOJA DE TRABAJO

El poder en la toma de decisiones

¿Qué poder de decisión tiene generalmente los hombres en nuestra sociedad en cuanto a:?

- ✦ Los hijos y las hijas.
- ✦ El derecho a salir a trabajar.
- ✦ En el trabajo.
- ✦ En las tareas domésticas.
- ✦ En las decisiones del hogar.
- ✦ En la sexualidad.
- ✦ Cuando hay conflictos de pareja.
- ✦ En espacios de decisión comunitaria o política.
- ✦ En el dinero.

¿Qué poder de decisión tiene generalmente las mujeres en nuestra sociedad en cuanto a:?

- ✦ Los hijos y las hijas.
- ✦ El derecho a salir a trabajar.
- ✦ En el trabajo.
- ✦ En las tareas domésticas.
- ✦ En las decisiones del hogar.
- ✦ En la sexualidad.
- ✦ Cuando hay conflictos de pareja.
- ✦ En espacios de decisión comunitaria o política.
- ✦ En el dinero.

Violencia contra las mujeres en las relaciones de pareja²⁰

DURACIÓN

110 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Identificar y conocer las distintas formas de violencia contra la mujer en las relaciones de pareja.
- ◆ Prevenir la violencia contra la mujer en el seno de la pareja.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hoja de trabajo “La historia de Juana”

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “La historia de Juana”

20. Algunas de las actividades de esta sesión se desarrollaron adaptando ejercicios del manual de *International Rescue Committee (2014) Preventing Violence Against Women and Girls: Engaging Men through Accountable Practice intervention. USA: International Rescue Committee.*

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta qué tal pasaron su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareciera importante o que se llevaran de lo que conversaran en la sesión pasada.
- 1.4** Preguntales cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Consulta si alguna de ellas intentó tomar decisiones que habitualmente no tomaba, ya sean personales, en la pareja y/o en casa. Si nadie comenta, pregunta si pensaron sobre lo que se habló durante la sesión anterior. Aprovecha para reiterar le necesidad de pensar en cómo tomamos decisiones como mujeres. Retroalimenta cada comentario e intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no haya hecho nada o no le haya salido bien. Al contrario, debes animarlas a seguir intentándolo.
- 1.5** Explica que hoy veremos la sesión de “Violencia contra las mujeres en la relación de pareja”; que conversaremos sobre las formas de violencia que se producen en las parejas de El Alto y reflexionaremos sobre sus consecuencias y sobre cómo se puede prevenir. Cuéntales que hablar acerca de la violencia sufrida por las mujeres puede ser doloroso, pero a muchas mujeres les ayuda. Enfatiza que nadie tiene que hablar o compartir lo que no quiera y que lo que se habla en el grupo, no sale del grupo.

2

Reflexionando sobre la violencia hacia las mujeres en la pareja

⌚ 10 min

- 2.1** Comenta que el tema que trabajaremos en la sesión de hoy, la violencia hacia las mujeres en las relaciones de pareja, es lamentablemente una realidad muy extendida en el país y especialmente en la zona de El Alto. Según la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDSA) realizada en Bolivia en 2008, cuatro de cada 10 mujeres en el país han sufrido violencia psicológica en el último año, y una de cada cuatro ha sufrido alguna forma de violencia física en el mismo periodo de tiempo.
- 2.2** Explica que la violencia es un “uso de la fuerza que tiene como consecuencia un daño físico, emocional o psicológico y que los actos de violencia en la pareja pueden ser clasificados, básicamente, en cuatro tipos. Lee los tipos y las definiciones y escríbelas, también, en la pizarra o el papelógrafo.
 - ◆ Violencia física: toda acción que ocasiona lesiones y/o daño corporal, (interno, externo o ambos) y que se manifiesta de forma inmediata o en el largo plazo, empleando o no fuerza física, armas o cualquier otro medio.
 - ◆ Violencia psicológica: desvalorización, intimidación y control del comportamiento y las decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e, incluso, el suicidio.
 - ◆ Violencia sexual: es toda conducta que ponga en riesgo, limite o vulnere el derecho de la mujer a decidir libremente si, cuándo y cómo tener relaciones sexuales y presionarla a tener actos sexuales o cualquier otra forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital sin consentimiento.
 - ◆ Violencia económica: control o limitación al uso del dinero, propiedades y recursos privando a la mujer de los medios indispensables para vivir.

3

Analizando la historia de Juana

© 30 min

- ◆ Enfatiza que la violencia hacia la mujer no solo abarca el uso de la fuerza física y que las otras formas de violencia indicadas también son formas de violencia.

2.3 Pregunta a las participantes:

- ◆ ¿Suceden este tipo de violencias hacia las mujeres en las parejas de El Alto?
- ◆ ¿Cuáles son las formas más comunes de violencia en nuestros barrios?
- ◆ ¿Por qué piensan que ocurre la violencia hacia la mujer por parte de su pareja?
- ◆ Anota las respuestas en la pizarra o el papelógrafo y avanza que, en los próximos ejercicios, profundizaréis sobre este tema.

3.1 Pide que se junten en grupos de cuatro personas y reparte a cada subgrupo la hoja de trabajo “La historia de Juana”. Pídeles que lean primero la historia y que luego comenten qué piensan de ella.

3.2 Solicita que se coloquen en plenario y que cada subgrupo resuma aquello que conversó sobre la historia leída.

3.3 Una vez finalizados los resúmenes pregunta al grupo:

- ◆ ¿Por qué creen que se producen estos tipos de violencia?
- ◆ ¿Han escuchado o visto historias como estas en la comunidad?
- ◆ ¿Qué tipo/s de violencia/s se ejerce/n en la historia?
- ◆ ¿Por qué creen que Héctor se siente con el derecho a insultar y pegar a su pareja?
- ◆ ¿Cómo se siente Juana cuando su pareja la insulta y le pega? ¿Entiende que Héctor ejerce violencia sobre ella?
- ◆ ¿Por qué creen que Juana piensa que Héctor tiene derecho a violentarla?
- ◆ ¿Por qué creen que las vecinas reafirman el derecho de Héctor de hacer lo que quiere con Juana?
- ◆ ¿Le ha pasado a alguna de ustedes una situación similar? ¿Cómo la han enfrentado?

3.4 Rescata y valora las distintas opiniones que las personas vayan manifestando. Invita al grupo a conversar con franqueza explicándoles que esta es una realidad que sucede en muchas familias y que puede ser dolorosa hablar sobre ella. Explica que nadie tiene que compartir ninguna información si no se siente cómoda al hacerlo.

3.5 Explica que la cultura machista otorga derecho a los hombres a tener bajo su control y poder a sus parejas mujeres, al punto que legitima la violencia hacia ellas cuando consideran que no cumplen con sus deseos y/o expectativas. Aclara que, aunque esta visión ha ido cambiando y actualmente esto está prohibido por leyes, lamentablemente sigue ocurriendo en muchos hogares. Por eso es necesario que las mujeres sepan que tienen derecho a ser tratadas con respeto y sin violencia de ningún tipo.

4

Explorando alternativas en la historia de Juana

⌚ 30 min

- 4.1 Tras el análisis del caso, propón a las participantes que vuelvan a juntarse en los mismos subgrupos de antes para pensar, en conjunto, qué cambiarían de esa historia buscando soluciones a la violencia.
- 4.2 Invítalas a preparar un sociodrama o actuación que van a representar ante todo el grupo con soluciones posibles a la historia, como si fuera una escena teatral. Para ello tienen que asignar roles o personajes y preparar la actuación. Diles que tienen 10 minutos para preparar una dramatización que durará cinco minutos. Sé flexible si les toma un poco más de tiempo.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

El sociodrama es una metodología de trabajo socioeducativo con grupos, en la cual se usan algunas técnicas teatrales y de improvisación con fines de conscientización y transformación social. Un sociodrama se desarrolla en torno a un tema, siguiendo las siguientes etapas: preparación, dramatización o actuación y momento de compartir grupalmente. Es importante que el/la facilitador/a esté atento/a y ayude a crear un clima de confianza donde todos se sientan cómodos, reforzando la idea de que los participantes no necesitan ser “actores de verdad” y de que se valora la improvisación. El compartir en grupo tiene dos momentos: compartir las emociones –lo que sentí en tal personaje o como espectador de tal escena- y luego compartir ideas, pensamientos u opiniones.

- 4.3 Dispón de una zona de la sala como escenario y a los participantes como público con las sillas en forma de U o media luna.
- 4.4 Pide a cada grupo que presente su dramatización (en cinco minutos como máximo) frente al grupo completo. Recuerda a las demás que deben escuchar con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas: que todas son importantes porque son una creación colectiva.
- 4.5 En plenaria, consúltales cómo se sintieron en su rol de actrices o de público, qué emociones sintieron. Luego pregunta:
 - ◆ ¿Qué tipo de soluciones o estrategias se observaron?
 - ◆ ¿Qué permitió actuar de manera diferente?
 - ◆ ¿Ha habido alguna o algunas que les hayan parecido más interesantes o aplicables que otras?
 - ◆ ¿Creen que hay maneras posibles de resolver esta situación?
 - ◆ Recuérdales que hay casos o situaciones en los que no es posible conversar con la pareja sobre estos temas, ya sea porque él no está en condiciones de hacerlo o bien porque existe riesgo de violencia.

5

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 5.1** Invita a las participantes a reflexionar y observar las formas de trato con la pareja, si hay alguna forma de violencia, y a pensar en cómo esto las afecta a ellas y a sus hijos/as. Invítalas a meditar sobre qué deberían hacer para educar a sus hijas e hijos en el buen trato y la no violencia, y a que piensen en realizar algún tipo de acción que apunte en ese sentido. Por ejemplo: conversar con los niños/as en lugar de retar, amenazar o golpearlas/os; conversar con su pareja formas de buen trato en la familia; pedir ayuda en el centro de salud sobre cómo enfrentar situaciones de conflicto sin violencia...
- 5.2** Pide a cada una que comparta, si así lo desea, qué ha pensado que debería hacer en su familia para que sus hijos/as se eduquen en el buen trato y la no violencia. Pregunta luego si alguna se compromete a implementar alguna acción en ese sentido durante la semana. Ofrece información, apoyo y/o asesoramiento sobre qué hacer en casos de violencia familiar y de pareja y entrégalo si alguien lo solicita.
- 5.3** Invita a las participantes a anotar en un papel, en una palabra o una frase su compromiso para esta semana y a que lo peguen en “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- 5.4** Invita al grupo a reflexionar durante la semana acerca de lo revisado en la sesión de hoy, enfatizando aquello de lo que se dieron cuenta y lo que les gustaría cambiar en su relación de pareja.

6

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 6.1** Valora lo conversado y compartido durante el día de hoy, así como el clima de confianza generado por el grupo.
- 6.2** Invítalas a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta durante la sesión de hoy.
- 6.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa, etc.).
- 6.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5** Invítalas a seguir pensando en lo compartido en el día de hoy y a hacer el compromiso de la semana.
- 6.6** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalos a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.

NOTAS



HOJA DE TRABAJO

La historia de Juana

Juana y Héctor son una pareja que tiene dos niños pequeños. Ambos trabajan. Juana trabaja vendiendo frutas en una feria cerca de su casa para estar cerca de sus hijos y poder cuidarlos, y Héctor trabaja de camionero. Héctor está acostumbrado a llegar tarde y ordenar que lo atiendan. Dice que esa es obligación de Juana. A veces se enoja con ella y la reprende duramente, le dice que no sirve para nada, que no es una buena esposa. Varias veces al mes sale a tomar con sus amigos y llega borracho y agresivo a la casa. En ese estado, a veces Héctor le pega a Juana delante de sus hijos. Juana se siente mal con la situación pero se queda callada, cree que algo de razón tiene Juan al reclamarle que tiene que ser mejor esposa. Cuando ha querido conversar con otras vecinas sobre este tema, ellas le han dicho que igualmente Héctor es el jefe de la casa y que debe aguantarse.

NOTAS

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

Disciplina positiva²¹

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Ejercer prácticas respetuosas y afectuosas para educar y disciplinar a sus hijas e hijos.
- ◆ Efectuar una reflexión crítica sobre las formas en las que las madres y los padres educan y disciplinan a sus hijas e hijos.
- ◆ Reconocer los efectos nocivos del uso de castigos físicos o humillantes contra niños y niñas.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcador grueso para el/la facilitador/a.
- ◆ Hojas y lápices para cada participante.
- ◆ Casos de “Cómo se disciplina: dilemas de la crianza”.
- ◆ lemas en la crianza”.
- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la hoja de apoyo para la mamá “La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse protegido”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de trabajo “Recomendaciones para practicar la disciplina positiva”.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia un ejemplar para cada grupo de los casos “Cómo se disciplina: di-
- ◆ Pon en un lugar visible de la sala las “Reglas de convivencia” y “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

21. Adaptado de Promundo (2009). *Manual por el fin del castigo físico y humillante. Manual para sensibilización de padres, madres y cuidadores de niños y niñas*. Brasil: PROMUNDO.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregúntales qué tal estuvo su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareciera importante o que se llevaran consigo sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregúntales cómo les fue en la reflexión y el compromiso que se plantearon en la sesión anterior. Consúltales si pensaron sobre la manera en la que se vinculan y tratan a sus hijos e hijas y si creen que podrían mejorar el trato con ellos/as. Averigua si alguna intentó hacer algún cambio en ese sentido; si trató de mejorar el trato y/o evitar situaciones de violencia en la familia. Retroalimenta cada intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Al contrario, anímalas a seguir intentándolo.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Disciplina Positiva” en la que conversaremos acerca de cómo educar a los niños y niñas estimulándolos a partir del buen trato.

2

Casos de dilemas en la crianza

⌚ 20 min

- 2.1** Pide que se junten en subgrupos de tres integrantes.
- 2.2** Entrega a cada subgrupo un caso de “Cómo se disciplina: dilemas en la crianza”.
- 2.3** Invítalas a leer en voz alta el caso o situación que les tocó y luego a conversar con su subgrupo en torno a las preguntas que acompañan al caso. Comenta que tienen 15 minutos.
- 2.4** Circula por los subgrupos para ver si surgen dudas y apoyarlos si lo necesitan.

3

Análisis de los casos

⌚ 30 min

- 3.1** Invita a las participantes a ubicarse en círculo en plenaria.
- 3.2** Invita a que cada grupo presente un resumen de la historia que les tocó y de lo más importante de lo conversado. Sugiere a los grupos que cada uno elija a una representante para hacer el resumen, y al final de su presentación pregunta si alguien de su mismo grupo quiere agregar algo.
- 3.3** Abre el intercambio de opiniones siguiendo estas preguntas
 - ◆ ¿Qué opinan de los casos sobre “Dilemas en la crianza” que se presentaron? ¿Les han ocurrido a ustedes situaciones similares?
 - ◆ ¿Qué opinan de las reacciones de los papás y mamás de las historias? ¿Han reaccionado ustedes de la misma manera en alguna ocasión?
 - ◆ Las reacciones de los papás y las mamás de las historias, ¿buscan castigar o buscan educar a los hijos e hijas?
 - ◆ ¿Qué podrían hacer los padres y las madres de los casos para enfrentar de mejor modo estos dilemas? ¿Qué les aconsejarían?
 - ◆ Como facilitador/a puedes explicar en cada caso lo siguiente:

- ↪ En el caso 1 el padre puede decirle a su hija que está cansado, dedicarle un tiempo exclusivo para ella, por ejemplo, para darle de comer o acompañarla a comer y/o hacerla dormir.
 - ↪ En el caso 2 es importante que los padres le pregunten calmadamente a la hija por qué lo hizo. Después de entender sus motivos es importante que le expliquen las razones por las cuales no hay que tomar ese dinero sin permiso. Las amenazas y castigos no son adecuados como modos de enseñanza.
 - ↪ En el caso 3 los padres pueden contener a Daniel en su ansiedad, explicándole que está bien que tenga gustos y preferencias pero que no es posible comprar o tener todo a la vez. Los castigos físicos y humillantes no deben utilizarse. La calma con la que se enfrenten a la situación y le expliquen al hijo será fundamental.
 - ↪ En el caso 4 se debe evitar el castigo físico y se tiene que actuar tempranamente. Los padres pueden estar atentos a los deberes de José desde el inicio de las clases, preguntando a diario qué tareas tiene, mirando juntos el cuaderno de ser necesario, creando un espacio adecuado en la mesa para hacer los deberes, preguntando después cómo le fue con la tarea. Esa preocupación será un buen apoyo para el hijo, que no es sinónimo de control, ya que educarlo en autonomía también es importante.
 - ↪ En el caso 5 es importante que los padres se interesen por lo que María hace: aquello que dice, cómo o a qué cosas juega y cómo o qué cosas dibuja. Además de mostrar interés, es importante que celebren y elogien sus logros por pequeños que sean, y que esos elogios sean expresados con energía positiva y entusiasmo. Los hijos necesitan esos elogios a diario.
- ◆ ¿Los castigos físicos y humillantes sirven para educar?
 - ◆ ¿Cómo manejan ustedes la frustración, la rabia o el enojo con sus hijas/os?
 - ◆ ¿Cómo manejan ustedes la frustración, la rabia o el enojo (en general)?
 - ◆ ¿Cómo maneja su pareja la frustración, la rabia o el enojo con sus hijas/os?
 - ◆ ¿Cómo maneja su pareja la frustración, la rabia o el enojo (en general)?
 - ◆ ¿A veces explotan? ¿Qué les ayuda a no explotar?
 - ◆ ¿Cómo se sentían ustedes en su infancia cuando eran castigadas físicamente o de forma humillante?
 - ◆ ¿Cómo se sienten ustedes cuando castigan a sus hijos e hijas?
 - ◆ ¿Cómo creen que se sienten sus hijos/as cuando son castigados?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Recuerda que la actividad no pretende juzgar ni culpar a nadie, que lo importante es compartir y conocer la experiencia de los demás para ir aprendiendo juntos a ser mejores madres y padres cada día. Explica a los participantes que los hijos y las hijas necesitan ser educados con cariño y, a veces, con firmeza. Nunca con maltrato, castigo físico y violencia.

4

Compartiendo nuestras experiencias

⌚ 20 min

- 3.4** Después de esta ronda de preguntas lee al grupo las ideas fuerza de la sesión.
- 3.5** Abre un segundo momento de conversación en plenaria sobre estrategias para criar a los hijos y las hijas con buen trato. Utiliza como referencia los casos revisados. Sigue estas preguntas:
- ◆ ¿Qué formas de disciplina creen que son negativas?
 - ◆ ¿Qué podrían hacer ustedes junto a l padre de su hija/o para mejorar su forma de enseñarles?
 - ◆ ¿Cómo podrían disciplinar sin violencia, sin golpes ni humillaciones?
- 3.6** Explica a las participantes que los/as hijos/as necesitan ser educados con cariño y, a veces, con firmeza. Nunca con maltrato, castigo físico y violencia. Algunas formas de crianza que se deben evitar porque no dan resultado o causan daño a los/las hijos/as son: castigos físicos, castigos exagerados o irrealizables, humillar o descalificar a los hijos y las hijas, no tener derecho a equivocarse, no explicar a los/las hijos/as el sentido de las reglas en casa, no escuchar su punto de vista. Comenta que en unos minutos revisaremos formas de disciplina positiva.

- 4.1** Invita ahora al grupo a compartir sus experiencias y buenas prácticas cuidando y practicando la disciplina con sus hijas/os. Pregunta:
- ◆ ¿Qué desafíos o dilemas han tenido durante la crianza de sus hijos/as? ¿Qué situaciones les ha costado manejar?
 - ◆ ¿Cómo las han enfrentado?
 - ◆ ¿Qué les ha dado resultado?
 - ◆ ¿Cuáles son sus estrategias para tener una disciplina positiva en casa?
 - ◆ ¿Han tenido desacuerdos con sus parejas en estos temas? ¿Cómo los han enfrentado?
 - ◆ ¿Qué les ayuda a no explotar o no pasar a la violencia cuando algo en la conducta de sus hijos/as les parece inadecuado o les cuesta a ustedes manejar?
- 4.2** Comenta que ahora revisaremos algunas recomendaciones para practicar la disciplina positiva que nos ayudarán a enfrentar mejor desafíos o dilemas en la crianza.

5

Recomendaciones para practicar la disciplina positiva (crianza respetuosa)

⌚ 15 min

- 5.1** Entrega a cada participante una hoja impresa con las “Recomendaciones para practicar la disciplina positiva” que aparecen en la hoja de trabajo para las mamás..
- 5.2** Léelas a todo el grupo.
- 5.3** Inicia una conversación con estas preguntas:
- ◆ ¿Qué les parecen estas recomendaciones?
 - ◆ ¿Cuáles les parecen más útiles? ¿Cuáles podrían o les gustaría aplicar?
 - ◆ ¿Cuáles realizan o aplican en su hogar? ¿Cuáles les resultan más difíciles?
 - ◆ ¿En cuáles necesitarían el apoyo de su pareja para aplicarlos?

6

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

- 6.1 Invita a las madres a elegir dos acciones de disciplina positiva que les gustaría incorporar en sus prácticas de crianza y a escribirlas en un papel.
- 6.2 Invita a las participantes a que peguen sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres” puesto en la pared.

7

Cierre de la sesión

⌚ 10 min

- 7.1 Valora lo conversado y compartido en la sesión de hoy y el clima de confianza generado por el grupo.
- 7.2 Invítalas a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta durante la sesión de hoy.
- 7.3 Pregúntales con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo: emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa...).
- 7.4 Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 7.5 Invítalas a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy, a conversarlo con su pareja y a hacer el compromiso de la semana.
- 7.6 Entrega a cada participante una copia de la hoja de apoyo para la mamá “La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse protegido” e invítalas a estudiarla con su pareja en casa.
- 7.7 Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalas a asistir ya que la participación de todas es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños no son formas de educación válidas.
- ◆ Criar con buen trato significa educar con cariño y a veces con firmeza, pero nunca con violencia o maltrato.
- ◆ Cada error de un hijo/a es una oportunidad de aprendizaje para la vida.
- ◆ Los hijos/as necesitan sentir que los padres los acompañan y educan, que les van enseñando día a día con el ejemplo más que con sermones.
- ◆ Conversar con la pareja sobre los dilemas de la crianza día a día ayuda a enfrentar mejor sus desafíos y dilemas.
- ◆ Es necesario reconocer cuándo una está molesta, estresada o cansada para no transmitir ese estado a los niños y niñas en forma de reprimendas y castigos injustos.



CASOS 1/2

¿Cómo se disciplina? Dilemas en la crianza

Caso N° 1

Pedro tiene dos hijas y un hijo: Juana de 4 años, Olga de 3 y Roberto de 2. Él trabaja todos los días y llega a la casa cerca de las 7 de la noche, muy cansado. Su pareja, María, también trabaja. Desde que entra a la casa, Juana, la hija más inquieta de los niños, quiere estar todo el tiempo con él: lo sigue a todas partes, se le sube encima y quiere que jueguen juntos. Pedro le dice que se quede quieta para que él pueda hacer cosas de la casa y descansar un poco. La niña le obedece por un tiempo, pero pronto vuelve alrededor del papá. Cuando Pedro no está demasiado cansado trata de estar un rato con ella y la deja hacer, pero cuando está exhausto se desespera porque la niña no le obedece y aprieta el brazo de Juana. La niña grita, la mamá también la reta porque ella no la obedece, y ambos la mandan a la cama sin comer. Pedro consulta con ustedes y les pide su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué se comportará así Juana con su papá?
- ◆ ¿Qué cosas puede hacer Pedro para que Juana disminuya su inquietud alrededor del papá?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de gritar, apretarle el brazo y dejarla sin comer, ¿qué podrían hacer Pedro y su pareja cuando Juana no les obedece?

Caso N° 2

Teresa tiene 5 años. Es inteligente y curiosa. Sus papás trabajan todo el día para mantener a la familia y, además de Teresa, tienen un hijo de 2 años. Ellos tienen muy poco tiempo para quedarse con sus hijos. Un día, la mamá percibe que le falta un billete en su billetera, pero como es poco dinero, no le pone mucha atención. La semana siguiente, sucede lo mismo. Ella se queda preocupada, pero encuentra la plata abajo de la cama de la niña. La madre llama a la hija y, sin explicarle nada, le pega, le llama ladrona y le dice que ella no la enseñó a robar y que, si sigue portándose así, la va a mandar a una institución para niños con problemas. El papá, cuando se entera, vuelve a retar a Teresa, le pega una palmada y la manda a la cama. Los padres de Teresa consultan con ustedes y piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué habrá tomado y escondido el dinero Teresa?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres para evitar que su hija vuelva a tomar dinero?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de pegar y amenazar a su hija, ¿qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hija?

Caso N° 3

Daniel tiene 4 años. Es un niño amable y simpático. Sin embargo, es muy caprichoso y llora y grita cuando los papás no le dan lo que les pide. Para evitar que llore mucho, los papás tratan de contentar sus gustos, siempre que sea posible, porque su situación económica no es muy buena. Pero cuando el niño no entiende, ellos le pegan y le dan un baño con agua fría para que se calme, controle su ira y deje de llorar. Los padres de Daniel consultan con ustedes y piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué se pondrá tan caprichoso Daniel?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres para que el niño no se porte más de ese modo?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de pegarle y meterle en agua fría, ¿qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hijo?



CASOS 2/2

¿Cómo se disciplina? Dilemas en la crianza

Caso N°4

José tiene 7 años y vive con sus padres. El papá trabaja fuera del hogar y la mamá cuida a los niños en casa. José va a la escuela y tiene que hacer los deberes escolares cuando vuelve a la casa, después de descansar un ratito. A José no le gusta hacer sus tareas y prefiere mirar tele o salir a jugar con los amigos. Su mamá, ocupada con los trabajos de la casa, le manda hacer las tareas, pero no se da cuenta de que él no la obedece. A la noche, ambos papás le preguntan si él hizo sus tareas y se lo creen cuando él dice que sí.

Cuando la escuela entrega las notas, los papás se sorprenden porque la profesora afirma que el niño va mal y es posible que repruebe. Al llegar a la casa, el papá pelea con el niño, diciendo que él es un vago, perezoso y que no sirve para nada. Con un cinturón, le pega a José en las nalgas para que él aprenda, además de dejarlo sin salir y sin mirar tele por cuatro meses antes de las vacaciones.

- ◆ Los padres de José consultan con ustedes y les piden su opinión sobre:
- ◆ ¿Por qué no habrá hecho José las tareas y mentido sobre ello?
- ◆ ¿Qué cambios pueden hacer los padres para lograr que José cumpla con sus tareas?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ En lugar de gritar, humillar y pegar a su hijo, ¿qué podría hacer el papá y la mamá para educar a su hijo?

Caso N°5

María tiene 4 años y le encanta compartir sus dibujos y sus logros con su mamá y su papá. Les llama varias veces y ellos no la miran, no le celebran sus logros, no le dicen “qué bonito” o “qué bien lo que hiciste”. Se pasan el tiempo conversando, viendo televisión, revisando el celular o haciendo sus labores. Sin embargo, cuando se trata de reprenderla ahí sí que la miran, le hablan con enojo e incluso con gritos.

Los padres de María consultan con ustedes y les piden su opinión sobre:

- ◆ ¿Por qué María necesita de la opinión de los padres?
- ◆ ¿Qué podrían hacer los padres frente a los logros de su hija?
- ◆ ¿Les parece adecuada la reacción de la mamá y el papá?
- ◆ ¿Qué podrían hacer la mamá y el papá para educar a su hija y reforzar lo que hace bien?



HOJA DE TRABAJO

Recomendaciones para practicar la disciplina positiva²²

Ten en cuenta que:

- ✦ Las/os hijas/os necesitan amor incondicional, seguridad y reglas claras.
- ✦ Para educar no es necesario usar malos tratos, golpes o violencia.
- ✦ Las reglas o normas claras son necesarias para educar. Los castigos físicos no.
- ✦ El castigo físico y humillante deja huellas, afecta el pleno desarrollo y baja la autoestima de los hijos.
- ✦ Ser educados con buen trato y sin violencia es un derecho de los niños y niñas.
- ✦ La violencia causa más violencia.

Practica a diario la disciplina positiva con estas acciones:

- ✦ Estimula y premia el buen comportamiento de tu hijo/a.
- ✦ Elogia y celebra a tu hijo/a en cada logro.
- ✦ Explícale con calma a tu hijo/a lo que esperas de él/ella.
- ✦ Ten expectativas realistas con tu hijo/a, no le pidas más de lo que puede lograr a su edad (puedes revisar con el grupo el cuadro de etapas del desarrollo disponible en la página 180).
- ✦ Escucha a tu hija/o y pon atención a sus necesidades.
- ✦ Mantén una buena relación con la madre de tu hija/o.
- ✦ Conversa cotidianamente con tu pareja sobre la crianza de los niños/as.
- ✦ Si te sientes cansado y estresado por algún motivo cuida de no desquitarte con tu hija/o, menos aún a través de retos y castigos.

²². Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de Paternidad activa para padres*. UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ 1/2

La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse amado y protegido²³

- ◆ Juegue con frecuencia y proporcione enseñanzas en lo social y lo emocional. Por ejemplo a respetar su turno para usar un juego en la plaza, a decir cómo se siente si un niño le quita un juguete, a expresar sus emociones.
- ◆ Describa y refleje los sentimientos de su niño/a, incluidos los sentimientos negativos.
- ◆ Estructure el día de su niño/a con una rutina previsible para las mañanas, las siestas, las comidas y la hora de acostarse.
- ◆ Establezca límites claros cuando sea necesario para mantener a su niño/a seguro/a.
- ◆ Ayude a su niño/a a prepararse para las transiciones o los cambios de rutina.
- ◆ Cuentе con una rutina previsible cuando deje a su niño/a con otras personas o en el jardín, y para el reencuentro posterior.
- ◆ Ofrezca diferentes opciones a su niño/a cuando sea posible para promover su autonomía. Por ejemplo en qué ropa ponerse o con cual juguete jugar.
- ◆ Exprese su amor frecuentemente y dígame a su niño/a lo especial que es.
- ◆ Dele a su niño/a atención y elogie su comportamiento positivo.
- ◆ Reoriente el comportamiento negativo de su niño/a.
- ◆ Permita la independencia a su niño/a cuando sea posible.
- ◆ Ayude a su niño/a explorar mientras que le ofrece el apoyo adecuado.
- ◆ Ignore los berrinches o rabietas y dele su atención tan pronto como éste cese.

Sobre elogiar a su niño/a

- ◆ Elogie con sonrisas, contacto visual y entusiasmo.
- ◆ Ofrezca elogios positivos.
- ◆ Ofrezca caricias, abrazos y besos junto con el elogio.
- ◆ Utilice el elogio frecuentemente.
- ◆ Descubra a su niño/a portándose bien, no guarde sus elogios para el comportamiento perfecto.
- ◆ No se preocupe de malcriar a sus niños/as con elogios.
- ◆ Modele cómo elogiarse a sí mismo.
- ◆ Ofrezca elogios descriptivos y específicos para las conductas que desea ver más.
- ◆ Asegúrese de que el elogio sea contingente (cercano) con el comportamiento que debe ser elogiado.
- ◆ Elogie delante de otras personas.
- ◆ Recuerde que los elogios van construyendo una autoestima saludable ➤➤

23. Webster-Stratton, C. (1992), *Los años increíbles. Guía de resolución de problemas para padres con niños de 2 a 8 años. The Incredible Years. Parte 4: "Maneras efectivas de elogiar y motivar a su niño pequeño" ("Effective Praise and Encouragement")*.



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ 2/2

La disciplina positiva ayuda a mi niño/a a sentirse amado y protegido

Sobre el establecimiento de límites

- ✦ No de órdenes innecesarias.
- ✦ De una sola orden a la vez.
- ✦ Sea realista en sus expectativas y utilice el lenguaje apropiado de acuerdo a la edad del niño/a.
- ✦ Limite el uso de las órdenes "alto" o "no". Por ejemplo: en vez de decir "No saltes arriba del sofá" puedes decirle "Juan, no saltamos en el sofá, puedes hacerlo en el patio".
- ✦ Dé los niños/as suficiente tiempo para obedecer.
- ✦ Dé avisos y recordatorios útiles.
- ✦ No amenace a los niños/as.
- ✦ Ofrezca opciones a los niños siempre que le sea posible.
- ✦ Dé órdenes cortas y directas.
- ✦ Coordine las órdenes con su pareja.
- ✦ Felicite el cumplimiento de las órdenes o imponga consecuencias por su incumplimiento. Estas consecuencias deben ser razonables, realistas y fácilmente realizables. La idea es ayudar al niño/a a que reflexione sobre sus actos.

Criando con buen trato²⁴

DURACIÓN

105 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Promover el buen trato y la no violencia en la crianza.
- ◆ Establecer formas respetuosas y afectuosas para relacionarse y educar a hijos e hijas.
- ◆ Valorar la importancia de entender a sus hijos/as, de comprender sus conductas y sentimientos, de reconocer sus formas de expresión y desarrollo.
- ◆ Aprender a reconocer formas positivas y negativas de disciplina y crianza con sus hijas/os.



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas de papel para cada participante.
- ◆ Bolígrafos para cada participante.
- ◆ Video animado: "Érase una vez otra familia" (21 minutos) disponible en DVD o en este link: <https://youtu.be/YtZzHUW13-s>
- ◆ Preguntas de apoyo.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible las "Reglas de con-

vivencia" y "El árbol de nuestro crecimiento como mujeres".

- ◆ Prepara computadora, proyector u otro medio para pasar el video animado "Érase una vez otra familia", y dispón una pared o pantalla para verlo.
- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la hoja de trabajo "¿Por qué se debe evitar educar a través del castigo físico?" y la hoja de apoyo para la mamá "Buen trato en la parentalidad".

24. Adaptado de Promundo (2009) *Manual Por el fin del castigo físico y humillante. Manual para sensibilización de padres, madres y cuidadores de niños y niñas*. Brasil: PROMUNDO.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad y entusiasmo.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta qué tal estuvo su semana. Invítalas a compartir alguna idea que les pareciera importante o que se llevaran sobre lo que conversaron en la sesión pasada.
- 1.4** Pregúntales cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior y si han implementado con sus hijos e hijas alguna de las recomendaciones de disciplina positiva conversadas en la sesión pasada. Pídeles que cuenten qué pensaron al respecto y cómo les fue al tratar de aplicarlo, aunque no lo hayan realizado o aunque no les haya resultado como pensaban. Retroalimenta cada intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Al contrario, animálas a seguir intentándolo.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Criando con buen trato” e indica que continuaremos conversando acerca de cómo educar de la mejor manera a nuestros hijos e hijas, evitando el castigo y pensando en formas más sanas y eficaces para educar y relacionarnos.

2

Video: *Érase una vez una familia*

⌚ 25 min

- 2.1** Para comenzar creando un clima más relajado puedes hacer algunas de las actividades para romper el hielo disponibles en la página 54.
- 2.2** Dispón las sillas en forma de U de modo que todas puedan ver y escuchar cómodamente la proyección del video.
- 2.3** Pasa el video “Érase una vez otra familia”. Comenta que veremos un video animado, sin palabras, con escenas de crianza que le ocurren a una familia y que después lo analizaremos juntas.

3

Analizando el video *Érase una vez una familia*

⌚ 40 min

- 3.1** Invita a las participantes a formar un círculo.
- 3.2** Inicia un debate para compartir en grupo sus impresiones de las situaciones vistas en el video a partir de las preguntas de apoyo listadas a continuación. En primera instancia privilegia que las participantes compartan lo que sintieron (antes que hacer análisis) al ver las situaciones que se presentan en la familia del video. Qué sintieron al ver el video?
 - ◆ Nota a quien facilita: en esta vuelta de resonancias pueden surgir recuerdos de escenas vividas en la familia de origen o en la familia actual. Es importante que las personas puedan compartir estas escenas y que el grupo pueda escuchar atentamente.
 - ◆ ¿Qué situaciones les llamaron más la atención?
 - ◆ ¿Cómo definirían la relación que la madre y los padres de esa familia tenían con sus hijos e hija en los primeros minutos del video? Pídeles que cuenten ejemplos de ello. ¿Por qué creen que actuaban de esa manera con sus hijos e hija?
 - ◆ ¿Por qué piensan que esos padres castigaban a sus hijos e hija? Explorar los motivos que tenían los padres ¿Por qué lo hacían de esa manera? Explorar la influencia

de los modelos y experiencias de la propia crianza. ¿Qué resultados tenían esos castigos? Explorar qué efectos producen en los adultos y en los niños y la niña.

- ◆ Explica que muchas veces los padres educan a sus hijos tal como los educaron a ellos y que los castigos físicos o humillantes por mucho tiempo fueron considerados aceptables como método de educación. Hoy eso está cambiando. Se sabe que los castigos y la violencia no son un buen método de educación y que dejan huellas importantes en los hijos (vergüenza, baja autoestima o sentimientos de inferioridad y falta de confianza para enfrentarse a nuevas tareas).
- ◆ ¿Cómo creen que se sentían los hijos y la hija cuando eran castigados?
- ◆ ¿Qué castigos vistos en el video consideran que son una forma de maltrato hacia los hijos/as?
- ◆ Explica que los castigos físicos, los gritos, las amenazas y los insultos hacia niñas y niños no son formas de educación aceptables. Comenta también que los castigos físicos, los gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños generan daño y afectan el desarrollo de las/os hijas/os. El mejor ambiente para desarrollarse como hija/o es uno de buen trato, libre de cualquier forma de violencia.
- ◆ ¿Qué cosas cambian el papá y la mamá de esa familia hacia sus hijos e hija en los últimos minutos del video? (Explorar formas de educación positiva, sin uso de violencia) ¿Por qué creen que deciden cambiar?
- ◆ En la escena en la que el padre reprende al hijo que casi es atropellado, ¿cómo se sintió el hijo ante las palabras del padre? ¿Y ante las risas de los otros niños? ¿Qué significa que el hijo se hace pequeño? (la violencia le hace sentir miedo o humillación)
- ◆ En la escena de la niña que mancha la cama y la pared, ¿cómo creen que se sintió la madre?
- ◆ En la escena en la que el padre le lanza la pelota al hijo adolescente y este se achica, ¿cómo creen que se sintió el adolescente? ¿Qué le ocurre al padre cuando la madre le dice que no lo haga?
- ◆ Acerca del padre que recuerda cómo en su infancia su propio padre lo golpeaba con un cinturón incluso cuando su madre le decía que no lo hiciera ¿por qué no escuchaba lo que planteaba la madre? ¿Es habitual que las madres no sean escuchadas por los padres?
- ◆ En la escena del desayuno, ¿cómo se siente el hijo? ¿Qué representa que se haga pequeño? (la violencia le hace sentir miedo o humillación).
- ◆ ¿Cómo ven que se siente la niña camino a la escuela? ¿Qué representa que se convierta en bolso o cartera? (Se siente disminuida, afectada, no considerada) ¿Qué ocurre cuando la madre recapacita y le da un beso?
- ◆ ¿Cómo ven que se siente el joven cuando es reprendido (injustamente y frente a sus amigos) por su padre mientras juega con los amigos en la calle?
- ◆ En la escena en la que casi atropellan a los dos niños, el niño varón quiere decir algo y no lo escuchan ¿Cómo se habrá sentido? ¿Los niños suelen ser escuchados?
- ◆ ¿Cómo se siente la niña cuando su dibujo es ignorado, cuando no se le presta atención?



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Ten en cuenta que pueden ser muchas preguntas. No debes necesariamente hacerlas todas. Adminístralas con el objetivo de generar una conexión con el video y la reflexión sobre el uso de castigos en él. No satures preguntando rápidamente y prima la conversación, los comentarios y la reflexión de los participantes acerca de lo que vieron, lo que pensaron y lo que sintieron.

- ◆ Explica que para educar de forma efectiva a niños y niñas es adecuado aplicar una disciplina positiva que trabaje a partir del principio de que los niños aprenden mejor a través de la cooperación, el entendimiento y las recompensas, y no con la disciplina aplicada a través de castigos.

3.3 Una vez que se analiza la relación del padre y la madre con sus hijos e hija en la historia del video dirige la conversación a lo que sucede en las familias de los participantes. Utiliza las siguientes preguntas de apoyo.

- ◆ ¿Qué situaciones presentadas en el video han sucedido alguna vez en sus familias de origen?
- ◆ Explica que es muy importante reflexionar sobre las prácticas de crianza de nuestra familia de origen y de nuestra familia actual para repetir las buenas prácticas y evitar los errores. También es muy importante reflexionar sobre las formas negativas de crianza o disciplina que existen en la sociedad tales como el maltrato, los gritos, los castigos físicos, los castigos humillantes o la violencia.
- ◆ ¿Se sintieron ustedes identificadas con los hijos del video en alguna escena?
- ◆ ¿Qué situaciones presentadas en el video han sucedido alguna vez en sus familias actuales?
- ◆ ¿Se sintieron identificadas con el padre o la madre del video?
- ◆ ¿Algunas de las reacciones del papá y la mamá de la historia les han ocurrido a ustedes como mamás?
- ◆ ¿Cómo creen que se han sentido sus hijos/as si ustedes los han castigado de manera similar a la que aparece en el video? ¿Qué consecuencias tiene el maltrato en la vida de los niños y niñas?
- ◆ Explica que si queremos educar es necesario pensar siempre en cómo son nuestros hijos e hijas, qué edad tienen, qué es lo que comprenden y qué es lo que sienten. Tenemos que ser conscientes de que ellos están creciendo como personas y que la manera en la que actuemos con ellos repercutirá en su forma de ser y de sentir. Los hijos se desarrollan mejor en un ambiente libre de agresividad, violencia o castigos físicos y humillantes.
- ◆ ¿Qué representa la bomba? ¿A veces explotan de rabia o enojo como ocurre en el video? ¿Qué cosas les ayudan a ustedes a apagar la mecha antes de explotar? (respirar hondo, salir de la escena, salir de casa, hacer deporte, expresar como se sienten, trabajar, etc.) ¿Cómo lo manejan?

4

Hoja de Trabajo 1

⌚ 10 min

- ◆ ¿Sus parejas explotan? ¿Cómo viven eso ustedes y sus hijas/os?
- ◆ ¿Podrían ustedes hacer algún cambio en la manera en la que tratan a sus hijos/as tal y como lo hicieron el papá y la mamá de la historia?
- ◆ ¿Qué cosas cambiarían? ¿Cómo lo harían?
- ◆ ¿Qué funciona mejor como método para educar a las/os hijas/os: los castigos o los refuerzos positivos que se ven al final del video?
- ◆ Explica que el mejor modo de educación es educar con el ejemplo y dar refuerzos positivos, es decir: estimular, elogiar, felicitar a los hijos/as cuando se comportan como uno espera. Por ejemplo: “Lo hiciste muy bien, te felicito, así se hace, lo lograste, eres muy hábil, eres muy inteligente...”

3.4 Explica que es muy importante conversar con la pareja sobre cómo están criando juntos a sus hijos/as y las formas de poner reglas claras: con firmeza, pero sin violencia.

4.1 Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “¿Por qué se debe evitar educar a través del castigo físico?”

4.2 Lee al grupo en voz alta la hoja de trabajo y pregunta qué les parece lo que esta plantea y si tienen comentarios o dudas.

5

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

5.1 Invita a las participantes a seguir pensando en cómo educar y relacionarse mejor con sus hijos e hijas. Pide que piensen en algo que les gustaría cambiar en la manera en la que se relacionan con sus hijas/os, especialmente en su forma de reaccionar como madres cuando estos hacen algo que no les gusta o les parece incorrecto o inadecuado. Invítalas a dejar de hacer, por ejemplo, alguna actitud aprendida de la crianza en su familia de origen que ahora ellas repiten, pero que no les parece un buen comportamiento y no genera un efecto positivo en ellas ni en los niños/as, o bien algo que se han acostumbrado a hacer cuando se enojan con sus hijos e hijas pero creen que no es bueno.

5.2 Pide a cada una que comparta el compromiso que se propone implementar esta semana después de lo revisado en la sesión de hoy.

5.3 Invita a las participantes a anotar en un papel, en una palabra o frase, su compromiso de maternidad para esta semana y lo peguen en “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

5.4 Invita al grupo a conversar durante la semana con su pareja lo revisado en la sesión de hoy, lo que se llevaron de esta reflexión, aquello de lo que se dieron cuenta y lo que les gustaría cambiar en su forma de comportarse con sus hijos/as.

6

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 6.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza generado por el grupo. Agradece la confianza y la participación de cada una y comenta que lo compartido hoy nos une como grupo.
- 6.2** Invita a compartir aquello que aprendieron o aquello de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 6.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Puede ser en una palabra (por ejemplo emocionada, conectada, entusiasmada, pensativa, etc.).
- 6.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 6.5** Entrega a cada participante la hoja de apoyo para la mamá “Buen trato en la parentalidad” e invítalas a debatirla en casa junto a su pareja.
- 6.6** Invítalas a seguir pensando en lo compartido el día de hoy, a conversarlo con su pareja y a hacer el compromiso de la semana.
- 6.7** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y anímalas a asistir ya que la participación de todas es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.



IDEAS FUERZA

- ◆ Lo que ocurre en el video son escenas cotidianas que pueden habernos ocurrido en nuestra familia de origen o que pueden ocurrir en nuestra familia actual.
- ◆ A veces los adultos reaccionan con sus hijos e hijas de manera instintiva, agresiva y violenta, repitiendo modelos que recibieron en su niñez y en su entorno. Es importante revisar esas formas en un marco de buen trato.
- ◆ Cualquier padre y madre puede aprender mejores formas de educar y disciplinar a sus hijas e hijos. Para hacerlo hay que considerar la edad de los niños/as y cómo ellos sienten las cosas, cómo van recibiendo nuestras indicaciones y enseñanzas como papá y mamá.
- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños no son formas válidas ni efectivas de educación.
- ◆ Los castigos físicos, gritos, amenazas e insultos hacia niñas y niños generan daño y resentimiento y afectan el desarrollo de las/os hijas/os. El mejor ambiente para desarrollarse como hija/o es uno de buen trato, libre de cualquier forma de violencia.
- ◆ Para educar de forma efectiva a niños y niñas, lo adecuado es aplicar una disciplina positiva que trabaje a partir del principio de que los niños aprenden de mejor forma a través de la cooperación, el entendimiento y las recompensas, y no a través de castigos.



HOJA DE TRABAJO

¿Por qué se debe evitar educar a través de castigo físico?²⁵

- ◆ Muchos padres han sufrido violencia durante su infancia y la perciben como algo normal. Algunos suelen decir: "Si me crié con castigos físicos y crecí bien y sano, ¿cómo puede ser malo dar un buen azote a mis hijos cuando hacen algo mal?"
- ◆ Si bien algunas personas pueden crecer de forma saludable a pesar de haber recibido violencia de niños o niñas, debido a que desarrollaron habilidades durante toda su vida, se sabe que la violencia en la infancia genera daños sociales, emocionales y psicológicos.
- ◆ Distintas investigaciones sobre el tema concluyen que "ningún estudio ha demostrado que el castigo físico tenga un efecto positivo y la mayoría de los estudios encontró efectos adversos".
- ◆ Un niño/a que es castigado violentamente por hacer algo malo o incorrecto puede dejar de hacerlo momentáneamente por temor o por miedo a ser castigado nuevamente, pero no porque comprenda que lo que hizo podría tener consecuencias perjudiciales para alguien.
- ◆ Una educación basada en la violencia física (por ejemplo, chicotazos) como forma de disciplina no construye aprendizajes significativos, genera malestar y heridas psicológicas y promueve la reproducción, como adultos, de un modelo violento para enfrentar situaciones de conflicto.
- ◆ Los niños/as necesitan límites para crecer de forma saludable. Los límites pueden ser establecidos sin el uso de la violencia, a través de normas y acuerdos apropiados para cada grupo de edad, y basados en el afecto, la negociación, la consistencia y la flexibilidad.
- ◆ Los modelos de educación positiva, sin el uso de violencia, generan una relación de confianza y acercamiento entre los niños y sus cuidadores, mejora sus aprendizajes significativos y duraderos y modela relaciones más democráticas y saludables para la vida adulta.

²⁵. Programa P – *Manual para o exercício da paternidade e do cuidado*. Promundo, CulturaSalud e REDMAS (2015). Rio de Janeiro, Brasil y Washington, D.C. USA.



HOJA DE APOYO PARA LA MAMÁ

Buen trato en la parentalidad²⁶

- ◆ La mayor parte del maltrato infantil es ejercido por sus cuidadores principales.
- ◆ El buen trato o la crianza respetuosa es una condición clave para el desarrollo de los niños y las niñas.
- ◆ Evita cualquier situación de violencia con los hijos/as, con el padre u otros familiares del hogar.
- ◆ Recuerda que recurrir a castigos físicos u otras formas de violencia jamás se justifica como método de enseñanza.
- ◆ Son formas de violencia intrafamiliar: la violencia física (chicotazos, cachetadas, golpes, patadas, combos, coscorriones, tirar del pelo o las patillas...), la violencia psicológica y verbal (insultos, garabatos, descalificaciones, humillaciones, amenazas, comparaciones que menoscaban, encierros...), la violencia sexual.
- ◆ Cuida la relación con el padre de tu hija/o y resuelvan los conflictos pacíficamente.
- ◆ Cuida tu salud mental, la carga de trabajo y de estrés y ten conductas de autocuidado.
- ◆ Pide ayuda a tu red familiar, de amigos o a algún especialista en el centro de salud cuando te sientas sobrepasada o en riesgo de practicar malos tratos.

26. Aguayo, F. y Kimelman, E., (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF/CulturaSalud/EME/Hogar de Cristo.

Resolviendo conflictos en pareja

DURACIÓN

110 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Identificar y reconocer de qué modo enfrentamos y resolvemos nuestros conflictos en la vida cotidiana de pareja y las consecuencias que ello genera.
- ◆ Aprender a resolver los conflictos cotidianos en la familia mediante la comprensión, el diálogo y el buen trato, identificando también las herramientas para hacerlo.
- ◆ Fortalecer habilidades de comunicación, análisis y diálogo en las situaciones de conflicto de pareja.



MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Pizarra y/o papelógrafos para el/la facilitador/a.
- ◆ Marcadores para el/la facilitador/a.
- ◆ Hojas y bolígrafo para cada participante.
- ◆ Pizarra.

Prepara antes de la sesión

- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la hoja de trabajo “Preguntas sobre resolución de conflictos” y de la hoja de trabajo “Enemigos de la resolución de conflictos en la pareja”.
- ◆ Imprime o fotocopia la hoja de apoyo para la mamá.
- ◆ Pega en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad, calidez y entusiasmo. Llámalas por su nombre.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregúntales qué tal les fue su semana. Invítalas a compartir algo sobre lo que se conversó en la sesión pasada que les haya parecido importante o les haya hecho reflexionar.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Pregunta si pensaron en la manera en que reaccionan cuando sus hijos e hijas se comportan de mala manera, no obedecen o hacen algo inadecuado. Consulta luego si alguna modificó algo en su acción o reacción frente a sus hijos e hijas en un caso de ese tipo. Retroalimenta cada comentario e intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Al contrario, animálas a seguir intentando.
- 1.5** Comenta que hoy veremos la sesión “Resolviendo conflictos en pareja” y que conversaremos acerca de las discusiones y conflictos que pueden suceder en las parejas, así como sobre la mejor manera de enfrentarlos.

2

Analizando una situación de conflicto en la vida cotidiana

⌚ 10 min

- 2.1** Reparte a cada participante una hoja y lápiz para un trabajo individual.
- 2.2** Pide a las participantes que piensen en algún problema o conflicto que hayan tenido con su pareja (discusiones, peleas, enojos, reclamos, etc.) en torno a la crianza o a otro tema y que se pueda compartir después con el grupo. Dale tres minutos para identificar la situación. Pregunta si ya todas encontraron una situación y diles que si alguna no encontró una, que no se preocupe porque podrá participar en la actividad igualmente.
- 2.3** Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Preguntas sobre resolución de conflictos de pareja”.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Si alguien no quiere compartir o no encuentra una situación para compartir no la obligues y pídele que participe escuchando a las demás.

2.4 Lee la hoja de trabajo a las participantes.

2.5 Pídeles que escriban (o dibujen o respondan mentalmente) en el papel las respuestas a estas preguntas. Coméntales que la hoja es para ellas, que luego compartirán con el grupo, únicamente, lo que deseen.

NOTAS

3

Compartiendo en subgrupos

© 20 min

- 3.1 Divide a las participantes en subgrupos de tres personas como máximo.
- 3.2 Pide que, en primer lugar, compartan con los miembros de su subgrupo las situaciones de conflicto que cada una escribió. Que lean su título y luego comenten lo más importante (tres minutos por persona, nueve minutos en total).
- 3.3 Una vez que todas hayan compartido su situación de conflicto con el subgrupo, pide a las participantes que inventen una historia para representar utilizando los elementos que surgieron en la conversación. Pueden tomar una de las historias que les hayan interesado a todas, pueden mezclar elementos de varias de las historias y pueden hacer los agregados que les parezcan necesarios. Avísales que representarán la historia que van a crear frente a todo el grupo a través de un sociodrama (dramatización, actuación o juego de roles).
- 3.4 Indica a las participantes que tienen 10 minutos para preparar la dramatización: que pongan un nombre o título a su historia y que pueden ensayar. Circula por los subgrupos para ver cómo van avanzando y asegurarte de que se ajustan al tiempo (puedes extenderlo hasta 15 minutos si fuera necesario).

4

Sociodrama (dramatización o escenificación)

© 15 min

- 4.1 Dispón una zona de la sala como escenario y a las participantes como público (puede ser en círculo o media luna).
- 4.2 Pide a cada grupo que represente su escena frente al resto. Explica que tienen máximo cinco minutos para representarla.
- 4.3 Invita a todas las participantes a escuchar con respeto y atención. Señala que no hay actuaciones buenas o malas; que todas son importantes porque son una creación colectiva.
- 4.4 Pide a las participantes que antes de representar su escena mencionen el título de la historia. Escribe en la pizarra o el papelógrafo los títulos de las historias.
- 4.5 Marca el comienzo de cada sociodrama preguntando si están listas. Asegúrate de que hablen fuerte y de que todas estén escuchando.

5

Compartir en plenario

© 20-30 min

- 5.1 Una vez que todos los grupos hayan terminado de representar las escenificaciones, invita a las participantes a sentarse en un círculo en plenario.
- 5.2 En primer lugar, invita a las participantes a compartir cómo se sintieron, tanto en el rol de actrices interpretando su personaje, como desde el público al observar las otras historias. Explícales que primero se trata de compartir lo que sintieron (no hay que hacer un análisis). Si alguien no está hablando desde lo emocional, recuérdale que la idea es compartir lo que sintieron. Desde lo emocional pueden surgir conexiones con alguna experiencia o recuerdos de su biografía, algo deseable en este momento. Pregúntales:
 - ♦ ¿Cómo se sintieron en su personaje al interpretar la historia?
 - ♦ ¿Cómo se sintieron desde el público al observar las historias?
- 5.3 Después de que todas hayan podido expresar cómo se sintieron, ya sea actuando u observando, invítalas a un segundo momento de compartir, en esta ocasión desde lo que piensan, acerca de lo que se vio en las escenas o de los temas representados. Utiliza las siguientes preguntas.



APUNTE PARA EL/LA FACILITADOR/A

Si las participantes comparten escenas o situaciones de su vida en la infancia o de su vida actual intéresate por lo que están compartiendo, permite que lo expliquen y luego agrádeceles lo que han compartido con el grupo.

- ◆ Nota para el facilitador: si la conversación se extiende no necesitas hacer todas las preguntas
- ◆ ¿Qué tipos de problemas aparecen en los conflictos representados? ¿Hay otros tipos de conflictos que se produzcan comúnmente además de los que hemos visto?
- ◆ Recuerda que los conflictos de pareja suelen darse en temas que son importantes en cualquier relación como la crianza, la organización de lo doméstico, los valores, la relación con la familia de origen, los proyectos, el dinero o la sexualidad, entre otros.
- ◆ ¿Qué es lo que motiva o causa habitualmente los conflictos de pareja?
- ◆ ¿Cómo afectan estos conflictos a los hijos o hijas?
- ◆ ¿Cómo hacen ustedes usualmente para resolver los conflictos con su pareja? ¿Les resulta fácil o difícil llegar a un acuerdo o solución de los problemas?

5.4 Explica que los conflictos en la pareja -acerca de la crianza u otros temas- son normales. Sin embargo, la agresividad o la violencia no son aceptables. Son reacciones que hacen daño a la pareja y/o los/as hijos/as.

- ◆ ¿Qué hacen cuando los conflictos les dan rabia o enojo?
- ◆ ¿Qué hacen cuando a sus parejas los conflictos les dan rabia o enojo?
- ◆ ¿Creen que el machismo influye en cómo se dan los conflictos por la crianza?
- ◆ ¿Qué actitudes o creencias dificultan la resolución de conflictos? (Por ejemplo: enojo, descalificación, no escuchar, trivializar, minimizar, culpabilizar, agredir).
- ◆ ¿Qué actitudes o creencias facilitan la resolución de conflictos? (Por ejemplo: escuchar, darse tiempo para calmarse, poner humor sin trivializar o darse tiempo para conversar y buscar juntos soluciones).
- ◆ ¿Qué estrategias ayudan a resolver positivamente los conflictos? ¿Qué les ha dado resultado para ello?

5.5 Explica que generar mecanismos apropiados para abordar conflictos ayuda a resolverlos. Por ejemplo: conversarlos prontamente; darse tiempo para manifestar lo que se siente sobre ello; decir “tengo rabia” o “me molesta”, sin agredir ni dejarse agredir; esperar a calmarse para conversar; pedir a la pareja que se calme para seguir conversando, escucharse con atención; respetar y valorar la opinión de la pareja, hacerse escuchar, no ser machista...

- ◆ ¿Alguna quiere compartir alguna experiencia que le ha dado resultado para resolver un conflicto?

6

Enemigos de la Resolución de Conflictos en la Pareja

⌚ 10 min

5.6 Comenta que la cultura machista genera en los hombres la propensión a imponer sus puntos de vista en la pareja o a no escuchar a las mujeres en sus intereses y/o reclamos. Es vital que las mujeres logren expresar su parecer en la pareja haciendo ver sus inquietudes y deseos, que no se dejen sobrepasar, agredir o desoír. También resulta importante que si su pareja actúa de manera machista, imponiendo, agrediendo o desoyendo, le hagan saber y notar esos comportamientos para que los cambie.

6.1 Entrega a cada participante una copia de la hoja de trabajo “Enemigos de la resolución de conflictos en la pareja”.

6.2 Lee en voz alta esta hoja de trabajo.

6.3 Pregunta al grupo qué les parecen estos “enemigos”, cómo pueden enfrentarlos y si les ha ocurrido alguna de ellas.

7

Compromiso para la semana

⌚ 5 min

7.1 Invita a las participantes a conversar con su pareja, durante la semana, sobre algún conflicto que hayan tenido recientemente, intentando compartir cómo se sienten ellas y a la vez escuchar a su pareja. Coméntales que esta es una propuesta para hacer junto a la pareja siempre y cuando no haya agresiones o mucha rabia. En ese caso habrá que abandonar el ejercicio. Si una participante considera que no hay condiciones con su pareja para hacer el ejercicio, por ejemplo porque él no la escucha, no la considera, es rabioso, terco o violento, se sugiere no hacer este ejercicio.

7.2 Invítalas a escribir un compromiso que tenga que ver, por ejemplo, con conversar con su pareja durante la semana o con hacer alguna acción diferente de lo habitual respecto a conflictos sobre la crianza o con la pareja en el hogar.

7.3 Invita a las participantes a pegar sus compromisos en el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.

NOTAS

8

Compromiso para la semana

⌚ 10 min

- 8.1** Valora lo conversado y compartido en el día de hoy y el clima de confianza que el grupo ha generado.
- 8.2** Invita a las participantes a compartir aquello que aprendieron o de lo que se dieron cuenta en la sesión de hoy.
- 8.3** Pregunta con qué sensación o sentimiento se quedan al finalizar la sesión. Pueden utilizar una sola palabra o más (conectado, motivado, sensibilizado, etc.).
- 8.4** Lee las ideas fuerza haciendo los ajustes al texto según lo conversado o trabajado en la sesión.
- 8.5** Entrega a cada participante una copia de la hoja de apoyo para la mamá que, en esta ocasión, es para su lectura personal durante la semana.
- 8.6** Invítalas a seguir pensando en lo visto en el día de hoy, a conversarlo con su pareja en casa y a implementar/realizar/cumplir el compromiso de la semana.
- 8.7** Recuerda el día y la hora de la próxima sesión y animálas a asistir ya que la participación de todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo. Recuerda que ese día es la graduación y que pueden organizar un compartimiento o convivencia.



IDEAS FUERZA

- ◆ En los conflictos de pareja es clave escucharse mutuamente intentando entender el punto de vista del otro/a.
- ◆ Los conflictos en la pareja (acerca de la crianza u otros temas) son normales. Sin embargo, la agresividad o la violencia no son normales: son reacciones que hacen daño a la pareja y o los/as hijos/as.
- ◆ No es bueno que haya conflictos crónicos o permanentes que queden sin resolver.
- ◆ Es muy importante que cuando una pareja tiene una diferencia o situación que les genera tensión, rabia, enojo, bronca o sentimientos negativos hacia el otro, puedan conversar acerca del conflicto buscando soluciones y que la tensión no permanezca alta por mucho tiempo.
- ◆ Es vital que los conflictos no escalen a formas de agresividad o violencia.
- ◆ Generar mecanismos apropiados para abordar conflictos ayuda a resolverlos: conversarlos prontamente; darse tiempo para manifestar lo que se siente sobre ello; decir “tengo rabia” o “me molesta”, sin agredir; esperar a calmarse para conversar; escucharse con atención; respetar y valorar la opinión de la pareja y no ser machista.



HOJA DE TRABAJO

Preguntas sobre resolución de conflictos

Elige un conflicto de pareja reciente o no reciente. Responde estas preguntas escribiendo, dibujando o mentalmente.

- ◆ ¿Cuál fue el tema central del conflicto?
- ◆ ¿Qué fue lo que causó el conflicto?
- ◆ ¿Qué título le pondrías a esta situación?
- ◆ ¿Se resolvió? (Fue resuelto totalmente, quedó a medias, quedaron cosas pendientes, no se volvió a conversar, el conflicto sigue, etc.)
- ◆ ¿Cómo se sintieron ustedes con este conflicto?
- ◆ ¿Cómo se sintió su pareja con este conflicto?
- ◆ ¿Cómo afectó a sus hijas/os (si es que por la edad de ellos/as aplica esta pregunta)? Piensen cómo este conflicto afectó a sus hijas/os independientemente de que hayan estado presentes durante el conflicto o no.
- ◆ ¿Qué nombre/título le pondrían a esta situación? (Por ejemplo: dilema, tensión, molestia, piedra en el zapato, dilema sobre la crianza...)



HOJA DE TRABAJO

“Enemigos” de la resolución de conflictos en la pareja

- ◆ No afrontar los conflictos a tiempo y dejar que se agraven.
- ◆ Responder o reaccionar con agresividad y/o con violencia o que la pareja actúe con agresividad o violencia
- ◆ Intentar controlar a la pareja o permitir ser controlada.
- ◆ Maltratar o dejarse maltratar -de cualquier forma- por la pareja.
- ◆ No escuchar a la pareja o no ser escuchada por la pareja.
- ◆ Descalificar a la pareja o ser descalificada.
- ◆ No hacer el esfuerzo por comprender el punto de vista, ideas o sentimientos de la pareja.
- ◆ No expresar claramente y de buena manera lo que se siente y/o piensa.
- ◆ Tratar de imponer mi opinión o permitir que la pareja imponga su opinión



Cuida la relación con el padre de tu hija/o²⁷

Cuida la relación con el padre de tu hija/o

- ◆ Es positivo que las parejas y ex parejas aprendan a negociar las decisiones y acuerdos de crianza de sus hijos/as.
- ◆ Una buena relación con el padre de tu hija/o es un pilar para el desarrollo de los/as hijos/as. Cuida esa relación, vivas o no vivas con el padre de tu hija/o, seas o no su pareja.
- ◆ Coordínate con el padre para que tu hijo/a tenga las mejores condiciones para su desarrollo. Acuerda y distribuye con él horarios y tareas de cuidado. No se desautoricen ni se descalifiquen mutuamente frente a los hijos.
- ◆ En parejas separadas que tienen menos conflictos suele darse una mayor participación del padre en su paternidad, mientras que en parejas con más conflictos tiende a darse una paternidad menos implicada.

¿Qué puedes hacer en caso de conflictos con el padre?

- ◆ En caso de que tengas diferencias, discusiones o peleas con el padre de tu hijo/a preocúpate de no hacerlo frente a los/as hijos/as. Es importante que ambos lo afronten sin producirle conflictos o daños al niño o la niña.
- ◆ La exposición de los hijos/as a un alto nivel de conflicto o violencia entre los padres –vivan juntos o separados– tiene un impacto negativo en su vida.
- ◆ Discutir o negociar con el padre de tu hijo/a no es lo mismo que agredirse o llegar a la violencia.

- ◆ Si hubiera mucha tensión en la relación entre padre y madre procuren buscar estrategias para rebajar esa tirantez y para resolver pacíficamente los conflictos.
- ◆ Si discutes fuertemente con el padre no se agredan nunca. Si la tensión sube mucho y se ponen en riesgo de agresión o violencia (física, psicológica, verbal u otra) es mejor retirarse de la escena y conversar en otro momento.
- ◆ Las parejas de padres con alto nivel de conflicto requieren, en algunas ocasiones, buscar apoyo para mediar y resolver sus problemas, evitando que las tensiones de pareja afecten la relación de ellos con los hijos/as y su cuidado. En ese caso es recomendable buscar el apoyo de familiares y/o amigos o con especialistas en salud mental del centro de salud.
- ◆ Los hijos no deben ser puestos en medio de los conflictos o tensiones entre los padres y tampoco se les debe hacer tomar partido por uno u otro.
- ◆ Si tu hijo/a ha sido testigo de violencia o de una pelea fuerte entre padre y madre, debe explicársele lo que ha sucedido; contenerlo emocionalmente; observar si queda afectado, y si es así por cuántos días, y evaluar una eventual consulta con un especialista en salud mental infantil.
- ◆ En el caso de una separación, hay que afrontar el desafío de tener una buena relación con el padre de tu hijo/a, sin alto grado de conflicto, sin agresiones, sin poner a los hijos en contra del otro y negociando temas fundamentales, tales como la provisión económica, la tuición o custodia, la crianza, etc.

27. Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014). *Guía de paternidad activa para padres*. UNICEF/ CulturaSalud/EME/Hogar de Cristo.



Cierre y evaluación del taller

DURACIÓN

95 minutos

OBJETIVOS

- ◆ Hacer una evaluación grupal de la experiencia del taller, identificando vivencias, aprendizajes y cambios.
- ◆ Que cada participante defina y comparta desafíos personales para después del taller.
- ◆ Cerrar el taller junto a las participantes.

MATERIALES Y PREPARACIÓN

Materiales

- ◆ Hojas en blanco.
- ◆ Lápices para cada participante.
- ◆ Cinta adhesiva.
- ◆ Bebidas y refrigerio para la convivencia.
- ◆ Diploma de Participación en el taller (uno por participante).

Prepara antes de la sesión

- ◆ Pon en un lugar visible las “Reglas de convivencia” y el “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- ◆ Prepara una mesa cerca de “El árbol de nuestro crecimiento como mujeres” con todo lo necesario para realizar la convivencia.
- ◆ Prepara los diplomas con los nombres de las participantes.
- ◆ Imprime o fotocopia una copia por participante de la “Hoja de apoyo para la mamá”.

1

Abriendo la sesión

⌚ 10 min

- 1.1** Prepara el espacio y los materiales.
- 1.2** Recibe a las participantes con amabilidad, calidez y entusiasmo. Llámalas por su nombre.
- 1.3** Da la bienvenida al grupo y pregunta cómo estuvo su semana. Invítalas a compartir algo respecto de lo que se conversara en la sesión pasada que les haya parecido importante o les haya hecho reflexionar.
- 1.4** Pregunta cómo les fue con el compromiso de la sesión anterior. Pregunta si alguna quiere compartir algún conflicto que haya tenido con su pareja en la semana y como lo enfrentó. Insiste en que cuenten algún incidente por mínimo que sea. Retroalimenta cada comentario e intento por pequeño que sea y no culpabilices a nadie o le hagas sentir mal porque no le haya resultado. Aprovecha para recordar algunos conceptos de la sesión pasada.
- 1.5** Explica que hoy se cerrará todo el proceso del taller: que compartirán qué aprendió cada una de esta experiencia y qué desafíos se llevan. Diles que hoy es la despedida grupal, el momento en que recogemos los aprendizajes del taller y los proyectamos hacia adelante.

2

Revisando mi paso por el taller

⌚ 25 min

- 2.1** Entrega a cada participante dos hojas en blanco. Pide que cada una haga un repaso mental de con qué disposición y expectativas llegó al taller; que recuerde las sesiones en las que participó; lo que puso en práctica en el hogar, con su pareja y con sus hijas/os. Diles que, en base a lo que recordaron y pensaron, realicen dos dibujos: uno que represente “la mujer o mamá que yo era antes del taller” y otro que represente “la mujer o mamá que yo quiero ser a partir del taller”.
- 2.2** En círculo, pide a las participantes que muestren sus dibujos y compartan las diferencias entre uno y otro, lo que fue pasando con ellas como mamás en el proceso del taller. Si te llama la atención alguna cosa del dibujo o crees que es importante aclarar algo puedes preguntar “¿qué representa para ti ese detalle del dibujo?”. Lo importante es que cada participante pueda compartir algo significativo.

3

Visualizando aprendizajes

⌚ 30 min

- 3.1** Cuéntales que como hoy es nuestra última sesión es un buen momento para evaluar juntos lo que hemos aprendido a lo largo de este taller.
- 3.2** Inicia una conversación grupal en torno a estas preguntas:
 - ◆ ¿Qué aprendieron al reflexionar sobre su propia maternidad?
 - ◆ Explica que a ser mamá se puede aprender y mejorar cada día, en cada etapa de la vida de nuestros/as hijos/as, y que una actitud de apertura al aprendizaje nos ayuda a ser mejores madres. Las propias experiencias y las de las otras participantes nos ayudan a crecer como mujeres y madres.
 - ◆ ¿Qué aprendieron sobre la maternidad, la paternidad y la crianza?
 - ◆ Cuenta que la crianza es uno de los mejores trabajos que existe y que pasar tiempo de calidad con nuestros/as hijos/as, sin distracciones, será la mejor herencia que podemos dejarles. El legado de la presencia diaria y el afecto incondicional. Diles

también que la crianza no es solo una responsabilidad, que es importante disfrutar de compartir con nuestros/as hijos/as a diario, disfrutar también de sus logros y avances.

- ◆ ¿Qué aprendieron sobre la participación activa del padre en la crianza?
- ◆ Insiste en que la participación del padre es muy significativa para los niños/as y que marca una diferencia en su desarrollo. Recuerda que los hombres deben ser responsables de la crianza y el cuidado de sus hijos/as, así como de las tareas del hogar. Manifiesta que los hombres están igualmente capacitados que las mujeres para esas tareas. La parentalidad compartida con la pareja es más alegre y llevadera.
- ◆ ¿Qué aprendieron acerca de la relación con su pareja?
- ◆ Comenta que hacer equipo en la crianza es importante para la pareja y para los/as hijos/as. La crianza supone coordinarse a diario sobre sus necesidades.
- ◆ ¿Qué aprendieron sobre el machismo?
- ◆ Explica que el machismo es un gran enemigo de la paternidad comprometida y afectiva. Que criar también es tarea de hombres y la paternidad es mucho más que proveer económicamente. Que las mujeres no son las únicas que deben asumir estas tareas, que también tienen derecho a trabajar remuneradamente.
- ◆ ¿Qué aprendieron sobre la violencia?
- ◆ Indica que, aunque vivimos en una sociedad que ha tomado más conciencia de la violencia intrafamiliar, todavía es una realidad muy presente. Aún se recurre muy frecuentemente a métodos violentos para educar y a muchos les cuesta criar con buen trato. Explica que un taller como este ofrece una gran oportunidad para mejorar el trato con nuestros hijos y nuestra pareja y para educar a los hijos en la importancia de resolver los conflictos sin violencia.
- ◆ ¿Qué cambios han hecho o intentado hacer en la relación con sus hijas/os?
- ◆ Comenta que todo lo que han intentado hacer de novedoso como mamás durante estas semanas de taller es muy importante; que mejorar como mamá es un proceso que toma tiempo, que requiere ir reflexionando y conversando también con la pareja; que todo cambio o mejora en la crianza es bueno para el desarrollo de nuestros hijos/as. Felicítalas por todo el esfuerzo y creatividad que han puesto durante la duración del taller en crecer como mujeres y como mamás.
- ◆ ¿Qué desafíos les deja el taller hacia delante?
- ◆ Invita a las participantes a seguir reflexionando después del taller sobre las mejores maneras de desarrollarse como mujeres, como madres y como pareja, aportando a la vida de sus hijos e hijas.

4

Ritual de despedida

⌚ 30 min

- 4.1** Como facilitador/a haz un discurso final al grupo con tus impresiones sobre el proceso grupal y sobre lo que te ha parecido más importante o significativo. Destaca las fortalezas del grupo (por ejemplo: motivación, capacidad de escucha, sensibilidad, creatividad, compromiso, apertura al cambio, etc.). Alienta a las madres a seguir animosas esta aventura de la maternidad y hacerlo corresponsablemente, con la participación de los hombres. Agradece la participación de cada una de ellas. Explica que hoy nos despedimos, pero seguiremos conectados en la maternidad y podrá haber reencuentros casuales en el barrio, el parque u otros lugares donde podremos compartir cómo están nuestros hijos y cómo hemos aplicado lo aprendido.
- 4.2** A modo de ritual de cierre y despedida del grupo invita a las participantes a despedirse una a una y luego con un abrazo grupal en círculo.

5

Convivencia en torno a “Nuestro árbol de la Paternidad”

⌚ 30 min

- 5.1** Invita a todas las participantes a juntarse en torno al “Árbol de nuestro crecimiento como mujeres”.
- 5.2** Coloca las bebidas y refrigerios en una mesa y propón compartir de esa manera un momento cálido de despedida del taller.
- 5.3** Entrega a cada participante los diplomas que certifican su participación en este taller de maternidad y paternidad activa y corresponsable.



4. Bibliografía



Bibliografía

Aguayo, F. y Kimelman, E. (2012) Guía para Promover la Paternidad Activa y la Corresponsabilidad en el Cuidado y la Crianza de niños y niñas. Santiago: Chile Crece Contigo / Ministerio de Desarrollo Social.

Aguayo, F. y Kimelman, E. (2014) "Guía de Paternidad activa para padres". UNICEF / CulturaSalud/EME / Hogar de Cristo.

Aguayo, F., Kimelman, E. y Correa, P. (2012) Estudio sobre la Participación de los Padres en el Sistema Público de Salud de Chile. Informe Final. Chile: CulturaSalud/MINSAL.

Aguayo, F. y Sadler, M. (2011) El papel de los hombres en la equidad de género: ¿qué masculinidades estamos construyendo en las políticas públicas en Chile? En Aguayo, F. y Sadler, M. (eds) Masculinidades y Políticas Públicas. Involucrando Hombres en la Equidad de Género. Universidad de Chile / CulturaSalud / EME.

Aguayo, F., Kimelman, E., Saavedra, P., Kato-Wallace, J. (2016). Hacia la incorporación de los hombres en las políticas públicas de prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas. EME/CulturaSalud, Promundo-US, ONU Mujeres y UNFPA. Santiago de Chile, Washington D.C., Ciudad de Panamá.

Aguayo, F., Kimelman, E., Saavedra, P., Kato-Wallace, J. (2016). Hacia la incorporación de los hombres en las políticas públicas de prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas. Panamá: ONUMujeres, UNFPA, Promundo, CulturaSalud/EME.

Allen, S. y Daly, K. (2007) The Effects of Father Involvement: An Updated Research Summary of the Evidence Inventor. Canadá: Centre for Families, Work & Well-Being, University of Guelph.

Anderson, B.J., & Standley, K. (1976). A methodology for observation of the childbirth experience. Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, Washington, D.C.

Aguirrezabal, I. (2014). Guía Estratégica: Empoderamiento político de las mujeres: marco para una acción estratégica en América Latina y el Caribe.. 26 - 08 - 2016, de Oficina Regional de ONU Mujeres para las Américas y el Caribe Sitio web: <http://www.unwomen.org/es/digital-library/publications/2014/9/empoderamiento-politico-de-las-mujeres>

Aracena, M., Krause, M., Perez, C., Mendez, M., Salvatierra, L., Soto, M., et al. (2009). Cost-effectiveness evaluation of a home visit program for adolescent mothers. *Journal of Health Psychology*, 14, 878-887

Arriagada, I. (2005) Dimensiones de la pobreza y políticas desde una perspectiva de género. *Revista de la CEPAL* 85. Abril.

Arcos G, E et al. (2003) Impacto de la violencia doméstica en la salud infantil. *Revista Médica Chile* [online]. 2003, vol.131, n.12, pp. 1454-1462. ISSN 0034-9887

Arriagada, Irma; (2007). Familias latinoamericanas: cambiantes, diversas y desiguales. *Papeles de Población*, julio-septiembre , 9-22.

Barclay L, Lupton D. The experiences of new fatherhood: A socio-cultural analysis. *Journal of Advanced Nursing*. 1999;29(4):1013-1020.

Barker, G. (2003) *Men's Participation as Fathers in the Latin American and Caribbean Region: A Critical Literature Review with Policy Considerations*. World Bank (Final Draft).

Barker, G. y Aguayo, F. (coords) (2011) *Masculinidades y Políticas de Equidad de Género: Reflexiones a partir de la Encuesta IMAGES y una revisión de políticas en Brasil, Chile y México*. Rio de Janeiro: Promundo.

Barker, G., Contreras, J.M., Heilman, B., Singh, A.K., Verma, R.K., and Nascimento, M. (2011) *Evolving Men: Initial Results from the International Men and Gender Equality Survey (IMAGES)*. Washington, D.C.: International Center for Research on Women

(ICRW) and Rio de Janeiro: Instituto Promundo.

Barker, G., Aguayo, F. y Correa, P. (2012) Comprendiendo el ejercicio de violencia de los hombres hacia las mujeres. Algunos resultados de la encuesta IMAGES (The International Men and Gender Equality Survey en Brasil, Chile y México. Rio de Janeiro: Promundo / EME.

Barker, G., Greene, M., Nascimento, M., Segundo, M., Ricardo, C., Taylor, A., Aguayo, F., Sadler, M., Das, A., Singh, S., Figueroa, J. G., Franzoni, J., Flores, N., Jewkes, R., Morrell, R. and Kato, J. (2012) Men Who Care: A Multi-Country Qualitative Study of Men in Non-Traditional Caregiving Roles. Washington, D.C.: International Center for Research on Women

Bott, S., Guedes, A., Goodwin, M., Mendoza, J.A. (2012) Violence Against Women in Latin America and the Caribbean: A comparative analysis of population-based data from 12 countries. Washington, DC: Pan American Health Organization.

Bilukha O, et al. The effectiveness of early childhood home visitation in preventing violence: a systematic review. Task Force on Community Preventive Services. Am J Prev Med. 2005 Feb;28(2 Suppl 1):11-39

Bott S, Guedes A, Goodwin M, Mendoza JA (2012) Violence Against Women in Latin America and the Caribbean: A comparative analysis of population-based data from 12 countries. Washington, DC: Pan American Health Organization

Buka, S. L., Stichick, T. L., Birdthistle, I. and Earls, F. J. (2001). Youth exposure to violence: Prevalence, risks, and consequences. American Journal of Orthopsychiatry, vol. 71, No. 3, pp. 298-310.

Carlson, B.E. (1990). Adolescent observers of marital violence. Journal of Family Violence, vol. 5, No. 4, pp. 285-299

Castro, MD y López, ME. (2014) Embarazo en Adolescentes. Acceso de Adolescentes Embarazadas a Servicios Públicos de Sa-

lud Sexual y Reproductiva de El Alto. CIDES-UMSA, OMS, OPS/OMS y UNFPA

CEPAL (2014) La medición del tiempo y el aporte de las mujeres a la economía. Notas para la igualdad N°15. 11 de noviembre.

Choque, M.(2015) Capítulo V. Proceso de cambio y familias en Bolivia. Políticas y avances normativos. En Graciela Di Marco, Jhoana Alexandra Patiño y Luisa Fernanda Giraldo (eds) Políticas familiares y de género en Argentina, Bolivia, Colombia, Chile, Cuba. 2000-2013. Buenos Aires : CLACSO

Connell, R. (1997) La Organización Social de la Masculinidad. En Olavarría, J. Y Valdés, T. Masculinidad/es. Poder y Crisis. Santiago de Chile: Isis Internacional/FLACSO.

Contreras, J. M.; Bott, S.; Guedes, A.; Dartnall, E. (2010) Violencia sexual en Latinoamérica y el Caribe: análisis de datos secundarios. Iniciativa de Investigación sobre la Violencia Sexual. Sudafrica: Sexual Violence Research Initiative.

Contreras, M., Heilman, B., Barker, G., Singh, A., Verma, R., Bloomfield, J., (2012) Bridges to Adulthood: Understanding the lifelong influence of Men's Childhood Experiences of Violence Analyzing Data from the international Men and Gender Equality Survey. Washington, DC: ICRW / Promundo

Cowan. P. Promoting Fathers' Engagement with Children: Preventive Interventions for Low-Income Families. Journal of Marriage and Family 71 (August 2009): 663-679

Ellsberg M. et al. (2014) Prevention of violence against women and girls: what does the evidence say? The Lancet. November.

Essayag, S. (2013) El compromiso de los Estados: planes y políticas para erradicar la violencia contra las mujeres en América Latina y el Caribe, Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo y Entidad de Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres. PNUD-ONU Mujeres.

- Facio, A. y Fries, L., [1999], "Feminismo, género y patriarcado", en Alda Facio y Lorena Fries (eds.), *Género y Derecho*, Santiago: LOM
- FARAH, I., SALAZAR, C., SOSTRES, F. Y WANDERLEY, F. (2012). *Hacia una política municipal del cuidado. Integrando los derechos de las mujeres y la infancia*. La Paz (Bolivia): CIDES-UMSA. http://www.cides.edu.bo/webcides/images/pdf/Hacia_una_politica_del_cuidado.pdf
- FARAH, I., SALAZAR, C., SOSTRES, F. Y WANDERLEY, F. (2012). *Hacia una política municipal del cuidado. Integrando los derechos de las mujeres y la infancia*. La Paz (Bolivia): CIDES-UMSA. http://www.cides.edu.bo/webcides/images/pdf/Hacia_una_politica_del_cuidado.pdf
- Fathers Direct (2005) *Outcomes of Father involvement*. UK: Fathers Direct.
- Fernández, J. (2015) Ponencia Javier Fernández. En Tellería, J. *Reflexiones en Torno al Poder: Aportes desde el Feminismo y Trabajo en Masculinidades*. Bolivia: CISTAC.
- Figueroa-Perea, J. (2016) *Algunas Reflexiones Metodológicas al Abordar Experiencias Reproductivas de los Varones desde las Políticas Públicas*. Masculinidades y Cambio Social.
- Fleming, PJ., McCleary-Sills, J., Morton, M., Levtov, R., Heilman, B. y Barker, G. (2015). Risk Factors for Men's Lifetime Perpetration of Physical Violence against Intimate Partners: Results from the International Men and Gender Equality Survey (IMAGES) in Eight Countries. *PLoS ONE* 10(3).
- Flouri E. and Buchanan A. (2003) The role of father involvement in children's later mental health.. *Journal of Adolescence*, 26:1, 63-78
- Fuller, N. (2000) Significados y Prácticas de Paternidad en Varones Urbanos del Perú. En Fuller, N. (ed) *Paternidades en América Latina*. Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Fulu, E., Warner, X., Miedema, S., Jewkes, R., Roselli, T. and Lang, J. (2013). *Why Do Some Men Use Violence Against Women and How Can We Prevent It? Quantitative Findings from the United Nations Multi-country Study on Men and Violence in Asia and the Pacific*. Bangkok: UNDP, UNFPA, UN Women and UNV
- Fundacion CulturaSalud (2015) *Manual Sexualidad y Paternidad Chile*. Chile: EME-
- Gage, A.J .and E. Silvestre, (2010) Maternal violence, victimization, and child physical punishment. *Child Abuse & Neglect*. 34: p.523A533
- Geneva Declaration Secretariat (2015). *Lethal Violence against Women and Girls Global*. En Alvazzi del Frate, A., Krause, K. y Nowak, M. (Eds.), *Global Burden of Armed Violence 2015: Every Body Counts*. Recuperado de: http://www.genevadeclaration.org/fileadmin/docs/GBAV3/GBAV3_Ch3_pp87-120.pdf
- Guedes, Alessandra; García-Moreno, Claudia; Bott, Sarah, (2014) "Violencia contra las mujeres en Latinoamérica y el Caribe", *Foreign Affairs Latinoamérica*, Vol. 14: Núm. 1, pp. 41-48
- Heise. L. (2011) What works to prevent partner violence: An evidence overview. *London School of Hygiene and Tropical Medicine*. 2011. Pp. 31-38
- Henneborn WJ, Cogan R. (1975) The effect of husband participation on reported pain and probability of medication during labour and birth. *J Psychosom Res* ;19:215-22
- Holt et al. (2008) The impact of exposure to domestic violence on children and young people: A review of the literature. *Child Abuse & Neglect*. Volume 32, Issue 8, August 2008, Pages 797-810
- Howard KS, Brooks-Gunn J. The role of home-visiting programs in preventing child abuse and neglect. *Future Child*. 2009 Fall;19(2):119-46

- Kagıtcıbası, C., Sunar, D., & Bekman, S. (2001). Long-term effects of early intervention: Turkish low-income mothers and children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 22,333-361.
- Relationship and infant attachment in socio-economically deprived community in South Africa: A randomised trial. *BMJ*, 338, b974
- Kimmel, M. (1997) Homofobia, Temor, Vergüenza y Silencio en la Identidad Masculina. En Olavarría, J. Y Valdés, T. Masculinidad/es. Poder y Crisis. Santiago de Chile: Isis Internacional/FLACSO Chile.
- Nock, S. y Einolf, C. (2008) The One Hundred Billion Dollar Man. The Annual Costs of Father Absence. EEUU: National Fatherhood Initiative.
- Knerr, W., F. Gardner, and L. Cluver, Parenting and the Prevention of Child Maltreatment in Low-and Middle-Income Countries: A systematic review of interventions and a discussion of prevention of the risks of future violent behaviour in boys. 2011, Pretoria: Sexual Violence Research Initiative, hosted by Medical Research Council, South Africa
- Levtov, R., van der Gaag, N., Greene, M., Kaufman, M. y Barker, G. (2015) Panorama del estado de los padres en el mundo: Resumen y recomendaciones. Una publicación de MenCare. Washington, D.C.: Promundo, Rutgers, Save the Children, Sonke
- MacMillan H. et al. Interventions to prevent child maltreatment and associated impairment. *The Lancet*. Volume 373, Issue 9659, 17-23 January 2009, Pages 250-266
- Martin J.A., Hamilton, B. E., Sutton, P. D., Ventura, S. J., Menacker, F., Kirmeyer, S., & et al. (2007).
- Births: Final data for 2005. *National Vital Statistics Reports* 56(6), 1-104.
- Meekers, D., Pallin, S. y Hutchinson, P. (2013). Intimate partner violence and mental health in Bolivia. *BMC Women's Health*.
- MINSAL (2008) Manual Apoyo y Seguimiento del Desarrollo Psicosocial de Niños y Niñas. Chile: MINSAL.
- Moylan CA, Herrenkohl TI, Sousa C, Tajima EA, Herrenkohl RC, Russo MJ. The Effects of Child Abuse and Exposure to Domestic Violence on Adolescent Internalizing and Externalizing Behavior Problems. *Journal of family violence*. 2010;25(1):53-63. doi:10.1007/s10896-009-9269-9
- Olavarría, J. y Valdés, T. (1998) Ser Hombre en Santiago de Chile: a pesar de todo, un mismo modelo. En Valdés, T. Y Olavarría, J. (eds) *Masculinidades y Equidad de Género en América Latina*. Santiago de Chile: FLACSO. Pp 12 a 35
- Olavarría, J. (2001) *Y Todos Querían Ser (Buenos) Padres*. Santiago de Chile: FLACSO.
- OMS (2003) *Informe Mundial Sobre la Violencia y la Salud. Organización Mundial de la Salud*. Washington, D.C.: OMS / OPS.
- Organización Panamericana de la Salud. (2013) "Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Consecuencias para la salud". Washington D.C: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/98862/1/WHO_RHR_12.43_spa.pdf?ua=1
- Oveisi, S., Ardabili, H., Dadds, M.R., Majdzadeh, R., Mohammadkhani, P., Rad, J., et al. (2010). Primary prevention of parent-child conflict and abuse in Iranian mothers: A randomized controlled trial. *Child Abuse & Neglect*, 34, 206-213
- Panter-Brick et al. Practitioner Review: Engaging Fathers-recommendations for a game change in parenting interventions based on a systematic review of the global evidence. 2014. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 55:11 (2014, pp 1187*1212
- Paredes (2013) Disidencia y Feminismo Comunitario. *Disidencia Vol10*, 12.
- Promundo, CulturaSalud e REDMAS (2015). Programa P – Manual para o exercício da paternidade e do cuidado. Rio de Janeiro:

ro, Brasil y Washington, D.C. USA.

Promundo, CulturaSalud, and REDMAS (2013). Program P – A Manual for Engaging Men in Fatherhood, Caregiving, Maternal and Child Health. Rio de Janeiro, Brazil and Washington, D.C. USA, Traducción propia tomada originalmente de Positive Discipline – What it is and how to do it (2011) by Joan Durrant. Save the Children-Sweden.

Pruett, K. D. (1993). The paternal presence. *Families and Society*, 8, 112-115.

Ramos, M. (2012) MANUAL DE CAPACITACIÓN A LÍDERES LOCALES EN MASCULINIDADES Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO. Perú: UNFPA.

Ravanefra, Zenaida (2008) Profiles of Fathers in Canada. Population Studies Centre. Canadá: University of Western Ontario

Renner, L.M. et al. (2006) Íntimate partner violence and child maltreatment: Understanding intra and intergenerational connections. *Child Abuse & Neglect*. 2006.30(599-617)

REDMAS, Promundo y EME. (2013) Programa P. Un manual para la paternidad activa (2013).

SALAZAR, C.; JIMÉNEZ, E.; WANDERLEY, F. (2010) Migración, cuidado y sostenibilidad de la vida. CIDES-UMSA Colección 25 años. La Paz: Plural.

Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F. y Bremberg, S. (2008) Fathers' involvement and children's developmental outcomes: a systematic review of longitudinal studies. *Acta Paediatrica* 97, pp. 153-158

Smith. T. K. et al. Systematic Review of Fathers' Involvement in Programmes for the Primary Prevention of Child Maltreatment. 2012. *Child Abuse Review*. Special Issue: Fathers. Volume 21, Issue 4, pages 237-254, July/August 2012

Tarkka, M.J., Paunonen, M., & Laippala, P. (2000). Importance of the midwife in the first-time mother's experience of childbirth. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 14, 184-190.

Teitler, J.O. (2001) Father involvement, child health and maternal health behavior. *Children and Youth Services Review*, 23(4/5), 403-425.

Telleria, J. (2010) en revista "Con paso firme", La Paz, Bolivia

UDAPE y UNICEF (2009). Derechos e igualdad de género en la niñez y en la adolescencia. Bolivia.

UNFPA (2013) Cuaderno de Masculinidades. Equidad, Diversidad, Afecto, Democracia, Empatía, Respeto. Bolivia: UNFPA.

UNICEF (2011) Por los niños, niñas, adolescentes y de Bolivia. Bolivia: UNICEF.

UNICEF (2014) Eliminar la Violencia Contra los Niños y Niñas: Seis Estrategias Para la Acción. Nueva York: UNICEF.

Webster-Stratton, C., *The Incredible Years*. Parte 4: "Maneras efectivas de elogiar y motivar a su niño pequeño" ("Effective Praise and Encouragement").

Wolfe. A et al. (2003) The Effects of Children's Exposure to Domestic Violence: A Meta-Analysis and Critique. *Clinical Child and Family Psychology Review*, Vol. 6, No. 3, September 2003.

World Health Organization. Violence prevention: the evidence. Geneva 2010.

Zabala, G. y Velásquez, C. (2009) Conflictos Afetivos, Cognitivos y Conductuales frente a la Paternidad. En CISTAC. Exploraciones Cualitativas en Masculinidades. Bolivia: CISTAC.

Zúñiga, Y. y Turner, S. (2013) Sistematización comparativa de la regulación de la familia en las constituciones latinoamericanas. *Revista de derecho*, N° 2, 269-301.

5. Anexos

Reglas de Convivencia



1. HABLAR
desde la propia
experiencia



2. PENSAR
expresarse y sentir
libremente



3. ESCUCHAR
con atención y empatía,
ponerse en el lugar del otro



**4. NO
JUZGAR**
a nadie, todas las
opiniones son válidas



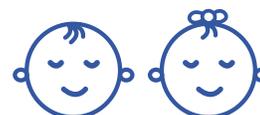
5. EVITAR
dar consejos no
solicitados



6. RESPETO
con todos los
participantes del grupo,
sin discriminación



compromiso con la
7. CONFIDENCIALIDAD
la experiencia de los otros participantes no puede
ser comentada fuera del grupo



se puede venir
8. CON HIJOS
si no hay con quien
dejarlos



9. SILENCIAR
los celulares durante la sesión



compromiso con la
10. PUNTUALIDAD
y la asistencia

REGLAS ADICIONALES

EL ÁRBOL DE
NUESTRO CRECIMIENTO
COMO PAPÁS



EL ÁRBOL DE
NUESTRO CRECIMIENTO
COMO MUJERES



NOTAS

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

NOTAS

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

NOTAS

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page below the header.

