

# FUNDACIÓN SALVADOREÑA DE DESARROLLO Y VIVIENDA MÍNIMA FUNDASAL

## Promoción del fortalecimiento del desarrollo social con equidad de género

Guía popular para el trabajo educativo



**FUNDACIÓN SALVADOREÑA DE DESARROLLO Y  
VIVIENDA MÍNIMA  
FUNDASAL**

**Promoción del fortalecimiento del  
desarrollo social con equidad de género**

Guía popular para el trabajo educativo



**PROGRAMA MEJORAMIENTO DE BARRIOS  
JULIO 2013**

**Promoción del fortalecimiento  
del desarrollo social  
con equidad de género**

© FUNDASAL

**Primera edición:**

Julio 2013

**Coordinación:**

Ismael Castro,  
Director Ejecutivo

Claudia María Blanco,  
Sub Directora ejecutiva

**Equipo de Redacción:**

Claudia Navas Handal  
Gilma de Calvio

**Diseño y diagramación:**

Equipo Maíz

**Adaptación de Texto:**

Manuel Portillo

**Ilustraciones:**

Óscar Chicas

**Impresión:**

Equipo Maíz

Se permite la reproducción total o parcial de este documento siempre y cuando se cite la fuente. No se permite la reproducción para fines comerciales.

**Dirección FUNDASAL:**

Reparto Santa Alegría, Calle L-B, N°.7  
Ciudad Delgado, San Salvador  
Apartado Postal: 421,  
El Salvador, Centroamérica.

Tel: (503) 2536-3500

Telefax: (503) 2276-3953

**Correo/Email:**

direccion@fundasal.org.sv

**Web Fundasal:**

www.fundasal.org.sv



***Esta publicación ha sido posible gracias al apoyo solidario del pueblo alemán a través de KFW (Bank aus Verantwortung).***

# Contenido

<b>Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>PARTE 1. ¿Para quiénes facilitan el proceso educativo? .....</b>	<b>5</b>
Líneas de acción del desarrollo social.....	6
La realidad de la Equidad de Género en los barrios populares urbanos.....	7
<b>PARTE 2. El patriarcado y las mujeres .....</b>	<b>9</b>
Tema 1: Sexo y género .....	10
Tema 2: La división sexual del trabajo .....	13
Tema 3: Condición y posición de género.....	15
Tema 4: La violencia hacia las mujeres.....	19
Tema 5: Las mujeres y su cuerpo .....	25
Tema 6: Apoyo entre las mujeres .....	28
Tema 7: El empoderamiento de las mujeres.....	32
Tema 8: La mujer y su casa .....	33
Tema 9: Los Derechos de las mujeres.....	35
<b>PARTE 3. Los hombres y el patriarcado .....</b>	<b>38</b>
Tema 10: No se nace hombre, se aprende a serlo .....	39
Tema 11: La relación de hombre con sus semejantes .....	41
Tema 12: Los micro machismos.....	44
Tema 13: Paternidad.....	46
Tema 14: Machismo, alcohol y drogas .....	47
<b>PARTE 4. Sugerencias para la labor educativa con equidad de género .....</b>	<b>50</b>
Antes del Proceso Educativo.....	51
Durante el Proceso Educativo .....	53
Después del Proceso Educativo.....	55

# Introducción

Vamos a empezar haciendo una pregunta que quizá nunca nos hemos hecho ¿Qué es el Desarrollo Comunitario? o dicho más fácil ¿Cómo pensamos que debe crecer nuestra comunidad?

La manera más rápida de responder esta pregunta es imaginándonos una comunidad limpia, segura, con casas fuertes, parques, agua potable, etc. Y todo eso es necesario, pero no es todo. Pues una comunidad sin desarrollo social es como un arroz sin sal, ya que a la par de pensar en cambiar las casas o el entorno debemos también pensar en cambiar las actitudes que nos dificultan desarrollarnos como seres humanos.

El componente socio-educativo del Programa Mejoramiento de barrios de Fundasal está basado en cuatro pilares fundamentales que son:

1. Promoción de la participación comunal.
2. Promoción de la organización, la interrelación y la gestión comunal.
3. Promoción del fortalecimiento del desarrollo social con equidad de género.
4. Promoción del fortalecimiento del desarrollo social de la juventud.

Todos los pilares se complementan para fortalecer nuestra casa, nuestra comunidad y nuestro territorio donde habitamos.

En esta guía de estudio vamos a tratar la Promoción del Fortalecimiento del Desarrollo Social con Equidad de Género, porque en una comunidad desarrollada hombres y mujeres gozan de los mismos derechos y oportunidades. Esperamos que sea de provecho y nos ayude a continuar mejorando nuestro entorno comunitario.



# ¿Para quiénes facilitan el proceso educativo?

## Un pequeño tema para quienes facilitarán la reflexión educativa

El Programa Mejoramiento de Barrios tiene 3 medidas sociales, las cuales son:



a. Fortalecimiento de la Gestión Comunal.



b. Promoción de la Participación Comunal.



c. Fortalecimiento del Desarrollo Social.

# Líneas de acción del desarrollo social

El fortalecimiento del desarrollo social está dirigido principalmente a dos sectores o grupos de población: jóvenes y mujeres.

A su vez el trabajo con mujeres tiene cuatro líneas de acción:

## 1. Liderazgo y organización femenina

¿Qué perseguimos con esta línea?

- Fortalecer el liderazgo de las mujeres, así como la convivencia equitativa entre los géneros.
- Potenciar la organización comunal desde el aporte y participación de las mujeres.
- Elevar el compromiso socio político, la participación y la organización de las mujeres a favor de toda la comunidad.



## 2. Promoción de la cultura y el deporte

¿Qué perseguimos con esta línea?

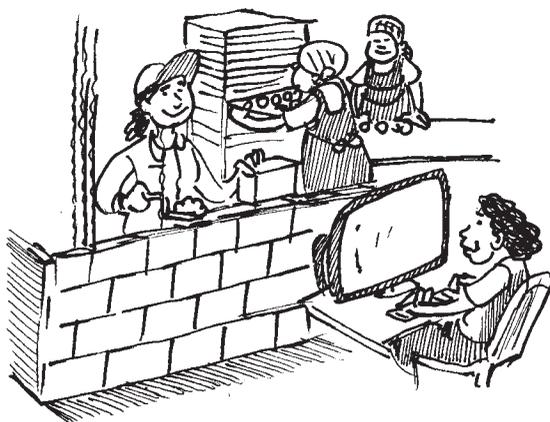
- Promover el rescate de la identidad personal y comunitaria por medio de la expresión artística cultural alternativa y espacios de fomento de vida sanos.



## 3. Promoción de la formación laboral

¿Qué perseguimos con esta línea?

- Apoyar a las mujeres en definir sus intereses laborales e incrementar sus competencias para la inserción laboral.



## 4. Promoción familiar

¿Qué perseguimos con esta línea?

- Sensibilizar a la familia y organizaciones comunitarias sobre los derechos de las mujeres e incrementar las habilidades de protección, comunicación y afecto en las familias para con las mujeres.



# La realidad de la Equidad de Género en los barrios populares urbanos

La situación de hombres y mujeres que Fundasal y líderes han constatado en varios estudios es la siguiente:



Las mujeres presentan esta realidad.



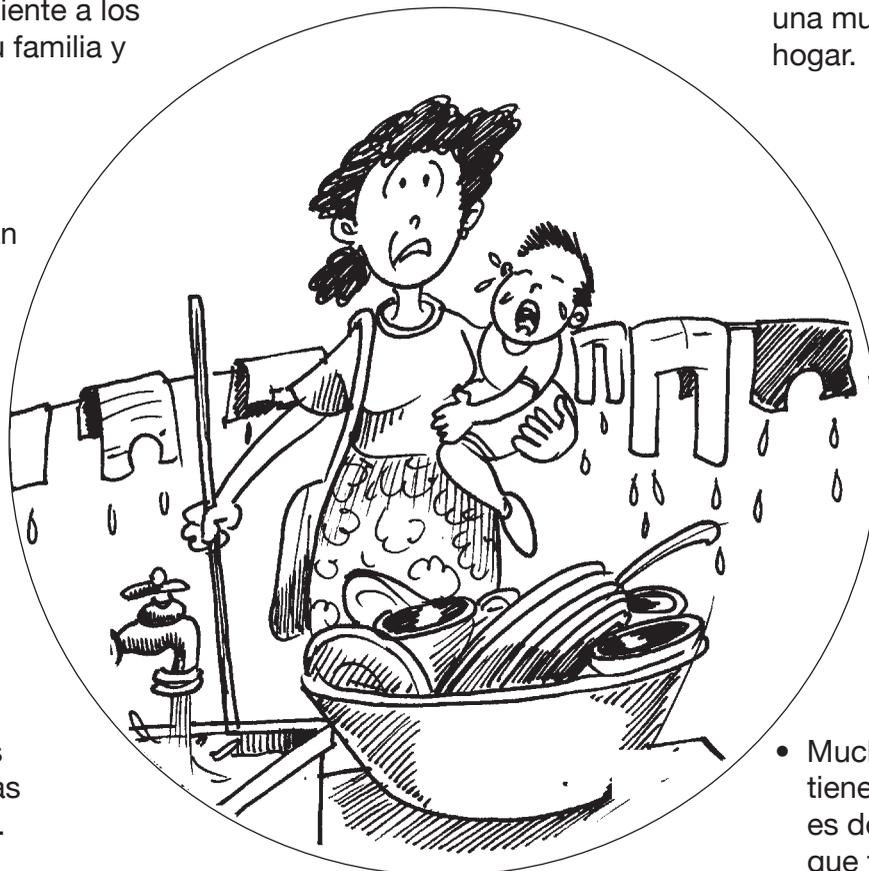
- Hombres y mujeres inician muy temprano su actividad sexual y consumo de drogas, especialmente los varones.



- Entre el 30 y 40% de los hogares tienen a una mujer como jefa de hogar.

- Se considera que “ser buena mujer” es ser sumisa y obediente a los hombres de su familia y la comunidad.

- Algunas madres solteras buscan apoyo de un hombre y se acompañan, pero al final resultan con más hijas e hijos y sin apoyo económico.



- Muchas mujeres padecen violencia dentro de sus familias, sin denunciarla y sin esperanza de cambio debido a su baja autoestima y dependencia emocional.

- Pocas mujeres son propietarias de su vivienda.

- Muchas mujeres tienen triple jornada, es decir, que tienen que trabajar fuera de casa, dentro de ella y participar en las reuniones de la asociación comunal.

- Las mujeres líderes son verdaderas gestoras del cambio social; pero tienen conflictos con sus parejas por celos o quejas del tiempo que no dedican a la atención de hogar.



Los hombres  
presentan esta  
realidad.



- Piensan que su aporte económico al hogar les da poder de mando sobre la familia.

- Se creen superiores a las mujeres y las mandan.

- Cuando los hombres son líderes comunitarios suelen tomar las decisiones y dejan a las mujeres las tareas.

- Los hombres suelen ser violentos consigo mismo, con otros hombres y con las mujeres.



- Los hombres ejercen su sexualidad con poca reflexión de sus acciones.

- No muestran ternura ni se dedican a cuidar de otros.

- La mayoría de personas en actividades de riesgo son hombres (en pandillas o en comercio de drogas).

Sin embargo, FUNDASAL plantea una realidad distinta, que pueden lograr las comunidades con reflexión y trabajo. La realidad deseable es la siguiente:

- Todas las organizaciones que hay dentro de las comunidades promueven la convivencia y colaboración entre hombres y mujeres como seres humanos con igualdad de derechos.
- Las organizaciones trabajan porque hombres y mujeres tengan iguales oportunidades de participación, desarrollo, bienestar, distribución de responsabilidades y valoración social.
- Todas las instituciones que trabajan con la comunidad promueven la equidad de género, por una masculinidad libre de violencia y con acciones positivas hacia mujeres.



# El patriarcado y las mujeres

Vivimos en una sociedad patriarcal.



En esta sociedad los hombres tenemos el poder, tomamos las decisiones "importantes" en la economía, cultura, política, familia y nuestra opinión está sobre la de las mujeres.



El Machismo es una conducta aprendida dentro del patriarcado para mantener el dominio del hombre sobre la mujer.



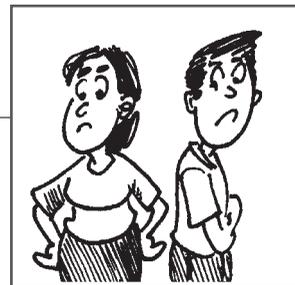
Veremos a continuación algunas características del sistema patriarcal en que vivimos y que debemos cambiar.

# Tema

## 1

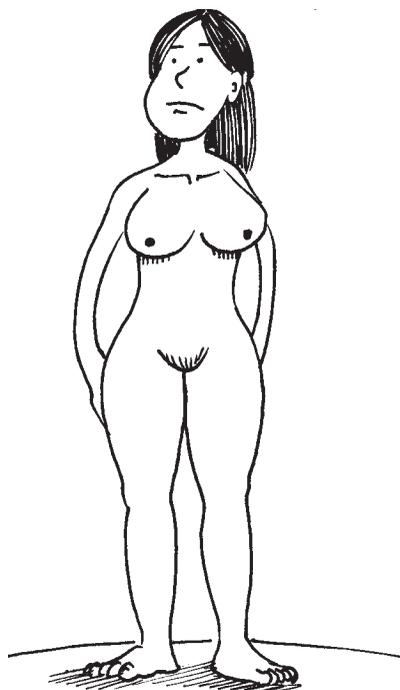
# Sexo y género

Muchas personas confunden estas dos palabras, piensan que quieren decir lo mismo; pero no es así. El sexo es biológico, natural y lo traemos al nacer. El género es social, nos lo enseñan y lo enseñamos, es decir, que lo podemos cambiar.



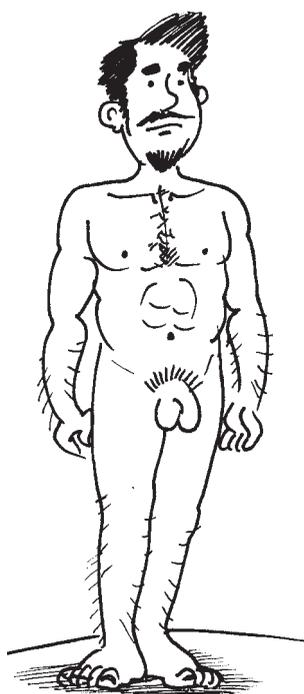
## Cuerpo de mujer

- Aparato reproductor interno
- Senos desarrollados
- Caderas anchas para alojar al feto
- Con poco o sin nada de vello en el rostro
- Produce óvulos
- Puede gestar, alumbrar y amamantar

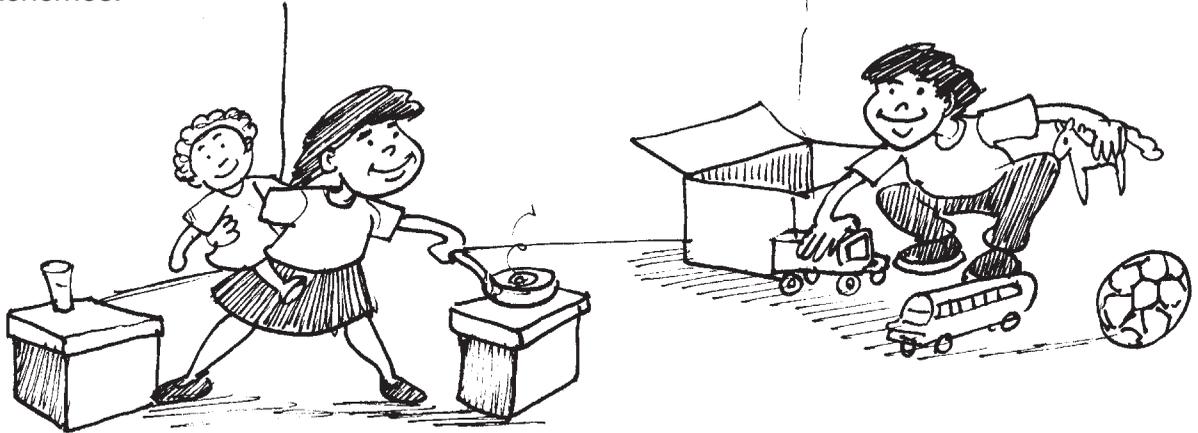


## Cuerpo de Hombre

- Aparato reproductor externo
- Senos no desarrollados
- Caderas estrechas
- Barba y bigote
- Produce espermatozoides

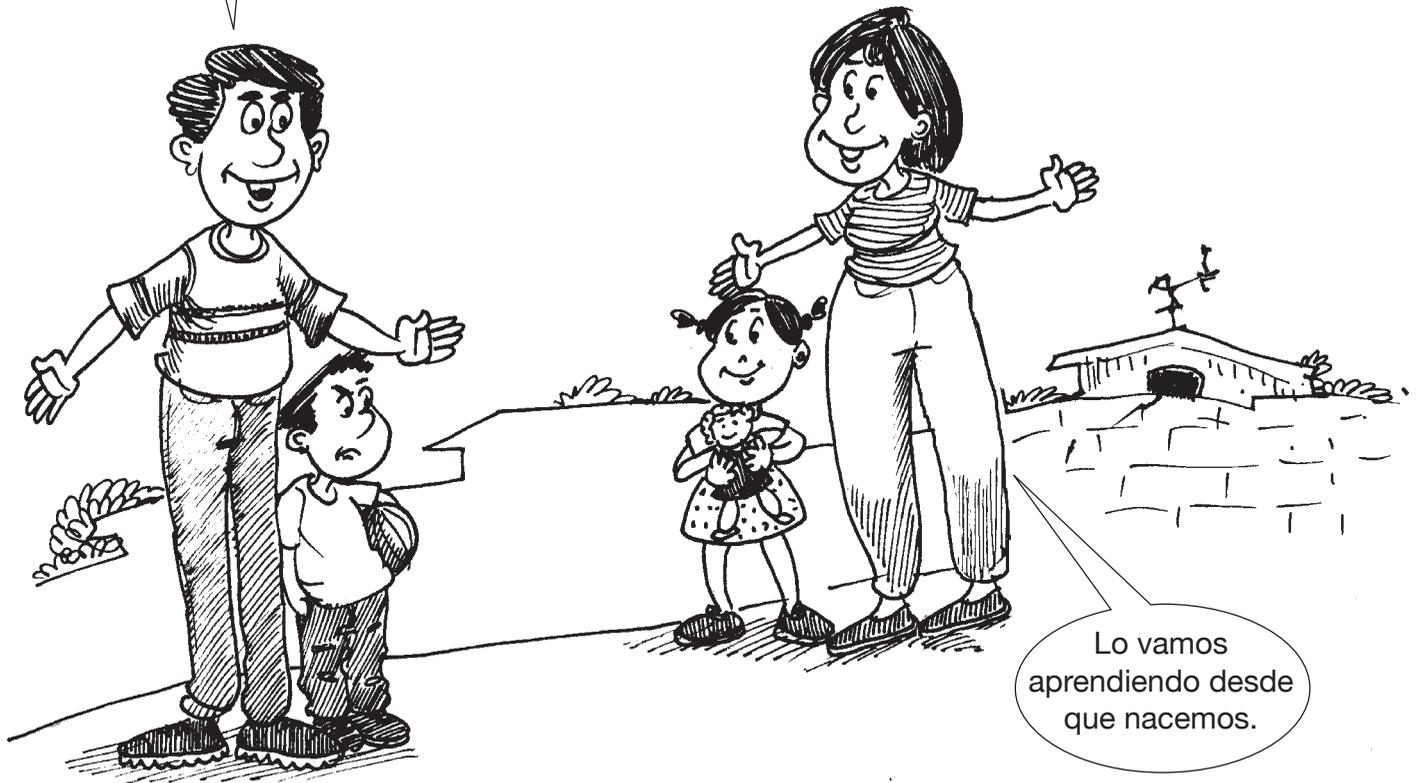


A hombres y mujeres nos asignan roles diferentes en lo social, cultura, psicológico, económico, jurídico y político de acuerdo al sexo que tenemos.



El género es un conjunto de características que la sociedad le impone a cada persona de acuerdo al sexo.

El género lo aprendemos en la casa, la escuela, la comunidad, la iglesia, etc.



Lo vamos aprendiendo desde que nacemos.

Veamos algunas características de género que la sociedad le impone a cada sexo:

- Debe ser virgen para el matrimonio
- Debe criar a los hijos y atender a su familia
- Debe obedecer a su marido
- Pocas mujeres participan en la política y organizaciones de la comunidad



- Debe tener experiencia sexual desde joven
- Es el responsable del mantenimiento económico del hogar
- Jefe, autoritario, toma las decisiones
- Es el presidente de la república
- Es presidente de la organización comunal

## Tema

## 2

# La división sexual del trabajo

Al inicio, hombres y mujeres hacían el mismo trabajo para subsistir: recogían fruta, cazaban, cuidaban animales, plantaban algunas semillas, etc. Con el tiempo los grupos humanos dejaron de andar de un lado a otro para establecerse y desarrollar la agricultura y la fabricación de instrumentos de trabajo.



Fue así que las mujeres, poco a poco, fueron relegadas a quedarse en casa y a dedicarse a las tareas domésticas. Los hombres salían de la comunidad para aprender algún oficio, producir bienes, hacer trueques. También tuvieron la oportunidad de aprender a leer y escribir, de hacer cultura.

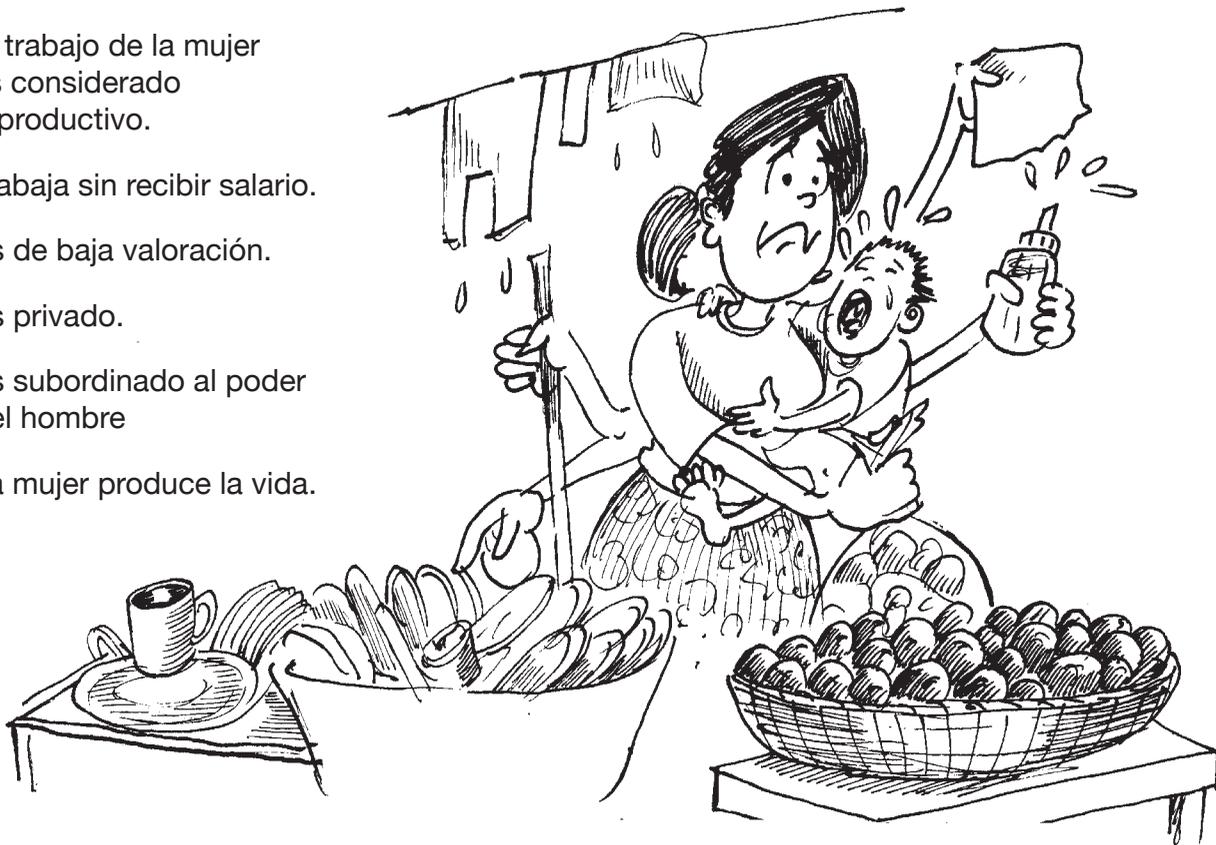


Fue así como surgió la división sexual del trabajo.

- El trabajo del hombre es considerado productivo.
- Es altamente valorado.
- Es político y público.
- Maneja el poder.
- El hombre produce bienes y servicios.



- El trabajo de la mujer es considerado reproductivo.
- Trabaja sin recibir salario.
- Es de baja valoración.
- Es privado.
- Es subordinado al poder del hombre
- La mujer produce la vida.



La división sexual del trabajo produce grandes desigualdades que favorecen al hombre. Veamos algunos ejemplos:

- Hay desigualdad de derechos, deberes y oportunidades.
- El reconocimiento al trabajo de la mujer es muy bajo y por eso no hay descanso.
- No hay igualdad en la participación política.



# Tema

## 3

### Condición y posición de género

La condición de género se refiere a las condiciones de vida de las mujeres y hombres en la sociedad.



La condición de género de las mujeres las coloca como responsables del trabajo reproductivo. Es decir, que ellas son las responsables de alimentar, limpiar la casa, lavar la ropa, etc. Por eso se considera a la mujer como responsable de la satisfacción y el bienestar de su familia.

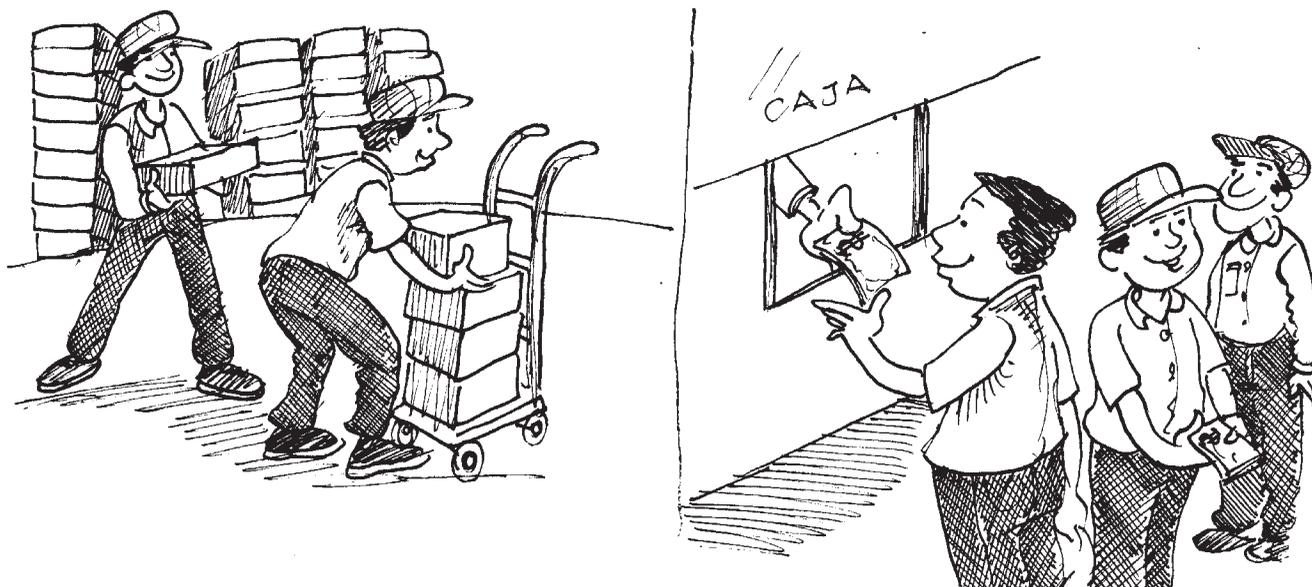
El trabajo de la mujer es considerado "fácil" y, por lo tanto, no es valorado ni remunerado.



Y después dicen que yo no trabajo.



La condición de género del hombre lo responsabiliza de proveer los bienes necesarios a la familia, y su trabajo es socialmente valorado y remunerado.



El trabajo y los espacios en que se mueven las mujeres y hombres son diferentes:

El trabajo de las mujeres en el hogar:

- No es valorado ni remunerado.
- No tiene descanso, se necesita los 7 días de la semana.
- No es reconocido como trabajo.
- Las mujeres deben asumir el trabajo de la casa como muestra del "amor" a su familia.
- Se hace en la casa, en lo privado.



Si la mujer abandona demasiado el espacio privado de su hogar es mal vista y criticada.

Las mujeres solo deben dejar la casa para ir a la fábrica, al mercado o a la iglesia.



## El trabajo de los hombres

- Es valorado y remunerado
- Es visible y reconocido
- Usa la razón y el poder
- Se hace en el espacio público



Si el hombre pasa dentro de la casa será tildado de haragán, “mantenido” o dominado por las mujeres de la familia.

Las necesidades básicas de las mujeres puede resolverse a corto y mediano plazo mejorando la alimentación, el sistema de alcantarillado y el agua potable, la electricidad, con el servicio de recolección de basura, mejorado la vivienda, vías de acceso, escuelas, centros de salud y guarderías. Casi todas estas soluciones le corresponden al Estado.



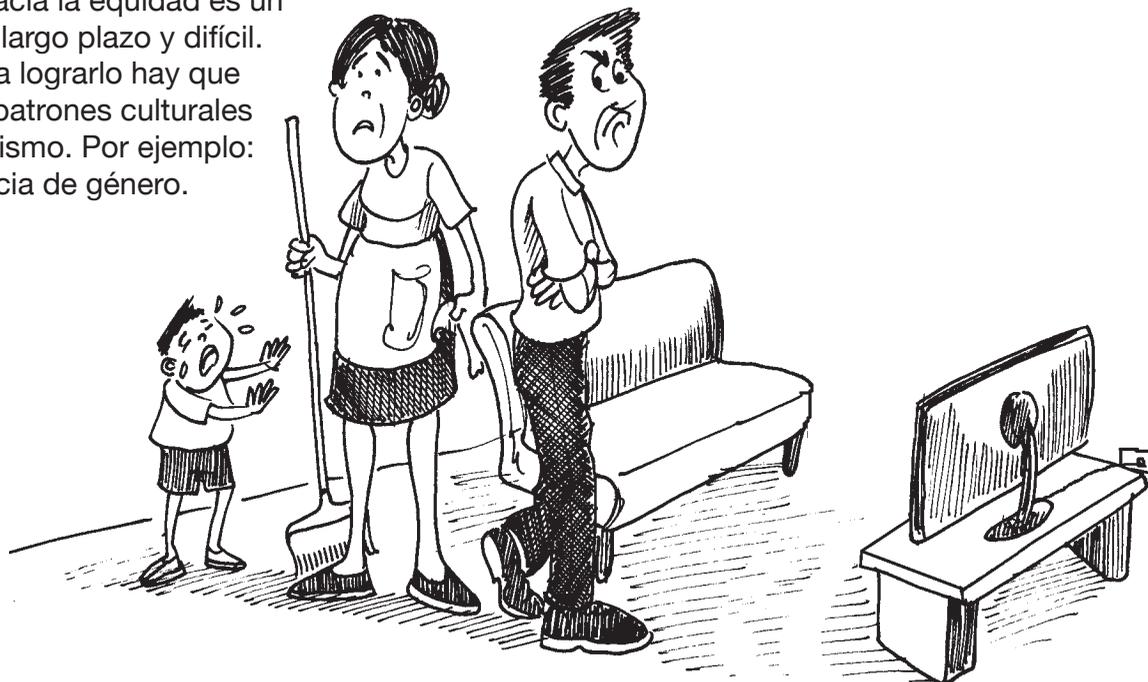
Pero solventar estas necesidades básicas no cambia la posición de las mujeres: la subordinación al hombre, ya sea padre, hermanos, marido, hijos mayores, miembros varones en las juntas directivas, etc. Las mujeres tienen poco acceso a toma de decisiones en la comunidad, la política y hasta permiten que otros decidan por sus cuerpos y sus vidas.

La posición de género se refiere al lugar que ocupan en la sociedad los hombres y las mujeres, en el acceso al poder, al reconocimiento social y al estatus social asignado.

Es necesario dar respuesta también a las “necesidades estratégicas” de las mujeres: acceso al poder, reconocimiento de sus derechos, participación donde se tomen decisiones que las afecten, el reconocimiento social y a la posición de género.

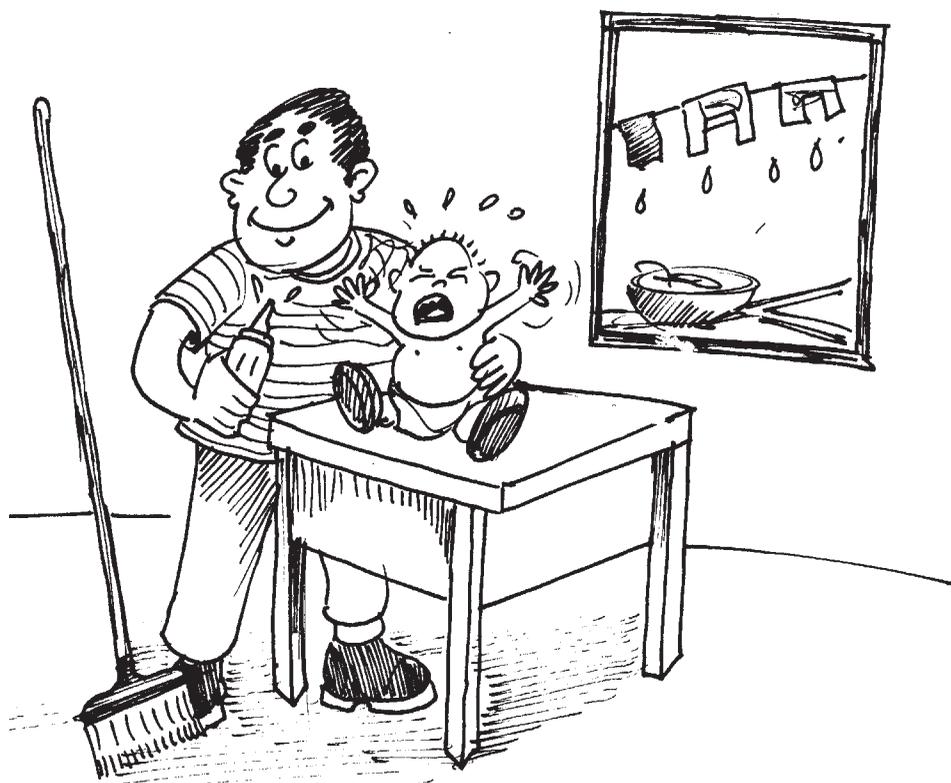


Cambiar la posición de género hacia la equidad es un trabajo a largo plazo y difícil. Pues para lograrlo hay que cambiar patrones culturales del machismo. Por ejemplo: La violencia de género.



Para cambiar la posición de género es necesario que familias, comunidades y naciones:

- Brinden igualdad de oportunidades de trabajo, crédito y recursos.
- Ofrezcan educación y salud integral para mujeres y hombres.
- Valoren el trabajo tanto de hombres como de mujeres.
- Compartan la crianza de hijas e hijos y el trabajo doméstico.
- Ofrezcan acceso al poder político en la comunidad y la nación con cuotas iguales de participación de mujeres y hombres.
- Apoyar leyes por la equidad de género.



**Estas soluciones le corresponden a la ciudadanía.**

# Tema

## 4

# La violencia hacia las mujeres

La violencia contra la mujer es hecha por los hombres, silenciada por las costumbres y aprendida de una generación a otra.



La violencia contra la mujer es un problema mucho más grande de lo que puede pensar la gente.



Hay violencia contra la mujer cuando la violencia esté basada en el género.



Es decir, que el agresor piensa que puede ser violento contra ella sólo porque es mujer.

Muchos hombres justifican la violencia contra la mujer por que nos consideran un ser inferior.



La violencia contra la mujer no sólo ocurre cuando un hombre golpea a una mujer. Ocurre también en estos casos:

- Cuando hay daño o sufrimiento físico producido por una lesión de un agresor, en su entorno familiar, social o de trabajo.
- Cuando se **LIMITA, CONTROLA O IMPIDE** sus ingresos económicos o se dañan sus bienes.
- Cuando se produzca daño o sufrimiento emocional, disminuya su autoestima mediante palabras o gestos amenazantes, que desvaloricen, generen culpa o exijan obediencia y sumisión.
- Cuando se amenace o vulnere el derecho de la mujer a decidir voluntariamente su vida sexual.
- Cuando los mensajes, valores o signos de la publicidad transmitan o naturalicen relaciones de dominio, desigualdad, o discriminación hacia la mujer.



**La violencia puede ser pública o escondida dentro de la casa.**

## Mitos y verdades de la violencia contra la mujer

### Mito:

- Las mujeres son histéricas y les gusta que las maltraten.



### Verdad:

- La mayoría de actos de violencia no son provocados por las mujeres.

### Mito:

- En las familias ricas no hay violencia.



### Verdad:

- La violencia se da en todas las clases sociales.

### Mito:

- Los hombres religiosos evitan la violencia intrafamiliar.



### Verdad:

- Hombres y mujeres muy religiosos practican la violencia intrafamiliar.

**Mito:**

- Las mujeres con poca educación sufren más violencia.



**Verdad:**

- En las familias con más educación también hay violencia.

**Mito:**

- El alcohol y las drogas son las causas de la violencia.



**Verdad:**

- No son la principal causa; pero sí la refuerzan.

**Mito:**

- Sólo los hombres que son enfermos mentales son violentos.



**Verdad:**

- La mayoría de agresores son hombres sanos y normales.

**Mito:**

- Las personas cariñosas no son violentas.



**Verdad:**

- Las personas violentas pueden ser cariñosas después de una agresión.

**Mito:**

- La violencia no tiene remedio.



**Verdad:**

- La familia y la mujer pueden romper con el ciclo de la violencia.

**Mito:**

- La mujer a la que le pegan debe dejar al marido.



**Verdad:**

- Es difícil dejarlo por su dependencia emocional, económica, la responsabilidad de los hijos y las amenazas.

## Consecuencias de la violencia hacia las mujeres

En las niñas y adolescentes pasa esto:

- Trastornos en la conducta escolar
- Dificultades de aprendizaje
- Miedo a quien la agrede
- Depresión y abandono del hogar



En las mujeres adultas pasa esto:

- Debilitamiento de la salud mental y física
- Falta de motivación
- Temor de buscar ayuda
- Nervios y aislamiento
- Consumo de drogas
- Problemas para encontrar y mantener un trabajo
- Partos prematuros
- Defienden al agresor, porque "no es tan malo"
- Deterioro de la familia



El temor que muchas mujeres agredidas sienten hace que no busquen ayuda y no hablen con nadie. Por eso el agresor las vuelve a atacar.

## El ciclo de la violencia

Los actos violentos se repiten como un ciclo que lleva los siguientes pasos:

### Aumenta la tensión.

El ambiente se va poniendo tenso poco a poco. Hay gritos, amenazas e insultos.



**La explosión.** Por fin la violencia explota. Hay gritos fuertes, insultos, golpes, etc.



**La luna de miel.** Quien agrede se arrepiente, pide perdón y promete no volverlo a hacer. Se pone cariñoso o cariñosa, busca otras razones por el abuso y hasta le puede echar la culpa a la víctima.

Este ciclo se repite y se vuelve más fuerte con el tiempo.



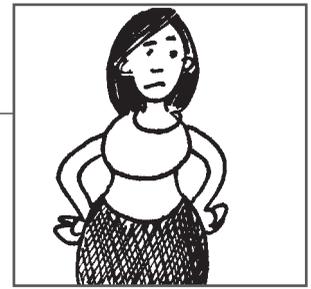
La única persona que puede romper el ciclo de la violencia es la víctima, no quien agrede.



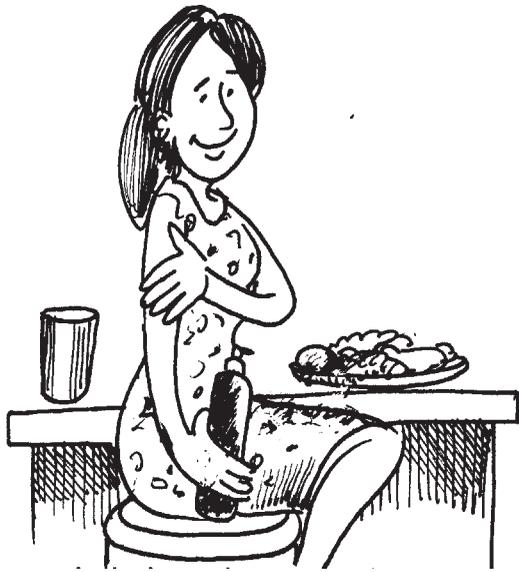
# Tema 5

## Las mujeres y su cuerpo

Ahora vamos a estudiar cómo nuestro cuerpo es mucho más que carne y hueso, es mucho más de lo que parece. El cuerpo humano tiene muchos lados o formas de verlo de acuerdo a la sociedad en la que vivimos.



**El lado biológico.** Nuestro cuerpo es físico, biológico, necesita cuidado y debe alimentarse.



**El lado psicológico.** Nuestro cuerpo tiene formas de comportamiento, de pensamiento, lenguaje, actitudes, capacidades y deseos.



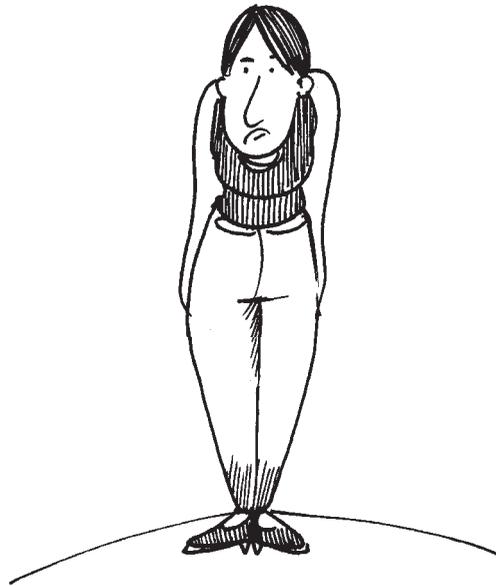
La sociedad nos impone diferentes significados al cuerpo de la mujer y del hombre, veamos estos ejemplos.

- El cuerpo del hombre
- Es fuerte.
- Tiene deseo sexual incontenible.
- Es para sí mismo y su placer.
- Usa ropa para la acción.



## ■ El cuerpo de la mujer

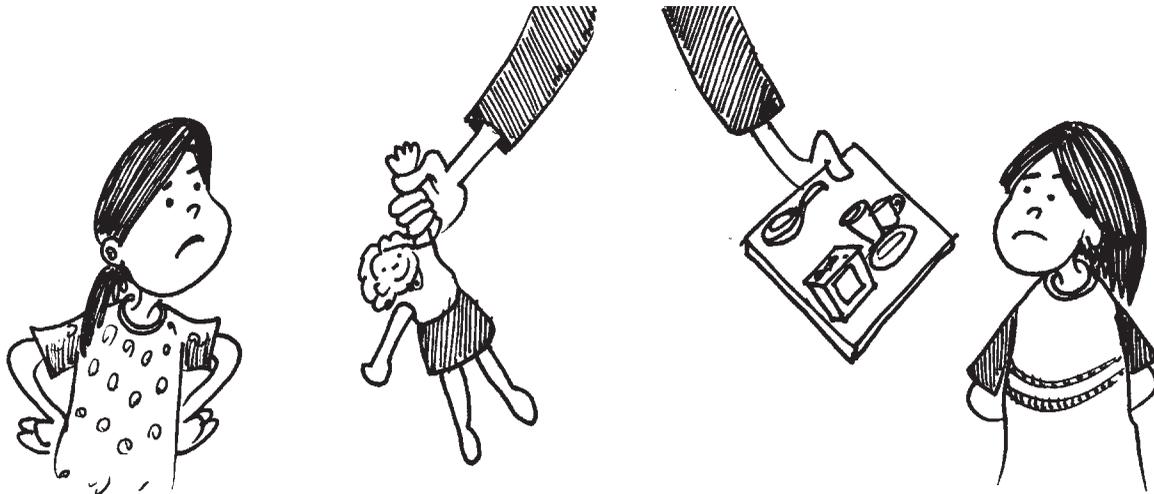
- Es débil.
- Tiene poco deseo sexual, se desahoga con la menstruación.
- Sirve para otros.
- Usa aretes, maquillaje, ropa, cartera y todo para lucir y verse bella.



El cuerpo de la mujer es visto de dos maneras: Es materno y erótico.

### **El cuerpo materno**

Las mujeres son vistas como “madres” y quien no cumple esta función es criticada y tildada de egoísta. Para cumplir este rol debe ser educada desde niña.

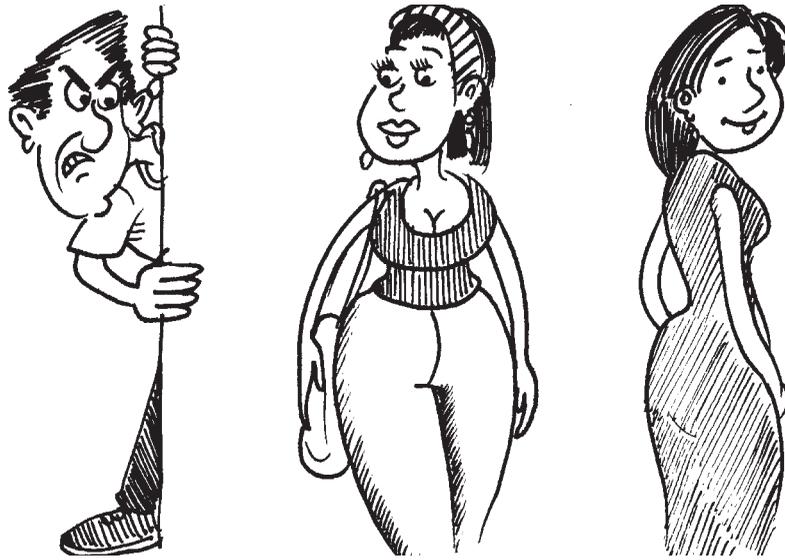


### **Cuerpo erótico**

La mujer debe gustar siempre, es educada así desde niña. Por eso tiene mucho miedo de engordar y envejecer. Además, las mujeres están educadas para criticar a otras mujeres que se ven bonitas porque las ven como competencia en la búsqueda de atención del “príncipe”.

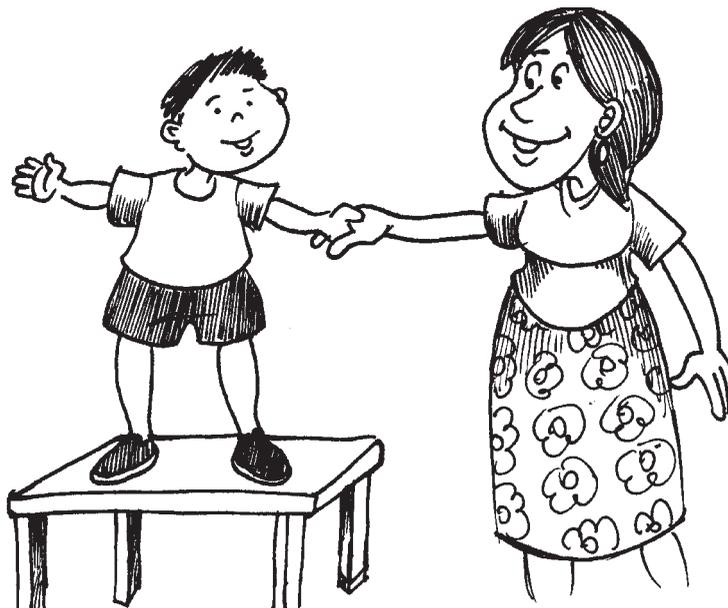


Aún así, el cuerpo de la mujer está hecho para el placer del hombre, y la que se sale de ese rol es tildada como enferma, promiscua o prostituta.



### Reflexiona:

- Si eres madre ¿Volverte madre fue una decisión libre y pensada?
- ¿A qué edad fuiste madre? ¿Cómo fue esa experiencia?
- ¿Qué dice la gente de las mujeres que no tienen hijos?
- ¿Has pensado en el derecho de las mujeres a no ser madres?



# Tema

## 6

# Apoyo entre las mujeres

La sociedad patriarcal en la que vivimos hace que las mujeres sean competitivas entre ellas. Eso sirve para desunirlas y darle mayor poder al sistema patriarcal.



Si una mujer es violentada sexualmente la criticamos por salir en la noche, por la ropa que usa o por andar con "ese hombre".



La gente dice que si una mujer es golpeada por un hombre fue por culpa de ella.



Debemos aprender a ser solidarias entre nosotras mismas.



Las mujeres podemos ser distintas entre nosotras mismas, pues tenemos diferentes actitudes, valores, formas de expresarnos. Pero es nuestro derecho ser felices, vivir en paz y en libertad.

## El valor de la sororidad

En la escuela, la iglesia y en los medios nos hablan del valor de la solidaridad. Pero hay algo mucho más profundo que puede servirnos para unirnos: La sororidad.



Esta palabra viene de "SOR" que significa "hermana".



Solidaridad es darle comida a quien lo necesita. Sororidad es cocinar con esa persona. La sororidad nos vuelve cómplices en aprender y enseñar juntas.



Debemos abandonar la idea de que las mujeres somos malas amigas y volvernos un apoyo mutuo entre nosotras.



## La co-escucha

Esta es una herramienta importante de desahogo y apoyo entre mujeres y hombres. Muchas veces cargamos angustias por nuestros problemas que no hemos podido descargar. La co-escucha nos permite hacerlo.

En la co-escucha hay dos protagonistas: quien habla y quien escucha, y cada uno cumple diferentes roles.



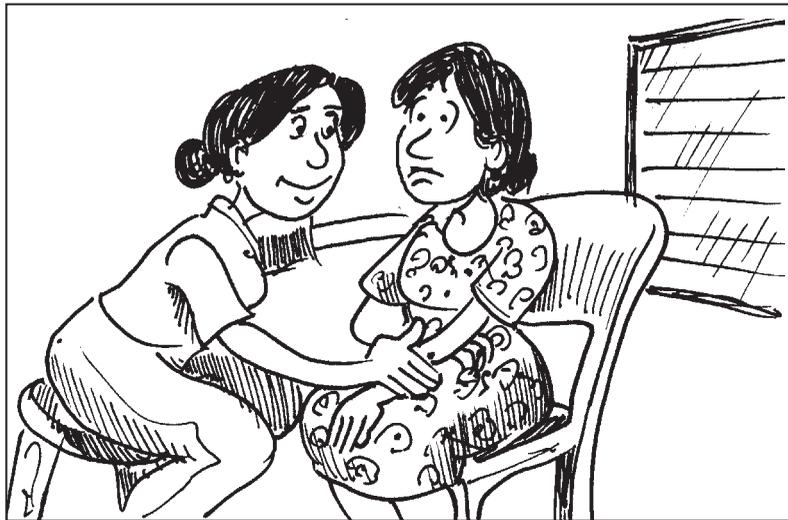
Quien escucha debe limitarse a acompañar el proceso de desahogo. No hay que aconsejar, interpretar o quitarle importancia al asunto. Tampoco se debe juzgar o criticar.



Evitemos estas frases como estas:

- Lo que tenés que hacer es esto...
- No te aflijás, no es nada...
- Date cuenta qué...
- Mejor hablemos de otra cosa...

Es importante mostrar interés y respeto por lo que escuchamos, apoyar con gestos, recordado sus cualidades y mantener contacto con la vista, la mano u abrazo o un pequeño contacto físico.



No se aconseja interrumpir el llanto, el desahogo, el temblor, las rabiets, etc. Pero sobre todo debemos aprender a no contarle a nadie lo que nos han confiado.

### Rol de quien habla

Quien nos confía su historia debe preparar su proceso de liberación, pensando en lo que quisiera contar. Buscar a la persona adecuada para ESCUCHAR y pedir permiso para desahogar.

Al final de la sesión muestra aprecio y agradecimiento a quien ESCUCHÓ y trata de superar la angustia poniendo atención a lo bueno del entorno del momento presente.



## ¿Cómo hacer una sesión de co-escucha entre mujeres?

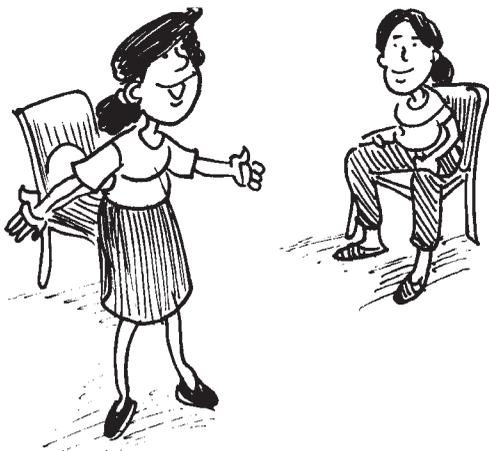
Si el grupo pasa de 6 integrantes es mejor dividir en parejas. Una sesión de co-escucha puede organizarse de esta manera.



### Paso uno: Inicio

Dura de 5 a 10 minutos.

Cada persona participante narra algo bonito que le ha ocurrido hace pocos días. Esto ayuda a comprender que no todo es malo en la vida.



### Paso dos: Núcleo de desahogo

Dura de 10 a 20 minutos por cada participante.

Cada participante narra algo que le angustia, enfurece o lastima. No hay temas más o menos valiosos para escuchar, pues cada quien escoge lo que quiere narrar.



### Paso tres: Cierre

Dura 5 minutos por participante.

Cada quien dice en qué le fue útil la sesión, agradece la atención y procura volver a la realidad y no quedarse en el momento de dolor.



# Tema

## 7

# El empoderamiento de las mujeres

El empoderamiento de las mujeres es un cambio que se da poco a poco y tiene como resultados que las mujeres tengan más poder para cambiar las relaciones desiguales entre los géneros.



Una mujer empoderada:

- Aumenta su autoestima.
- Aumenta sus capacidades en lo personal, familiar, comunitario y en todo el país.
- Toma conciencia de su subordinación de género y lucha por cambiar esta situación.
- Aumenta su capacidad de tomar decisiones sobre sí misma y sobre su entorno.



Una mujer con alta autoestima tiene sentimientos positivos sobre sí misma y se acepta tal como es.

Es importante saber que el empoderamiento no se trasmite de una mujer a otra, es un proceso personal de convicción. El primer paso para que una mujer se empodere es elevar su autoestima.



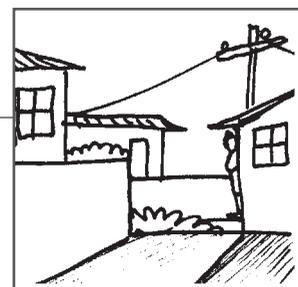
Una autoestima adecuada nos invita a:

- Respetarnos y sentirnos orgullosas de nosotros mismas.
- Conocer nuestras habilidades y actitudes que debemos mejorar.
- Decidir con confianza.
- Evitar compararnos con otras y reconocer nuestros logros.
- Valorar los errores y comenzar de nuevo.

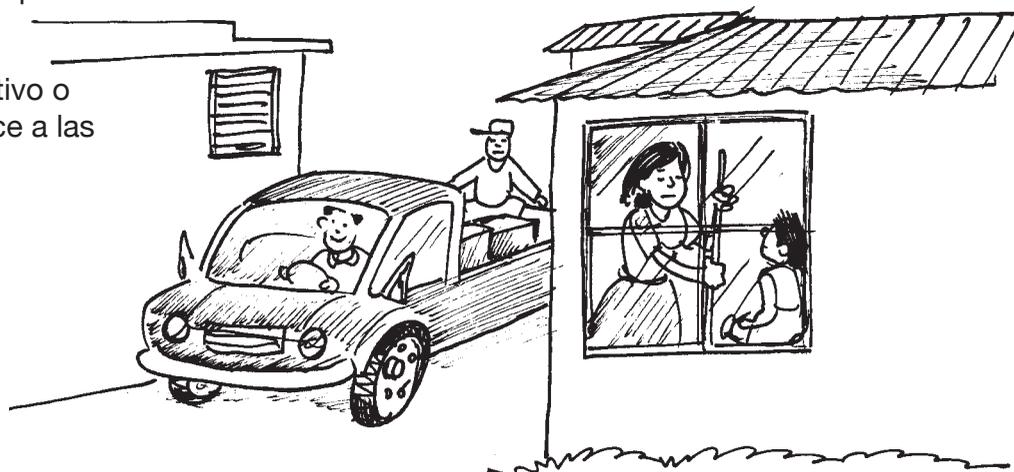
# Tema 8

## La mujer y su casa

En América Latina y en nuestro país, la mayoría de la población vive en zonas urbanas. En las ciudades hay una mayor división de la vida laboral y la vida doméstica. Esta división funciona así:



- El mundo productivo pertenece a los hombres, pues producen recursos.
- El mundo reproductivo o doméstico pertenece a las mujeres.



Y sin embargo, la ciudad está organizada para la vida de los hombres. Veamos estos ejemplos:

- Hay horario de entrada a los trabajos, no de salida.
- El hombre es exonerado del trabajo doméstico, pues se cree que es el más importante proveedor de recursos.
- Las empresas no ofrecen servicios ni horarios que ayuden en la crianza de hijas e hijos.
- Para sobrevivir, las mujeres de asentamientos improvisan la vivienda y hasta la convierten en tiendita o taller y así pasan todo el día en un lugar reducido.



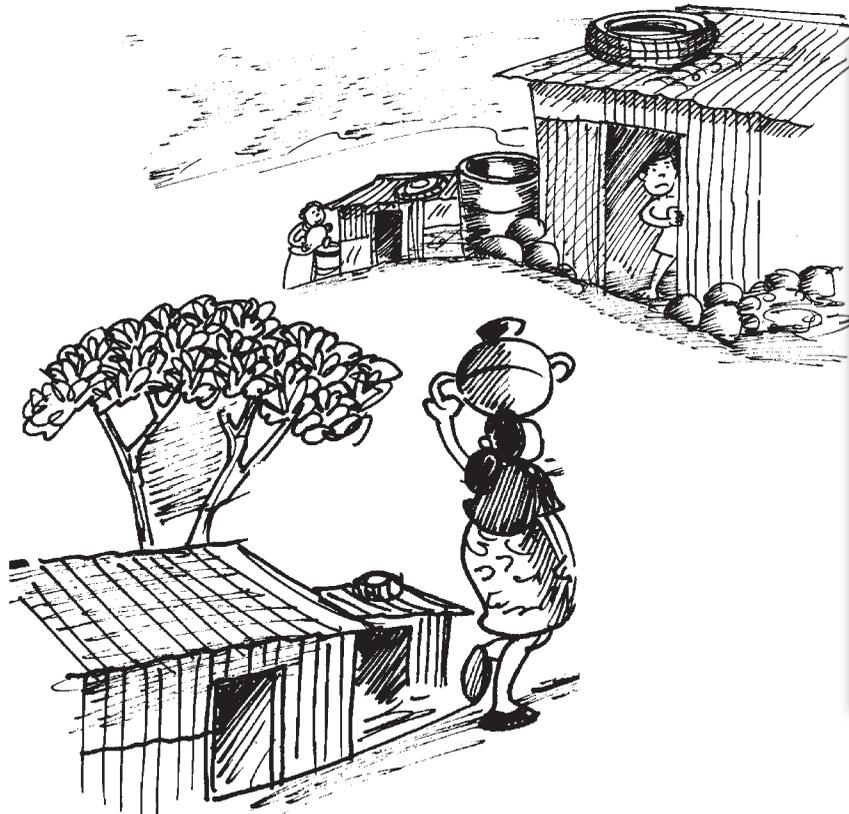
Hasta los servicios de salud, educación, transporte y otros están organizados en horarios para mujeres “amas de casa”.

- Las vacunas las ponen en horarios de trabajo y sólo las amas de casa pueden cumplirlo.
- Los buses tienen máquinas giratorias sin tomar en cuenta a las mujeres embarazadas.
- Los buses no tienen asientos especiales para madres y mujeres con carga.



Los asentamientos precarios no tienen servicio de agua y desagüe. Y son las mujeres las que deben halar el agua hasta sus hogares. Al final hay más cansancio, costo económico, larga jornada de trabajo y tensión emocional en ellas.

La vivienda tiene un significado distinto para mujeres y hombres. Para las mujeres, y aunque la vivienda sea chica precaria, este ha sido el lugar de crianza de las hijas e hijos. Son ellas las que la ordenan y limpian. Una casa chica genera violencia y las mujeres son las principales víctimas.



*“La vivienda tiene piernas unidas a la tierra, tiene cara, ojos en las ventanas, puertas en la boca...*

*Tiene una historia que le dieron quienes la construyeron y un alma que le dieron quienes la habitaron.*

*Es parte de nuestra historia, y es nuestra historia la vivienda.*

*Es el lugar donde suceden los acontecimientos más íntimos de nuestra vida, no es algo cualquiera.*

*La vivienda tiene vida, y es la vida nuestra. La vivienda tiene historia y es la historia nuestra.”*

Eduardo Galeano, escritor uruguayo

La lucha de las mujeres debe incluir: el derecho a la propiedad familiar de la vivienda, una vivienda adecuada para vivir con dignidad y leyes que protejan al miembro de la familia que conserve a las criaturas, en caso de una separación.

# Tema 9

## Los Derechos de las mujeres

En el siglo 19 los países firmaron tratados internacionales en los que se reconocieron algunos derechos de la mujer. Sin embargo, no bastó con que estuvieran escritos en un papel. Pues por muchos años las mujeres aún continúan padeciendo el incumplimiento de sus derechos.



Estos son algunos de nuestros derechos:

- Vivir sin discriminación y en igualdad de derechos que los hombres.
- Vivir sin violencia de género, ya sea en el ámbito público y dentro del hogar.
- Contribuir al desarrollo social participando en igualdad de condiciones en la economía, política, cultura, etc.

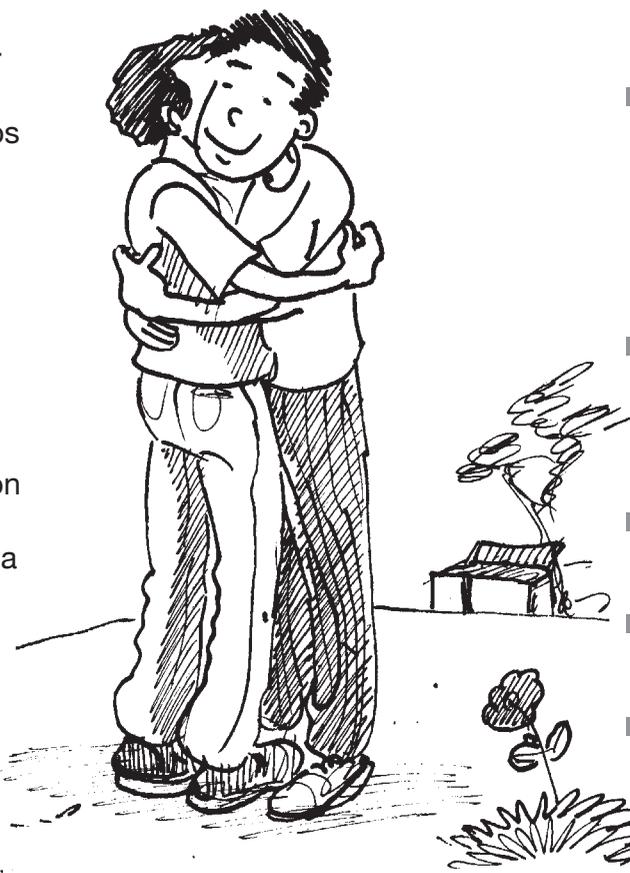


Además,  
tenemos derechos  
sexuales y  
reproductivos.



Veamos algunos de estos derechos:

- Derecho a la libertad sexual sin coerción, explotación o abuso.
- Derecho a poder decidir sobre nuestra vida sexual, sin padecer actos de violencia.
- Derecho a la privacidad sexual, a la intimidad siempre y cuando no dañen los derechos de otros.
- Derecho a la igualdad sexual, sin discriminación de ningún tipo por su sexo, género, preferencia sexual, edad, clase social, religión, grupo étnico o limitación física y mental.
- Derecho al goce sexual, como fuentes de bienestar físico, intelectual y espiritual.



- Derecho a la expresión sexual emocional, con cariño, ternura y afecto.
- Derecho a la libre asociación sexual por matrimonio, soltería, divorcio o cualquier otra forma de asociación.
- Derecho a decidir si quiere tener hijos o no, la cantidad y los periodos.
- Derecho a información sexual científica.
- Derecho a educación sexual.
- Derecho a recibir atención en salud sexual, que eduque en prevención, enfermedades y trastornos sexuales.

Estos son algunos tratados internacionales que recogen los derechos de las mujeres.

- La Declaración de los Derechos Humanos.
- La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer “Convención de Belem Do Para”.
- Objetivos de Desarrollo del Milenio.
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos.



### ¿Qué hace el Estado salvadoreño por cumplir los Derechos de las Mujeres?

Este tema se ha tratado en El Salvador desde 1945, poco a poco ha logrado avanzar en temas como igualdad jurídica, compromisos políticos y más. Pero es hasta hace poco que se han implementado Políticas Públicas para favorecer los Derechos de las Mujeres.

La Política Nacional de la Mujer está a Cargo del Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer ISDEMU.

Además, en el 2012 entró en vigencia la Ley Especial Integral para una Vida libre de Violencia hacia las mujeres.



# Los hombres y el patriarcado

Las instituciones al servicio del Estado han formado por años las formas de comportamientos, creencias, valores, sueños y gustos alrededor de un mundo adrocéntrico, pensado solo en los intereses de los hombres, olvidándose de las mujeres.



# Tema 10

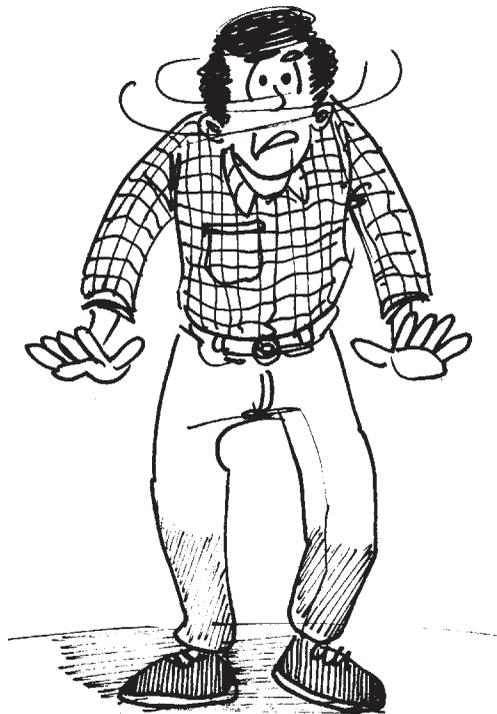
## No se nace hombre, se aprende a serlo



En la parte anterior vimos como el patriarcado impone a las mujeres una forma de ser, de pensar y de sentir en favor de los hombres. En esta parte reflexionaremos sobre la otra cara de la moneda: El patriarcado y los hombres.

Preguntémonos:

- ¿Qué significa para usted ser hombre?
- ¿En qué situaciones se ha encontrado que es difícil ser hombre?
- ¿En qué situaciones ser hombre ha sido una ventaja para usted?



¿Qué piensa?: Falso verdadero:

- “Los hombres piensan con la cabeza, las mujeres con el corazón”.
- “Una pareja funciona bien con el hombre en la casa y la mujer trabajando fuera”.
- “Los bebés necesitan más cercanía de la madre que del padre”.
- “Los hombres tienen más necesidades sexuales que las mujeres”.

La sociedad nos da mensajes desde que nacemos sobre cómo deben ser los hombres, a eso se le llama **construcción social de la masculinidad**. Los mensajes nos dicen que ser hombre es:

- No ser como una mujer, dócil y afeminado.
- No ser homosexual, ni acercarse demasiado a otros hombres.
- No ser bebé, no mostrar debilidad o necesidad de cuidado.

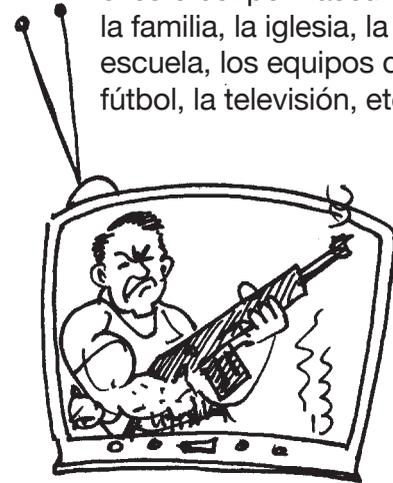


**La construcción de la masculinidad se define a partir de negar lo que se considere femenino y débil.**

Los hombres deben demostrar durante toda su vida que se cumple con lo que la sociedad le exige: No ser mujer, no ser homosexual y no ser un bebé. Así se va creando un estereotipo que se ve reforzado desde niños con las imágenes de la televisión y las películas.



Otros estereotipos masculinos son el hombre exitoso, violento, infiel, racional, superior a la mujer, independiente, autosuficiente, etc. Ayudan mucho a formar el estereotipo masculino la familia, la iglesia, la escuela, los equipos de fútbol, la televisión, etc.



Si no se nace macho, sino que se aprende a serlo, quiere decir que podemos cambiar el estereotipo.



Un estereotipo es una idea que tenemos de alguien sin darnos la tarea de saber si es cierto.



Hasta llegamos a pensar que los estereotipos son naturales o dados por Dios.



# Tema 11

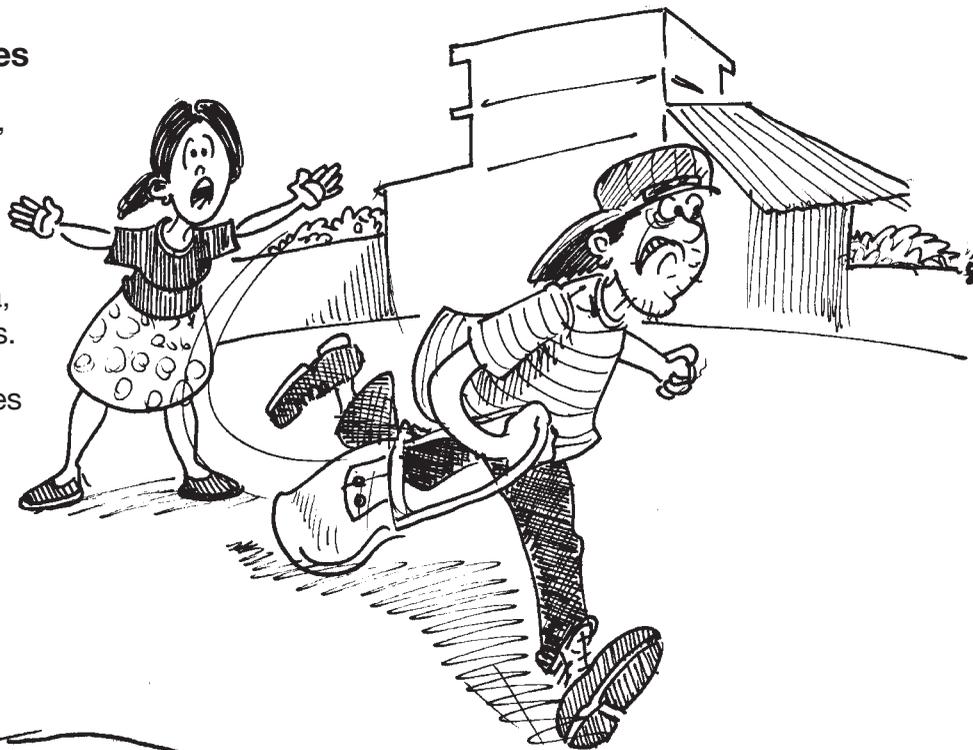
## La relación del hombre con sus semejantes

Las relaciones entre los hombres son violentas, pues buscan ejercer siempre control y dominio sobre otros. La relación del hombre con sus semejantes se puede ver en la “triada” de la violencia masculina:



### Violencia entre hombres

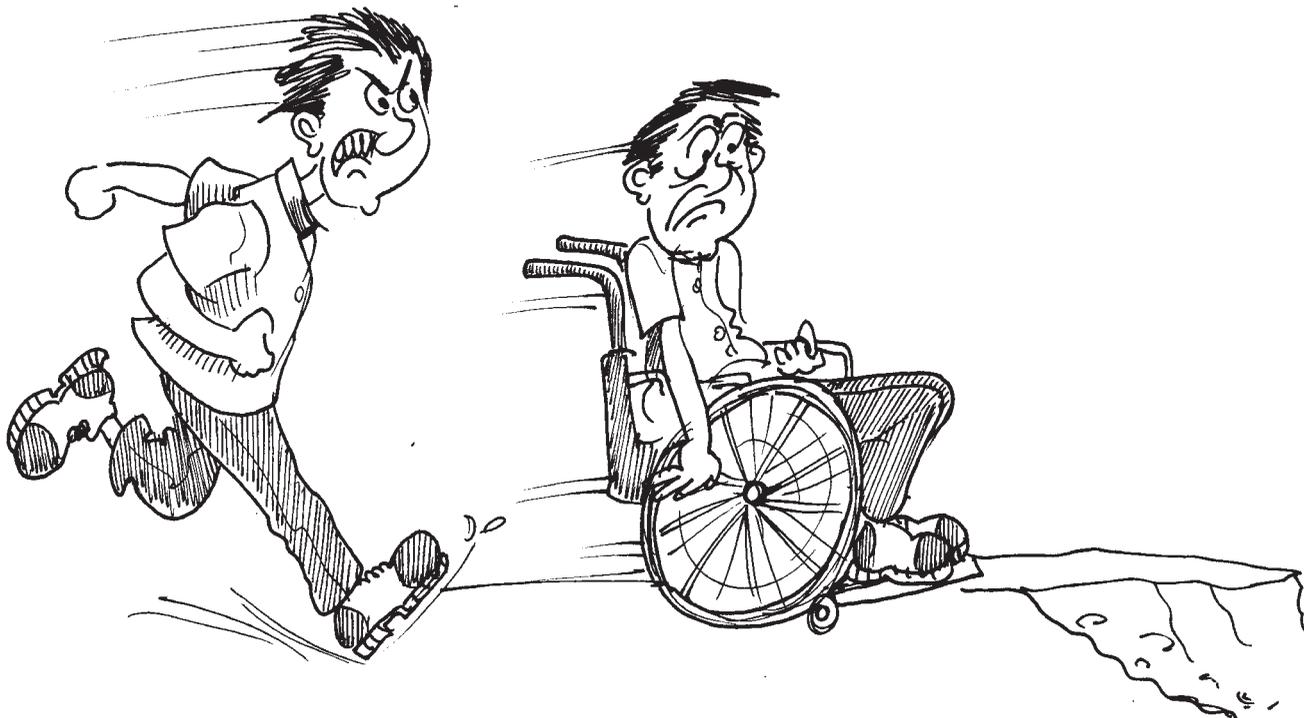
- Se manifiesta en hurtos, accidentes, robos, lesiones, etc.
- Constante lucha para demostrar quién manda, quién es el Rey de reyes.
- Desprecio por los débiles y diferentes.
- Racismo, adultismo, clasismo, heterosexualismo.



### Violencia del hombre contra sí mismo

- Frases como: “Cargar con trabajo hasta donde el cuerpo aguante”; “Mujeres o cerveza”.
- Sensación de estar siempre inacabado.
- Expone su vida en situaciones de riesgo, su vida vale menos. Ejemplo: mujeres y menores primero.
- Dispuesto a la autodestrucción.

La violencia del hombre consigo mismo lo obliga a mostrar y ocultar todo el tiempo toda esta “marcha forzada” durante la vida que lo lleva a padecer enfermedades que terminan con su vida más temprano que las mujeres.



### Violencia del hombre contra la mujer

Esta violencia puede ser evidente u oculta y nace de la idea de que la mujer es un ser inferior. El hombre piensa que la mujer es:

- Necesitada de cuidado y protección.
- Objeto que le pertenece a alguien (Fulana de tal).
- Apoyo del hombre exitoso: tras un gran hombre hay una gran mujer.
- Hechas para criar, resignarse y sacrificarse.



Todo esto se viene a resumir en:



**Violencia física:** Desde un empujón hasta golpes.



**Violencia sexual:** desde piropos hasta obligar a las mujeres a actos sexuales que ella no desea.



**Violencia emocional:** Gestos, palabras, insultos, comentarios que lastiman la dignidad, autoestima, y sentimientos.



**Violencia económica:** Evitar que las mujeres trabajen fuera de casa o manejen el dinero.

Como ya hemos dicho, el hombre aprende desde que nace a ser como es, debido a lo que ve a su alrededor y a los mensajes que escucha. Es así como llega a pensar que las mujeres necesitan protección del hombre, que son seres divinos como la madre, que sirven para el placer y servicio del hombre, etc.



# Tema 12

## Los micro machismos

Los micromachismos son conductas ocultas y que parecen que no hacen daño alguno. Esto hace que nadie se dé cuenta que existen. Los micromachismos sirven para establecer el dominio sobre la mujer.



Esta palabra viene de:

**Micro:** Algo pequeño, que casi no se ve o se siente.

**Machismos:**

Comportamiento basado en la idea de que la mujer es un ser inferior al hombre.



Existen distintos tipos de micromachismos. Veamos los siguientes ejemplos:

### 1. Encubiertos

- Hacer que la mujer se sienta culpable por salir a una fiesta sin su esposo.
- Culpar a la mujer de cualquier pleito en el hogar.
- Hacerse el santo.
- Pedir que la mujer cuide a otros, aunque esto le impida seguir estudiando.



- Muchos hombres usan la auto indulgencia como un micromachismo al usar estas frases:

- Lo siento, no me di cuenta.
- Quiero cambiar, pero me cuesta.
- Yo trabajo y no puedo cuidar a los niños.
- No me pude controlar, se me metió el diablo.
- Bebo por ella.



## 2. Coercitivos o “a la fuerza”

Los micromachismos pueden ser coercitivos como los siguientes:

- Intimidación y amenaza a la mujer que desobedece.
- Monopolio del dinero, lo que obliga a la mujer a pedirle siempre dinero al hombre.
- Tomar decisiones sin consultarle a la mujer.
- Usar el espacio físico de la casa como el mejor sillón, la tv u otro espacio común.



Es mejor que los micromachismos sean desenmascarados así podemos cambiar actitudes y tener relaciones justas.



## 3. De crisis

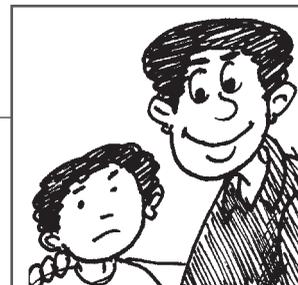
Estos ocurren cuando el hombre se siente en desventaja ante la mujer.

- Prometer sin cumplir.
- Auto agredirse para provocar lástima.
- Criticar a la mujer sin ayudarle.
- Hacer regalos o promesas, ponerse atento cuando la mujer amenaza de separarse.
- Buscar a otra mujer.

# Tema 13

## Paternidad

La presencia del padre ante los hijos es igual de importante que la presencia de la madre. Y hay que desmitificar la idea que la madre vale más que el padre.



En la historia de la humanidad, la presencia del padre ha sido distinta. Por ejemplo:

- En la antigüedad mujeres y hombres trabajaban juntos en las tareas de la casa, la granja, y eran ayudados por las hijas e hijos. El padre también era el maestro, el guía.



- En la época actual, el capitalismo obliga a la mujer y al hombre a trabajar fuera de casa, pero el poder del hombre en la casa no disminuye, ni la mujer es relevada del trabajo doméstico.



- Luego vino la etapa en que el padre era un hombre severo, que trabajaba lejos de casa y debía traer el dinero a casa y regir con mano dura la conducta de sus hijos e hijas.

Además, en la actualidad los hijos aprenden más en la escuela y el padre ha perdido su papel de maestro. Sin embargo, la sociedad induce una idea de hombre ausente y poderoso, por ejemplo los hombres vaqueros de Marlboro, los Rambo, los Terminator.

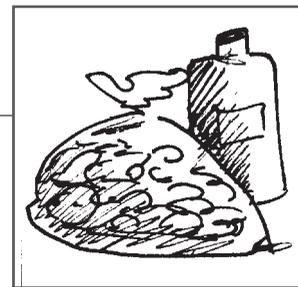
En la actualidad se construye un modelo de padre presente, con actitud, que cuide y enseñe, que comparta las responsabilidades y que tenga el coraje de desafiar los modelos machistas dominantes.



# Tema 14

## Machismo, alcohol y drogas

No es fácil hablar de este tema con los hombres de las comunidades, pues dentro de ellas se mueve una red de narcotráfico que pone en riesgo la seguridad ciudadana. En este tema retomaremos algunas vivencias personales y las consecuencias del consumo de drogas.



### ¿Qué es una droga?

Son sustancias naturales o sintéticas, hechas en laboratorios, que al meterse dentro del cuerpo pueden cambiar pensamientos, sensaciones y sentimientos. También se les llama sustancias psico-activas (SPA).

Las drogas causan adicción mientras más se consumen, y si se deja de tomar pueden causar malestar físico y psicológico.

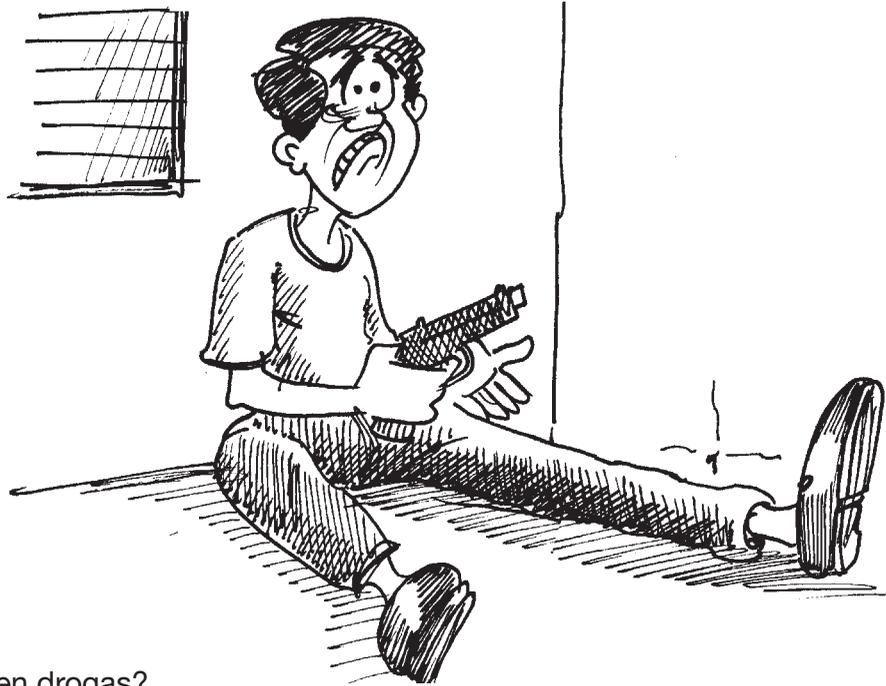


Hay drogas para muchos efectos: Para acelerar el sistema nervioso, para disminuir la actividad del sistema nervioso, para alterar la percepción de la realidad, etc.

Se calcula que en El Salvador de cada diez personas que consumen drogas: 8 son hombres y 2 son mujeres. Y generalmente empiezan a consumirlas a los 15 años de edad.

La adicción las drogas afecta a quien las consume en su cuerpo, siquismo y en sus relaciones.  
Por ejemplo:

- Accidentes automovilísticos, caídas, ahogamiento, etc.
- Suicidio y homicidio.
- Embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, impotencia, pérdida de erección y eyaculación.
- Hepatitis y cáncer.



¿Por qué los hombres consumen drogas?

Existen muchas razones que pueden iniciar el consumo de drogas. Por ejemplo:

- Predisposición genética: Bebés de madres alcohólicas pueden traer disposición a beber alcohol.
- Personalidad: Personas a las que les cuesta controlarse a sí mismas.
- Ambiente familiar de alcoholismo.
- Influencia del ambiente social: Propaganda de comerciales, canciones de la radio, grupo de amigos, etc.



Existen muchos lugares donde se puede encontrar un programa de rehabilitación, lo más importante es decidirse a tomarlos.

## ¿Cómo dejar la adicción?

Abandonar la adicción es un proceso lento. En el caso del alcoholismo, dejar la adicción tiene 3 etapas.

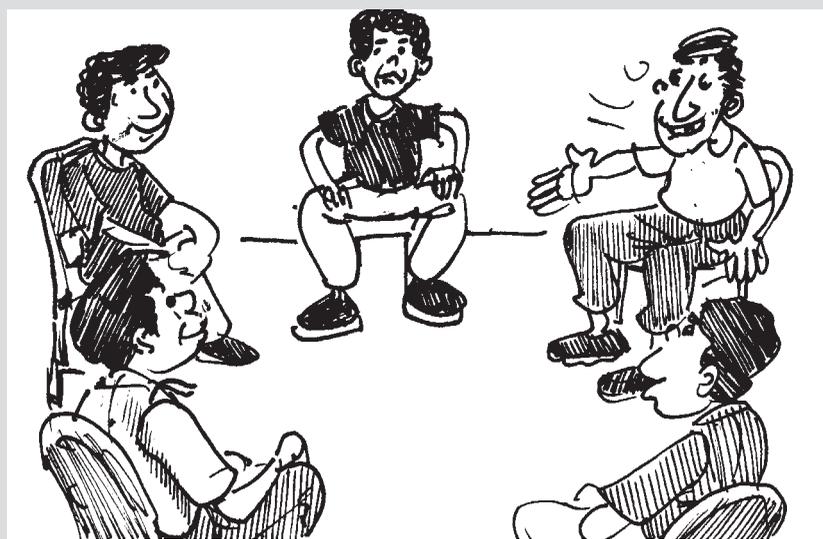
- a. El adicto reconoce que tiene un problema con el consumo de alcohol y decide enfrentarlo.



- b. El adicto inicia un proceso de desintoxicación: Dura unos siete días.



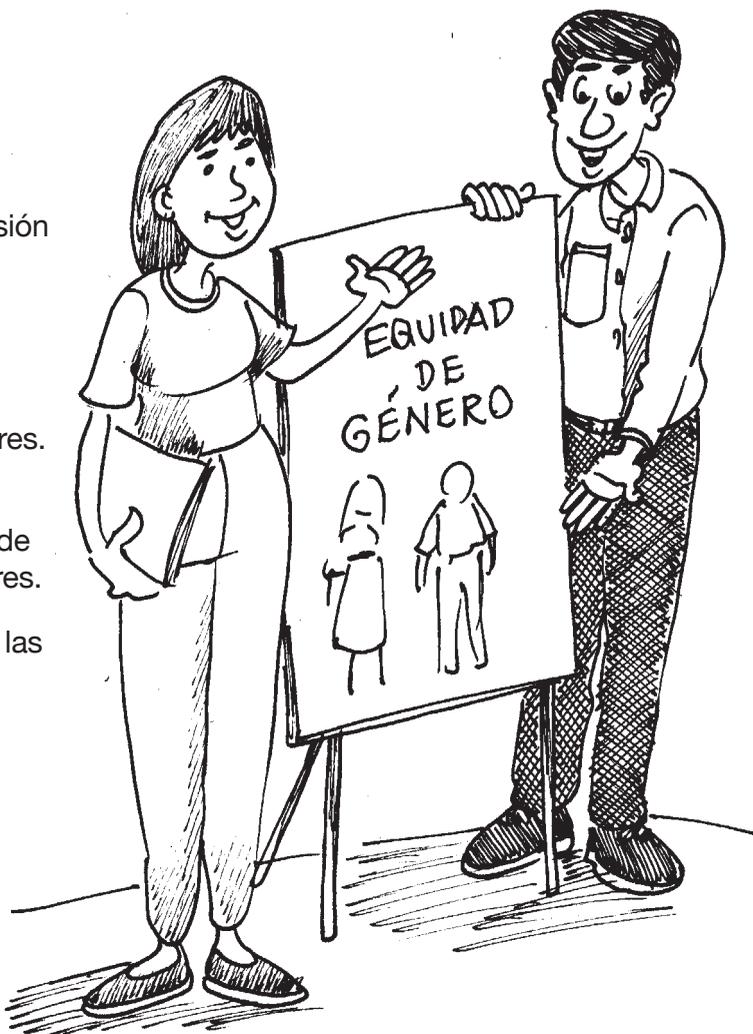
- c. El adicto se somete a un programa de rehabilitación.



## Sugerencias para la labor educativa por la equidad de género

Compañera lideresa, compañero líder: antes de iniciar este trabajo debes preguntar a tu propia persona y a tus compañeros y compañeras por qué es necesario trabajar por la equidad entre hombres y mujeres. Aquí están algunas razones. Amplíalas dentro de tu pensar y experiencia:

- Para clarificar conceptos y mitos en relación al género.
- Para dejar de pensar los roles que desempeñan hombres y mujeres son “naturales”. Son productos de una construcción social.
- Para impulsar la re – educación y la revisión de las diferentes injusticias del sistema social en el que hemos crecido y sus consecuencias sobre la vida humana.
- Para prevenir y disminuir la violencia intrafamiliar y la violencia hacia las mujeres.
- Para disminuir la competencia entre mujeres y generar modelos saludables de mujeres empoderadas hacia otras mujeres.
- Para develar situaciones que vulneran a las mujeres y construir una sociedad justa.
- Para revisar/disminuir patrones de irresponsabilidad paterna.
- Para una educación diferente de las actuales y las nuevas generaciones.
- Porque las mujeres merecen iguales oportunidades de desarrollo que los hombres.
- La humanidad se pierde de la mitad del potencial al disminuir a las mujeres.



Además de estas reflexiones, a continuación encontrará una serie de sugerencias que pueden facilitar tu labor como persona que educa:

## Antes del Proceso Educativo

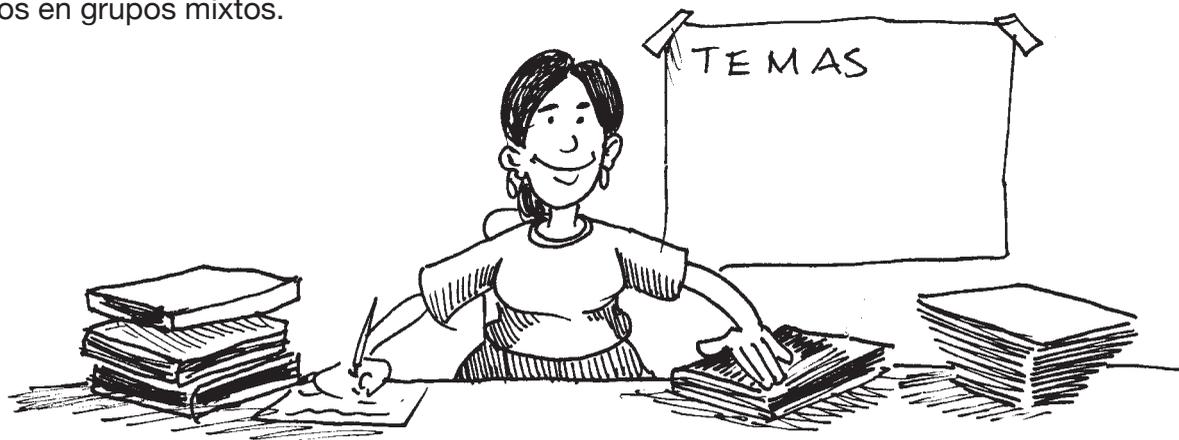
1. Busque un grupo de hombres y mujeres que quieran aprender cómo relacionarse mejor. No tiene que ser un grupo muy grande, no más de 30. Y si empieza con 2 ó 3, está bien.



2. Comprometa a ese grupo con un PROGRAMA de talleres. Pueden ser 5 talleres, para iniciar, pero debe ser un PROCESO. Fije hora y lugar para encontrarse.



3. Analice qué temas pueden ser abordados mejor con sólo mujeres, otros sólo con hombres y otros en grupos mixtos.



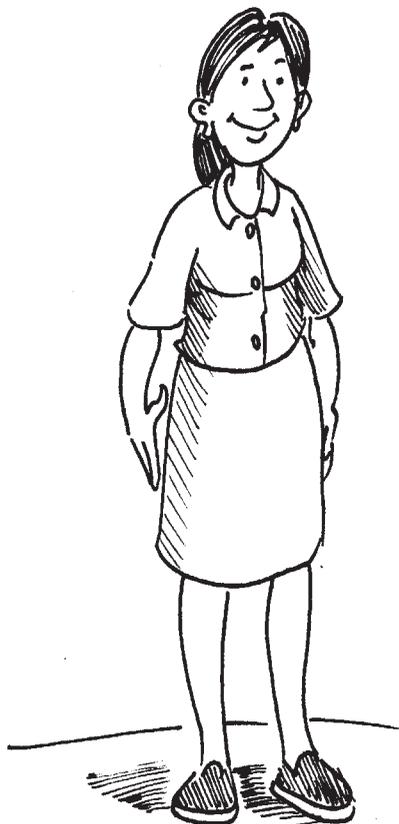
4. Haga ameno su taller. Busque canciones, poesías conocidas, recortes de periódico, trozos de película, refranes, juegos, leyendas y todo aquel material popular que puedan apoyar el tema que usted va a facilitar.



5. Asegúrese de contar con papelería suficiente y que el lugar sea el adecuado para la concentración. Además, lea muy bien el contenido de cada tema y ensaye cómo lo va a facilitar.



6. Procure que su presentación sea ordenada y limpia, sin exageraciones en el vestuario.



7. Si es necesario y posible, recurra a personas especialistas para que apoyen su taller como invitadas. Estas personas pueden ser miembros de las Unidades de Género de la Alcaldía, representantes de instituciones públicas de Salud o del ISDEMU, otros líderes y lideresas que conozcan el tema.



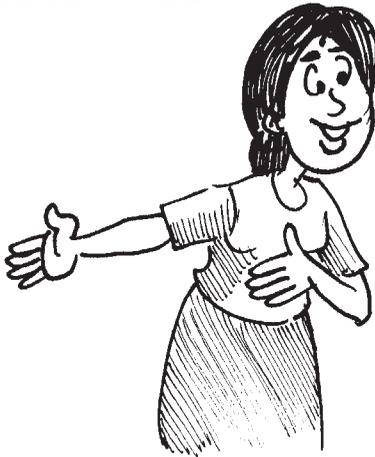
## Durante el Proceso Educativo

8. Antes de iniciar el taller, haga un recordatorio de lo que se trató en el taller anterior o recoja lo que las personas participantes saben del tema (saberes previos).
9. Comprometa al grupo con la **CONFIDENCIALIDAD**, es decir, lo que se hable en el espacio del taller no debe salir de allí.
10. Induzca al grupo al **DEBATE**, esto quiere decir, que hay que exponer ideas y sustentarlas, pero sin agredirse ni criticar a las demás personas participantes. Aclare que no hay “verdades absolutas” y que deben respetarse mutuamente.



11. Practique la honestidad diciendo “no sé, pero puedo averiguar” cuando algún dato no sea de su completo conocimiento.
12. De importancia a los dibujos de este documento. Haga que las personas participantes le digan qué ven, qué significa para ellas y si refleja la realidad de la comunidad.
13. Trate de propiciar la participación de todas las personas que asisten. Agradezca cada participación. Cuestiónela, pídale que amplíe, que dé ejemplos.
14. Respetuosamente, limite la participación de las personas que se extienda demasiado en su discurso.

15. Antes de terminar cada taller, procure que cada persona le diga qué fue lo nuevo que aprendió ese día.



16. Aliente al grupo a llevar alimentos para compartir en colectivo.



17. Si alguno de los temas provoca que una persona rompa en llanto, NO LE OFREZCA AGUA PARA QUE SE TRAGUE EL PROBLEMA, dele su tiempo para ser escuchada y guarde el respeto debido, sin dar consejos. Cada persona sabe mejor qué hacer porque es inteligente como usted.



18. Recuerde que usted es una persona que facilita el aprendizaje. Si sólo su voz es la única que se escucha en el taller, es un mal síntoma.



19. Felicite, motive, haga notar cambios en las personas participantes en forma permanente.



20. Juegue. Introduzca juegos relacionados con el tema en los que las personas interactúen, ríen, gocen. Eso hará inolvidable el aprendizaje.



## Después del Proceso Educativo

21. Evalúe para usted mismo qué estuvo bien, qué cambiar, qué no debió suceder y cómo prevenirlo en otras ocasiones.



22. Trate de averiguar la razón de ausencia de las personas que han faltado y no deje de invitarlas para el siguiente taller.



23. Revise continuamente sus propias creencias, aprendizajes y prejuicios sobre lo que es ser hombre o mujer. Y no deje que esto influya en su labor educativa y en su liderazgo.



## Además:

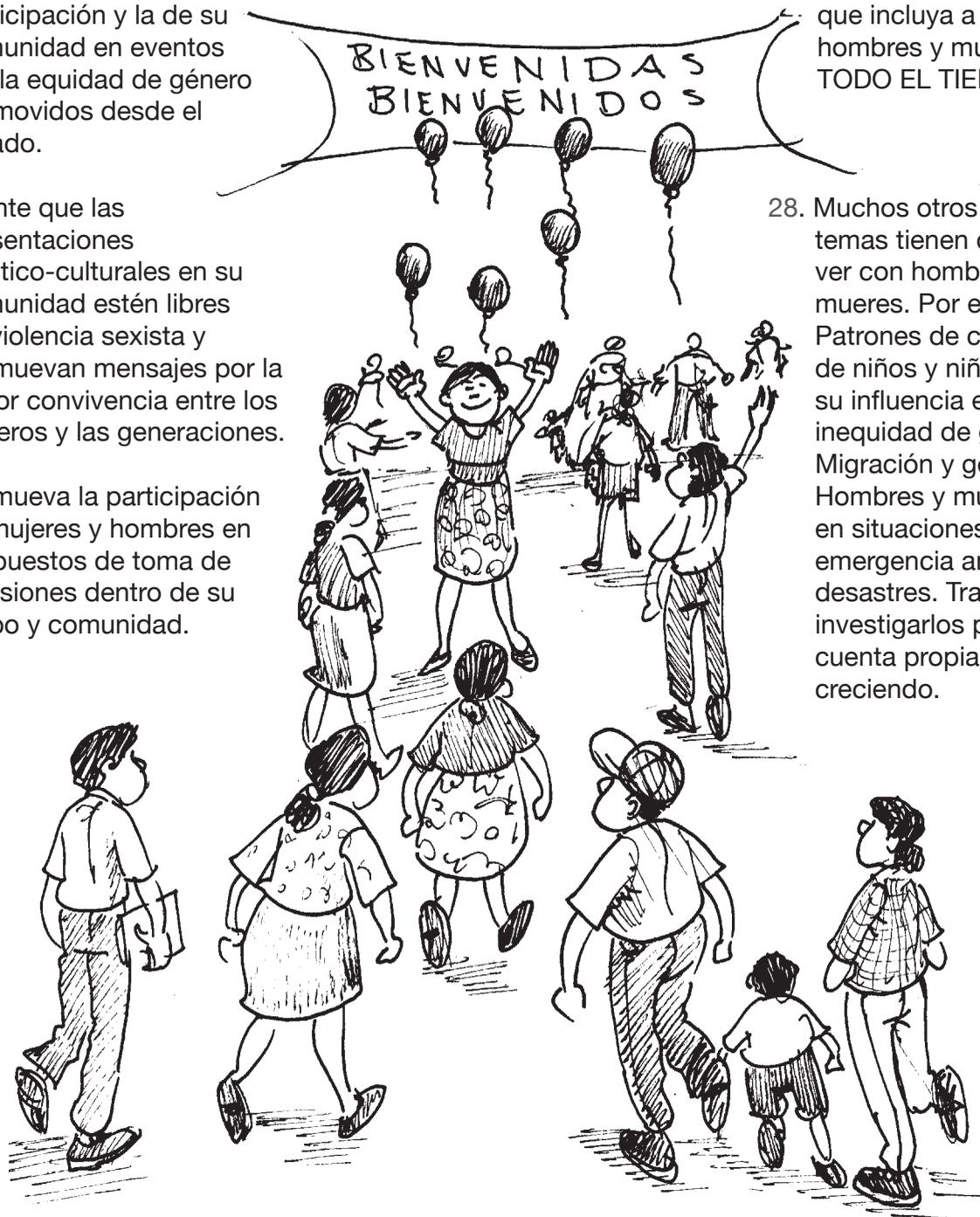
24. Es importante su participación y la de su comunidad en eventos por la equidad de género promovidos desde el Estado.

25. Aliente que las presentaciones artístico-culturales en su comunidad estén libres de violencia sexista y promuevan mensajes por la mejor convivencia entre los géneros y las generaciones.

26. Promueva la participación de mujeres y hombres en los puestos de toma de decisiones dentro de su grupo y comunidad.

27. Procure el lenguaje que incluya a hombres y mujeres **TODO EL TIEMPO.**

28. Muchos otros temas tienen que ver con hombres y mujeres. Por ejemplo: Patrones de crianza de niños y niñas y su influencia en la inequidad de género; Migración y género; Hombres y mujeres en situaciones de emergencia ante desastres. Trata de investigarlos por cuenta propia. Sigue creciendo.



Que tu labor educativa sea siempre:

**participativa  
vivencial  
y de convivencia**



**PRO**  
**BARRIOS**  
**FUNDASAL**