

**Máster Universitario en Intervención Social con Individuos,
Familias y Grupos**

*Unibertsitate Masterra Gizabanako, Familia eta
Taldeekiko Esku-hartze Sozialean*

**Trabajo Fin de Máster
Master Bukaerako Lana**

**Proceso de construcción de una
masculinidad igualitaria:
*Motivaciones, dificultades y cambios.***

Estudiante: Daniel Alfonso Lizoain

Tutor/Tutora: Patricia Amigot Leache

Especialidad/ Espezialitatea: Doble especialidad

Junio, 2023

Resumen

Que los hombres cuestionemos y repensemos nuestra forma de estar en el mundo y el cómo nos relacionamos con otras personas es un punto clave para avanzar hacia la igualdad de género. El programa de Nosotros Noski que se lleva a cabo en Navarra pretende acompañar a los hombres que asisten al mismo, a través de una perspectiva feminista, en la construcción de una masculinidad más igualitaria que garantice, entre otras cosas, una atención a las dinámicas y relaciones de poder que estos hombres tienen con las mujeres. El objetivo de este trabajo es conocer el desarrollo del proceso de los participantes del programa a través de una serie de entrevistas, para descubrir qué factores son claves en el proceso de construcción de una masculinidad igualitaria. Por lo tanto, se analizarán las entrevistas para conocer las motivaciones, dificultades y cambios percibidos por los participantes, así como la información aportada por los facilitadores sobre su experiencia en este tipo de procesos.

Palabras clave: masculinidades igualitarias; igualdad; género; masculinidades; feminismo.

Abstract

Men questioning and rethinking our way of being in the world and the way we relate with other people is a main point to advance towards gender equality. The Nosotros Noski program that takes place in Navarra tries to accompany men who attend to it, through a feminist perspective, in the construction of an egalitarian masculinity which guarantees, among other things, the attention to the relationship dynamics of power that these men have with women. The goal of this work is to know the development of the process of the participants of the program through a series of interviews, to discover key factors in the process of construction of an egalitarian masculinity. Therefore, the interviews will be analyzed to know the motivations, difficulties and perceived changes of the participants, as well as the given information by the facilitators about their experience in this type of processes.

Key words: egalitarian masculinity; equality; gender; masculinities; feminism.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. MARCO TEÓRICO	5
2.1 Sistema sexo-género y desigualdad estructural	5
2.2 Proceso de socialización	7
2.3 Estudios en torno a las masculinidades	9
2.3.1 Masculinidad y socialización	9
2.3.2 La sistematización de las masculinidades	12
2.3.3 Procesos de reflexión, cuestionamiento y deconstrucción de masculinidad tradicional	18
3. OBJETIVOS	26
4. METODOLOGÍA	27
5. ANÁLISIS	30
5.1 Motivaciones	30
5.1.1 Crecimiento y beneficios personales	30
5.1.2 Motivaciones éticas	32
5.1.3 El ajuste al contexto relacional y social	34
5.1.4 Motivaciones ideológicas	35
5.2 Dificultades	35
5.2.1 Dificultades internas	35
5.2.1.1 Dificultades en la gestión emocional y la comunicación	36
5.2.1.2 Dificultades con los esquemas aprendidos	38
5.2.1.3 Dificultades relacionadas con la violencia	42
5.2.1.4 Dificultades asociadas al proceso	44
5.2.2 Dificultades externas	47
5.2.2.1 Dificultades en la relación con la pareja heterosexual	47
5.2.2.2 Dificultades en las tareas domésticas	48
5.2.2.3 Dificultades en la paternidad y/o cuidados	49
5.2.2.4 Dificultades en la relación y/o amistad con otros hombres	49
5.2.2.5 Dificultades en la relación y/o amistad con otras mujeres	52
5.2.2.5 Dificultades familiares: padre y/o hermano/s	53
5.3 Cambios	55
5.3.1 Cambios percibidos	55
5.3.2 Concienciación sobre igualdad de género y el proceso	57
5.4 Atenuantes de dificultades	60
5.4.1 El grupo	60
5.4.2 La edad	61
5.4.3 El entorno social	62
5.5 Distancia entre los participantes y facilitadores	63
6. CONCLUSIONES	66
BIBLIOGRAFÍA	71
ANEXOS	74
Anexo 1: Guion para los participantes	74
Anexo 2: Guion para los facilitadores	81

1. INTRODUCCIÓN

Los procesos que implican la deconstrucción de la masculinidad (hegemónica) seguido de la construcción de una masculinidad más igualitaria puede ser un proceso largo, complejo y confuso a veces, pero las implicaciones que tiene para la igualdad de género y beneficios para los propios hombres que transitan tales procesos son más que notables. Iniciar un proceso como este implica ir a contracorriente en dos planos paralelos: en contra de la socialización que los hombres hemos recibido desde pequeños, es decir, los mandatos de la masculinidad hegemónica, por un lado, y en contra de ciertas tendencias en las relaciones con otros hombres y mujeres derivados de estos mandatos, por otro.

El objeto de este TFM es el proceso que están transitando los hombres que participan en el programa de masculinidades igualitarias Nosotros Noski, promovido por el INAI. Conocer tal proceso implicaría revisar sus experiencias, su subjetividad respecto a su propio proceso, los avances y los obstáculos. Además, gracias a que personalmente estoy participando en el mismo proceso, puedo entender el contexto, las actividades y el curso de las sesiones, lo cual ha facilitado el diseño de la metodología y el posterior análisis.

Dicho esto, los apartados de este trabajo son los siguientes: se comenzará con el marco teórico, donde se expondrá el estado de la cuestión referente a la desigualdad estructural entre mujeres y hombres, el proceso de socialización y construcción de la masculinidad, y un acercamiento a los estudios en torno a las masculinidades, la masculinidad hegemónica y los procesos que se están llevando a cabo hoy en día.

Después pasaremos a la metodología, donde expondremos el tipo de metodología y técnicas de investigación, como es la entrevista semiestructurada, así como la técnica analítica, el guion, el sistema categorial, y la muestra.

A continuación, vendrá el análisis de contenido de las entrevistas, enfocado en conocer aspectos clave que influyen en el proceso de los hombres que participan en Nosotros Noski, así como una comparación con la experiencia de los facilitadores de este tipo de grupos, para enriquecer la información obtenida.

Finalmente se mostrarán las conclusiones del trabajo, así como la bibliografía donde se muestre las consultas realizadas a distintos/as autores/as, y los anexos, donde se expondrán los guiones empleados tanto para los participantes del programa como para los facilitadores.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Sistema sexo-género y desigualdad estructural

Para este trabajo es importante entender la centralidad del género, pues la influencia de este en la trayectoria vital de las personas ha sido estudiada por las ciencias sociales de tal manera, que se ha vuelto una categoría de investigación (Cobo, 2005).

El género juega un papel central en nuestra sociedad, constituye una construcción social que implica un conjunto de prescripciones normativas y de asignación de espacios sociales cuya distribución es asimétrica en función de dos realidades diferenciadas: la femenina y la masculina (Cobo, 2005). Por lo tanto, podríamos decir que el género no se limita a señalar que una persona es mujer u hombre, sino que este establece roles, conductas, estereotipos, segregación en cuanto al acceso a ciertos espacios, y una larga lista de determinantes más.

Este conjunto de determinantes es aludido como sistema sexo-género dado que constituyen una división simbólica y material de la realidad social, donde las vivencias de cada persona son basadas en el género (Cobo, 2005). Es por esto que el sistema sexo-género es considerado una forma de organización social, puesto que, en base al sexo de un/a sujeto (cuerpo femenino o masculino), se les asigna un género determinado (mujer u hombre), dictando así su realidad y trayectoria vital.

Tal y como explica Marta Lamas (1996), esto crea una discriminación sistemática cuyo punto de referencia es la anatomía de mujeres y hombres. De esta manera, cada cultura determina un conjunto de prácticas, ideas, discursos y representaciones sociales que atribuyen características específicas a mujeres y hombres, estableciendo así una construcción simbólica que reglamenta y condiciona la conducta objetiva y subjetiva de personas (Lamas, 1996), así como la propia interacción social, que se desarrolla condicionada por el sistema sexo-género.

Concretamente, y retrocediendo a sus primeras formulaciones, Gayle Rubin (1975) define el sistema sexo-género como un sistema de relaciones sociales construido que modifica y divide la sexualidad biológica en “productos de actividad humana”. Como veremos más adelante, este sistema establece una jerarquía donde el género masculino tiende a detentar tanto el poder como los recursos, llegando a la sobrecarga de los mismos, mientras que el género femenino debe lidiar con una serie de obstáculos para poder acceder a ellos, creando así un escenario desigual en este terreno entre otros (Cobo, 2005).

Los estudios de género han mostrado una gran riqueza y diversidad. En las últimas décadas, además de la consideración del género como constructo social, algunos enfoques han

difuminado la distinción entre sexo y género señalando que la materialidad del sexo constituye también un “dato” leído desde parámetros culturales (Butler, 1990).

Este sistema de relaciones basadas en el género tiene establecidos una serie de comportamientos y tareas conocidos como *roles de género*. Estos roles de género funcionan como mandatos para la población masculina y femenina, y su cumplimiento trae consigo valor y reconocimiento, por lo que son percibidos como deseables (Paola et al., 2012). Como los roles se configuran culturalmente, estos pueden variar y modificarse dependiendo del momento social e histórico, lo cual permite la perpetuación de la hegemonía masculina (Arellano, 2003).

Ligados a estos roles de género y su dimensión socio-cultural, surgen los estereotipos de género, que constituirían las representaciones culturales del género. Podríamos definir los estereotipos como “generalizaciones preconcebidas sobre los atributos o características de la gente en los diferentes grupos sociales” (Laird y Thompson (1992, cit. por Colás, Villaciervos, 2007, p.38). En este sentido, es importante recalcar que, aunque la masculinidad y feminidad estén reguladas y normativizadas por el sistema de género, estas no experimentan la misma presión ni posición social. Este mismo sistema de género dicotomiza y estereotipa la experiencia humana, siempre en base a una jerarquización en función del sexo.

Como hemos mencionado anteriormente, la desigualdad estructural de la que estamos hablando es derivada de una organización social que facilita el acceso a los recursos y el poder a los hombres, siendo el sistema de género el conjunto de procesos que articulan tal distribución desigual. La hegemonía masculina derivada del monopolio del poder crea y perpetúa una jerarquización estructural, que la teoría feminista ha denominado *patriarcado* (Puleo, 2005). Esta estructura, que institucionaliza las relaciones de poder de género en intersección con otros factores de desigualdad, deriva y es la principal causa del fenómeno de la violencia de género .

Esta violencia de género, según la ONU Mujeres, recoge todo acto que pueda tener como resultado un daño o sufrimiento psicológico, sexual, económico, emocional o físico para las mujeres. Por lo tanto, dado que la violencia contra las mujeres es una violencia directa y/o indirecta sobre sus cuerpos y sus acciones, también supone una dominación que dirige, restringe, disuade o anula su propia autonomía (Amigot Leache, 2022).

Esta violencia se origina principalmente en las relaciones de poder desiguales que tienden a caracterizar las relaciones entre hombres y mujeres, independientemente del tipo, y que derivan en las brechas de género y situaciones específicas de desigualdad (Munévar, Zareth, 2009). La violencia estructural resultante es percibida como un problema social, ya que, por un lado, ninguna mujer está exenta de sufrir violencia de género, mientras que, por otro lado, la

estructura social en la que vivimos y hemos sido socializados y socializadas ha sido construida sobre una base jerárquica, donde las mujeres son las subordinadas. No obstante, aunque actualmente se siga percibiendo como un problema social, se tiende a interpretar esta violencia en términos de patología, visibilizando solo las manifestaciones más explícitas y brutales, individualizándola con esquemas y perfiles de maltratadores y de víctimas (Amigot Leache, 2022).

2.2 Proceso de socialización

En este segundo capítulo hablaré del proceso de socialización, sus efectos, y un repaso con perspectiva de género sobre este mismo proceso, puesto que la masculinidad y la feminidad, como sistemas normativos, atraviesan el desarrollo de nuestras vidas y experiencias.

Las personas no aprendemos a relacionarnos con otras de forma innata, sino que interiorizamos la forma de vivir en grupos y en sociedad a través de lo que conocemos como el proceso de socialización. Incluso nuestra propia personalidad e identidad está condicionada en este proceso socializador y relacional. Este proceso es inevitable, continuo y permite a las personas conocer y adoptar “las conductas sociales consideradas adecuadas dentro del contexto donde se encuentran en desarrollo junto con las normas y valores que rigen esos patrones conductuales” (Yubero, 2004, p. 1)

Se trata de un proceso que se da en la constante interacción con personas que componen los distintos grupos en los que el/la protagonista tiene contacto. La socialización implica la adquisición del “estilo de vida” característico de la sociedad en la que se vive, entendiendo el estilo de vida como todas las formas diferentes de vivir que incluyen pautas de comportamiento basadas en valores y actitudes sociales (León, Cantero y Medina (1998), cit. por Yubero, 2004) Por lo tanto, los procesos de socialización condicionan radicalmente nuestras identidades y procesos subjetivos: no somos sujetos antes del proceso de socialización, sino que vamos constituyéndonos como tales en los mismos.

Además de lo anterior, Elkin y Handel (1972, cit. por Yubero, 2004) nos afirman que este proceso de socialización no solo facilita la participación social de las personas, sino que permiten el mantenimiento de la sociedad en sí misma a través de la reproducción constante de aquellos comportamientos estipulados como adecuados, ideas, creencias, etc...

Ahora, dicho proceso de socialización no es el mismo para todo el mundo, pues el género es un gran determinante en cuanto a cómo somos socializadas las personas. Precisamente, las

expectativas, roles y normas de género que se nos enseñan son muy diferentes debido al género (Espinar, 2009).

En base al sexo y el género, los agentes de socialización (recordemos que son principalmente la familia, escuela, medios de comunicación y el grupo de iguales en momentos como la adolescencia (Espinar, 2009)) entran en juego para distinguir a dicha persona de la mitad de la población: el contacto físico, el comportamiento hacia esa persona, los mensajes que recibirá, las tareas, los refuerzos y castigos, etc. (Espinar, 2009). El proceso de socialización enseña elementos comunes pero diferenciados para ambos géneros, para que todas las personas puedan encontrar elementos comunes que las unan como grupo, pero distinguiendo la posición y roles de cada una para establecer la jerarquía.

María José Díaz-Aguado (2006, cit. por Espinar, 2009, p. 18) expone esto de forma clara, diciendo que “estos modelos y expectativas básicos aprendidos desde la infancia son utilizados para dar significado al mundo social y emocional propio y ajeno, incluirse o excluirse de actividades, cualidades o escenarios”.

Blanca González subraya el papel central que tienen los estereotipos de género en la socialización de género, pues estos facilitan la identidad social y la conciencia de pertenecer a un grupo social (1999).

Enfocando esto a nivel macro, como ya hemos comentado anteriormente, uno de los objetivos de la socialización consiste en el mantenimiento de la sociedad en la que los/as individuos viven, por lo que transmitir qué se espera de cada hombre y mujer, qué es lo adecuado y qué no, y cómo debemos comportarnos en este sistema sexo-género es esencial. Esto deriva en la creación y perpetuación de modelos de comportamiento muy marcados como son la masculinidad y la feminidad tradicional, que facilitan, como hemos visto anteriormente, la producción y perpetuación de la desigualdad estructural tan característica del patriarcado. Uno de los mecanismos que permite perdurar esta desigualdad es la propia construcción de la feminidad y masculinidad tradicionales, pues la primera constituye el modelo de mujeres predispuestas a subordinarse a otras personas (principalmente hombres), contribuyendo a una identidad orientada a otras personas, lo que se ha denominado “ser para otros”, mientras que, como veremos más adelante, la masculinidad tradicional contribuye a una experiencia subjetiva orientada a sí, “seres para sí”, potenciando así la autorreferencia, y características subjetivas como la instrumentalidad y la actividad (Amigot Leache, 2022).

2.3 Estudios en torno a las masculinidades

Para desarrollar este apartado, primero definiré el concepto de masculinidad destacando la importancia de la socialización, expondré la sistematización de las masculinidades, para luego finalizar con la construcción de los procesos de reflexión, cuestionamiento y deconstrucción de la masculinidad y sus distintas líneas.

2.3.1 Masculinidad y socialización

El concepto de masculinidad que conocemos hoy en día es relativamente reciente (Connell, 1997), es decir, aunque siempre han existido distintos significados de "ser hombre" a lo largo del desarrollo de las sociedades, nunca han sido presentadas, estudiadas y clasificadas como hasta hace varias décadas.

Este concepto alude a la forma en la que un hombre debe comportarse y, paradójicamente, esto es amplio pero específico a partes iguales. De forma general, la masculinidad podría definirse como la forma "correcta" de ser hombre, un formato determinado y deseado que todos debemos cumplir para poder pertenecer al colectivo de los hombres (Bonino, 2002). Por lo tanto, si un hombre cumple con estos roles de género, su estatus como hombre será reconocido por el resto, y disfrutará de los privilegios y la valoración de la sociedad. Como ahora veremos, las características vertebradoras de la masculinidad son la separación de lo femenino, la constante demostración, la construcción de la identidad y sus variaciones contextuales.

El primer elemento central de la masculinidad y su construcción es la diferenciación con respecto a la feminidad. Varios autores y autoras (Bonino, 2002; González, 2013) recalcan que la esencia de la masculinidad reside en el comportamiento completamente opuesto a la feminidad.

Lo masculino supone toda una serie de patrones, conductas, representaciones atribuidas a lo masculino distintas a las consideradas propias de lo femenino. Sistemas de oposiciones binarias donde los hombres construyen su masculinidad. Ser un verdadero hombre es ante todo no ser mujer (González, 2013, p. 72).

Este primer pilar está estrechamente relacionado con el mantenimiento de una posición de poder, dado que acercarse a la feminidad (y sus derivaciones) supone devaluar la posición del hombre en cuestión. Es decir, la presión a ser un hombre está condicionada por no devaluarse, dado que lo femenino, como dice Bourdieu, tiene siempre aparejado un plus de

devaluación simbólica (1996). Elisabeth Badinter destaca claramente que un hombre “durante la mayor parte de su vida tendrá que convencerse y convencer a los demás de tres cosas: que no es una mujer, que no es un bebé y que no es homosexual” (1992, p. 304).

Como ya hemos visto, la diferenciación en la socialización de género y la consecuente creación de dos modelos muy delimitados de comportamiento crean fronteras muy marcadas y rígidas, especialmente para la masculinidad, pues la transgresión de estas puede suponer la pérdida de estatus como hombre y, consiguientemente, ser objeto de sanción social.

Tampoco debemos olvidar que, debido a que los modelos de comportamiento se construyen en sociedad y en constante relación con las personas, la masculinidad es un concepto relacional, puesto que esta existe debido a la relación directa y opuesta que tiene con la femineidad (González, 2013).

La segunda característica significativa de la masculinidad es su permanente evaluación y demostración. Los hombres debemos probar de manera constante nuestra masculinidad a través de nuestros actos y discursos, ya que, en palabras de González (2013, p. 70), “La masculinidad necesita moldearse y demostrarse constantemente”.

La tercera característica fundamental de la masculinidad es la capacidad impregnadora de esta en la identidad de los hombres pues, especialmente con la masculinidad hegemónica, la delimitación de los roles y valores (y antivalores) a los que hay que acercarse y alejarse para ser un hombre adecuado impregna el modo de existir masculino y el modo de pensar femenino sobre el hombre (Bonino, 2002).

Finalmente, la cuarta característica de la conformación de la masculinidad es su carácter variable debido al contexto. Según González (2013) la masculinidad se presenta y es reconocida de forma distinta según el contexto, la época, la cultura, el ciclo de vida, etc. La definición de la masculinidad y femineidad es un constructo sociohistórico, variable, por tanto. Además, como todo proceso de socialización, esta se aprende y construye, por lo tanto, puede variar y modificarse permanentemente.

La adolescencia es una etapa especialmente relevante en la socialización en la masculinidad, en su descubrimiento y desarrollo, como señalan Sánchez-Sicilia y Uribe (2021). En esta etapa, las distintas formas de demostración de la masculinidad funcionan a modo de rito de iniciación, donde “los/as adolescentes son los/as más susceptibles a demostraciones de la virilidad y femineidad, ya que se encuentran en un periodo vital en el que se ven impelidos de afirmarse como adultos” (Espada, cit. por Sánchez-Sicilia y Uribe, 2021, p. 5).

El trabajo de Sánchez-Sicilia y Uribe (2021) muestra tres grandes campos en los que los hombres adolescentes (y adultos) pueden y deben demostrar su masculinidad: *sexualidad, actividad y el cuerpo*. Antes de explicar cada uno de estos campos, es importante señalar que estas demostraciones deben ser en el espacio público, para que otras personas (sobre todo otros hombres) las validen.

El primer campo, la *sexualidad*, constituye un pilar en la construcción y reafirmación de la masculinidad, pues sus múltiples demostraciones en el espacio público deben ser validadas por sus grupos de pares (que funcionan a modo de agentes de la masculinidad).

Observamos cómo a través del mantener relaciones sexuales heterosexuales se presenta la masculinidad como algo que no solo hay que estar constantemente demostrando y que se posee, sino como algo inalcanzable que siempre se está poniendo en duda, que emocionalmente genera presión, malestar y sufrimiento (Sánchez-Sicilia y Uribe, 2021).

En cuanto al segundo campo, la *actividad*, los autores nos señalan que una forma de desarrollar y reafirmar la masculinidad de uno es a través de la realización de ciertas actividades y adquisición de determinados hábitos (fútbol, consumo de drogas como el tabaco o alcohol, uso de la fuerza y el ejercicio de violencia entre otros). Brod y Kaufman (cit. por Sánchez-Sicilia y Uribe, 2021) apuntan la centralidad de la violencia y el terror como herramientas eficaces de exigir o afirmar la masculinidad.

Estos marcadores socio-psicológicos comienzan en la adolescencia por mandato patriarcal, y se mantienen activos, en estado de reafirmación ininterrumpido, todo el tiempo. Se establece una competición, una presión constante por demostrar en todo momento al resto y a uno mismo que se es hombre (Sánchez-Sicilia y Uribe, 2021).

Finalmente, la tercera forma de demostrar y reafirmar la masculinidad del hombre en cuestión es a través del *cuerpo*. Este aspecto es especialmente importante en la adolescencia, pues es cuando los marcadores biológicos empiezan a aflorar en la pubertad (crecimiento de pelo, tamaño corporal, músculo, cambios en la voz, etc.). Con respecto a este campo, los autores señalan que no solamente deben demostrarse los marcadores sociales y psicológicos en el espacio público a lo largo de la vida, sino que a estos se les suma los marcadores orgánicos-físicos.

Con estos últimos, si no se tienen/desarrollan, deben ser simulados llevando a cabo ejercicios de musculación, agravando la voz, ocupando mayor espacio con la postura, etc. Aquí es donde aparece el culto al cuerpo masculino propio a modo de técnica indirecta para obtener algún tipo de control sobre este campo (Gil Calvo, cit. por Sánchez-Sicilia y Uribe, 2021).

2.3.2 La sistematización de las masculinidades

Es necesario subrayar, en palabras de González (2013), que la masculinidad no es, por tanto, ni una esencia ni monolítica, sino que está constituida por una compleja trama de aspectos, que evidencia una tipología de masculinidades. La autora afirma que las personas especialistas en *Men Studies* rechazan la idea de una masculinidad única, pues existe una extensa y compleja plasticidad humana que no puede limitar el comportamiento humano a esquemas rígidos y persistentes relacionales tal y como los conocemos.

Connell (1997) sistematiza las configuraciones de la masculinidad en intersección con otras variables y propone 4 tipos de masculinidades: la *hegemónica*, las *subordinadas*, las *cómplices* y las *marginadas*. Además de esta clasificación, es importante que hablemos de las masculinidades igualitarias para este trabajo, puesto que esta se contrapone a la masculinidad hegemónica y ambas, igualitaria y hegemónica, son las que se trabajan en los procesos de (de)construcción de la masculinidad.

En esta clasificación y en relación al poder sobre las mujeres, como más adelante veremos, la masculinidad hegemónica necesita de la opresión hacia las mujeres para reafirmarse constantemente y monopolizar el poder, pero el resto de masculinidades no tienen esa obligación de sostenerlo y, por lo tanto, el mismo reconocimiento, aunque esto no impide la búsqueda del poder a través de la dominación de las mujeres. De forma más específica expondremos cada una de ellas empezando por la masculinidad hegemónica:

Antes de entrar a definir la masculinidad hegemónica, es esencial señalar que aún a día de hoy existen debates en torno a este concepto. Hegemonía hace referencia, en la acepción de Gramsci (cit. por Azpiazu, 2012), a un proceso en el que una relación de poder se mantiene de forma invisible, en el que no existe deseo de resistencia por las partes subordinadas. Azpiazu (2012) propone entender esta hegemonía como aquello que permite mantener un sistema social de desigualdad favoreciendo al género masculino, haciendo pasar un privilegio por sentido común de manera invisible.

Para definir la masculinidad hegemónica tendremos que hablar de su puesto en la jerarquía social, la doble dominación, y su capacidad adaptativa. Podemos empezar a exponer

la primera característica con una definición en la que tanto Bonino (2002) como Connell (1997) están de acuerdo, y es que la masculinidad hegemónica es aquella que ocupa una posición de poder y dominación sobre el resto de masculinidades. Estamos hablando de un modelo de socialización que permanece en la posición más alta de la jerarquía gracias a la legitimación de la sociedad, la cual perpetúa la opresión tanto de las mujeres como de otros hombres.

Esta masculinidad se presenta como deseable, y debido a la opresión de la que hemos hablado antes, se dejan fuera de juego la construcción subjetiva de otras (Bonino, 2002) alimentando así una rueda que, si no se cuestionara, continuaría infinitamente la lógica de la opresión, dominio y violencia como herramientas de mantener su puesto hegemónico.

Precisamente son este dominio y control los que alimentan la conformación en sí misma de la masculinidad hegemónica, pues la oposición e inferiorización de los otros no masculinos se transforman en elementos fundamentales de su construcción y, a su vez, generan subordinadas y opuestos/as, de los cuales necesita reafirmarse (Bonino, 2002).

Pasando ahora a la característica de la doble dominación, Demetriou (cit. por Schongut, 2012) distingue entre hegemonía interna y externa. La hegemonía interna sería la dominación de los hombres “no masculinos” mientras que la dominación externa sería la dominación de las mujeres. El objetivo de esta doble dominación es, desde dos frentes distintos, reafirmar la posición jerárquica y el valor de la masculinidad. La reproducción de la lógica patriarcal es posible a través de la subordinación de las mujeres (Faur y Medan 2010, cit. por Vergara, 2018) y su mantenimiento funciona a través de la naturalización de mitos de género, cuya construcción y reproducción permite una legitimación del dominio masculino y la desigual distribución genérica del poder (Bonino, 2002). Esta última parte es afirmada por Bonino, citando a Bourdieu:

Esta naturalización permite mostrar como verdades una serie de falacias sociales sobre el ser y deber ser de los saberes, pensares, estares y sentires de los hombres, logrando -como todo poder hegemónico-, que la vieja fuerza bruta de imposición sea reemplazada por la violentación invisible de las mentes, logrando la consensuación de algo que es sólo una ilusión (Bourdieu, 1990)

Además, esta doble dominación no es independiente una de otra, pues la dominación de otros hombres por “parecerse a las mujeres” es resultado directo de la opresión de las propias mujeres, al igual que por otras variables de desigualdad como la clase, el origen, etc.

Finalmente, la capacidad adaptativa que habíamos mencionado previamente tiene su origen en su capacidad estructuradora de identidades y en su adaptación socio-histórica. Esta

última contribuye a garantizar la posición jerárquica de la masculinidad hegemónica a lo largo del tiempo pues, aunque haya algunas fisuras y quiebras en su estructura: la flexibilización, relativización, atenuación del absolutismo y desestimación de algunas de sus creencias y mandatos han permitido su supervivencia (Bonino, 2002). Además, Connell (1997) nos señala que la masculinidad hegemónica siempre ocupa la posición hegemónica en un modelo dado de relaciones de género, por lo que no es un tipo de carácter fijo o de un contexto determinado.

Para seguir funcionando como referente, la masculinidad hegemónica es capaz de difuminar sus límites al punto de ser irreconocibles, tomando el papel de ideal cultural más que otra cosa (Schongut, 2012). En la sociedad civil, está siendo (y ha sido) constantemente promovida a través de “masculinidades ejemplares” representando sus estereotipos por deportistas, estrellas de cine o personajes del ámbito público.

Esta capacidad de la masculinidad hegemónica de adaptación y camuflaje que le ha permitido mantenerse en el tiempo es definida por Demetriou (cit. por Schongut, 2012, p. 54) como *pragmatismo dialéctico*. Lo describe como “un proceso de apropiación de los elementos que parecen útiles para la construcción de la masculinidad en determinados momentos históricos”, eliminando así lo que no sea útil o dañino para sí misma.

El más poderoso atributo de este bloque histórico, se encuentra en su capacidad de estar en constante cambio, transformando aquellas masculinidades que parecieran ser contra-hegemónicas y progresistas, en un instrumento de la reproducción patriarcal, de forma tal que sus formas de dominación son prácticamente irreconocibles (Schongut, 2012).

Dicho todo esto, Faur y Medán (cit. por Vergara, 2018) apuntan que, en nuestra sociedad, la masculinidad hegemónica es representada por el hombre blanco, de mediana edad, heterosexual, de clase media, de alto nivel educativo, exitoso en su trabajo y proveedor principal de su hogar. Pero es importante mencionar que, aunque parezca un perfil relativamente común, muy pocos logran alcanzar este modelo de masculinidad, ocupando así la mayoría una posición de sustentadores de este modelo (cómplices, como veremos más adelante) (Schongut, 2012).

El funcionamiento de la masculinidad hegemónica implica dos pilares: lo que se valora (y se impone) y lo que no se valora (y se prohíbe). Para explicar esto, Bonino (2002) nos expone las cuatro ideologías que proponen modelos de sujeto valorados en la sociedad, y que por lo tanto son deseables.

- La primera es una *ideología patriarcal* que pone al hombre/padre en una posición de poder sobre su descendencia y pareja (mujer), mientras que se afirma el dominio masculino en el mundo.
- La segunda *ideología es la del individualismo* en la modernidad, que valora todo lo relacionado con ser un individuo centrado en sí, autosuficiente, capacitado, racional y cultivador de conocimiento. Las características contrarias a esta como la dependencia, incompetencia, emocional, etc. Son castigados. Esto tiene relación con el androcentrismo y la centralidad de las características atribuidas a lo masculino, que han privilegiado la desconexión emocional y la fantasía de la individualidad (Hernando, 2012)
- Pasando ahora a la tercera ideología, esta es la de la *exclusión y subordinación de la otredad*. Esto implicaría el conflicto y la eliminación del otro/a fácilmente identificable por actitudes y actividades bélicas, conquistadoras y colonizadoras.
- Finalmente, la cuarta está directamente vinculada con el *heterosexismo homofóbico*, pues su base establece el hipersexismo heterosexual y el rechazo de las prácticas homosexuales, especialmente aquellas en las que se pueda estar en posición pasiva (Weltzer Lang, 2000, cit. por Bonino, 2002). González (2013) nos explica que, a ojos de la masculinidad hegemónica, el homosexual es considerado un peligro para la nación y las familias, mientras que se le acusa de ser un traidor a la causa masculina.

En resumen, Bonino (2002) nos numera los siguientes valores como importantes, deseables y valiosos (y sus antónimos como prohibidos): dominancia, el poderío visible, la actividad, la racionalidad, individualidad, eficacia, voluntad de poder, certeza, heterosexualidad.

Visto todo lo anterior, podemos preguntarnos ¿qué consecuencias tiene la masculinidad hegemónica para las mujeres y los propios hombres? Bonino (2002) nos expone que el patriarcado y la forma en la que este modelo de comportamiento opera en las personas a nivel individual y en los colectivos tiene como resultado unas identidades masculinas dominantes e “independientes”, e identidades femeninas frágiles y dependientes. El efecto de esto se manifiesta a través de la reproducción y perpetuación de la injusticia distributiva contra las mujeres de los tiempos, espacios y funciones sociales, además del machismo, violencia de género y opresión resultante. En la actualidad, la masculinidad hegemónica se presenta como un hombre bueno y sensible que respeta a las mujeres, pero que no pierde el control (y la dominación) por ello, puesto que, como hemos desarrollado antes, la masculinidad hegemónica opera desde la adaptación del machismo (Azpiazu, 2012).

Para los propios hombres, en cambio, este mismo autor también señala que la propia constitución de la masculinidad hegemónica es un problema en sí mismo, pues genera sujetos varones con déficits, mutilaciones deshumanizadoras y conflictos con otras facetas de lo humano (sin olvidar el riesgo para la salud física, psicológica y emocional a nivel individual, y la vida de otras personas). Es por esto que nos presenta una lista enorme de problemáticas que es demasiado larga para exponerla aquí. Además, un estudio sobre lo qué significa ser un hombre joven en EE.UU., Reino Unido y México (Heilman, B. et al., 2017), nos señala en sus resultados que los efectos negativos de la masculinidad hegemónica siguen teniendo vigencia a día de hoy, que son muy graves, y que es un problema social al que los propios jóvenes no pueden hacerle frente solos.

Muy relacionado con estas problemáticas y consecuencias, es importante apuntar que parte de la violencia hacia las mujeres por parte de los hombres tiene su origen en la incapacidad de asumir y reconocerse en la vulnerabilidad (Amigot Leache, 2022), la cual está prohibida dentro de los mandatos de la masculinidad hegemónica. La búsqueda del reconocimiento social siendo hombre conduce a los mismos a ostentar posiciones y estatus de superioridad donde la invulnerabilidad es esencial, de manera que la violencia (tanto hacia uno mismo como hacia otras personas) juega un papel central en lidiar con dicha vulnerabilidad.

Además, como ya hemos mencionado previamente, el género desarrolla una relación dialéctica con la otredad (masculinidad-feminidad), por lo que, en palabras de Schongut (2012, p. 52), “el solo hecho de concebir una relación dialéctica en los estudios de género ya nos sitúa en una dinámica de poder, pues en el trabajo con sistemas binarios siempre habrá un modelo que intente dominar al otro”. Este mismo cita a Bourdieu y Ramírez, que nos apuntan que esta dominación de la que estamos hablando tiene un vínculo indisoluble con la violencia, y que esta se ejerce de dos formas: una violencia declarada o descubierta, y una simbólica o encubierta (2012).

Una vez desarrollada la explicación de la masculinidad hegemónica, vamos a pasar a mencionar y explicar de forma superficial el resto de tipos masculinidades (pues estas no son tan relevantes para este trabajo, a excepción de las igualitarias). La siguiente en la lista serían todas las masculinidades *subordinadas*. Connell (1997) nos apunta que este tipo de masculinidad es resultado de la jerarquía social de las masculinidades y su poco o nulo valor social debido al incumplimiento de la normativa impuesta por el patriarcado, posicionándolas así en la parte más baja de la pirámide.

Podríamos dividir las masculinidades subordinadas en dos grupos: los hombres homosexuales y los hombres que no cumplen con la normativa de la masculinidad hegemónica y son castigados por ello (Connell, 1997). Como antes hemos explicado, la homosexualidad es la antítesis del cuarto pilar de la ideología de la masculinidad hegemónica, por lo que los hombres homosexuales quedan fuera de la posibilidad de encarnar la masculinidad hegemónica, debido a no poder formar familias heterosexuales o demostrar su hipersexualidad con mujeres. A pesar de esto, muchos hombres homosexuales siguen intentando encarnar este tipo de masculinidad debido a su deseabilidad por el colectivo de los hombres.

El segundo grupo que propone Connell es el de todos aquellos hombres que no son capaces de seguir con la normativa masculina, siendo echados del círculo de la legitimidad con palabras como "enclenque, mariquita, cobarde, amanerado, hijito de mamá, etc."

En cuanto a las masculinidades *cómplices*, Connell (1997) las nombra como aquellas masculinidades que encarnan hombres que no cumplen con los modelos normativos pero que tienen una conexión con el proyecto hegemónico. Concretamente el autor afirma que estas masculinidades son construidas en formas que permiten beneficiarse del dividendo patriarcal, sin las tensiones o riesgos de ser la primera línea del patriarcado, y que son cómplices en este sentido.

Como hemos visto anteriormente, cumplir con los mandatos de la masculinidad hegemónica es especialmente difícil, demandante y agotador. Es por esto que no todos los hombres tienen la capacidad (física, mental y económica) para poder cumplir con dicha normativa. Las masculinidades cómplices, al igual que la masculinidad hegemónica, siguen reproduciendo las lógicas patriarcales, pero de formas más sutiles.

Además, tienen una conexión directa con la masculinidad hegemónica, pues las masculinidades cómplices permiten sustentar el modelo hegemónico. Por un lado, permiten la producción y reproducción de los modelos hegemónicos (hasta cierto punto), y por otro, se benefician de la sumisión de las masculinidades "inferiores" (Schongut, 2012).

Connell (1997) nos presenta ejemplos como los hombres que están casados, que nunca son violentos, que hacen algunas tareas del hogar, etc. Pero que se les puede convencer fácilmente de que las feministas deben ser extremistas que odian a todos los hombres.

Las masculinidades *marginadas*, según Connell (1997), son resultado de las relaciones que se crean entre el género y la clase/raza del hombre en cuestión. Explica que, en un contexto

de supremacía blanca, las masculinidades negras (principalmente) juegan roles simbólicos para la construcción blanca de género.

El autor explica que se siguen repitiendo las dinámicas de dominación y subordinación en cuanto a raza pues, aunque un hombre negro pudiese llegar a cumplir con los mandatos de la masculinidad hegemónica, este no recibiría el mismo valor social y autoridad que recibiría un hombre blanco.

Además de la clasificación de Connell, existe otro tipo de masculinidad conocida como masculinidades *igualitarias* que constituyen un objetivo fundamental del movimiento feminista para lograr la igualdad de género. Este tipo de masculinidad se caracteriza por una revisión y reflexión constante del comportamiento de los hombres que la encarnan para evitar reproducir las consecuencias negativas del patriarcado en ellos mismos y, a su vez, evitar ejercer dichas consecuencias negativas en las mujeres, como sería el abuso de poder, violencia de género, aceptación y reproducción de estereotipos y roles de género tradicionales, etc.

Además de esto, ponen el punto de mira de su atención y cuestionamiento en las relaciones que tienen con las mujeres para equilibrar el poder otorgado a los hombres y evitar situaciones de opresión y/o violencia de género, para así construir relaciones más igualitarias. Este tipo de masculinidad nos es de especial interés, puesto que los procesos de deconstrucción de la masculinidad que a continuación desarrollaremos suelen tener como objetivo (aunque no siempre) avanzar hasta este tipo de masculinidad.

2.3.3. Procesos de reflexión, cuestionamiento y deconstrucción de masculinidad tradicional

El esquema que seguiré para desarrollar este último apartado será: hablar del proceso en sí mismo, las motivaciones a asistir a estos grupos y las dificultades en el proceso de cambio; asimismo, caracterizaré el programa central de este trabajo, *Nosotros-Noski*.

Aunque poco a poco van surgiendo grupos y programas de hombres para llevar a cabo este tipo de procesos, su origen consta de los años setenta pues es este momento en el que los hombres empiezan a pensarse a sí mismos gracias a la influencia de los movimientos feministas (González, 2013).

El cuestionamiento del patriarcado por parte del movimiento feminista y, concretamente, el cuestionamiento de la "esencia" de los hombres y las mujeres trajo consigo el empoderamiento de estas últimas y la sacudida de los cimientos del poder de los hombres, deslegitimando la naturalización de muchos estereotipos y roles asociados a los hombres (y a las mujeres). Concretamente, Campo (2021) habla del conflicto de las representaciones que han

sido dominantes en el modelo patriarcal, lo cual ha traído malestares en la subjetividad masculina respecto al reposicionamiento de los roles hegemónicos. Esto último sumado a los avances de los estudios de género dio pie a la creación de programas y grupos de hombres para continuar este proceso de reflexión y aprendizaje (y desaprendizaje).

De todas formas, este tipo de procesos tienen su relevancia principalmente en las grandes ciudades, pues las zonas rurales generalmente aún permanecen como contextos conservadores marcados por prácticas, roles y estereotipos de género tradicionales (González, 2013).

Como más adelante veremos, dicho proceso de deconstrucción de la masculinidad heredada del patriarcado no está definido ni consensuado, pues es abordable desde muchos frentes distintos. Recordemos que la masculinidad impregna la identidad de los hombres, y esto no es fácilmente abordable, pues se trata de analizar y cuestionar el comportamiento e ideas relacionadas con todos los ámbitos de nuestra vida.

Teniendo en cuenta lo anterior, Azpiazu (2012) nos apunta que el debate de reformar, abolir o transformar la masculinidad sigue abierto. Abordar el proceso desde estos enfoques puede hacer variar mucho la intervención en sí misma.

Bonino (2002) nos advierte de que modificar la masculinidad heredada del patriarcado supone un cambio identitario y posicional, y que, para poder llevar a cabo este proceso, se necesita tener en cuenta dos cuestiones. La primera es que los hombres en los que se quiere producir el cambio ya tienen internalizada dicha masculinidad, por lo que su identidad ha sido marcada por un ideal y guía existencial determinada. Así pues, se necesitará motivar cambios muy profundos en la identidad de estos hombres.

La segunda cuestión a tener en cuenta según el autor, es que van a surgir resistencias (tanto materiales como emocionales) debido a la posición de poder existente de los hombres y sus privilegios. Esto último puede dificultar mucho un proceso de cambio, pues las pérdidas de estos privilegios requieren de una concienciación e implicación que son escasos en el colectivo de los hombres.

Teniendo en cuenta esto, podemos concluir que no hay una única manera de llevar a cabo tal proceso. De hecho, a causa de la dificultad y los intereses (o la ausencia de estos) de trabajar con los privilegios heredados del patriarcado, existen dos líneas o dos grandes orientaciones de intervención de la deconstrucción de la masculinidad tradicional: Una que se limita a trabajar las consecuencias negativas de los mandatos de género en los hombres, y otra

que va más allá y pone el punto de mira en la relación hombre-mujer para trabajar las dinámicas de poder y los roles de género en acción. Para este último apartado, vamos a hacer un repaso de distintas propuestas de intervención que presentan distintos/as autores/as de la segunda línea, es decir, con perspectiva de género.

Para empezar, González (2013) nos propone como objetivo generar cambios sociales que traigan consigo la liberación de tanto hombres como mujeres de los roles impuestos por la cultura patriarcal misógina. Para alcanzar este fin, propone la construcción de nuevas identidades genéricas masculinas que trasciendan el poder, la competencia y la dominación.

Vergara (2018) detalla la necesidad de la deconstrucción (desaprendizaje) de la herencia patriarcal y la construcción de masculinidades que introduzcan nuevas formas de relacionalidad entre todas las personas (especialmente en el binomio hombre-mujer). Para ello, se necesitaría deconstruir los mandatos de género y toda la jerarquización que estos imponen, para acabar con las dinámicas de subordinación y violencia material y simbólica. Por ello propone nuevas formas de construir una masculinidad contrahegemónica a la masculinidad dominante, con todo lo que esto implica, una masculinidad opuesta al modelo hegemónico.

Azpiazu (2012) nos señala que la cuestión de la masculinidad debería plantearse como un problema político, pues esta se inscribe en un sistema político de relaciones de poder muy marcadas donde todas las personas habitamos. Él propone generar espacios de incomodidad productiva para abordar la masculinidad y generar cambios, a partir de la reflexión y el cuestionamiento.

También existen grupos en los que se trabaja con hombres que han ejercido violencia de género física hacia su pareja, como es el caso del trabajo llevado a cabo por Matías De Stéfano Barbero titulado "Ser o no ser: la cuestión del reconocimiento de la violencia y el estigma en los espacios de atención para hombres que ejercieron violencia contra las mujeres en la pareja" (2021). Los objetivos de este tipo de grupos pueden variar, pero suelen estar orientados a la eliminación de comportamientos violentos de los hombres, aunque los enfoques desde los que se lleven este tipo de grupos pueden estar vinculados o no con una perspectiva de género donde realmente se trabaje con las relaciones de poder, los privilegios y la eliminación de estereotipos de género.

Finalmente, Salas (2022) hace propuestas de intervención multidimensionales y multicomponentes más complejas. El autor considera que el trabajo ha de centrarse en los mandatos sociales de género y tener en cuenta los contextos, razas, clase, etc. Para lograr así una reeducación en los ámbitos sociales, individuales, sexuales, de salud emocional y sexual.

Propone abordar las dos líneas que hemos mencionado anteriormente: por un lado, un proceso de deconstrucción y construcción de nuevas formas de interacción que desechen los elementos dañinos aprendidos en las familias de origen, y por otro, emplear estrategias de trabajo que impliquen un análisis de las relaciones de poder que se forman con mujeres, a fin de construir relaciones sin violencia e igualitarias (Salas, 2022). Todo esto teniendo en cuenta la voluntariedad de los participantes, pues, como antes hemos comentado, los cambios que se busca motivar requieren de implicación y reflexión para lograrse.

El autor nos habla de distintos tipos de programas en Latinoamérica: programas de intervención de corte psicoterapéutico breve (reflexión, concienciación, comprensión...) en México, programas de corte narrativo (diálogo profundo, resignificación de experiencias, comprensión, etc.) en Brasil y México, etc.

De todas formas, independientemente de los distintos programas que se hacen en cuanto al trabajo sobre las masculinidades, Susana Covas (2022) expone que actualmente existen discrepancias en cuanto al lugar que ocupan las mujeres en el trabajo con hombres. Ya que, como hemos visto, una intervención feminista en materia de trabajo de masculinidades implicaría centrar el trabajo en la deconstrucción de la posición y del ejercicio de poder relacional sobre todo con las mujeres para lograr la igualdad.

En cambio, hoy en día existen corrientes en el trabajo de la masculinidad hegemónica que se centra en trabajar con las consecuencias a nivel interno de los hombres por cumplir (o intentar cumplir) con los mandatos de la masculinidad hegemónica. En el mismo libro, Luis Botello (2022) dedica un capítulo entero a cuestionar este tipo de intervención de trabajo con hombres centrada en lo afectivo y gestión emocional. Según este autor, este tipo de trabajo tomó protagonismo en la década de los noventa cuando en la Plataforma de Acción de Beijing (1995) se hizo un llamamiento a los hombres para comprometerlos en cambios para la igualdad y este foco en las dimensiones afectivas y emocionales de los hombres fue cobrando centralidad en países como España, México y otros países de América Latina.

El problema, como hemos destacado antes y señala el autor, reside en el cómo se aborda este tipo de intervención, pues trabajar las consecuencias en uno mismo de los mandatos de la masculinidad hegemónica de forma aislada y sin tener en cuenta el componente relacional y el cómo esas mismas consecuencias afectan a las mujeres, no garantiza que se cumpla con el objetivo de la igualdad de género. De hecho, el efecto que puede tener trabajar o priorizar únicamente los costes de la masculinidad hegemónica en relación con la gestión emocional

principalmente y desde un enfoque individualista podría reforzar el estatus de la masculinidad adaptada al contexto contemporáneo, pero sin modificar su posición de poder.

De modo que la deconstrucción de algunos mandatos de la masculinidad hegemónica no necesariamente va a contribuir a avanzar hacia la igualdad de género, pues para ello es necesaria una profunda y constante reflexión y cuestionamiento de nuestras prácticas y relaciones con otras personas (sobre todo con las mujeres), y no trabajar algunos mandatos de forma independiente al componente relacional cuya conexión con el género es permanente.

Pasando ahora a las motivaciones que mueve a los hombres a comenzar el camino de la reflexión, cuestionamiento y deconstrucción de la masculinidad hegemónica, González nos explica que Kaufman, pionero en estudios de masculinidades, puede darnos las claves de los motivantes de los hombres para iniciar este tipo de procesos, pues explica en sus trabajos que:

Poder y dolor constituyen la historia secreta de los hombres. El precio que deben pagar los hombres para alcanzar poder está en detrimento de su vida emocional. El modelo del varón y la construcción de la masculinidad en torno a la consigna del tener que ser importante, trae sentimientos de angustia y continuo riesgo de impugnación de su autoestima (Kaufman, cit. Por González, 2013, p. 73)

La definición anterior puede arrojar cierta luz en la explicación de las motivaciones de los hombres a comenzar este tipo de procesos, pero nos centraremos en los resultados de un estudio de 2010 del Instituto de la Mujer llamado *Hombres con valores igualitarios. Historias de vida, logros alcanzados y cambios pendientes* (Covas, 2010), nos aporta información más práctica sobre las motivaciones y dificultades (entre otras cosas) de hombres que han participado en el proceso protagonista del que hemos hablado. A continuación, listaremos cada una de estas motivaciones encontradas:

Un conjunto de motivaciones está directamente relacionado con las *experiencias vitales en la infancia* de estos hombres. Aquí encontramos: Incomodidad e insatisfacción con el modelo masculino patriarcal, ausencia de un “temperamento violento”, no identificación con los modelos masculinos de sus padres y hermanos, y una mayor afinidad y cercanía a las mujeres. Como podemos ver, muchos de los hombres de este estudio han visto facilitado el ingreso a este proceso gracias a estas experiencias vitales.

Otro motivante está directamente relacionado con la *búsqueda de nuevos referentes* en cuanto al desarrollo emocional, pues las carencias afectivas y la falta de comunicación

especialmente con otros hombres han generado el deseo de tomar un camino distinto al dictado por la masculinidad hegemónica.

En la edad adulta entran en juego otro tipo de experiencias motivantes como, por ejemplo, una *crisis de pareja* cuya fuente es la insatisfacción y hartazgo de sus parejas que sufren los comportamientos machistas y desigualitarios de estos hombres. Según el estudio, la mayoría de hombres se ven motivados por el miedo a la ruptura derivado de una situación de desbordamiento y saturación que les hace reaccionar y dar el paso.

A parte de lo anterior, también vemos otros motivantes puntuales como los *éticos* (justicia, desigualdad de poder, etc.), el *enriquecimiento personal* que les permite sentirse mejores seres humanos en sus relaciones sociales y afectivas, *experiencias de mujeres cercanas*, o el *laboral* cuando su temática es sobre igualdad de género.

Por lo tanto, podemos concluir que los principales motivantes para que estos hombres decidiesen participar en dicho proyecto para reflexionar y cuestionar su masculinidad fueron la toma de conciencia y que fuesen afectados directamente por la desigualdad de género (que ellos ejercían). El propio estudio apunta que “la toma de conciencia sobre la existencia de un orden de dominación masculina, es el primer paso del proceso personal que puede o no, derivarse en el posterior ejercicio de una práctica igualitaria” (Covas, 2010, p. 40).

Pasando ahora al apartado de las dificultades que los hombres experimentan a la hora de poner en práctica la reflexión, el cuestionamiento y cambios hacia una figura más igualitaria, empezaremos citando los hallazgos del estudio anterior con respecto a las dificultades.

Las percepciones generales del estudio con respecto a las dificultades señalan cuatro grandes dificultades: transformar la *estructura de pensamiento patriarcal*, el estado de *alerta constante frente a comportamientos y pensamientos*, *salir de la posición de superioridad*, y *establecer relaciones verdaderamente igualitarias* con las mujeres.

Referente al ámbito de la pareja heterosexual, las dificultades son especialmente notorias. El estudio nos señala que los hombres “reconocen que siguen jerarquizando y legitimando su propia manera de pensar y racionalizar”, y que muchos de ellos afirman que las mujeres tienen una visión sustentada en la percepción emocional, y que admiten aspirar a desarrollar dicha perspectiva.

Además, la mayoría de los hombres participantes son conscientes de los abusos que pueden ejercer (y siguen haciendo) derivados de sus privilegios, como la invasión de espacios comunes o la inequidad en la distribución del tiempo de ocio y desarrollo personal, entre otras.

En cuanto al cambio de actitudes en la relación con su pareja, sienten que es un proceso lleno de contradicciones y dificultades que les causa incomodidad por el sentimiento de estar en una "permanente transición". Apuntan que sus aprendizajes la mayoría de veces suelen ser a partir de "demandas de sus compañeras, lo que inclusive les molesta al principio por vivirlo como un "ataque innecesario" (Covas, 2010, p. 59). El hecho que sus compañeras les exijan un compromiso serio y cotidiano a la vez que señalan sus conductas machistas genera en estos hombres inseguridad, molestia y confusión.

Una última dificultad en el ámbito de la pareja está vinculada con la toma de decisiones, pues estos hombres tienden a evitar la responsabilidad de tomar decisiones por intentar evitar las tendencias masculinas a imponer sus decisiones, lo cual, según apunta el estudio, puede estar consolidando aún más las desigualdades.

Pasando ahora al ámbito de la paternidad, estos hombres señalan que les resulta muy difícil mantener una posición igualitaria a la hora de asumir de forma equitativa las tareas y responsabilidades que implica la crianza de las criaturas, especialmente aquellas que se alejan de los simples cuidados básicos. Asimismo, señalan la existencia de barreras emocionales derivadas de la distancia afectiva con sus padres (ausentes, fríos, autoritarios...) que tienen que superar para satisfacer estas necesidades esenciales de sus hijos/as.

Referente al ámbito de las amistades y otro tipo de vínculos con otros hombres, el estudio nos señala una serie de dificultades con las que estos hombres tienen que lidiar para poner en práctica los cambios y comportamientos igualitarios. La existencia de comportamientos y actitudes machistas de sus compañeros genera incomodidad, rechazo e incluso temor. Cuando surgen este tipo de comportamientos en sus pares, tienden a tomar una de dos posiciones: el silencio (derivado del temor a ser descalificados) o la confrontación (que la gran mayoría de veces no consigue hacer que los otros reflexionen, lo cual los acaba mermando más y más).

En cuanto a la participación de estos hombres en el grupo de reflexión para hombres, señalan que no es un proceso fácil, ya que les resulta muy complicado hablar de sí y reflexionar sobre sus conductas y comportamientos, lo que dificulta una asistencia regular, incluso la propia permanencia en este tipo de grupos. En cambio, participar en actividades públicas de temática de igualdad de género les resulta bastante menos costoso, ya que no suelen implicar una revisión y cuestionamiento personal.

Para acabar con este apartado de dificultades, vamos a retomar algunas expuestas por Azpiazu (2012). Según este autor, existe una resistencia muy grande con la desidentificación y

distanciamiento de la violencia de género que los hombres ejercemos que nos cuesta reconocer. De aquí nacen discursos como “vamos a denunciar la violencia de género porque no la aprobamos, porque nosotros no la ejercemos, otros sí” (Azpiazu, 2012, p. 52).

Estos actos de violencia de género son hechos que, cuando los cometemos, nos son especialmente difíciles de reconocer, ya que exigirle a un hombre que identifique y verbalice una(s) violencia(s) de género que ha cometido, “se le pide también que se reconozca como portador de un atributo que le sería propio” (Goffman, cit. por Barbero, 2021), es decir, el de violador, machista, etc.

Reconocer esto implicaría ser estigmatizado como aquel machista violento perteneciente a un sistema arcaico, autoritario, tradicional, etc. Consecuentemente, es más fácil percibirlo como actitudes que pertenecen a “otros hombres” (Covas, 2010), como si tras afirmar esto fuésemos incapaces de ejercer violencia de género. Para luchar contra esta dificultad, Azpiazu propone percibirnos como potenciales agresores para empezar a aprender y construir desde ese punto (2012).

Este mismo autor también presenta dos últimas muy interesantes: La primera es aquella que tiene que ver con los privilegios, pues afirma que los hombres estamos dispuestos a seguir avanzando, repensándonos, cuestionando y cambiando nuestra conducta e ideas siempre y cuando no nos hagan perder lo que ya teníamos. La segunda y última dificultad tiene que ver con la complicidad entre hombres, pues esta se basa en el silencio y en el encubrimiento cuando un hombre cercano reproduce una conducta machista. La dificultad reside en la incapacidad de los hombres para romper el silencio, dar la espalda o romper lazos con aquellos que ha ejercido algún tipo de violencia de género.

Para concluir, y tras haber explicado todo lo relevante sobre las dificultades, acabaremos este marco teórico con la explicación del proyecto “Nosotros-Noski”, puesto que la base de este trabajo se ha llevado a cabo con las experiencias de los hombres que han participado en dicho proyecto.

Nosotros-Noski, el cual es promocionado por el INAI y llevado a cabo por Eraikiz, propone trabajar las masculinidades a través de grupos de hombres (actualmente tres) en los que las experiencias y las vivencias de los participantes permitan la reflexión de estas vinculadas con la igualdad de género.

Por un lado, los grupos ofrecen formación a los participantes con un enfoque feminista para así avanzar hacia la igualdad de género, mientras que, por otro, el trabajo grupal desde un

enfoque sistémico, se busca indagar factores como la falta de regulación emocional, las distorsiones cognitivas y la falta de habilidades sociales, las cuales son centrales a la hora de trabajar las desigualdades y la violencia contra las mujeres.

Entre los objetivos del programa Nosotros-Noski podemos destacar: la sensibilización sobre las masculinidades y la igualdad, (tanto para los hombres que acuden al grupo como sus entornos), analizar, indagar y sensibilizar sobre la socialización diferenciada mediante el sistema sexo-género, concienciación de los roles sexistas que nos condicionan a los hombres y sostienen el sistema opresor hacia las mujeres, progresar en el conocimiento e identificación de las emociones y la gestión emocional, ampliar los registros comunicativos de los participantes, y dotar al grupo de herramientas para identificar situaciones de violencia u opresión contra las personas que nos rodean, para así actuar en pro de la igualdad.

3. OBJETIVOS

El objetivo general que ha constituido la base del TFM y lo ha guiado ha sido: analizar el proceso de construcción de masculinidades igualitarias a través del discurso de participantes y facilitadores del programa Nosotros Noski.

Los objetivos específicos derivados de este han sido:

Objetivo específico 1: Identificar y analizar las motivaciones que impulsan a los hombres a participar en el programa.

Objetivo específico 2: Conocer las dificultades y resistencias que los participantes del programa deben enfrentar a través de sus testimonios y del relato de los facilitadores, analizando la comparación entre ambas fuentes.

Objetivo específico 3: Examinar la percepción de los cambios y avances que tienen los asistentes al programa, así como los facilitadores del mismo, analizando la comparación entre ambas fuentes.

4. METODOLOGÍA

En este apartado, describiré el tipo de metodología empleada, la herramienta de recogida de datos, el guion empleado, la técnica analítica y la muestra.

El tipo de metodología empleado para este trabajo será cualitativo. Dado que se pretende conocer las motivaciones y dificultades que experimentan los participantes del grupo, así como los cambios que perciben que han logrado, es importante utilizar una metodología que permita aproximarnos a la experiencia subjetiva a través del discurso de estos hombres acerca de su propio proceso, por lo que la metodología cualitativa es la más adecuada (Sandoval, 1996).

La técnica de recogida de datos que se empleará será la entrevista semiestructurada. Este tipo de entrevista se compone de una cantidad variable de preguntas que buscan ser parcialmente abiertas, de manera que la persona entrevistada pueda expresarse libremente, pero a la vez de forma delimitada, conduciendo el interés y el discurso de la parte entrevistada a través de las preguntas. Esta flexibilidad controlada de la que estamos hablando se construye de acuerdo con una serie de ejes temáticos en base a los cuales se establecen una serie de preguntas que tienen una función orientadora de la entrevista, que pueden ser recalçadas u omitidas en la entrevista basándonos en la información recogida para que así, en palabras de De Toscano (2009, p. 55), “se genere de esta manera un proceso interactivo, circular e incremental. Dado que las distintas esferas de las vidas de los hombres a los que se entrevistará serán muy diversas (distintos círculos sociales, distintas experiencias vitales, etc.), este tipo de entrevista permitirá hacer énfasis en los aspectos necesarios y omitir los irrelevantes.

Este tipo de entrevista es apropiada para explorar la subjetividad de los entrevistados en su proceso, para así conocer desde su punto de vista las motivaciones que les ha hecho dar el paso de iniciar este viaje hacia la igualdad de género de forma más activa, y aquello que experimentan como obstáculos que les impiden llevar un proceso de reflexión, cuestionamiento y deconstrucción de la masculinidad hegemónica de forma plena. Estos aspectos vinculados con la experiencia sustentan la elección porque, como afirma De Toscano (2009), fundamentalmente la entrevista de investigación es un encuentro entre sujetos en el cual se busca descubrir subjetividades.

En esta aproximación a lo subjetivo, es posible que aparezcan creencias diversas de los entrevistados. Van Dijk (1980, cit. por De Toscano, 2009) define las creencias como unidades de conocimiento que no tienen o no pueden ser contrastadas con algún otro criterio independiente de verdad, y en materia de construcción de masculinidad igualitarias en las que se deben

desmontar prácticas, pensamientos y aspectos identitarios interiorizados desde muy pequeños, resultará de especial interés para analizar.

El guion empleado para las entrevistas de los participantes se divide en los siguientes apartados: motivaciones, experiencia grupal, dificultades, cambios y conclusiones (Anexo 1). Asimismo, el guion para los facilitadores incluye una estructura similar: motivaciones, experiencia grupal, dificultades, y cambios y conclusiones (Anexo 2). Las entrevistas se realizaron siguiendo las directrices de confidencialidad y una vez informada la persona entrevistada sobre el carácter de la investigación y obtenido su consentimiento informado.

Una vez realizadas las entrevistas, se anonimizaron y transcribieron para proceder a su análisis.

En un primer momento, se realizará análisis de contenido para sistematizar la información aportada por los entrevistados. Esta sistematización se realizará a partir de los objetivos del trabajo que han estructurado las preguntas de la entrevista en 3 ejes: "motivaciones", "dificultades" y "cambios". Se recurre a categorías y subcategorías derivadas del marco teórico y de los objetivos, pero en el análisis también se ha establecido otra de manera emergente, siendo esta "atenuantes de dificultades".

En un segundo momento, otra dimensión del análisis la constituirá la comparación entre la información aportada por los participantes con la aportada por los facilitadores, comparación que permitirá reforzar el análisis de las dificultades y de las resistencias.

En cuanto al sistema categorial diseñado para el análisis, se han establecido las siguientes categorías y subcategorías en la siguiente tabla (ver Tabla 1):

Tabla 1.

Sistema categorial

Eje 1: Motivaciones	Categoría 1.1: Crecimiento y beneficios Categoría 1.2: Motivaciones éticas Subcategoría 1.2.1: Espontáneas Subcategoría 1.2.2: Inducidas Categoría 1.3: Ajuste social Categoría 1.4: Motivaciones ideológicas
Eje 2: Dificultades	Categoría 2.1: Dificultades internas Subcategoría 2.1.1: Gestión emocional y habilidades comunicativas Subcategoría 2.1.2: Esquemas aprendidos (Ideas, privilegios, mitos...) Subcategoría 2.1.3: Violencia Subcategoría 2.1.4: El proceso Categoría 2.2: Dificultades externas/relacionales Subcategoría 2.2.1: Pareja heterosexual Subcategoría 2.2.2: Tareas domésticas Subcategoría 2.2.3: Paternidad y cuidados Subcategoría 2.2.4: Amistad y relación con hombres Subcategoría 2.2.5: Amistad y relación con mujeres Subcategoría 2.2.6: Familia, padre y hermano(s)
Eje 3: Cambios	Categoría 3.1: Cambios percibidos Categoría 3.2: Concienciación Subcategoría 3.2.1: Sobre igualdad de género Subcategoría 3.2.2: Sobre su propio proceso
Eje 4: Atenuantes de dificultades	
Eje 5: Distancia entre participantes y facilitadores	

En el diseño de la investigación se planteó la realización de cuatro entrevistas a participantes y dos a facilitadores de los grupos de Nosotros Noski. Como criterios de selección, en cuanto a la muestra, se han entrevistado a cuatro hombres que han participado en el

programa Nosotros-Noski durante al menos un año o, en otras palabras, un curso entero. En el caso de no haber participado anteriormente en el programa, es requisito que al menos hayan participado en algún programa similar que tenga unos objetivos semejantes a los del programa Nosotros-Noski. Además de lo anterior, se han entrevistado a dos facilitadores del programa como informantes clave que han aportado su punto de vista privilegiado debido a la experiencia en la facilitación de grupos, tanto en Nosotros Noski como en grupos o programas parecidos.

5. ANÁLISIS

Tal como se ha señalado, el análisis se ha centrado en los tres ejes principales derivados de los objetivos: “motivaciones”, “dificultades”, y “cambios”, así como en un cuarto derivado del propio análisis, al que he denominado “atenuantes de las dificultades”. Expondremos a continuación los resultados del análisis de contenido para, posteriormente, centrarnos en la comparación entre los discursos de participantes y facilitadores. El análisis ha sido acompañado de citas literales del discurso de los asistentes del programa con el objetivo de sustentar con rigor el mismo.

En el análisis se incluirán tanto la información aportada por los participantes como por los facilitadores entrevistados.

5.1 Motivaciones

El primer eje de análisis se trata de las motivaciones que han llevado a los participantes del programa Nosotros Noski a comenzar y mantenerse en dicho proceso. La sistematización de la información ha llevado a establecer las siguientes categorías: el crecimiento y beneficios personales, motivaciones de carácter ético, el ajuste social, y motivaciones ideológicas.

5.1.1 “A ver yo salgo... como satisfecho Como desahogado”. Crecimiento y beneficios personales.

Esta categoría agrupa las motivaciones vinculadas con el beneficio que el programa puede implicar para la persona que acude. En este sentido, se han detectado cuatro tipos de motivantes: el aprendizaje y desarrollo personal, los sentimientos positivos, el grupo como lugar seguro para la expresión, y, finalmente, relaciones y amistades.

El aprendizaje y desarrollo personal como motivante resulta central, pues, tanto los participantes como los facilitadores, han mencionado esto como motor para tomar parte y/o mantenerse en el proceso. Algunos señalan el aprendizaje como motivante:

“Pues mira, lo que me motiva es que creo que tengo que aprender mucho”
(Participante 1, 56 años)

“Pues querer aprender más... (...) Aprendizaje (Participante 4, 41 años)

“Que han encontrado un espacio de revisión personal y seguridad (Facilitador 2).

Otros señalan el deseo de profundizar más en ellos mismos y en cuestionar los valores tradicionales en los que han sido educados:

“Para reflexionar un poco en muchas cosas que hacemos en el día a día...”
(Participante 2, 60 años)

“El seguir profundizando... básicamente el seguir profundizando en mi... pues básicamente en ser mejor persona” (Participante 3, 48 años)

Incluso uno de los facilitadores señala que algunos hombres encuentran el espacio de Nosotros Noski como un grupo terapéutico, en tanto los beneficios de carácter personal son percibidos así por algunos participantes:

“Hay hombres que dicen “si, es un grupo terapéutico” y no, no es un grupo terapéutico, será otra cosa. Si, hay un desarrollo personal, pero no es un grupo terapéutico” (Facilitador 1).

En esta línea de constatación del impacto positivo psicológico, un participante señala concretamente una serie de sentimientos positivos como la satisfacción como motivante a seguir en el programa:

“A ver yo salgo...como satisfecho (...) Como desahogado. (...) Tengo ganas. Muchas ganas de ir, de... acudir y de compartir” (Participante 1, 56 años).

Tal como aparece en la cita anterior, otro elemento motivante tiene que ver con la experiencia grupal, el propio grupo que actúa como lugar seguro para la expresión, tanto racional como emocional, de sus experiencias e inquietudes:

“Yo creo que el tener un sitio seguro donde hablamos de cosas que no hemos hablado igual con nadie...” (Participante 2, 60 años),

“El abrirme en canal. Si, yo sobre todo... me resulta un espacio muy cómodo y muy seguro para eso” (Participante 3, 48 años),

“Abrirme y contar mis sentimientos y mis cosas personales...” (Participante 4, 41 años).

Incluso uno de los facilitadores señala que es común durante el proceso que el grupo se convierta en un elemento importante y a la vez inesperado:

“Y luego hay gente que se encuentra en el grupo un grupo de apoyo en el que puede compartir cosas” (Facilitador 1).

En este sentido, uno de los participantes en particular destaca esta dimensión relacional del grupo que excede a las sesiones y que provee de red social, el grupo como una red de amistad importante en su vida:

“Que llegas a coger confianza con el grupo. Y salen cosas super bonitas. Incluso fuera de las dinámicas. Quedas para ir a una mani o... o el hecho de compartir información de... charlas... Otra cuadrillica. La cuadrillica del grupo de hombres (...) Conoces gente con el mismo objetivo que tú. Inquieta con ganas de cambiar las cosas” (Participante 3, 48 años).

Asimismo, a la pregunta de “¿Qué te motiva a seguir en el programa?” lo que inicialmente todos han respondido ha sido concretamente el seguir aprendiendo y seguir trabajando en los objetivos que propone el programa Nosotros Noski, para luego dar diversos detalles. Y respecto a la pregunta de “¿Te ves asistiendo al programa en el futuro?” tres de los cuatro participantes han respondido que sí, mientras que el restante ha dicho que no se lo ha planteado. Recordemos que la masculinidad hegemónica crea sujetos para sí, por lo que no es de extrañar que los beneficios personales que puedan obtener en este tipo de proceso puedan ser un motivante con peso.

5.1.2 “Para cambiar, tenemos que cambiar todos” Motivaciones éticas

Esta segunda categoría indica una implicación y aspiración ética. Estas motivaciones aparecen en dos subcategorías: las *espontáneas* (personales) y las *inducidas* por una persona cercana (externa). Comenzando con las *espontáneas*, podemos ver como éstas han surgido por experiencias vitales concretas o por una concienciación previa.

La concienciación de los participantes ha jugado un papel importante a la hora de funcionar como motivante para comenzar un proceso construcción de masculinidades igualitarias. Esta concienciación puede surgir, por ejemplo, de formación en cursos y talleres sobre igualdad de género:

“Yo soy educador social, entonces, me he formado en varios cursos, talleres, talleres de igualdad, hice un taller sobre violencia de género en la juventud” (Participante 1, 56 años).

La formación que suscita la inquietud también va acompañada por una necesidad de confirmación. La reafirmación en sí misma también es un pilar importante de las motivaciones éticas espontáneas:

“A ver una concienciación que yo ya... ya había surgido en mí, y eso me ha hecho reafirmarme” (Participante 1, 56 años),

“Después también pueden venir perfiles de hombres para reafirmarse de que están haciendo bien las cosas” (Facilitador 2).

Además de lo anterior, las experiencias de mujeres cercanas pueden potenciar una toma de conciencia ante la desigualdad que funcione como catalizador a la hora de participar en programas como el de Nosotros Noski:

“Tiene que ver con que yo tengo 7 sobrinas y una hija. Entonces... cosas que les pasan, que les ha pasado, el que te das cuenta que no hay igualdad” (Participante 1, 56 años)

Otros discursos de los participantes señalan motivaciones más generales que aluden a la necesidad de un cambio que ven en la sociedad misma:

“Como está la sociedad... Sies que no es una cosa solo de mujeres, sino que, para cambiar, tenemos que cambiar todos.” (Participante 2, 60 años)

“Entonces siempre he tenido ese... en mi pueblo hemos luchado... Hemos tenido un problema con eso de la mutildantza... cuando entraban a bailar las chicas, paraban los músicos de tocar, y ahí se acababa el baile... todavía seguimos con eso...” (Participante 4, 41 años).

Para acabar con las motivaciones éticas espontáneas, uno de los facilitadores habla de un tipo de perfil que es poco frecuente, y es el de aquellos hombres que están interesados en los estudios de género:

“Hay otro perfil más bajito, menos frecuente de gente interesada en género” (Facilitador 1).

Antes de entrar con las motivaciones inducidas por una persona externa, es pertinente señalar que, cuando se les preguntó a los participantes por una situación o experiencia personal que les ha motivado a apuntarse al programa, la mayoría no ha contado una situación determinada, sino que han señalado que el motivante ha sido la concienciación previa, bajo la cual han percibido la desigualdad de género existente y querían hacer algo al respecto.

Pasando ahora a las motivaciones éticas *promovidas por personas cercanas* a los participantes, se ha visto cómo personas cercanas a los participantes (cabe recalcar que todas han sido mujeres) han jugado un papel importante en crear una necesidad moral en los participantes para iniciar este proceso.

Por un lado, ha habido personas que han jugado un papel informativo a la hora de dar a conocer la existencia del grupo a los participantes:

“Creo que desde el Instituto Navarro por la Igualdad fue... contactos que tenían de cosas que habíamos hecho ... me mandaron un correo” (Participante 1, 56 años).

“Y una amiga también me presentó por WhatsApp esto de Nosotros Noski... “Igual te interesa...” (...) Ya sabía que estaba interesado en un grupo así, y en cuanto se enteró del grupo, me escribió” (Participante 4, 41 años).

Por otro lado, ha habido otras personas que han tomado parte de forma más activa a la hora de crear esta concienciación en los asistentes del programa:

“En mi ámbito de trabajo yo he tenido pues igual hace 5 años o más una técnica de igualdad en mí mismo despacho, y un poco pues todo eso me ha hecho ver otra realidad (...) Y yo creo que las propias técnicas de igualdad, los equipos, el instituto navarro de igualdad, el ministerio de igualdad ... pues como que van haciéndonos ver... que no era una realidad igualitaria digamos” (Participante 1, 56 años).

“Si. Ella (su pareja) tiene un montón de sensibilidad con la igualdad... está en grupos feministas, no muy activa pero muy partidaria de la igualdad de género. Tiene el ojo avizor de “veo esto y tac” Al toque, y a mí me gusta que me dé el toque” (Participante 4, 41 años).

“Normalmente los hombres que aparecen por estos espacios, tiene que ver con que tienen alguna compañera mujer, amiga, que es consciente de parte de la situación patriarcal en la que vivimos y le ha podido devolver a ese hombre alguna cosita, sin llegar a profundizar” (Facilitador 2).

5.1.3 “Normalmente llegan porque una mujer les ha mandado” El ajuste al contexto relacional y social

En cuanto a la tercera categoría, a la que hemos denominado *ajuste social*, destacamos aquellas demandas e insistencia del contexto de los participantes que muevan a los mismos a participar en el programa con el fin de complacer a dicho medio o no tener conflictos con el mismo. Este tipo de demandas, una vez más, han sido reclamadas principalmente por mujeres:

“En mi experiencia ha sido que las que me han preguntado siempre han sido las mujeres. Y las que me animan y me dicen que adelante son las mujeres” (Participante 1, 56 años)

“Bueno, tengo mi pareja que anda un poco en lo de la casa de las mujeres, y me comentó que... había este cursillo. Yo ahora estoy prejubilado. Tengo más tiempo y entonces, pues hay cosas que no he hecho nunca, que también me apetece hacer. Y una podía ser esta (...) Si, bueno. Si. Ella le apetece que haría una cosa así también, ¿no?” (Participante 2, 60 años)

Los propios facilitadores destacan que las mujeres suelen ser (y han sido) determinantes a la hora de motivar a los hombres a tomar parte en procesos de construcción de masculinidades igualitarias como el de Nosotros Noski, destacando esta dimensión de ajuste ante una mujer “que les ha mandado” a hacer el curso:

“En los cursos las motivaciones son o que me ha mandado la pareja o que he tenido un conflicto con alguna, y una amiga que me ha dicho algo (...) Pero eso, los más frecuentes son esos dos: o que le manda la pareja o que le ha dicho una colega. Normalmente llegan porque una mujer les ha mandado” (Facilitador 1).

“Y también hemos visto motivaciones de origen externo y no externo, a raíz de un comportamiento señalado, un comportamiento machista, que se le haya pedido al hombre que forme parte de un espacio de masculinidades constructoras de igualdad” (Facilitador 2).

5.1.4 Motivaciones ideológicas

Para acabar con el eje de las motivaciones, pasaremos a la última categoría, la cual está constituida por las *motivaciones ideológicas* que, en este trabajo han sido minoritarias, apenas han surgido en el discurso de los participantes, excepto en el caso de dos:

“Y que a mí me dan fuerza para seguir creyendo en lo que creo” (Participante 1, 56 años)

“Y pues yo, por ejemplo, como ideología tengo de lo que es la igualdad en quehaceres y así... no tengo ningún problema, pero luego me doy de cuenta que hay cosas que nos viene de antemano, entonces que... hay que cambiar” (Participante 2, 60 años).

5.2 Dificultades

Tras desarrollar las motivaciones de los participantes, pasamos a detallar las dificultades con las que estos lidian durante su proceso de deconstrucción y construcción de una masculinidad más igualitaria. Estas se han dividido en dos tipos de dificultades para facilitar su categorización y posterior análisis: dificultades internas o personales y dificultades externas o relacionales.

5.2.1 Dificultades internas

Comenzando con el primer tipo de dificultad, las *internas*, se han analizado cuatro aspectos diferentes: las dificultades relacionadas con la gestión emocional y la comunicación, esquemas aprendidos, la violencia, y las dificultades del proceso en sí mismo. Dicho esto, repasaremos las dificultades en cada uno de estos aspectos.

5.2.1.1 Dificultades en la gestión emocional y la comunicación

Comenzando con las dificultades en la *gestión emocional y las habilidades comunicativas*, se han detectado una serie de obstáculos y límites a la hora de comenzar y mantenerse en el proceso de desarrollar estas habilidades. Los participantes manifiestan una serie de límites, ya sean descubiertos antes o después de iniciar el proceso, que comprometen el desarrollo de la *gestión emocional y la comunicación* de las propias emociones. Concretamente emociones asociadas a las mujeres como la vulnerabilidad, tristeza o miedo:

“Ahora me cuesta menos... pero me ha costado mucho pues porque me habían enseñado no tenías que mostrarlos. O por lo menos sentimientos de vulnerabilidad o de triste... bueno en general, ningún sentimiento el hombre tenía que mostrar” (Participante 1, 56 años)

“Me encuentro con muchos límites. Muchas barreras en mi trabajo diario... Y con mis terapias... Me he encontrado mucho obstáculo en mis miedos a exponerme. Mostrarme vulnerable” (Participante 3, 48 años)

“No me resulta fácil... Si hay que ver que hay que hacer más con tranquilidad, sosiego... intentar comunicar más... Si a veces no es fácil” (Participante 2, 60 años)

Precisamente, una dificultad asociada a la *gestión emocional* está directamente relacionada con *identificar* las emociones “no masculinas”, puesto que estas no han sido potenciadas en los varones en su socialización. Recordemos que emociones relacionadas con la tristeza, miedo, vulnerabilidad, etc. Han sido catalogadas como “emociones femeninas” cuya expresión en los hombres está fuertemente penalizada. Los facilitadores explican que, al no permitirse sentir y expresar emociones asignadas a las mujeres, los hombres tenemos dificultades en identificarlas, dificultando así su transición, llevándonos a moldearlas a emociones asignadas socialmente a los hombres, que estamos mucho más acostumbrados a sentir, transitar y expresar, para poder lidiar con lo que estamos sintiendo en un momento dado:

“Cualquier cosa que tenga que ver con las emociones, que no sea satisfacción o rabia... de manera inconsciente, la inercia es que nos puede generar una sensación de vulnerabilidad porque es un lenguaje o son unas emociones que nuestra cabeza no son de fuerza ni de éxito y están asignadas a lo femenino, lo cual lo vivimos como algo frágil y vulnerable, cualquier emoción que se salga de ahí, cuesta transitarla... por la posición de vulnerabilidad. Nos cuesta más gestionar ahí. Esa sería la principal dificultad, primero darnos cuenta de que al hablar de tristeza me siento vulnerable, cuando me siento vulnerable tiendo a aislarme -muy masculino-, para que no me vean, claro. Y una vez soy consciente, la siguiente dificultad es identificarlo. Porque puede que yo no esté acostumbrado a identificarla. O que esté acostumbrado a cambiarla por otra

emoción que no me cueste tanto transitar, como es la rabia, por ejemplo. Así que la mayor dificultad es darnos cuenta de la emoción que estamos teniendo. (Facilitador 2)

“La identificación, otra vez. Puede que incluso la tengamos identificada, pero como no queremos posicionarnos en un estadio vulnerable, no la nombramos, y nombramos otra cosa” (Facilitador 1)

“Si... si tengo límites. Hay veces que me cuesta... primero saber cómo estoy y luego ponerle un nombre” (Participante 4, 41 años)

Muy vinculado con lo anterior, la siguiente dificultad reside en la propia comunicación y expresión de las emociones una vez han sido identificadas. El facilitador explica cómo el proceso de aprendizaje de la gestión y comunicación emocional no van por separado, sino que se trabajan en conjunto, retroalimentándose continuamente:

“Todo eso acompaña a la comunicación. Si no soy consciente de lo que me pasa, si no lo hablo, si no le presto el mismo valor a un tipo de comunicación en el que estamos hablando de cuidados, amor y belleza si estamos hablando siempre desde la comunicación del poder, fuerza y éxito... Pues eso me aleja. En el momento en el que soy consciente de mis propios cuidados, podemos ir hablando de las necesidades intrínsecas, a las reales que responden a la emoción que tengo... Es un proceso que va de la mano.” (Facilitador 2)

Además de esto, no solamente depende de la persona en cuestión expresar las emociones, puesto que el entorno al que está transmitiendo y comunicando influye mucho en el mensaje que está emitiendo. Como veremos más adelante, el entorno de la persona puede suponer una dificultad en sí misma a la hora de poner en práctica lo aprendido en el grupo:

“Pero claro, en el grupo, es un espacio de seguridad y de cuidado, ahí puedes permitírtelo. Igual en otros lados tu cuerpo no te lo permite porque te sientes amenazado” (Facilitador 2)

Para acabar con este apartado de la gestión emocional y habilidades comunicativas, uno de los facilitadores explica cómo el proceso de aprendizaje se verá fuertemente influenciado por su grado de apertura en cuanto a transmisión de emociones para trabajarlas en el grupo:

“Eso es muy variado... depende de lo que se abra. Para el tema de la gestión emocional, para trabajarla, será en base a lo que se abran y lo que quieran exponer. Sí que creo que cuesta... cuesta sacar la parte más emocional, pero luego se saca bien. Cuesta empezar (...) Veo que hay gente que sabes que no va a bajar de un nivel y que le costará años, o que incluso nunca bajará de eso...” (Facilitador 1)

5.2.1.2 “La dificultad que se encuentra en estos grupos es el darte cuenta de tus inercias, y de que las cometes todo el rato” Dificultades con los esquemas aprendidos

Pasando ahora a los esquemas aprendidos, aquí se han recogido todas aquellas dificultades en el proceso de revisar, cuestionar y modificar los modelos de pensamiento y comportamiento en los que los hombres hemos sido educados. Concretamente, este trabajo se ha centrado en: la reproducción de comportamientos machistas, los privilegios, las inercias y esquema mental de la masculinidad hegemónica, y los discursos políticamente correctos como obstáculo para el cambio.

Comenzando con la reproducción de los *comportamientos machistas*, los participantes señalan cómo, a pesar de intentar estar en constante alerta para no reproducir comportamientos y discursos machistas, estos al final acaban repitiendo los esquemas de comportamiento en los que han sido socializados:

“Si, porque vamos, yo estoy muy acostumbrado a reproducirlas. Entonces, cuesta, y tienes que estar continuamente alerta, porque si no, lo vuelves a reproducir...” (Participante 1, 56 años)

“Me imagino que en ciertos comportamientos encima formas de actuar, puedes hacer... puedes estar en una reunión y... ponerte por encima de una mujer sin quererlo” (Participante 2, 60 años)

“Me ha llamado la atención el cuánto nos falta por... (ríe). Inconscientemente cómo entramos en ese machismo. Superioridad, sin darte cuenta (...) Cuando sales a tomar algo... inconscientemente me pillo. Me pillo entrando en la dinámica... habitual. La tradicional. (...) Pequeñas correcciones en el vocabulario, la forma de expresarte” (Participante 3, 48 años)

“Y muchas veces meto la pata. Caigo en esos clichés (...) Inconscientemente creo que sí. Molestar, comentarios (...) comentarios como decir “cojonudo” o “es un coñazo”, palabras que te salen sin ni siquiera pensarlos” (Participante 4, 41 años)

“La dificultad que se encuentra en estos grupos es el darte cuenta de tus inercias, y de que las cometes todo el rato... esa es la mayor dificultad, y que no sabes hacerlo de forma diferente, porque lo vuelves a hacer por otro lado (ríe). Esa es la mayor dificultad y frustración” (Facilitador 2)

Referente a los *privilegios*, existe una dificultad generalizada que es la identificación de los mismos. De hecho, la cuestión es que están naturalizados, es decir, hacerlos visibles y tomar conciencia es lo fundamental del proceso, por lo que los participantes tienden a tener dificultades para identificarlos en el día a día:

“Si. A veces me cuesta, ¿eh? No se... a veces se habla de privilegios y a veces me cuesta. El ver exactamente qué es” (Participante 2, 60 años)

“Hombre... No sé, me resulta... difícil. Verlos. Hay casos que son como muy claros, pero normalmente me resulta difícil identificarlos” (Participante 3, 48 años)

“Si, ese es el temazo... Evidentemente tienen dificultades. Los privilegios tienen más dificultades en entenderlos” (Facilitador 1)

Pero además de la identificación, también pueden surgir resistencias a la hora de comprenderlos y aceptar la existencia de los privilegios masculinos. Como hemos mencionado anteriormente, la naturalización de los privilegios puede ser un obstáculo en sí mismo a la hora de entenderlos y ser conscientes de sus implicaciones. Aunque en las entrevistas a los participantes no hayan aparecido tales resistencias, los facilitadores explican que pueden surgir a la hora de reconocer su existencia:

“Yo por ejemplo no los llamo privilegios en el grupo porque esto levanta muchas resistencias. Al principio por lo menos (...) te pueden decir “no, yo no tengo privilegios” y dices ya, pero es que hay gente que tiene menos que tu... Y el poder también es una cosa difícil porque no lo entienden como “poder”. Porque la posición de poder la suelen entender como posición “normal”. Y esto es la parte que más cuesta desmontar...” (Facilitador 1)

“Lo de la construcción de la persona... que un aspecto este muy adentro en nuestra identidad por nuestra socioconstrucción y que por eso nos cueste más trabajarlo. Desde donde cogemos el poder... ahí hay muchas resistencias... Trayendo datos...ese techo de cristal, suelo pegajoso... el camino puede que haya sido el mismo entre un chico y una chica, pero... Ahí estamos quitando el valor del proceso del chico del camino hasta llegar ahí. Ahí están las resistencias... que luego volvemos a lo de la sobrevaloración de lo masculino...” (Facilitador 2)

En cuanto a las *inercias y el esquema mental de la masculinidad hegemónica*, como hemos visto anteriormente, los hombres tenemos naturalizados una serie de comportamientos que asumimos que no son machistas, aparentemente muy igualitarios y parecidos al de las mujeres. Esto puede suponer un obstáculo para detectar cómo el patriarcado opera en nuestras vidas a través de la reproducción de la masculinidad hegemónica. Uno de los facilitadores explica cómo los participantes niegan la influencia del patriarcado, y que son, a priori, igualitarios:

“Si... otra cosa es el discurso... dices “no, yo no tengo mucho de eso...”, es, por ejemplo, una de las características importantes de la masculinidad hegemónica es la importancia del trabajo, y ellos te dicen “no, pero si yo no le doy importancia al trabajo, porque he cambiado de trabajo mogollón...”, entonces tienes un discurso como de que eso “no te va”... Entonces cuando lo trabajas te dicen “no, pero yo cuando no trabajo, le ayudo a alguien, tal...” y entonces estás

poniendo la acción del trabajo ahí, aunque no sea remunerado... entonces ahí lo ven. (...) Si me viene alguien que dice que no tiene nada de eso y realmente no tiene influencia del patriarcado, vamos, eres un marciano (ríe). Todos tenemos, los dinamizadores tenemos, las mujeres tienen... Esto es así. No seamos hipócritas tampoco. Hay que verlo y reconocerlo. Negarlas no va a llevarte a ningún lado'' (Facilitador 1)

Otra dificultad referente a nuestras inercias que el segundo facilitador ha detectado a lo largo de su experiencia es el progresivo aislamiento de los hombres, derivado de las consecuencias de las ideas y exhibición de la masculinidad hegemónica:

''Reconocer el aislamiento que hay en los hombres... Esa sería la mayor para mí. Como nos aísla socialmente e individualmente el resto, como te aísla el no poder sentirte vulnerable... y esto... no es una característica de la masculinidad hegemónica, es una consecuencia. Una consecuencia de los condicionamientos... con esto de ''yo puedo con todo, no necesito a nadie, tengo que hacerlo yo solo...'' nos aislamos.'' (Facilitador 2)

Dicho lo anterior y para acabar con los esquemas aprendidos, vamos a hablar de los discursos políticamente correctos que los hombres empleamos y que funcionan como barrera para el cambio. Teniendo en cuenta, por un lado, que una de las características de la masculinidad hegemónica es su carácter cambiante y adaptativo según el contexto (pragmatismo dialéctico) y, por otro lado, todos los avances hechos por la teoría feminista referente a visibilizar el machismo, era esperable que los hombres desarrollásemos discursos anti-machistas, rechazándolo. No reconocer que uno es machista, o que no está de acuerdo con aquello con lo que ''debería'' estar, supone una barrera a la hora de trabajar en la construcción de una masculinidad más igualitaria. Uno de los facilitadores explica que, debido a que el discurso social contemporáneo es igualitario, los hombres solemos tener discursos muy bien preparados para aparentar que también lo somos, independientemente de estar en procesos como el de Nosotros Noski construyendo masculinidades más igualitarias:

''Eso es lo que pasa, el discurso social es muy igualitario. De hecho, los jóvenes, te dicen que el machismo pasaba antes, que ahora no. No tienen esta idea... han oído el discurso social y pasa eso (...). La mayoría de gente normalizada damos la imagen de que somos super igualitarios, tal...y es muy difícil decirle a alguien que no lo es. Tienen un discurso preparado super igualitario y a ver cómo le digo yo que no... Es difícil'' (Facilitador 1)

Un componente central en los discursos políticamente correctos se debe a la deseabilidad social, que, como veremos más adelante, hace que de forma consciente o inconsciente tendamos a adecuarnos a las normas de corrección política. Debido a esto, surgen muchas contradicciones en la acción en contraste con el discurso y es muy común que los

facilitadores detecten tales incoherencias. Incluso uno de los participantes reconoce estas contradicciones:

(¿Detectas contradicciones en sus discursos?) “Mil. Si. Volvemos a lo de antes. El mundo de la razón y el mundo de la acción... y en el discurso... podemos sostener un discurso precioso, y a la vez sin darnos cuenta salir y tirar el papel del envoltorio al suelo... muy tontería... El discurso es uno... en los participantes... y la acción es otra. Ahí está.” (Facilitador 2)

“Y de los contenidos... no... cambiar... un poco porque a veces se me crean contradicciones... por ejemplo... por miedos nuestros. Yo le veo salir a mis hijas... que llevan poca ropa y me crea una... y es su derecho ¿me entiendes? Pero... entonces tenemos nuestros miedos también. A veces les digo “joder, no sé qué” y bueno, si digo algo se me tiran al cuello (ríe).” (Participante 2, 60 años)

No obstante, los facilitadores señalan un aspecto realmente relevante referente a los discursos políticamente correctos sobre igualdad, y es que estos aparecen principalmente en aquellos perfiles de hombres que no están en situación de exclusión social o en los ejes cercanos a esta. Debido a esto, estos apuntan que trabajar los aspectos de la masculinidad hegemónica en personas con perfiles en exclusión social es más fácil, puesto que no existen las barreras que crean los discursos de lo políticamente correctos:

“He dado talleres a hombres en exclusión, en prisión... y esto es mucho más fácil, porque no te ponen ningún filtro. Ellos no quieren parecer políticamente correctos porque esto en su mundo no importa. Entonces... te dicen “si tocas a mi madre te mato” y tú dices ¿a ver, tu madre es tu propiedad o...? es como que tienen menos filtro y entonces no tienen que simular una imagen, porque no están en ese mundo de esa imagen. Ahí es más fácil porque trabajas con lo bruto” (Facilitador 1)

“En Nosotros Noski se ven menos, pero, a priori se perciben menos resistencias, porque el grupo es políticamente correcto. Si hablamos de los ejes de exclusión... el grupo de nosotros Noski lo forma mayormente hombres blancos, ninguno ubicado en el umbral de la pobreza. Esto facilita que se dé un clima desde lo mental de políticamente correcto. Así que las resistencias no son tan explícitas. Se viven más en forma de boicot, por así decirlo, intentando boicotear el hacia donde se está yendo. Y si, en cuanto a ser políticamente correcto, desde la razón, nadie es machista, nadie es xenófobo...” (Facilitador 2)

5.2.1.3 “Se normaliza mucho la violencia entre los hombres y a veces ni siquiera la reconocen”

Dificultades relacionadas con la violencia

Dicho esto, pasamos a señalar las dificultades relacionadas con la violencia en los participantes. Como ya hemos visto previamente, la violencia es un elemento central en la construcción y reproducción de la masculinidad hegemónica, fomentando y facilitando su uso para conseguir y mantenerse en posiciones de poder. Por lo tanto, para la construcción de una masculinidad más igualitaria es necesario revisar y cuestionar nuestras prácticas cotidianas para detectar cómo los hombres usamos la violencia, incluso de formas mucho más sutiles e imperceptibles, de forma reiterada e inconsciente, puesto que la violencia funciona a modo de herramienta para reafirmar la masculinidad.

En este sentido, los participantes entrevistados del grupo tienen dificultades para detectar y reconocer comportamientos violentos propios, afirmando que no son personas violentas, debido a que el significado de “violento” se asocia a los casos más extremos y visibles de la violencia como sería la física:

(¿Te consideras una persona violenta?) “No... Si sé que tengo un punto... que me dura menos que... pero bueno. Pero no” (Participante 2, 60 años)

(¿Te consideras una persona violenta?) “No (ríe). En absoluto. (Participante 3, 48 años)

(¿Te consideras una persona violenta?) “No.” (Participante 4, 41 años)

(¿Te consideras una persona violenta?) “A ver, yo puede ser que sea una persona violenta que no le pondría esa palabra, pero sí a veces agresiva hablando” (Participante 1, 56 años)

Pero cuando se les pregunta si alguna vez han ejercido violencia contra otras personas, es interesante ver cómo reconocen que es muy posible que lo hayan hecho de forma inconsciente y no intencionada:

“Si. Violencia física nunca. Pero violencia verbal... psicológica sí. Posiblemente, sí, sí. Seguro. (...) Si. Es una circunstancia muy particular... que es... mi hija que es adolescente, y... según su punto de vista, le estaba maltratando.” (Participante 1, 56 años)

“Pues pienso que alguna vez sí que lo habré hecho. No sé... igual no siendo consciente. (...) Tengo claro que en algún momento inconscientemente habré hecho algo a alguien” (Participante 3, 48 años).

“Conscientemente no. Inconscientemente creo que sí. Molestar, comentarios... (Participante 4, 41 años).

Los facilitadores señalan que existen muchas dificultades para detectar cómo la violencia es un aspecto central de nuestro comportamiento, y la diversidad de formas en las que podemos llegar a ejercer violencia sobre otras personas de forma completamente involuntaria. Además, una vez más, aparecen los discursos de lo políticamente correcto que funcionan como barreras para reconocer y aceptar esta parte de nuestra socioconstrucción:

“Pues mira, con la violencia hay discursos muy diferentes. Hay un rechazo generalizado de la violencia contra las mujeres, pero luego no se reconocen... se normaliza mucho la violencia entre los hombres y a veces ni siquiera la reconocen. Muy tolerada la violencia contra otros hombres, y tampoco reconocen algunas violencias contra las mujeres, aunque rechacemos públicamente” (Facilitador 1)

“Vivimos en una sociedad muy violenta... Y tenemos una tolerancia con y para la violencia a mí me parece que muy elevada (...) Dentro de lo políticamente correcto, no somos conscientes de las consecuencias de nuestra forma de estar en el mundo y de la capacidad de generar situaciones violentas. Si que tenemos interiorizada la violencia. Como hasta elemento de resolución del conflicto” (Facilitador 2)

También es importante señalar que, cuando se les preguntaba por los distintos tipos de violencia que los hombres podemos ejercer (especialmente a las mujeres), todos distinguían la psicológica y la física, pero a partir de estas mostraban grandes dificultades para nombrar otras. Esto puede deberse a la naturalización de las prácticas violentas en la interacción con otras personas. En este sentido, hablando de la violencia física, psicológica y emocional, podemos confirmar el testimonio de los facilitadores sobre la dificultad por parte de los hombres de detectar y reconocer la violencia que podemos ejercer sobre otras personas o sobre nosotros mismos. No ha habido alusión a la violencia sexual durante las entrevistas.

Aunque igualmente muestran cierta conciencia sobre la necesidad de revisar sus comportamientos, puesto que, como podemos ver en los párrafos anteriores, saben que inconscientemente puede que hayan ejercido violencia sobre otras personas, y también reconocen comportamientos violentos que les gustaría cambiar de ellos mismos:

“Si, igual la manera de conducir. Es como a veces, por el estrés o las prisas... sacar esa mala leche... creerte el dueño de la carretera...” (Participante 4, 41 años)

“Si... Por ejemplo, es algo que yo tengo que... lo tengo ahí pendiente lo del tema de esa rabia... impulsividad... esa mala ostia...” (Participante 1, 56 años)

“A ver, igual... puedes tener unos... puedes ser más visceral hablando...” (Participante 2, 60 años)

5.2.1.4 “Te vas a llevar palos, te vas a ir a casa mal, y esto es parte del proceso” Dificultades asociadas al proceso

Tras explicar esto y para finalizar con las dificultades internas, vamos a exponer las dificultades que pueden experimentar los participantes durante el proceso en sí mismo. Existe un tipo de dificultad que podríamos llamarla resistencias al proceso de cambio que, según explican los facilitadores, surgen cuando el facilitador en cuestión avanza demasiado rápido en las sesiones y el curso:

“La dificultad suele estar en no pisar el acelerador para alguien que no pueda sostener esa presión (...) Lo que suelo decir es que, si aparecen resistencias, es porque has ido demasiado rápido con ese hombre. A esa persona le has puesto en la tesitura de llamarlo machista y él no lo está entendiendo” (Facilitador 1)

“Y cuando surgen dificultades puede ser porque se está yendo demasiado rápido con las personas. Si vas demasiado rápido, haciendo que la persona no pueda sostenerlo, le va a generar resistencias. Te va a mover determinados pilares identitarios que ahora mismo te están sosteniendo” (Facilitador 2)

Como hemos visto, el programa de Nosotros Noski utiliza en su metodología juegos y dinámicas corporales, alternando entre actividades de reflexión racionales y actividades corporales y juegos. Existen otro tipo de dificultades que surgen a partir de tomar parte en dinámicas de movimiento o de contacto con otros hombres propuestas por los facilitadores para transgredir las normas de la masculinidad hegemónica y así trabajar con los límites:

“Luego, depende del tipo de dinámicas... dependerá de los hombres... pero suele haber resistencias en cuanto a las dinámicas de movimiento (...) También hay resistencias con las dinámicas de tocarse...” (Facilitador 1)

Cuando se les ha preguntado a los participantes por aquellas dinámicas que más difíciles les ha resultado hacer, dos participantes han señalado dos dinámicas concretas (dinámicas de movimiento y dibujar) mientras que los otros dos no han dicho una dinámica concreta, sino simplemente la acción o situación misma de exponerse y sentirse vulnerable. Recordemos que, según los mandatos de la masculinidad hegemónica, debemos ser invulnerables en todo momento y en todas las situaciones, por lo que exponernos a dinámicas de este estilo puede generar especial dificultad en los hombres:

“A mí me cuestan... No sé. Las que tienes que hablar más de ti. De tu intimidad, de tu... esas me cuestan” (Participante 1, 56 años)

“Mas difíciles abrirme yo del todo, o contar según qué cosa... desnudarte” (Participante 4, 41 años)

En cambio, cuando se les ha preguntado por las dinámicas que más fácil les resulta llevar a cabo, tres de cuatro participantes han señalado las dinámicas de reflexión y lógica, lo cual no es de extrañar, pues la racionalidad ha sido muy valorada y potenciada entre los hombres:

“Yo creo que las que tengo que reflexionar... Pues que te pone algo y tienes que decidir o por una cosa o por otra... reflexionar” (Participante 1, 56 años)

“Las más fáciles son cuando estas más en común... ahí... hablando, debatiendo... el aporte de distintas ideas” (Participante 2, 60 años)

“Pues... a los juegos entro fácil, me gusta competir y jugar... Pero también, ahora que me he soltado un poco al conocer a la gente, también me gusta hablar y escuchar...” (Participante 4, 41 años)

Y concretamente hablando de las dinámicas que los participantes cambiarían si tuviesen la oportunidad, todos han señalado que no cambiarían nada, algunos limitándose a decir que no cambiarían nada mientras que otros señalando que los facilitadores son los que tienen el conocimiento y criterio adecuados como para confiar en ellos plenamente. Esto constituye una prueba de lo que los facilitadores señalaban anteriormente sobre la velocidad en la que presentan los contenidos al grupo, siendo adecuada en este caso, pues no surgen resistencias ni deseos de rechazar unos contenidos u otros.

“Yo creo que está bien. No cambiaría, no” (Participante 1, 56 años)

“¿Cambiar? No sé. Al final... los que están encurtidos saben las dinámicas como hacer...” (Participante 2, 60 años)

“Pues la verdad es que no (...) ... Me ha caído del cielo y todo lo que venga bienvenido” (Participante 3, 48 años)

“No, no cambiaría nada” (Participante 4, 41 años)

Respecto a realizar las dinámicas y actividades junto con el resto de hombres dentro del grupo, los participantes han señalado que no tienen ningún problema cuando se trata de trasgredir los mandatos de la masculinidad hegemónica para cumplir con las dinámicas y tareas que los facilitadores solicitan hacer. Esto es una prueba de que el clima grupal es adecuado y que los facilitadores han logrado establecer unas normas de cuidado mínimo de forma efectiva, puesto que la vulnerabilidad de un hombre es la oportunidad de otro para ponerse por encima y reafirmar su masculinidad, y el hecho de que los participantes sientan seguridad para salirse de las normas impuestas por la masculinidad hegemónica muestra un gran avance:

“Ah, muy bien. A mí, estar con hombres... estoy agusto” (Participante 1, 56 años)

“Más fácil. Si, creo que más fácil... porque bueno. Creo que estamos todos para que se haga más fácil” (Participante 2, 60 años)

“Al principio entre que no conoces a las personas... pero luego ya... pues a partir de... entras ya como más abierto a... vas adquiriendo poco a poco esa confianza con el resto del grupo y es como... más fácil. Como más fluido” (Participante 3, 48 años)

De todas formas, como todo proceso de cambio tan profundo como el que propone Nosotros Noski, supone ciertos costes a nivel tanto de implicación como nivel emocional:

“Porque puede ser difícil... siempre decimos que este camino es enriquecedor, pero no siempre va a ser bonito ni divertido. Te vas a llevar palos, te vas a ir a casa mal, y esto es parte del proceso” (Facilitador 1)

Haciendo énfasis en los costes a nivel de implicación en el proceso, uno de los facilitadores explica que, para cambiar y transformar nuestras ideas, comportamientos y forma de estar en el mundo, es necesaria tanto constancia como consciencia si queremos instaurar cambios reales y permanentes en los participantes:

“Nos aferramos a aquellos aspectos que no me hacen templar como persona en mi proceso identitario. Es que aquella socioconstrucción es la persona que soy hoy en día... eso es lo que se va desmontando (...) siguiendo con la metáfora de los pilares y las vigas... para tirar una viga hay que picar. Cada vez que picas, tienes que ir construyendo. Construir genera esfuerzo, picar genera esfuerzo y luego retirar los escombros... no sé si lo llamaría dificultad, y sí que conlleva un proceso de esfuerzo y de consciencia” (Facilitador 2)

Para acabar con el apartado del proceso, el facilitador también señala la dificultad que pueden sufrir los participantes cuando, debido a la concienciación y los aprendizajes obtenidos en el grupo, descubren las inercias de los entornos sociales que forman parte de su realidad y las dificultades que pueden surgir a partir de este hecho para lidiar con dicho escenario:

“Otra de las grandes dificultades igual es que es más fácil ver la paja en el ojo ajeno... así que desde ahí me doy cuenta de las inercias de los espacios que me rodean. De repente me cabreo mogollón con mi hermano por lo que hace... y eso también lo vivo como una dificultad. Porque, por un lado, la persona se encuentra con que no sabe qué hacer... y, por otro lado, no le está permitiendo verse a sí mismo, porque pone el foco hacia afuera” (Facilitador 2)

5.2.2 Dificultades externas

Después de haber repasado las dificultades internas, vamos a empezar a detallar las dificultades que pueden tener los participantes en las relaciones con otras personas (y en la forma de relacionarnos).

5.2.2.1 Dificultades en la relación con la pareja heterosexual

El primer grupo de dificultades que vamos a detallar van a ser sobre la pareja (heterosexual) de los participantes. Para empezar, los participantes suelen experimentar una serie de dificultades relacionadas con el conflicto con su pareja por motivos diversos:

“Tenemos conflictos por el tema de la igualdad, ¿eh? Es como muy... cuando estás vigilante... alerta. ¿Y digo “joe, puedes bajar un poquito la guardia?” Y se enfada. Entonces ahí tenemos un poquito de conflicto” (Participante 1, 56 años)

“Yo le digo algo y ella lo puede tener como “¿lo has dicho así?” “cambia los tonos” eso es algo que... se trabaja” (Participante 2, 60 años)

“Ser más ordenado... que sé que a ella le molesta. A veces igual no las tomo lo serio que debería tomarlo, sabiendo que a ella le importa. Quitarle esa seriedad suele ser motivo de conflicto” (Participante 4, 41 años)

Teniendo en cuenta que las parejas de los participantes saben que estos están asistiendo al grupo de Nosotros Noski y todo lo que se trabaja en él, suelen reclamarle ciertos cambios:

“Si, bueno... Sobre todo... a veces reclama pues ... puedo decir algo y... o no lo digo bien, o... ella se fija mucho en los tonos. Y en la cara. No sé, entonces depende de cómo digas una cosa igual... Crees que no estás diciendo una cosa muy especial y ella lo puede tomar un poco así... Eso crea fricción un poco...” (Participante 2, 60 años)

“Si... Lo de contar sentimientos... abrirme un poco más...” (Participante 4, 41 años)

En este sentido, los facilitadores señalan distintas dificultades en los participantes en la relación con sus parejas, como podrían ser los roles tradicionales, los privilegios, y las inercias tradicionales. Pero ambos coinciden en una misma dificultad, y es la comunicación con sus parejas, puesto que aún siguen muy presentes las inercias derivadas de la autorreferencia donde las prácticas diarias de los participantes tienden a no tener en cuenta al resto de personas:

“Cada uno tiene diferentes... pero diría que una de las mayores dificultades es la comunicación. Y entender desde donde está posicionada ella. Que vean que cuando te diga algo, que puede estar haciéndolo por agradarte y no porque es

lo que ella realmente quiere (...) Y también que valoren lo que ella hace”
(Facilitador 1)

“Tiene que ver con la atención al deseo propio VS el deseo colectivo... en pareja esto se ve mucho. Esto redundo mucho en la comunicación. También una inercia que tenemos los hombres... en sociedad estamos sobrevalorados, entonces también en pareja nos damos cuenta de que nosotros estamos haciendo un esfuerzo muy grande por esto, y le pedimos a nuestra pareja por reconocimiento. Y vuelvo a lo de antes, lo de la comunicación” (Facilitador 2)

5.2.2.2 Dificultades en las tareas domésticas

Ligado con la pareja, debido a que tres de los cuatro participantes conviven con sus parejas, el siguiente aspecto a analizar ha sido el reparto de las tareas domésticas y su ejecución. En este sentido no han salido dificultades por parte del discurso de los participantes puesto que, como señala uno de los facilitadores, el discurso políticamente correcto puede distorsionar la percepción e impedir ver que el reparto sigue siendo no equitativo:

“En cuanto a las tareas domésticas... es que ahora todos somos super políticamente correctos entonces todo el mundo es igualitario, todo el mundo hace todo... muy poca gente reconoce que no sostiene mucho de las tareas domésticas” (Facilitador 1)

“Las estadísticas dicen que las parejas mujeres de los hombres participantes en grupos de masculinidades constructoras de igualdad, sigue habiendo desigualdad. Me gustaría pensar que el reparto es más consciente... que empezamos a ocupar más espacios de cuidado... y que ahí tenemos mucho trabajo” (Facilitador 2)

Igualmente, uno de los facilitadores explica que una dificultad que se repite en los grupos se debe a la falta de costumbre de los hombres a gestionar y llevar a cabo las tareas domésticas de forma global:

“En cuanto a las labores de la casa, nos sigue faltando globalidad en la mirada. A nosotros se nos da muy bien hacer tareas secuenciales. “Tu dime que tengo que hacer... hago la lavadora...” “Pero no has metido esto aquí” “Ya, pero es que no me lo has dicho”. No sé si calificarlo como “hacer dos cosas a la vez” pero un poco sí (ríe). Mientras estoy haciendo las lentejas, ser consciente que mientras puedo barrer... esa gran diferencia” (Facilitador 2)

5.2.2.3 “Ellos hacen lo más divertido y lo menos costoso de la paternidad” Dificultades en la paternidad y/o cuidados

Pasando ahora a la paternidad y los cuidados, han surgido dos dificultades muy concretas por parte de los participantes, siendo la primera el no disponer de tiempo libre para el ocio, y siendo la segunda el regular su forma de interactuar con el resto de personas para no ser demasiado autoritario:

“A ver, algo abstracto que es el no tener tiempo para mí. Eso es lo que más me ha costado. Cosas concretas no... Pero eso, el no tener tiempo para mí”
(Participante 1, 56 años)

“En mi día a día... es un poco en casa. El no intentar dirigir... no sé. Yo es que a veces no sabes hasta qué punto es patriarcado o es la forma de ser...”
(Participante 2, 60 años)

De todas formas, los facilitadores señalan que, por norma general debido a las estadísticas, los hombres seguimos encargándonos de las tareas de cuidado y paternidad (si es que lo hacemos) más fáciles y lúdicas, como el ocio con las criaturas o la didáctica, mientras que las parejas mujeres son las que mayor carga de trabajo tienen en los cuidados:

“Igual, lo mismo que con las tareas domésticas. “Todos cuidamos, todos hacemos...” pero al final hay unas cosas que siempre se siguen ocupando ellas como la ropa de los niños o gestionar la compra, lavar más... Y ellos la ducha, les leen el cuento... hacen lo más divertido y lo menos costoso de la paternidad”
(Facilitador 1)

“Y también, que los hombres estamos ocupando los espacios de cuidado más agradables. Ahora es más común ver a los hombres en los parques con los niños, pero también coincide que los hombres bajan al parque más mientras que las mujeres hacen más los baños (...) la mujer suele ser la que se ocupa del baño, la carga mental de la gestión del hogar en la cabeza.” (Facilitador 2)

5.2.2.4 “Te das cuenta de que todos tus colegas hombres ya no sabes muy bien cómo relacionarte con ellos” Dificultades en la relación y/o amistad con otros hombres

En cuanto a las relaciones y amistad con otros hombres, los participantes han señalado la misma dificultad: el señalar un comportamiento o comentario machista por parte de sus amigos y confrontarlos. Todos muestran grandes dificultades en este sentido, puesto que, por un lado, sienten emociones relacionadas con la furia y la tristeza cuando sus amigos reproducen tales comportamientos y, por otro, sienten que están perjudicando el ambiente y “cortando el rollo”. Recordemos también que puede estar presente el juicio de “traidores” por parte de otros

hombres hacia aquellos que deciden, de forma voluntaria, desviarse de los mandatos de la masculinidad hegemónica, cuestionando el *status quo* construido por los hombres:

“Porque han hecho unos comentarios muy machistas, y digo “no se si merece la pena meterse en esto” porque al final no he querido. Me ha dado pereza (...) Porque a veces es crear un conflicto cuando dices: ¿jobar, voy a crear un conflicto? ¿No... soy aquí el “tocapelotas”? Ya veces también me cuesta que me ha pasado, por la respuesta que recibo. Entonces digo: para crear ese conflicto a veces prefiero no ponerlo en práctica” (Participante 1, 56 años)

“Eso yo creo que hay gente que hoy en día se siente... en el momento que se habla de la igualdad, que se sienten más heridos... como “ya no se puede decir nada”” (Participante 2, 60 años)

“Y sí, lo de los comentarios... Sí, se les escapan. Claro, ¿Qué hago? Me voy. Directamente me voy. Y otras es como... Me quedo ahí con las ganas de “¿voy a entrar ahora en confrontación aquí...?” (...) te estás tomando una cerveza, te está chirriando los oídos y me voy a la mesa de al lado. No sé si alguno hará alguna lectura... No quiero discutir y me doy la vuelta” (Participante 3, 48 años)

“Pues mal... si no digo nada o no lo corto, me siento parte de eso. Muchas veces, con alguno de la cuadrilla intento no estar mucho, porque hay que cogerlos con pinzas... veo que no voy a tener una conversación seria” (Participante 4, 41 años)

Relacionado con esta confrontación a comentarios y actitudes machistas, uno de los participantes señala una dificultad con la que tiene que lidiar, y se trata de, una vez más, discursos políticamente correctos por parte de sus amigos que obstaculizan el cambio en su entorno:

“A mi muchos hombres y muchos compañeros y muchos amigos me dicen que... o me hacen entrever que no son machistas. Entonces yo me acuerdo que un día hablando... porque tengo amigos que me habría gustado que entraran en Nosotros Noski. Y uno de mis mejores amigos me dijo “es que yo no lo necesito, yo ya soy igualitario” (...) De boca, en el boca a boca... pues creen en la igualdad en el feminismo y en eso... A favor. En el entorno en el que yo me muevo. Claro, creo que, aunque estuvieran en contra, no sé si es políticamente correcto decirlo” (Participante 1, 56 años)

Todas estas situaciones mencionadas llevan a una dificultad que podríamos calificarla como “macro” en la red social de los participantes, la cual es mencionada y detallada por los facilitadores. Estos afirman que las formas en las que nos relacionamos con otros hombres cambian, pues los avances y aprendizajes hechos en el grupo de Nosotros Noski genera una brecha en la relación con la mayoría de amistades hombres:

“Si hay alguien que lleva algo de trabajo hecho y empieza a cuestionar a sus amigos que son más machitos que el... este sí que suele tener dificultades cuando llega al grupo y las muestra... esto, en el recorrido del grupo, hay un momento en el que te alejas de la gente con la que antes ibas. Al final te estás trabajando tus temas y vas con los machirulos de siempre, pues... hay un momento que... que luego se te va. Al principio detestas a tus amigos porque son gente odiosa, pero cuando llevas más tiempo, vuelves a aceptar la parte más humana, aunque sigan siendo así, y vuelves a encajar esta parte de las relaciones. En estos procesos hay momentos en los que tus relaciones van a cambiar, con todo el mundo” (Facilitador 1)

“Eso de que te das cuenta de que todos tus colegas hombres ya no... sabes muy bien como relacionarte con ellos. Y te gustaría decirle a tu amigo “te quiero” pero no sabes cómo... Así que ahí también te alejas un poco... te gustaría que tu amigo te diese un abrazo, pero él no sabe cómo o tú no sabes cómo pedirselo. Ahí veo la mayor dificultad. No sabes. Te estas ubicando. (...) Entonces, al final... llegas a un momento en el que te da pereza estar con tus colegas. Ya tus colegas igual también les da pereza estar contigo porque como saquen el pie del tiesto... les das la chapa” (Facilitador 2)

Como hemos visto, los participantes del grupo trabajamos nuevas formas de relacionarnos con todo el mundo, por lo que intentamos aplicar lo aprendido en el grupo con nuestras relaciones. Esto también genera dificultades, ya que, como veremos, trabajar los aspectos emocionales con otros hombres que no han trabajado los suyos puede llevar a una serie de barreras:

“Y también está la dificultad de desnudarme para hablar de mis sentimientos con personas que seguramente no estén acostumbradas a hablar a este nivel, y en un contexto social patriarcal hegemónico puede ser duro. Mostrarte en pelotas y que no lo recojan” (Facilitador 2)

“Que no puedes hablar muchas veces de tus emociones, y si te pones a hablar de cosas importantes y serias, te dicen comentarios como de “bah eso no es nada”. Cuando has hecho un esfuerzo de sacarlo y decirlo, te dicen esos comentarios, como que no es importante. No escuchan” (Participante 4, 41 años)

Además de estas barreras, un participante también señala que, al no querer entrar en la competición de la exhibición de su masculinidad con otros hombres, estos lo castigan con desprecios sutiles. Ya hemos visto anteriormente que no entrar en el juego de la exhibición de la masculinidad hegemónica genera insultos y burlas como “gallina” o “cobarde”:

“No sé qué tipo de comentarios, pero si es como “Aiba, este tío que no... no quiere competir” (...) Si, pueden tener un punto de actitud como de... “eres menos hombre”.” (Participante 1, 56 años)

Debido a estas dificultades y otro tipo de circunstancias, varios participantes afirman que no todos sus amigos hombres saben que estos asisten al programa. Una vez más, podría existir una barrera en forma de miedo a ser juzgados como “traidores”.

“Algunos sí. No todos. Algunos sí” (Participante 1, 56 años)

“Algunos si y otros no (...) Osea que he creído conveniente contarlo... y lo he contado. Ya quien no he creído conveniente contarlo, pues no se lo he contado. Pues ya está, lo he hecho así” (Participante 3, 48 años)

“Les comenté cuando salió el primer grupo ese, mandé al grupo de WhatsApp. No contestó nadie.” (Participante 4, 41 años)

5.2.2.5 Dificultades en la relación y/o amistad con otras mujeres

Pasando ahora a la relación que tienen los participantes con otras mujeres y amistades mujeres, vemos como uno señala que tiene límites en este tipo de relaciones debido a la atracción sexual que puede suponer un obstáculo en las relaciones con otras mujeres:

“Creo que la amistad con una mujer tiene como un límite, ¿no? Porque como somos hombre y mujer puedes... haber algo más, por ese límite de la amistad” (Participante 1, 56 años)

Este mismo participante también alega que ha tenido problemas con las mujeres junto con las que ha trabajado, mencionando el estereotipo de género de que las mujeres son más complicadas:

“Y con un montón de mujeres que he tenido muchos problemas (...) Una sensación como de que me buscan, me buscan digo en el sentido de algún fallo, de poner en duda cosas... es lo típico que se dice, que yo nunca estoy de acuerdo con este tema, pero como que las mujeres con cómo más “complicadas” y los hombres somos más simples. Claro, eso ahora no sé si ahora es muy políticamente correcto decirlo. Pero mi experiencia en el trabajo ha sido esa” (Participante 1, 56 años)

Otro participante apunta que cree que, para mejorar sus relaciones con otras mujeres, debe estar atento a los privilegios y actuar teniendo en cuenta su existencia:

“Si... lo que te comentaba de... dar ese margen, ese espacio, no coger ese espacio para mí, por ejemplo, coger la voz en una reunión, levantar tu voz por encima de alguien” (Participante 4, 41 años)

Para acabar con las dificultades en cuanto a las relaciones con las mujeres, uno de los facilitadores alerta de un riesgo que puede ocurrir cuando, sin darnos cuenta, los hombres apelamos al rol de cuidadora de las mujeres cuando necesitamos ayuda con nuestro proceso:

“¿Un riesgo? Que sigamos apelando al rol de la mujer cuidadora para nuestros procesos. Es un riesgo. Que se da y que hay que estar atentos. Veo que me siento más cómodo para hablar de determinadas comunicaciones, hablando con mujeres, porque igual ellas tienen entrenado ese tipo de lenguaje, y en consecuencia no transforme mis espacios masculinos hacia una comunicación en el que tenga más en cuenta más aspectos de los que tradicionalmente tenemos, y que apele siempre al rol de cuidadora de mi compañera mujer” (Facilitador 2)

5.2.2.6 Dificultades familiares: padre y/o hermano/s.

Finalmente, para acabar con las dificultades relacionales, vamos a repasar aquellas dificultades que han surgido con los padres y/o hermanos de los asistentes, puesto que no han surgido dificultades con respecto al resto de miembros de sus familias. Para empezar, respecto al *padre*, ha sido recurrente el discurso de que sus padres han sido padres machistas:

“Mi padre era un hombre muy machista. Un machismo... Admitido en la familia. En el sentido de... pues eso, que todo lo que él dice se hace. Y yo también he tenido muchos conflictos con él por eso. Porque era como “yo soy la autoridad”” (Participante 1, 56 años)

“Mi aita es igual el más machista. No le parece mal que asista, le parece bien, pero creo que lo ve como que no es necesario. “Para que...”. Él tiene cuarenta mil comentarios machistas y le dices y no lo entiende” (Participante 4, 41 años)

Uno de los participantes en particular señala que, parte de sus límites a nivel emocional en los que ahora está trabajando han sido en parte influenciados por su padre:

“Si... Si tiene comentarios así... hoy en día también (¿Y cómo te hace sentir?) Como carencias... las he heredado alguna carencia... ya saqué eso en una sesión... de llorar. Me he dado cuenta de que no lloro, y eso me lo ha inculcado mi padre. No me sale. Un bloqueo en mí” (Participante 4, 41 años)

Como podemos ver, uno de los facilitadores señala que los padres pueden ser obstáculos debido a su relación con los participantes:

“Mueve, claro. Siempre venimos pensando “uff, mi padre” y que luego igual ni siquiera es tu padre, sino una sociedad que está empujando todo esto. Vuelvo a lo de antes de lo de la cuadrilla. De repente le dices a tu padre tanto y tiras la toalla... “para los años que tiene, para qué decirle nada”” (Facilitador 2)

Finalmente, pasando ahora a hablar de los *hermanos* para acabar con el apartado de dificultades, el único tipo de dificultad que ha surgido en los participantes ha sido que, en caso de haber tenido hermanos, la relación con ellos ha sido distante, y que les gustaría que esta cambiase:

“Y la relación era... es que no había relación... con mi hermano. Porque pasaba de mí. Mi hermano me lleva 6 años y yo no he tenido relación de un hermano mayor que quiere jugar con su hermano pequeños o que hace cosas...”
(Participante 1, 56 años)

“Ahora mismo un poco tirante... porque es mayor... No hemos tenido tampoco ese feeling... siempre ha mantenido esa distancia por parte de él... por la edad. Siempre he me tratado como el pequeño. La última que tuvimos de gresca, era en el momento de matar el cerdo... Estas trabajando como con tensión... y ahí saltaron chispas... y llevamos una temporada que nos hablamos lo justo y no hemos retomado el tema... el cómo que pasa página y lo evita... y yo tengo una espina clavada ahí... desde pequeño” (Participante 4, 41 años).

Otro aspecto de interés que ha surgido durante el análisis ha sido cuando, tanto a los participantes como a los facilitadores, se les ha preguntado por su opinión respecto al peso que tienen las dificultades internas y las relacionales o externas. Es decir, a los participantes se les preguntó en su caso particular qué tipo de dificultades eran las que más repercusión tenía en su día a día para poner en práctica lo aprendido, mientras que a los facilitadores se les preguntó para que respondieran la misma pregunta desde su experiencia con los participantes. Resulta que ha habido una división en este aspecto: dos participantes y un monitor señalan que son las dificultades internas las que más obstaculizan la puesta en marcha de aprendizajes del proceso, mientras que los otros dos participantes y el monitor restante apuntan que se tratan de las dificultades externas o el entorno las que suponen un conflicto mayor para los participantes. En este sentido, podemos suponer que son las experiencias vitales y el entorno los que cobran mayor peso para poder responder esta pregunta, por lo que no podemos establecer una dirección clara.

También es pertinente señalar que es comprensible que surjan las dificultades que los participantes han expuesto, puesto que los objetivos del programa Nosotros Noski están articulados desde una perspectiva feminista que pretende trabajar aspectos muy arraigados tanto en la identidad como en el cómo se relacionan con otras personas, especialmente con otras mujeres.

Asimismo, se ha podido apreciar que en las preguntas sobre las dificultades los participantes han respondido con menos soltura y con mayores pausas para pensar que cuando se les ha preguntado por las motivaciones o los cambios que perciben que han logrado. Aunque también es notable que, cuando se les pregunta por comentarios o comportamientos machistas de sus amigos hombres, los participantes han desarrollado su respuesta con más detalle en comparación con otras preguntas de la sección de *dificultades*, mostrando sentimientos que evocan a la indignación y decepción.

5.3 Cambios

Tras repasar las dificultades de los participantes, vamos a pasar a detallar el siguiente gran eje: *Los cambios*. Aquí se han analizado dos categorías, siendo la primera por un lado los cambios percibidos por los participantes y su entorno, y siendo la segunda por otro lado, la concienciación adquirida sobre la igualdad de género y sobre los costes e implicaciones de su propio proceso de construcción de masculinidad igualitaria, puesto que esta juega un papel central en el los cambios de los asistentes del grupo, al igual que condiciona la dirección de su desarrollo, sin tampoco olvidar que este es uno de los objetivos del programa de Nosotros Noski.

5.3.1 “Veo cambios a nivel de relación, relación con la gente” Cambios percibidos.

Dicho esto, comenzamos con los *cambios logrados* por los participantes según su punto de vista. Debemos recordar que los hombres entrevistados han comenzado su proceso hace dos o tres años, por lo que los cambios no son tangibles a gran escala, aunque algún avance han logrado. Como sabemos, este tipo de procesos son multidimensionales, algo que subraya uno de los facilitadores:

“Sí que se produce un proceso de cambio personal, que implica a muchas áreas de la persona. Cambios conductuales...” (Facilitador 2)

Comenzando pues con los cambios a nivel interno o personal, los participantes han señalado cambios en la gestión emocional y en esquemas cognitivos, introduciendo elementos de crítica y problematización:

“(Comportamientos) Es un poco el sentido de analizar más todo lo que hago (...) Si... Si... Voy filtrando más el comportamiento más en el día a día... Cosas que las dabas como muy normal... Pues lo ves un poco más... más crítico (Participante 2, 60 años)

“Con el tiempo lo vas afianzando en tu día a día. Son cosas que las tenemos grabadas muy a fuego. Nos las han enseñado así” (Participante 3, 48 años)

Es especialmente interesante atender a los cambios en la percepción de los privilegios y las actuaciones para desprenderse de ellos. En este sentido, el facilitador señala que los privilegios que más fácil identifican los participantes son aquellos relacionados con ocupar el espacio público (físico y de conversación), la sobrevaloración de lo masculino y la reproducción como tal no intencionada de los privilegios:

“El mayor privilegio que tenemos los hombres es volver a coger los privilegios que en un momento dado hemos decidido quitarnos”. (...) La gente conecta muy rápido que cuando están cansados y no han recogido la casa, ven que luego

alguien la ha recogido ya. O con ocupar el espacio público, ese también lo ven. La voz de la razón podríamos decir también... lo de "lo que yo digo tiene peso"... Y lo del espacio público, volviendo, la ocupación de la calle, del discurso, el político, lo de volver tranquilos a casa, el privilegio del poder estar en el centro del debate..." (Facilitador 2)

Es relevante también, respecto a esto, cómo el discurso de los entrevistados coincide con el análisis de los facilitadores en cuanto a la identificación de la posición de ventaja y los privilegios más habituales en estos procesos:

"Por ejemplo, el tema del hablar. Yo ahora mismo respeto bastante o intento respetar que es muy fácil de ponerlo en práctica el no ser el acaparador de la conversación (...) aprendí de las primeras sesiones que los hombres hablamos mucho... a veces acaparamos las conversaciones y que no dejamos hablar sobre todo a las mujeres" (Participante 1, 56 años)

"Si, yo por ejemplo ahora que me toca cuidar a mi ama... me di cuenta que ella alucina con los hombres... o sea... tiene 3 nietas y un nieto, siempre intenta tirar a ver qué hace el chico... al chico darle más importancia que a lo que hacen las chicas... no quiere decir que no las quiera... pero que se nota eso" (Participante 2, 60 años)

(Ha cambiado tu forma de ver el mundo desde que conoces los privilegios) "Si. Si. Ha cambiado. De ser más consciente. De lo que te rodea, de no coger lo que no te corresponde, por ser hombre" (Participante 4, 41 años)

Pasando ahora a los cambios relacionales, los participantes señalan cambios en sus relaciones principalmente con mujeres, es decir, sus parejas heterosexuales y mujeres amigas o conocidas. Empezando con la pareja, todos y cada uno de los participantes que tienen pareja han señalado cambios en la forma de relacionarse con la misma en el día a día, y se refieren principalmente a prestar una mayor atención a la relación en sí, cuidar la expresión emocional y la comunicación:

(Desde que asistes al grupo, han cambiado comportamientos hacia tu pareja) "Si, sí. Yo creo que sí" (Participante 1, 56 años)

"Pues... un poco más de... trabajar lo que es la relación. E intentar ser más recíproco... Creo que trabajo más desde el lado del sentimiento... igual le estoy soltando más cosas que antes no le decía, por ejemplo (...) Afecta un poco el cuidar más, salir un poco de los roles que tenemos" (Participante 2, 60 años)

"Si... En la comunicación... en la escucha... en hablar de sentimientos... (...) Tratamos los temas con otra tranquilidad" (Participante 4, 41 años)

En cuanto a relaciones en general también se señalan cambios específicos, aunque uno de los facilitadores señala que los cambios ocurren de forma más general, especialmente en el cuidado:

(Amistades con mujeres) *“Si, igual sí. Lo he notado en el estar... en el comprender un poco... el limar las diferencias. Yo creo que miramos un poco hasta ahora “yo soy hombre y tu mujer” pues intentar que no se vea tanto la diferencia”*
(Participante 2, 60 años)

“Veo cambios a nivel de relación, relación con la gente. El querer compartir más con amigos... al final tienen un entorno al que recurrir. Cuando hablamos en el grupo suele salir el “pues tengo pendiente hablar con este, tal...” , sí que el tema de relaciones veo que hay más cuidado” (Facilitador 2)

Además, respecto a las preguntas que buscan ver el grado de influencia que tiene el grupo y el proceso en el cambio en los distintos ámbitos de la vida de los participantes, en la gran mayoría los participantes señalan que sí que han jugado un papel importante, especialmente en la implicación y comunicación en sus relaciones sociales.

5.3.2 Concienciación sobre igualdad de género y el proceso

Tras concluir con los cambios, vamos a desarrollar ahora los avances en cuanto a la *concienciación de los participantes*, tanto sobre la igualdad de género como de su propio proceso. Empezando pues con la concienciación sobre igualdad de género, las entrevistas han reflejado concienciación sobre: Igualdad de género, la influencia de los privilegios, la violencia y la violencia de género.

Como hemos visto, el programa de Nosotros Noski está desarrollado con la intención de promover la concienciación en cuanto a la igualdad de género en los asistentes, y la gran mayoría han mostrado tal concienciación, tanto en su discurso como en el manejo de ciertos conceptos a lo largo de las entrevistas:

“Tema de igualdad sí. En general he cambiado (...) Pues en ser consciente. Sobre todo, en ser consciente... en mí mismo, de cosas que hacía o que hago... con actitudes mucho más machistas” (Participante 1, 56 años)

(Estas concienciado con la igualdad de género) *“Si. Absolutamente (...) Si, sí”*
(Participante 3, 48 años)

(Estas más concienciado desde que asistes al grupo) *“Estoy más... ha sido como una decisión de coger un camino a largo plazo, pero de decir “venga, voy a ir aprendiendo y reeducándome para ser mejor persona, para estar mejor conmigo mismo, sin buscar caerle mejor a otra persona...”. Y buscar una igualdad entre hombres y mujeres”* (Participante 4, 41 años)

(La concienciación sube conforme se avanza en el curso) *“Si, lo digo. Eso sí. Se van reafirmando”* (Facilitador 2)

Asimismo, como hemos señalado anteriormente, la identificación y concienciación sobre los privilegios masculinos es un punto fuerte en los cambios de los participantes, pues el conocimiento de los mismos cambia completamente el paradigma desde el cual nos relacionamos los hombres. Una vez más, los participantes muestran concienciación sobre estos y de cómo afectan tanto a sus relaciones como las de otros hombres que ellos conocen:

“Porque al final como tenemos cierta posición privilegiada. A cualquiera que le dices que tiene que dejar sus privilegios, pues cuesta.” (Participante 1, 56 años)

(Que postura tienen tus amigos en cuanto a la igualdad de género) *“Están a favor, pero con los “peros” de siempre. Ciertos privilegios... se quieren mantener”* (Participante 2, 60 años)

Además de los privilegios, en el programa de Nosotros Noski también se conoce y trabaja en cambiar la violencia como punto central en la socioconstrucción de los hombres y, tanto en la violencia hacia otros hombres, como hacia las mujeres, los participantes muestran concienciación sobre la misma:

(Ser violento con alguien) *“Tengo claro que en algún momento inconscientemente habré hecho algo a alguien”* (Participante 3, 48 años)

(Ejercer violencia sobre mujeres) *“En pequeña intensidad puede que sí... No sé. Por eso te digo que es muy importante el... cada uno verse a sí mismo y eso. Y ver lo que puede afectar a la otra persona...”* (Participante 2, 60 años)

(La violencia es algo que les despierta preocupación) *“A alguno sí, y desde primeras, porque se dan cuenta de que agreden verbalmente y desde ahí se preocupan... porque se ven en comportamientos que no se quieren repetir... y hay otras personas que son conscientes a posteriori del componente violento de sus comunicaciones”* (Facilitador 2)

Como ya hemos visto, trabajar comportamientos tan arraigados y de carácter multidimensional como son los de la masculinidad es un trabajo duro y vital, que pone en juego la experiencia subjetiva, y, en este sentido, todos los participantes se han mostrado conscientes de que esto es un trabajo de larga duración, con todas sus implicaciones. Algunos han mostrado dicha concienciación sobre su propio proceso señalando sus expectativas a larga duración del mismo:

“Pues mira lo que me motiva es que creo que tengo que aprender mucho” (Participante 1, 56 años)

“Es un camino, un aprendizaje, y veo que tienes que ser de coger un curso de larga duración. Si esto dura más años bien, y si no es algo personal que vas aprendiendo de lo que escuchas, de lo que hablas con otros...” (Participante 4, 41 años)

Pero es interesante ver que todos los participantes han señalado sus expectativas de cambio a futuro concretamente en la gestión emocional y en las dificultades a nivel interno:

(Tienes un largo camino por recorrer en cuanto a la gestión emocional) *“Yo creo que todavía sí. Si, sí”* (Participante 1, 56 años)

(Largo camino en cuanto a la gestión emocional) *“Si... creo que eso es algo... a trabajarlo siempre”* (Participante 2, 60 años)

(Camino por recorrer en cuanto a la gestión emocional) *“Día a día, no sé si va a ser largo o corto... nunca sabemos. Soy consciente de ello y lo estoy trabajando. Yo creo que toda la vida al final”* (Participante 3, 48 años)

(Largo camino por recorrer en la gestión emocional) *“Si, si... sobre todo saber qué es lo que tengo...”* (Participante 4, 41 años).

Otro aspecto interesante a señalar sobre la concienciación en cuanto a la igualdad de género ha surgido al buscar la palabra “mujer” en las transcripciones. Resulta que en la entrevista con el participante 1, el cual ha trabajado como educador social y se ha formado en materia de género además de estar en contacto con una técnica de igualdad y de ser de los primeros participantes desde el inicio del programa, ha aparecido la palabra “mujer” un total de 63 veces, mientras que la segunda entrevista en la que más ha surgido esta palabra ha sido en la del participante 2, con un total de 21 veces. Puede que esto se deba a la concienciación aportada por la formación recibida, donde el conocimiento de las experiencias y problemáticas de las mujeres ayude a poner el foco en como la masculinidad afecta a lo relacional con las mujeres, equilibrando un poco el peso de la autorreferencia en dicha interacción permanente y en la configuración del discurso.

Podemos observar cómo los cambios logrados por los participantes refutan los mandatos de la masculinidad hegemónica, pues este es uno de los objetivos principales de Nosotros Noski: cuando los participantes “analizan” más lo que hacen en su día a día y se hacen más conscientes de la desigualdad de género y de sus acciones, están cambiando el paradigma de la autorreferencia; cuando intentan no ocupar el espacio o las conversaciones e intentan no sobrevalorar lo masculino, están descubriendo los privilegios; cuando cuestionan la violencia y se revisan ante comportamientos violentos, están desmontando una herramienta aprendida para reafirmar su masculinidad; cuando cuidan y se dejan cuidar, cuando trabajan sus

emociones y su expresión, están aprendiendo nuevas formas de relacionarse donde no hay necesidad de dominar a la otra persona.

5.4 Atenuantes de dificultades

Por último, analizaremos el eje de atenuantes de las dificultades, en el cual se han analizado aquellos aspectos que pueden, por un lado, reducir el impacto de las dificultades que previamente se han señalado y, por otro, facilitar el proceso de los participantes. Dicho esto, y tras analizar las entrevistas, se han detectado tres grandes atenuantes de las dificultades en los asistentes del programa: el grupo de hombres del programa como tal, el factor de la edad, y el entorno de los participantes.

5.4.1 “Lo encuentro un espacio seguro” El grupo

Comenzando pues con el *grupo*, todos y cada uno de los entrevistados han nombrado al grupo como un espacio que facilita mucho el trabajo que se hace en el programa, siendo sus beneficios la complicidad, seguridad, cohesión, empatía, comodidad, y experimentación. Todos estos factores funcionan como atenuantes de las dificultades del proceso, creándose así un espacio seguro de experimentación y cuidado en el que podemos probar nuevas formas más igualitarias de pensar y comportarnos:

“Me siento bien porque hemos creado como un ambiente donde se dan unas pautas de... como de respeto, de secreto un poco lo que se habla, y entonces me siento más libre para hablar, para opinar” (Participante 1, 56 años)

“Pues... ahora el grupo de gente que estamos... me anima eso pues que ya tienes un lazo de unión y unos objetivos comunes (...) yo creo que el tener un sitio seguro donde hablamos de cosas que no hemos hablado igual con nadie” (Participante 2, 60 años)

“Lo encuentro un espacio seguro. Seguro para expresar sentimientos o vivencias pues que, en otros sitios, por las circunstancias que sean... me da igual, incluso con los mejores amigos... incluso en la familia que no te sale... Me resulta cómodo y seguro” (Participante 3, 48 años)

“Si, estoy contento... veo que cada vez hay más conexión entre nosotros... La manera en la que nos saludamos al vernos... Si necesitamos un abrazo, pedirlo... Me parece que eso es romper esas barreras que son masculinas...” (Participante 4, 41 años)

El propio facilitador explica que esto se debe al esfuerzo conjunto de todas las personas implicadas en el grupo de crear las condiciones idóneas para llevar este tipo de proceso:

“Destacaría que es un espacio de seguridad que parte de un marco muy concreto en el que los mínimos de cuidado han sido aceptados por todos. Los cuales se respetarán y el facilitador se encargará de ello. Esto da mucha seguridad. Esto fomenta la escucha. Y creo que la seguridad y la escucha activa facilita este caldo de cultivo” (Facilitador 2)

Para llevar a cabo los objetivos del programa Nosotros Noski, es central la consolidación de un grupo sólido para que este pueda acompañar a todos sus miembros, y hemos podido ver la misma conexión en los testimonios de los participantes y las experiencias de los facilitadores.

5.4.2 “En su momento en la cuadrilla cuando éramos muy jóvenes, sí que teníamos esos roles de machirulo” La edad

Ahora, en cuanto al factor de la *edad* como atenuante de las dificultades, ha sido interesante observar que todos los participantes han señalado que actualmente (recordemos que todos tienen más de 40 años), no sienten la misma presión y necesidad de cumplir con los mandatos de la masculinidad hegemónica que cuando eran mucho más jóvenes. Afirman que, conforme avanza su edad, van atribuyéndole menos importancia a aquellos mandatos de la masculinidad hegemónica que implica la exhibición pública de los rasgos más explícitos y violentos, mientras que, debido a la progresiva pero muy paulatina indiferencia que trae la edad hacia estos mismos mandatos, se han permitido explorar aquello que se les prohibió cuando eran jóvenes:

(Sobre no expresar emociones) *“Si, yo creo que también en parte tiene que ver con la edad... entonces me importa menos”* (Participante 1, 56 años)

(Competir, demostrar masculinidad) *“Si. Cada vez menos... pero sí. A la hora de hacer deporte siempre soy más competitivo.... Creo que dándole menos importancia cada vez menos...”* (Participante 2, 60 años)

(Te dicen algo si no entras al trapo) *“No (ríe). En su día sí que igual me pudo afectar... Igual de un poco más joven... el tema del ligoteo... Pero llega un punto en el que... No. De esto ya sin empezar a trabajar en el grupo...”* (Participante 3, 48 años)

(Sientes que tienes que competir) *“No, en su momento en la cuadrilla cuando éramos muy jóvenes, sí que teníamos esos roles de machirulo, de competir, de faltarnos, de no mostrar debilidad, si hemos tenido mucho eso”* (Participante 4, 41 años)

Muy vinculado con los discursos de los participantes, es muy relevante lo que apuntan dos de los participantes sobre sus padres, los cuales, conforme van acercándose a la vejez, van dedicando menos esfuerzo en cumplir con los mandatos de género y los cambios en ellos mismos son más que notables:

“Entonces una vez que se jubiló, también como persona fue cambiando. Y con a partir de los 80 años, era muy amoroso, afectivo, y ahí hemos podido empezar a tener una relación de otra manera. Y ahora lo quiero.” (Participante 1, 56 años)

“Jo (ríe), claro que tenía él...vicios tradicionales, de... llego a casa y está la comida en la mesa... pegó un cambio radical... una chulada. Cuando se jubiló. El día que se jubiló era... vamos... como el reparto equitativo. Mi madre tenía una casa rural, le daba igual que preparar el desayuno, hacer las camas... menos planchar. Pero el resto... poner la lavadora, las camas, limpiar baños...” (Participante 3, 48 años)

Uno de los facilitadores nos aporta más información sobre la edad y explica el motivo por el cual no hay tantas personas jóvenes en los grupos de masculinidades igualitarias en general. Dicho motivo se debe a la mirada crítica y al propio cuestionamiento de los mandatos de la masculinidad hegemónica, por lo que dicho proceso ocurre cuando hemos vivido y experimentado las consecuencias de los roles de género durante gran parte de nuestra vida:

“La media (de edad) es entre 30 y 45... Que es cuando realmente te vas a dar de bruces... es cuando si no te lo has planteado antes, te van a salir ahora cosas en cuanto a tu masculinidad, antes no te lo planteas. Cuando eres muy joven... no lo ves. (...) Cuando creces vas a tener muchos más alicientes para trabajarlo porque te vas a dar de bruces. Si que últimamente en los grupos hay gente más joven, pero en general, la gente que llega es de esa media. La gente joven está a otras cosas, que está bien, que igual no les toca. Está bien que la gente se lo trabaje antes para que no meta la pata en el futuro” (Facilitador 1)

Tal y como hemos podido observar, son muy congruentes las aportaciones que hace uno de los facilitadores respecto a la edad como factor atenuante de dificultades con la realidad de los grupos y los participantes de este trabajo, puesto que todos son mayores de 40 años.

5.4.3 “Me ha servido para quitarme ese miedo” El entorno social

Con todo y para finalizar, hemos visto como el *entorno social* de los participantes puede ser un factor que dificulta el proceso de los asistentes, pero también puede tener el efecto contrario, aportando aliados/as que puedan acompañar a los participantes y aportar beneficios muy parecidos a los que aporta el grupo que hemos mencionado previamente:

“Luego tengo una sobrina muy implicada en el tema de igualdad y ahí he conectado mucho” (Participante 1, 56 años)

“El entorno que tengo... todos tenemos lo nuestro, pero en sí es bastante igualitario. El crear debate y así pues... viene bien (Participante 2, 60 años)

Además, concretamente para uno de los participantes, un hombre joven de su pueblo jugó un papel inspirador cuando desafió a ciertos sectores especialmente conservadores del pueblo, pues estaban reunidos en un encuentro que tenía prohibido mantener la tradición de baile del pueblo, prohibiendo así a las mujeres tomar parte en él:

“De repente un chico de los que ha empezado hace poco... que tendrá casi 20 años... Levanta la mano... y que me gustó mucho ese comentario: “¿no os parece que estamos haciendo el ridículo haciendo una reunión para esto?” “¿Quién somos nosotros? Nadie. Para prohibir a una chica o para decirle si puede o no bailar” Le salió tan natural (...) Y me he visto a mi ahí que no me he escondido a la hora de plantear mi posición... (...) Me ha servido para quitarme ese miedo... “qué me importa...” Que guay que haya llegado este tema donde vivo...”
(Participante 3, 48 años)

5.5 Distancia entre los participantes y facilitadores

En este apartado se analizará la distancia entre los participantes y facilitadores, es decir, se tratará de observar tanto el grado de coherencia como la discrepancia entre las experiencias de los facilitadores y los testimonios de los participantes, con el fin de compararlos y así ahondar en cierta medida en el análisis de las dificultades y resistencias. Dicho esto, repasaremos aquellos ejes, categorías y subcategorías en los que hayan surgido tanto coincidencias como discrepancias que sean relevantes exponer de acuerdo con los objetivos del trabajo:

Tal y como hemos podido observar a lo largo de todos estos testimonios referentes a las motivaciones, predomina la coherencia entre los discursos de los participantes y las observaciones de los facilitadores. Aunque no podamos conocer a profundidad la realidad de los participantes, parece que no ha habido discrepancias notables en cuanto a los perfiles y a las motivaciones generales, pues los facilitadores señalan que lo más común es que el motivante clave sea una mujer que haya llevado a estos hombres a empezar este proceso, y que lo menos común sea el interés por el género, y esta ha sido la tendencia.

Pasando ahora al eje de las dificultades, es interesante señalar que la gran mayoría de contradicciones han aparecido en este eje. Empezando con la subcategoría de la gestión emocional, dentro de las dificultades internas, el testimonio de varios participantes contradice el de los facilitadores, pues cuando se les ha preguntado por la emoción que más les cuesta expresar, algunos participantes han señalado emociones relacionadas con la ira, aunque también aparecen sentimientos que van en línea con lo que los facilitadores han señalado previamente sobre las emociones “no masculinas”:

“Buah, el... la rabia. Me cuesta expresarla. Soy como muy... parece que no tengo que estar enfadado nunca” (Participante 3, 48 años)

“Pues el enfado, el miedo...” (Participante 4, 41 años)

“Pues no se... un poco... la inseguridad, la tristeza...” (Participante 2, 60 años)

En cuanto a la subcategoría de la violencia, también se ha detectado cierta discrepancia entre los discursos de los participantes y el de los facilitadores. Debido a que existe un rechazo de la violencia generalizado en el discurso social y, de forma consecuente, a las personas violentas, es esperable que los participantes nieguen de forma inmediata que son personas violentas, tal y como ha sido el caso en la mayoría, entre otras cosas por esa deseabilidad social que antes hemos mencionado.

Aunque, por otro lado, también hay que señalar que sí que ha habido coherencia en cuanto al testimonio de los facilitadores sobre los participantes referente a la dificultad que tienen estos a la hora de detectar y reconocer la violencia. Esto podemos confirmarlo cuando en las entrevistas los participantes encontraban bastantes obstáculos para definir y clasificar los tipos de violencia que los hombres podemos ejercer sobre otras personas, y concretamente sobre las mujeres.

Tras repasar todas las dificultades internas, ha sido interesante como en varias ocasiones han surgido discrepancias y contradicciones en los discursos de las partes participantes y facilitadores, ya que el mundo de la acción y el discurso está constantemente influenciado por la deseabilidad social. La complejidad de este tipo de procesos de deconstrucción y sus dificultades pueden generar cierta confusión y en consecuencia discrepancias, puesto que, retomando lo que uno de los facilitadores había mencionado: se hace un trabajo y transformaciones a nivel identitario

Pasando ahora a las dificultades relacionales o externas, empezando con la pareja heterosexual, podemos ver como las tendencias aportadas por los facilitadores van en línea con los testimonios de los participantes, pues esta tendencia es la falta de comunicación con sus parejas, dificultad que todos participantes que tienen pareja han reflejado.

Referente a las tareas domésticas, vemos como existe cierta discrepancia en el discurso de ambas partes en la percepción gestión y ejecución de las tareas domésticas de forma igualitaria, ya que cuando se les pregunta a los participantes sobre su implicación en las tareas domésticas, estos afirman que cumplen con su parte, procediendo a detallar la organización que tienen establecida con su pareja. De todas formas, no hay forma de verificar esto de forma veraz,

puesto que no tenemos la posibilidad de conocer la realidad y dinámicas cotidianas de las personas implicadas en este trabajo.

“Bien. Bueno, hay... sus más y sus menos pero bien” (Participante 1, 56 años)

(¿Consideras que estas cumpliendo con tu parte?) *“Si, si”* (¿Participar en el grupo ha influenciado en tu implicación?) *“No. Creo que eso ya lo llevaba de antes...”* (Participante 2, 60 años)

“Bien... hay veces que el sentimiento es de... que hace muchas cosas ella, porque ahora está de baja (...) Nos vamos repartiendo el trabajo...” (Participante 4, 41 años)

En cuanto a la amistad y relaciones con otros hombres, podemos ver cómo los testimonios de los participantes y la experiencia de los facilitadores van en la misma línea... Aunque los participantes utilizan ejemplos muy concretos, estos forman parte de la problemática de los cambios de relación que ocurren con otros hombres del entorno social de los participantes, tal y como lo señalan los facilitadores. Las dificultades que los participantes han manifestado son coherentes con las tendencias proporcionadas por los facilitadores.

Para acabar con el eje de las dificultades, podemos concluir con que ha sido interesante ver cómo han surgido muchas más discrepancias entre los discursos de los participantes y el de los facilitadores que en el eje de las motivaciones. Como hemos ido señalando previamente, la deseabilidad social juega un papel muy importante en las relaciones y discursos que tenemos las personas, tomando especial importancia en aquellos momentos en los que nos alejamos de los discursos y prácticas igualitarias y políticamente correctas, donde se espera que todas las personas seamos igualitarias y que no seamos machistas, entre otras. Y, como hemos visto, esto puede suponer una dificultad en sí misma del proceso, pues mantenerse en esta posición y en estos discursos no permitirá cambios reales y permanentes, puesto que no se podrá trabajar sobre experiencias, creencias, pensamientos y sentimientos reales y viscerales.

En cuanto al eje de los cambios, podemos ver que, por norma general, los cambios que los participantes perciben, así como el grado de concienciación que muestran, son coherentes con las nociones aportadas por los facilitadores. Esto podemos verlo especialmente en la identificación de la posición de ventaja y los privilegios más habituales en estos procesos, como el de ocupar el espacio público, acaparar las conversaciones o la sobrevaloración de lo masculino. Asimismo, es importante señalar que los cambios que han señalado ambas partes van en línea con los objetivos del programa *Nosotros Noski*, siendo estos la sensibilización,

concienciación, detección de la violencia, la gestión emocional y comunicación y, por lo tanto, también son coherentes con los testimonios de los facilitadores

A modo de conclusión de este análisis, es de destacar que la gran mayoría de las discrepancias entre participantes y facilitadores han surgido en el eje de las dificultades. Una posible explicación podría ser aquella que hemos mencionado antes, es decir, la deseabilidad social que, de forma consciente o inconsciente, hace que nos cueste especialmente aceptar y reconocer aspectos en nosotros mismos que se salen de lo "políticamente correcto" y que nos haría hombres machistas, violentos, etc. Otra posible explicación podría estar vinculada con el sentimiento de vulnerabilidad que los participantes podrían haber sentido al hablar de sus dificultades, sentimiento que, como hemos visto, está prohibido dentro de los mandatos de la masculinidad hegemónica que tan arraigado tenemos, haciendo que su discurso refleje una realidad distinta a la que los facilitadores han dado. Otra última posibilidad podría estar vinculada también a que los participantes han empezado este camino hace relativamente poco, por lo que un proceso tan complejo que trabaja con aspectos identitarios puede difuminar aspectos como los que este trabajo está intentando analizar, generando confusión y duda.

6. CONCLUSIONES

En las conclusiones de este trabajo se reflexionará sobre la consecución de los objetivos, se repasará lo más relevante del análisis y finalmente se plantearán distintas líneas que puedan complementar este trabajo.

Comenzando con el objetivo general, *analizar el proceso de construcción de masculinidades igualitarias a través del discurso de participantes y facilitadores del programa Nosotros Noski*, por un lado, podríamos decir que hemos podido conocer aspectos importantes del proceso, tales como las motivaciones, dificultades y cambios percibidos durante el proceso, pero por otro, es cierto que, para conocer en profundidad el proceso y todas sus implicaciones, sería necesario tener un contacto frecuente con los facilitadores, así como tener acceso a los contenidos y a los propios participantes de forma periódica para así hacer un análisis más detallado e integral.

De todas formas, las entrevistas han sido extensas tanto en duración como en información aportada, y han podido demostrar la influencia de la gran diversidad de personas, contextos, experiencias vitales e identidades que toman parte en procesos de construcción y/o deconstrucción de la masculinidad. En este sentido, podemos concluir que se ha podido analizar

el proceso de los participantes de manera aproximativa, pero haciendo énfasis en algunos aspectos centrales y compartidos.

En cuanto al primer objetivo específico, *identificar y analizar las motivaciones que mueven a los hombres a participar en el programa*, podríamos afirmar que se ha podido analizar principalmente aquellas motivaciones que los participantes son conscientes que tienen, pero no se ha podido profundizar en busca de motivaciones de carácter inconsciente.

El análisis de las motivaciones ha presentado un perfil de hombre concienciado, ya sea previamente o después de su llegada, con la igualdad de género y la situación de desigualdad que seguimos viviendo hoy en día. Esta concienciación despierta motivaciones de carácter ético y sentimientos como satisfacción por estar haciendo las cosas "bien", mientras que también los hace reafirmarse en el caso de ir acorde con su ideología. Referente a esto último, ha sido interesante observar que, a pesar de esta concienciación que hemos mencionado, ninguno ha mencionado que se considere feminista. También es importante señalar que todas las personas que han funcionado como motivante externo han sido mujeres. Aunque también han tenido peso otro tipo de motivantes como los han sido los de desarrollo personal, siendo el aprendizaje y el cuestionar valores tradicionales dañinos, como principales motores.

Pasando al segundo objetivo específico, *conocer las dificultades y resistencias que los participantes del programa deben enfrentar a través de sus testimonios y del relato de los facilitadores*, concluimos que se ha podido cubrir en su mayoría pues, gracias a las aportaciones de los facilitadores combinadas con los testimonios de los participantes, se han recopilado dificultades de distinta índole. Como se ha mencionado durante el análisis, es imposible conocer aquellas dificultades que los participantes no han mencionado si no son conscientes de ellas y si, al mismo tiempo, no conocemos su contexto y sus implicaciones. Esto último es determinante, pues puede que algunas dificultades estén ausentes mientras que otras se potencian dependiendo del contexto y experiencias vitales de cada persona.

El eje de las dificultades ha sido uno de los puntos centrales de este trabajo en cuanto a análisis y resultados. Hemos podido observar que las dificultades a nivel interno tienen su origen mayoritariamente en la socialización de la masculinidad que los hombres hemos recibido. Los mandatos en sí mismos de la masculinidad hegemónica, los cuales se intentan desmontar en el proceso, comprenden el grupo de dificultades más grande: interiorización de emociones "masculinas" y prohibición de emociones "femeninas", naturalización y reproducción de privilegios masculinos, naturalización e integración de la violencia en sus vidas, etc. Mientras que el resto de dificultades internas están relacionadas con el proceso en sí mismo, las cuales

están algo menos influenciadas por la socialización y estarán determinadas por condiciones más a nivel individual por experiencias vitales de cada participante, como realizar ciertas dinámicas o trabajar aspectos identitarios muy arraigados en nosotros.

En cuanto a las dificultades relacionales, se ha podido observar que el entorno del participante en cuestión juega un papel importante en el grado de conflicto y dificultad al que el participante en cuestión debe hacer frente. Aunque bien es cierto que existen dificultades comunes como la falta de comunicación con sus parejas (mujeres) o los obstáculos en las amistades con sus amigos hombres, pueden surgir mayores trabas dependiendo del entorno con el que el participante se relaciona. Estos obstáculos estarán determinados por el grado de conciencia sobre igualdad de género que tiene su red social, dado que la ausencia de esta (que suele ser la norma, especialmente con los hombres) dará lugar a conflictos y confrontación. Un ejemplo de esto podemos verlo en cómo ha cambiado la relación de todos los participantes con muchos de sus amigos, y las dificultades que tienen en confrontarlos cuando tienen comportamientos o comentarios machistas, o cuando no son capaces de ver sus privilegios. Asimismo, el grado de concienciación del entorno de los participantes también influirá en el grado de dificultad de implementar lo que aprende en el grupo dentro de sus relaciones.

Finalmente, el tercer objetivo específico, *examinar la percepción de los cambios y avances que tienen los asistentes al programa, así como los facilitadores del mismo*, se puede afirmar que también se ha podido completar, pues el testimonio de los participantes es el único que puede darnos la información sobre los cambios percibidos por ellos mismos, mientras que la información aportada por los facilitadores ayuda a complementar y dar mayor coherencia a dichos cambios.

Ha sido interesante ver como los cambios percibidos por los participantes han ido en línea con los que los facilitadores han expuesto durante las entrevistas. Dichos cambios han sido en la comunicación, los (auto)cuidados, aumento de concienciación sobre la igualdad de género, y un nuevo paradigma desde el cual relacionarse. Han sido cambios que se pretenden lograr dentro del programa Nosotros Noski. Este proceso, al ser tan complejo, debe establecerse de tal forma que tales cambios sean paulatinos pero permanentes, pues, como hemos visto, trabajar aspectos identitarios es muy complejo.

En los atenuantes de dificultades, hemos visto como el grupo, la edad y el entorno social juegan papeles muy importantes a la hora de facilitar la puesta en práctica de aprendizajes y la permanencia en el proceso de los participantes. De estos tres, el grupo es un elemento sobre el

cual los facilitadores tienen cierto control, pero la edad y el entorno social son elementos menos moldeables que influyen en la dificultad del proceso.

Como ya hemos visto, las entrevistas han mostrado mayor distancia entre participantes y facilitadores en las dificultades, tanto internas como relacionales. Esto se debe a la complejidad del propio proceso, las implicaciones a nivel identitario del mismo y la transición a un nuevo paradigma relacional opuesto al que se nos ha enseñado hasta ahora.

A modo de conclusión en cuanto a los objetivos de este trabajo, podemos corroborar que se han cumplido con los objetivos de este trabajo, aunque algunos de ellos de manera superficial. Como hemos mencionado previamente, se necesitaría de mayor tiempo y mayor frecuencia de contacto con los participantes para cumplir con los objetivos de forma completa e integral.

Un elemento central que se ha detectado en este trabajo ha sido la importancia de la concienciación de la igualdad de género. Ésta puede funcionar como motivante para iniciar procesos como el de Nosotros Noski, puede facilitar el proceso en sí mismo, así como asegurar que los participantes prosigan en él, puede facilitar el aprendizaje y la desnaturalización de muchas conductas y privilegios, puede ayudar a crear redes sociales que potencien los aprendizajes del proceso y se atenúen dificultades, etc. Definitivamente todo apunta a que la concienciación es un elemento que únicamente trae beneficios tanto a las personas que inician procesos como éste como al entorno mismo del participante en cuestión. Igualmente podemos señalar que la mayoría de personas que se oponen a procesos como el de Nosotros Noski para construir una masculinidad más igualitaria o al feminismo en sí mismo, comparten esta falta de concienciación sobre la igualdad de género y la desigualdad existente, dificultando el cuestionamiento tan necesario para lograr la igualdad de género.

En este sentido, tal y como había dicho uno de los facilitadores, el discurso social más extendido es aquel que señala que ya hay igualdad de género y que no es "necesario" profundizar más. Esto puede suponer un obstáculo para que generaciones más jóvenes desarrollen tal concienciación y, en consecuencia, que personas más jóvenes acudan a programas como este. Podría ser de especial interés para el avance de la igualdad de género que hombres más jóvenes a la media de aquellos que asisten al programa (30-45 años) decidan, gracias a la concienciación, iniciar procesos de cuestionamiento y (de)construcción de la masculinidad.

Por ello es posible que dirigir los esfuerzos en concienciar a la población de hombres más joven pueda ser la clave para llenar los grupos como el de Nosotros Noski de personas más jóvenes que sirvan de ejemplo para otros.

BIBLIOGRAFÍA

- Amigot Leache, P. (2022). Género, poder y violencia. Un enfoque intersubjetivo. *Polít. Soc.* (Madr.) 59(1), 72354. <https://dx.doi.org/10.5209/poso.72354>
- Arellano Montoya, R. (2003). Género medio ambiente y desarrollo sostenible Arellano 2003. *Revista de Estudios de Género. La Ventana.*, 79–106.
- Azpiazu, J. (2012). *Masculinidades y feminismos*. Virus.
- Badinter, E. (1992). *XY: De l'identité masculine* (Vol. 9783). Odile Jacob.
- Barbero, M. D. S. (2021). Ser o no ser: la cuestión del reconocimiento de la violencia y el estigma en los espacios de atención para hombres que ejercieron violencia contra las mujeres en la pareja. *Revista Latinoamericana de Antropología del Trabajo*, 5(12).
- Bonino Méndez, L. (2002). *Masculinidad hegemónica e identidad masculina* (Vol. 1). DeAlmeida. <http://www.raco.cat/index.php/DossiersFeministes/article/view/102434>
- Bourdieu, P. (1996). La dominación masculina. *Revista de Estudios de Género, La Ventana E-ISSN: 2448-7724*, (3), 1-95.
- Butler, J. (1990). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad*. Paidós.
- Campo, Claudia Inés (2021). ¿Masculinidad o masculinidades? entre la deconstrucción y la resistencia. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Cobo Bedia, R. (2005). *El género en las ciencias sociales*.
- Colás Bravo, P., & Villaciervos Moreno, P. (2007). LA INTERIORIZACIÓN DE LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN JÓVENES Y ADOLESCENTES. In *RIE* (Vol. 25, Issue 1).
- Concejalía de Feminismos y Agenda 2030, Ayuntamiento de Getafe (Ed.). (2022). *Intervenciones con hombres ¿Por qué, para qué y cómo? Análisis crítico: Un compromiso ético con la igualdad desde un enfoque feminista*. <https://mujer-igualdad.getafe.es/portalgetafe/ficheros/Publicacion/KdNNYBW-ArchivoPublicacion.pdf>
- Connell, R. W. (1997). La organización social de la masculinidad. 31-48
- Covas, S. (2010). *Hombres con valores igualitarios. Historias de vida, logros alcanzados y cambios pendientes*. Instituto de la Mujer. Ministerio de Igualdad
- De Toscano, G. T. (2009). La entrevista semi-estructurada como técnica de investigación. Graciela Tonon (comp.), 46, 45-73.
- Espinar, E. (2009). 1319-Texto del artículo-4163-1-10-20130930. *Revista Padres y Maestros*, 326, 17–21.

- Gavaldón, B. G. (1999). Los estereotipos como factor de socialización en el género. *Comunicar*, (12).
- Gianturco, G. (2005). L'intervista cualitativa. Facoltà di Psicologia. Università degli studi di Roma La Sapienza. Roma
- González Moreno, M. C., & Camacaro Gómez, D. (2013). DESANDANDO LAS RUTAS DE LA MASCULINIDAD.. *Comunidad y Salud*, 11(1), 66-76.
- Heilman, B., Barker, G. y Harrison, A. (2017). La caja de la masculinidad: un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México: hallazgos clave. Washington DC y Londres: Promundo-US y Unilever
- Hernando, A. (2012). *La fantasía de la individualidad: sobre la construcción sociohistórica del sujeto moderno* (Vol. 3081). Katz Editores.
- Karam, T. (2005). Una introducción al estudio del discurso y al análisis del discurso. *Global Media Journal México*, 2(3), 0.
- Lamas, M. (1996). La perspectiva de género. *Revista de Educación y Cultura de la sección*, 47, 216-229.
- Munévar-Munévar, D. I., & Zareth Mena-Ortiz, L. (2009). *OPINIONES, DEBATES Y CONTROVERSIAS VIOLENCIA ESTRUCTURAL DE GÉNERO*.
- Paola, Y., Montes De Oca, A., Luis, J., Medina, V., González, N. I., & Fuentes, A. L. (2012). SATISFACCIÓN CON LOS ROLES DE GÉNERO. In *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* (Vol. 15, Issue 4). www.revistas.unam.mx/index.php/repwww.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Puleo, A. (2005). El patriarcado: ¿una organización social superada?. *Temas para el debate*, 133, 39-42.
- Rubin, Gayle, «The traffic in women: notes on the political economy of sex», REITER, R. (ed.). *Toward and Anthropology of Women*. New York, Monthly Review Press, 1975, pp. 157-210.
- Salas, R. G. (2022). Artículo "Características, motivos de asistencia y estrategias de trabajo con hombres que asisten a grupos de reflexión del programa Nuevas Habilidades para los Hombres de México". *Políticas De La Masculinidad. El Poder y La Violencia En La Subjetividad De Los Varones*.
- Sánchez-Sicilia, A. and Uribe Roncallo, P. (2021). La masculinidad en el proceso de niño a adulto como experiencia liminal permanente. *Quaderns de Psicologia*, 23(2), e1634.
- Sandoval Casilimas, C. A. (1996). Investigación cualitativa.
- Schongut, N. (2012). La construcción social de la masculinidad: poder, hegemonía y violencia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 2(2), 27–65

- Vergara Duveaux, A. S. (2018). Patriarcado y masculinidades. La deconstrucción como tarea de re-construcción de un orden social otro. *Divulgatio. Perfiles académicos de posgrado*, 3(7), 80-94. Disponible en RIDAA-UNQ Repositorio Institucional Digital de Acceso Abierto de la Universidad Nacional de Quilmes <http://ridaa.unq.edu.ar/handle/20.500.11807/2799>
- Yubero, S. (2004). Capítulo XXIV: Socialización y aprendizaje social. *Psicología social, cultura y educación*, coord. por Darío Páez Rovira, Itziar Fernández Sedano, Silvia Ubillos Landa, Elena Zubieta, 819-844.

ANEXOS

Anexo 1: Guion para los participantes

- Apartado 0: Introducción
 - 0.1 ¿Qué te está pareciendo el programa de Nosotros-Noski?

- Apartado 1: Motivaciones
 - 1.1 ¿Qué te hizo dar el paso a apuntarte al programa?
 - 1.2 Si tuvieras que contarme una situación o experiencia personal que te marcara para empezar a avanzar hacia la igualdad de género, ¿Cuál sería?
 - 1.3 ¿Cómo han sido tus referentes masculinos a lo largo de tu vida?
 - Familiares (Padre, hermanos, tíos, etc.), amigos, etc.
 - ¿Sientes que han influido en la forma en la que te has construido?
 - ¿Has querido buscar nuevos referentes masculinos fuera de estos?
 - 1.4 ¿Qué te motiva a seguir en el programa?
 - 1.5 ¿Qué beneficios consideras que obtienes al asistir al programa?
 - ¿Conocimientos?
 - ¿Romper barreras personales (emocionales)?
 - ¿Nuevas perspectivas?
 - ¿Ética/moral?
 - ¿Crecimiento personal?
 - 1.6 ¿Te ves asistiendo más veces al programa en el futuro? ¿Por qué?

- Apartado 2: Experiencia grupal
 - 2.1 Sentimientos y sensaciones
 - 2.1.1 ¿Qué tal te sientes en el grupo? ¿El clima grupal?
 - 2.1.2 ¿Y en relación con los monitores?
 - 2.1.3 Respecto a tus compañeros:
 - ¿Te sientes identificado con ellos? ¿Con sus vivencias, sentimientos, etc.?
 - ¿Cómo te sientes compartiendo con ellos tus propias vivencias?
 - 2.1.4 ¿Con qué sensaciones sales de las sesiones?
 - 2.1.5 ¿Qué sientes cuando se acerca la siguiente sesión?

-2.2 Dificultades en el grupo, en las dinámicas, etc.

- 2.2.1 ¿Con qué frecuencia vas al grupo? ¿Sueles asistir a todas las sesiones?
 - (Si no asiste a todas) ¿Por qué motivos?
 - ¿Te cuesta esfuerzo?
- 2.2.2 ¿Qué te parece el contenido que damos en las dinámicas?
 - 2.2.2.1 ¿Te gusta el contenido?
 - 2.2.2.2 ¿Te parece importante?
 - 2.2.2.3 ¿Qué es lo que más te ha calado, influenciado de los contenidos que hemos dado?
 - 2.2.2.4 ¿Cambiarías algo de los contenidos que damos?
 - 2.2.2.5 ¿Hay algo con lo que no estés de acuerdo que estemos dando o que hayamos dado?
 - 2.2.2.6 ¿Te parece necesario que demos los contenidos que damos?
 - Si tuvieses que añadir temario del programa, ¿Qué sería? ¿Por qué?
 - ¿Y algo que tuvieses que quitar?
- 2.2.3 ¿Qué opinas de las dinámicas que hacemos? ¿Qué te hacen sentir?
 - 2.2.3.1 ¿Qué te parecen las dinámicas que hacemos en las sesiones?
 - 2.2.3.2 En general, ¿Cómo te sientes cuando hacemos las dinámicas?
 - 2.2.3.3 ¿Qué tipo de dinámicas de las que has hecho te resultan fáciles de llevar a cabo? ¿Y las que te cuestan más?
 - ¿Te acuerdas de alguna dinámica que te costase especialmente llevar a cabo?
 - 2.2.3.4 ¿Cómo te sientes con respecto al grupo cuando hacéis las dinámicas?
 - ¿Se te hace más fácil o más difícil hacerlas junto a otros hombres?
 - 2.2.3.5 ¿Cambiarías algo de las dinámicas que hacemos?
- Apartado 3: Dificultades

-3.1 Generales (preguntas abiertas)

- 3.1.1 ¿Qué dificultades consideras que tienes a la hora de poner en práctica lo que aprendemos en las sesiones?
 - ¿Qué cambios priorizas más? ¿Y cuáles menos?

- ¿Qué cosas consideras que tienes que cambiar pero que te cuesta?

-3.2 Dificultades externas

▪ 3.2.1 Pareja heterosexual

- 3.2.1.1 ¿Tienes pareja? ¿Es una mujer?
- 3.2.1.2 A rasgos generales, ¿Qué tal tu relación con ella? ¿Qué opina ella?
- 3.2.1.3 ¿Pones en práctica lo que aprendemos en las sesiones con ella?
 - ¿Te resulta fácil o difícil?
 - ¿Qué comportamientos tuyos han cambiado en la relación desde que estás en el grupo?
 - ¿Qué cosas consideras que tienes que cambiar pero que te cuesta?
 - ¿Hay cosas que te reclama? ¿Hay alguna con la que no estés de acuerdo?
 - ¿Sientes que tienes mucho más por cambiar?
- 3.2.1.4 ¿Qué opina ella sobre tu participación en el grupo? ¿Y sobre tus cambios?
- 3.2.1.5 ¿Cuál es su postura en cuanto a la igualdad de género?
- 3.2.1.6 ¿Sientes que tu relación ha mejorado o empeorado desde que asistes al programa? ¿En qué lo notas?

▪ 3.2.2 Tareas domésticas

- 3.2.2.1 ¿Cómo es el reparto de las tareas domésticas?
- 3.2.2.2 ¿Cómo lo lleváis?
- 3.2.2.3 ¿Cuáles te cuesta menos hacer? ¿Y cuáles más?
- 3.2.2.4 ¿Consideras que lo hacéis de forma equitativa? ¿Consideras que cumples con tu parte?
- 3.2.2.5 ¿Participar en este grupo ha influenciado en tu implicación en las tareas domésticas?

▪ 3.2.3 Paternidad

- 3.2.3.1 ¿Tenéis hijos/hijas?
- 3.2.3.2 ¿Qué tal os desarrolláis en la crianza?
- 3.2.3.3 ¿Consideras que te implicas menos, igual o más que tu pareja en la crianza? ¿Por qué?

- 3.2.3.4 ¿Encuentras difícil cumplir con tu parte en el cuidado?
 - 3.2.3.5 ¿Qué consideras que es lo más difícil para ti en la crianza?
 - 3.2.3.6 ¿Te has formado para la crianza? (Investigar, leer, preguntar, etc.)
 - 3.2.3.7 ¿Crees que participar en este grupo ha contribuido a mejorar la crianza y tu implicación?
- 3.2.4 Amistades/relación con otros hombres
- 3.2.4.1 ¿Cómo es tu amistad con tus amigos?
 - 3.2.4.2 ¿Cómo ha evolucionado tu amistad con ellos desde que asistes al programa?
 - 3.2.4.3 ¿Comparando la amistad que tienes con otros hombres y otras mujeres, como las valoras? ¿Mejor o peor? ¿Más fácil o más difícil? ¿Iguales?
 - 3.2.4.4 ¿Tus amigos utilizan expresiones o comportamientos machistas?
 - ¿Con qué frecuencia?
 - ¿Cómo te hace sentir?
 - ¿Les dices algo al respecto?
 - (SI) ¿Cómo reaccionan? ¿Crees que funciona?
 - (NO) ¿Por qué?
 - 3.2.4.5 ¿Cuál es la postura de tus amigos con respecto a la igualdad de género? (concienciación)
 - 3.2.4.6 En general, ¿Sientes que siempre tienes que competir con tus amigos y demostrar tu masculinidad? ¿Les sigues el rollo?
 - (Si no les sigue el rollo) ¿Te dicen algo al respecto? (soso, gallina, marica, etc.)
 - (Si les sigue el rollo) ¿Sientes la necesidad de seguirles el rollo? ¿Por qué?
 - 3.2.4.7 ¿Tus amigos saben que estás yendo a este grupo?
 - (SI) ¿Cómo se lo toman? ¿Te dicen algo al respecto? ¿Notas que ha cambiado vuestra relación debido a esto?
 - (NO) ¿Por qué? ¿Has considerado contarlo?
 - 3.2.4.8 ¿Crees que tus amigos obstaculizan tu puesta en práctica de los aprendizajes del programa? ¿En qué lo notas?
 - 3.2.4.9 En cuanto a hombres desconocidos:
 - ¿Te resulta más fácil o más difícil poner en marcha lo aprendido en el programa?

- ¿Cómo notas que reaccionan otros hombres ante tus acciones?
- 3.2.5 Amistades/relación con otras mujeres
 - 3.2.5.1 ¿Sientes que ha cambiado tu forma de relacionarte con otras mujeres?
 - 3.2.5.2 ¿Crees que puedes mejorar la forma en la que te diriges a las mujeres? ¿comportamientos, controlar el lenguaje, etc.?
 - 3.2.5.3 De todo lo que has aprendido en el grupo, ¿Qué consideras que tienes que cambiar en tus relaciones con otras mujeres?
 - ¿Crees que será fácil o difícil hacer esos cambios?
- 3.2.6 Familia
 - 3.2.6.1 ¿Con qué miembros de tu familia estás más en contacto?
 - 3.2.6.2 ¿Tus familiares saben que asistes a este programa?
 - (SI) ¿Qué opinan al respecto?
 - (NO) ¿Por qué? ...
 - 3.2.6.3 En general, ¿Qué postura tienen tus familiares con respecto a la igualdad de género?
 - 3.2.6.4 Con respecto a tu padre
 - 3.2.6.4.1 ¿Cómo es tu relación con él?
 - 3.2.6.4.2 ¿Alguna vez ha hecho algún comentario referente a tu masculinidad o a los mandatos de la misma?
 - 3.2.6.4.3 ¿Cuál es su postura en cuanto a la igualdad de género? ¿Y en cuanto a programas como el de Nosotros-Noski?
 - 3.2.6.4.4 Ante tus pasos hacia la igualdad de género, ¿Tu padre cómo reacciona?
 - ¿Aplaude y valora tus avances?
 - ¿Presenta alguna queja? ¿Hace algún comentario?
 - 3.2.6.5 ¿Hermano/s?
 - (MISMAS PREGUNTAS QUE LAS DEL PADRE)

-3.3 Dificultades internas (relación consigo mismo)

- 3.3.1 Emociones, gestión emocional y comunicación

- 3.3.1.1 ¿Cómo ha sido tu vida emocional a lo largo de tu vida? (Gestión emocional)
 - 3.3.1.1.1 ¿Consideras que tienes límites en la gestión emocional? ¿En qué los notas?
 - 3.3.1.1.2 ¿Consideras que los has conocido gracias al grupo? ¿Cómo?
 - 3.3.1.1.3 ¿Qué sentimiento es el que más te cuesta expresar?
 - 3.3.1.1.4 ¿Crees que tienes un largo camino por recorrer?
- 3.3.1.2 ¿Consideras útiles las formas de comunicación que hemos aprendido en el grupo?
 - 3.3.1.2.1 ¿Te resulta fácil o difícil comunicar? ¿En qué lo notas?
 - 3.3.1.2.2 ¿Qué consideras que es lo que más te cuesta comunicar?
- 3.3.2 Comportamientos, estructura mental patriarcal y privilegios
 - 3.3.2.1 Desde que participas en el programa, ¿te has vuelto más consciente sobre la estructura mental patriarcal que tenemos?
 - 3.3.2.2 ¿Consideras que debes estar en “constante alerta” para no reproducir lo que el patriarcado nos ha enseñado? ¿Cómo te hace sentir?
 - 3.3.2.3 ¿Eres consciente de los privilegios masculinos? ¿Cómo ha cambiado tu forma de ver el mundo desde que los conoces?
 - 3.3.2.4 ¿Cómo es tu relación contigo mismo?
 - ¿Eres muy exigente con los cambios que quieres llevar a cabo?
 - ¿Cómo reaccionas cuando te das cuenta de que has reproducido un comportamiento o pensamiento machista? ¿Y cuando una persona te lo señala?
- 3.3.3 Violencia
 - 3.3.3.1 ¿Te consideras una persona violenta?
 - 3.3.3.2 ¿Qué entiendes por violencia?
 - 3.3.3.3 ¿De qué maneras crees que los hombres podemos ejercer violencia sobre otras personas? ¿Y concretamente sobre las mujeres?
 - 3.3.3.4 ¿Has visto a hombres cercanos ejercer violencia sobre otras personas? ¿Cómo?

- 3.3.3.5 ¿Crees que tú has ejercido violencia sobre las mujeres? ¿Y otros hombres?
- 3.3.3.6 ¿Alguna vez te han llamado violento sin que tu pensases que lo estabas siendo?
- 3.3.3.7 ¿Alguna vez te han dicho que algún comentario que has hecho es violento/machista/etc.?
- 3.3.3.8 ¿Has identificado comportamientos violentos que tengas que te gustaría cambiar?
 - ¿Y expresiones o palabras que utilices que sepas que son violentas?

- Apartado 4: Conclusión y Cierre
 - 4.1 Aprendizajes y cambios
 - 4.1.1 ¿Notas que has cambiado? ¿En qué lo notas?
 - 4.1.1.1 ¿Tu comportamiento hacia las mujeres? ¿Hacia los hombres? ¿Contigo mismo?
 - 4.1.1.2 ¿Cómo era tu comportamiento y pensamientos antes de asistir al programa? ¿Y ahora?
 - 4.1.2 ¿Sientes que estás concienciado con la igualdad de género y la construcción de una masculinidad más igualitaria?
 - 4.1.2.1 ¿Qué crees que contribuyó a ello?
 - 4.1.2.2 ¿Ha habido alguna persona que te haya abierto los ojos o haya contribuido a que estés más concienciado?
 - 4.1.2.3 ¿Crees que el programa también está contribuyendo a esa concienciación?
 - 4.1.3 ¿Las personas de alrededor señalan y reconocen tus cambios?
 - 4.1.4 ¿Cómo te sientes respecto a eso?
 - 4.1.5 ¿Le recomendarías este proceso a otros hombres? ¿A quiénes? ¿Por qué?
 - 4.1.6 Bajo tu punto de vista, qué tipo de barreras son las que te impiden poner en práctica los aprendizajes del programa: ¿Las internas o las externas? ¿Por qué?
 - 4.1.6.1 Dentro de las externas: ¿Cuáles son las que más te obstaculizan?
 - 4.1.6.2 Dentro de las internas: ¿Cuáles son tus resistencias más grandes?
 - 4.2 ¿Has sacado alguna conclusión de lo que me has contado?
 - 4.2.1 ¿Hay algo de lo que te hayas dado cuenta o que te haya hecho reflexionar?
 - 4.2.2 ¿Cómo te sientes al contarme todo lo que me has contado?

Anexo 2: Guion para los facilitadores

- Apartado 0: Introducción
 - ¿Cómo es ser monitor de un grupo de hombres?

- Apartado 1: Motivaciones
 - 1.1 ¿Qué tipo de motivaciones son las más frecuentes que ves en los participantes? ¿Y las menos frecuentes?
 - 1.2 ¿Detectas motivaciones ocultas en los participantes?
 - 1.3 Bajo tu punto de vista, ¿Qué los motiva a quedarse en el programa?
 - 1.4 Bajo tu punto de vista, ¿Las motivaciones de los participantes están más enfocadas en el desarrollo personal o en la igualdad de género?
 - 1.5 ¿Destacarías algo más sobre las motivaciones de los asistentes?

- Apartado 2: Experiencia grupal
 - 2.1 ¿Es fácil o difícil dinamizar grupos de hombres con esta temática? ¿Por qué?
 - 2.2 ¿Como ves el clima grupal en general? ¿Destacarías algo?
 - ¿Ves si se identifican entre ellos?
 - ¿Ves alguna dificultad de los participantes en cuanto al grupo?
 - 2.3 Referente a la asistencia:
 - ¿Como catalogarías la asistencia de los participantes? (Frecuencia, abandono, etc.)
 - 2.4 En cuanto al contenido:
 - ¿Cómo es recibido el contenido por el grupo?
 - ¿Tienen dificultades/resistencias en entenderlo? ¿Y en “aceptarlo”?
 - ¿Crees que las dosis de contenido que se da en cada sesión son suficientes? ¿Efectiva?
 - 2.5 Respecto a las dinámicas:
 - ¿Cómo se desenvuelven los asistentes?
 - ¿Qué dificultades ves?
 - ¿Cuál es su Feedback?
 - En tu opinión, ¿En qué medida aportan/son útiles las dinámicas en las sesiones?
 - ¿Destacarías algo más?

-2.6 ¿Hay algo que te haya llamado la atención del grupo?

- Apartado 3: Dificultades

-3.1 Dificultades externas (¿Qué dificultades ves que tienen los asistentes según sus testimonios/experiencias en los siguientes ámbitos?):

- 3.1.1 Relación con la pareja heterosexual
- 3.1.2 Tareas domésticas
- 3.1.3 Paternidad/cuidados
- 3.1.4 Amistades / relación con otros hombres
- 3.1.5 Amistades / relación con otras mujeres
- 3.1.6 Familia
 - Padre
 - Hermano(s)

-3.2 Dificultades internas

- 3.2.1 Emociones, gestión emocional y comunicación
 - Referente a la gestión emocional
 - ¿Notas dificultades en este ámbito? ¿Cuáles?
 - ¿Qué emociones son las que más les cuesta expresar? ¿Y las que menos?
 - ¿Crees que la experiencia del grupo les ayuda en este sentido?
 - En cuanto a las habilidades comunicativas:
 - ¿Notas dificultades en este ámbito?
 - ¿Crees que desarrollan estas habilidades en el transcurso del grupo?
- 3.2.2 Comportamientos, estructura mental patriarcal y privilegios
 - En cuanto a las ideas/estructura mental patriarcal
 - ¿Con cuanta "carga" patriarcal llegan al grupo?
 - ¿Qué ideas o creencias son más comunes?
 - ¿Vienen concienciados o ganan esa conciencia a lo largo del grupo?
 - ¿Se aferran a esas ideas patriarcales?
 - ¿Ves contradicciones en los discursos de los asistentes que evidencian dificultades?
 - ¿Notas que tienen dificultades para deshacerse de estas ideas?
 - Referente a los privilegios y el poder:

- ¿Son conscientes de su posición como hombres y el poder que pueden tener?
- ¿Son conscientes de los privilegios masculinos?
- ¿Qué privilegios identifican de forma frecuente? ¿Cuáles les cuesta más identificar?
- ¿Muestran deseo de equilibrar el poder?
- ¿Puedes detectar dificultades en este ámbito?

- ¿Destacarías algo más sobre este ámbito?

- 3.2.3 Violencia

- ¿Cómo hablan de la violencia? ¿Ves que la tienen normalizada e interiorizada?
- ¿Es un tema que les despierta preocupación?
- ¿Tienen dificultades para detectarla en ellos mismos y en el resto?
- ¿Tienen dificultades para cambiarla?

-3.3 ¿Hay alguna dificultad que destacarías en particular o que creas que es muy significativa?

-3.4 ¿Qué tipo de dificultades son las más grandes: ¿Internas o externas?

- 4. Apartado 4: Cambios y conclusiones

-4.1 En cuanto a los cambios:

- 4.1.1 ¿Qué cambios ves que ocurren en los grupos a lo largo del curso?
- 4.1.2 ¿Crees que aplican esos cambios fuera del grupo?
- 4.1.3 La frecuencia y la intensidad de los cambios ¿Son similares para todos los participantes? ¿Qué cambia?
- 4.1.4 ¿Qué es lo que más les cuesta cambiar a los participantes?

-4.2 ¿Qué conclusiones sacas tras repasar las dificultades en este proceso?

-4.3 ¿Hay algo del grupo o del desarrollo de las sesiones que te haya llamado la atención?

-4.4 ¿Hay algo más que quieras añadir que creas importante?