

# ¡Aprendiendo una nueva forma de vivir!

Estudio sobre mandatos identitarios y Módulo para promover y defender el derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera en grupos de hombres que tienen sexo con hombres (HSH)



Licda. Edda Quirós Rodríguez

Colaboradores M.B.A. Daria Suárez Rehaag

Francisco Madrigal Ballesteros

Transcripciones: Santiago Jiménez.

Edición: CIPAC.

Corrección de estilo: Daria Suárez Rehaag.

Con el apoyo financiero de: ONUSIDA- Costa Rica. New York- USA.

2003

## Presentación

A finales del 2001 el CIPAC realizó una investigación exploratoria sobre las prácticas sexuales de los hombres que tienen sexo con otros hombres (HSH) en Costa Rica, posteriormente, en julio del 2002 se efectuó otra investigación para determinar el grado de conocimiento sobre el uso correcto del condón entre esa misma población, (desde la RED de ONG´s que trabajan en SIDA de Costa Rica); estas dos investigaciones confirmaron una vez más, lo que ya muchos y muchas de quienes trabajamos en prevención del VIH/SIDA sospechábamos, la población HSH en Costa Rica tiene información sobre VIH y sus métodos de prevención pero continúan manteniendo prácticas sexuales de alto riesgo.

Fue entonces, cuando se determinó la urgencia de estudiar el fenómeno más a profundidad y buscar nuevas formas de abordar la prevención contra el VIH/SIDA. Realizamos, en consecuencia, el estudio que comprende la primera parte de este documento, «A los buenos les va bien... a los malos les va mal», mismo que devela que el costo vital de la discriminación hacia las poblaciones HSH, es más elevado de lo que se creía y que el trabajo de prevención del VIH debe atravesar, necesariamente: aspectos psico-emotivos de los hombres; procesos de aceptación de su orientación sexual; de auto construcción como sujetos de derechos; de conformación como seres humanos integrales y con una forma de vivir su sexualidad más responsable, más placentera y más segura.

La segunda parte de este documento, basado en el estudio antes mencionado, está constituido por nuestra propuesta para llevar a cabo ese proceso de cambio en los HSH participantes. El módulo «Aprendiendo una nueva forma de vivir» está conformado por tres unidades temáticas y siete sesiones de trabajo.

Esperamos que esta herramienta logre dar nuevas alternativas en la construcción de un mundo respetuoso de la diversidad, ese mundo que, de cualquier manera es el hogar de todos y todas.

# Índice

Presentación

Parte I

A los buenos les va bien... a los malos les va mal...

Mandatos, identitarios, estigma y discriminación en hombres que tienen sexo con hombres: su relación con la prevención del VIH/SIDA y otras ITS (estudio exploratorio).

Motivación

Agradecimientos

1. Introducción
2. Objetivos del estudio
3. Metodología de trabajo
4. Etapas del proceso de trabajo
5. Ejes de exploración y análisis
6. Análisis de información
7. Algunas reflexiones finales

Parte II

¡Aprendiendo una nueva forma de vivir!

Modulo para promover y defender el derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, corresponsable y placentera en grupos de hombres que tienen sexo con hombres (HSH)

Motivación

Agradecimiento

Introducción

I. Para aprender y disfrutar:

Algunas orientaciones metodológicas para acompañantes de este proceso de reflexión.

I.1 Un espacio para compartir afectos, experiencias y conocimientos

I.2 Objetivos de este módulo para el fortalecimiento personal

I.3 ¿Cómo trabajar con este módulo?

I.4 Para la organización e implementación de este espacio de reflexión y fortalecimiento

I.5 Claves que nos pueden facilitar aprovechar esta experiencia

**Bibliografía**

## Índice de láminas

Para sentir, pensar y fortalecer nuestro derecho a la construcción de una sexualidad segura,  
co-responsable y placentera:

**Reflexiones y actividades para integrar estos contenidos con diferentes grupos HSH**

Las unidades temáticas con las reflexiones y conceptos que sustentan las sesiones de trabajo se encuentran en la solapa izquierda. Las sesiones o actividades están en la solapa derecha, agrupadas según la unidad temática que corresponde.

Reflexiones	Actividades
<b>Unidad temática #1:</b>	Sesión 1:
<b>Lo que nos han dicho que debemos ser y hacer...</b>	El «deber ser»: «ser» bueno... el «deber ser»: «ser» malo
<b>Lo que nos pone en riesgo, lo que nos fortalece.</b>	Sesión 2: Profecías y mandatos: «lo que le espera a los malos... lo que le espera a los buenos». Transformando las profecías.
<b>Unidad temática #2:</b>	Sesión 3:
<b>El impacto de la discriminación en nuestras vidas</b>	Enfrentando el dolor y el enojo de la discriminación
	Sesión 4: Para encontrar nuevas formas de enfrentar esas experiencias de discriminación. Soy sujeto de derechos.

**Unidad temática #3:**

**Un encuentro con nuestra sexualidad, con el amor, la pareja y mi derecho al bienestar**

**Sesión 5:**

Mi derecho a vivir una sexualidad segura, responsable y placentera.

**Sesión 6:**

Sobre el amor y la pareja.

**Sesión 7:**

Enfrento mis carencias, añoranzas y soledades y fortalezco mi derecho al bienestar en el presente y en nuestro futuro.

## Parte 1

«A los buenos les va bien... a los malos les va mal...»

*Mandatos identitarios, estigma y discriminación en hombres que tienen sexo con hombres: su relación con la prevención del VIH/SIDA y otras ITS.*

Estudio exploratorio

*«Siento que yo no era un adolescente bueno... Un adolescente bueno, para mí es aquel que no le hace daño a sus padres. Eso es fundamental... Y yo fui un mal hijo, les di muchos dolores de cabeza a mis padres, especialmente a mi madre. Siempre supe que era gay y desde pequeño asumí esa situación, mis padres no lo comprendían y sufrían mucho por eso...» J, 45 años.*

*«Yo soy de los que piensan, que mientras pienses que el sexo es malo, te pueden suceder cosas en consecuencia de pensar que es malo. Entonces una sexualidad consiente, informada, plena, es importante. Porque una información aislada no es suficiente... tiene que ser algo más integral y algo más... que pacte más en tus ideas y en tus valores» G, 38 años.*

### **Agradecimientos**

Gracias a los compañeros que nos abrieron las puertas de sus historias, de sus dolores, de sus enojos... de sus añoranzas... de los riesgos en que viven...

Gracias sobre todo por recordarnos que todas las personas tenemos derecho por igual a vivir con bienestar.

## **1. Introducción**

Cuando el mundo creía que había efectuado una efectiva batalla contra las enfermedades infecciosas, la presencia del SIDA nos recuerda que no existía tal certeza. El descubrimiento del VIH provoca una profunda crisis en la sociedad no sólo médica sino social.

Ya se reconoce que el trabajo para enfrentar el VIH no pasa solo por los esfuerzos de conseguir hacer del SIDA una enfermedad crónica a la espera de poder curarla o lograr una vacuna o lograr una vacuna que prevenga el contagio. Ya sabemos que hay que fortalecer espacios de reflexión y deconstrucción de una realidad que no se puede ocultar: la forma en que esta sociedad define para mujeres y hombres cómo debe vivirse la sexualidad. El «deber ser de la sexualidad».



El SIDA está obligando a la sociedad no solo a invertir en la atención de la enfermedad, en encontrar una cura o divulgar información y acceso al condón. Estamos en un momento en que es urgente reconocer que prevenir que el VIH/SIDA siga produciendo muertes físicas y emocionales de millones de personas en el mundo, pasa por poner en el centro de la discusión y de la transformación, la forma de ser hombres y mujeres, la vivencia del placer, el sentido de la sexualidad, la forma en que se enfrenta la diversidad sexual, la convivencia, las relaciones interpersonales y sobre todo los graves niveles de intolerancia, irrespeto y violencia hacia lo diferente, hacia las personas que deciden asumir sus encuentros sexuales con personas de su mismo sexo.

Combatir el SIDA y otras ITS no ha de tener solo como objetivo derrotar una enfermedad, un virus, dar información sobre la enfermedad o sobre prácticas sexuales más seguras. Ha de ser también la ocasión de enfrentar otras graves «enfermedades sociales» (si así las podemos llamar) como lo es la construcción tradicional de las masculinidades y feminidades, el «deber ser de la sexualidad» es decir la concepción de una sexualidad buena y otra mala y sobre todo una de las más graves «enfermedades»: la desigualdad, la inequidad, la discriminación, exclusión, el estigma social y la violencia dirigida a las diferencias, a las diversidades sexuales.

En un estudio realizado por nuestra organización en el 2002 sobre el uso correcto del condón en 341 HSH se encontró que el 89% de ellos tenía un grado aceptable (entre regular

y bueno) de conocimiento sobre el uso correcto del condón, pero aún así, asumirlo como una práctica permanente y consecuente no estaba presente.

Asimismo, otro sondeo realizado con 93 HSH en el 2001 para identificar la conciencia que existe sobre prácticas sexuales seguras, permitió ver que un 25% de ellos manifiestan que es la otra persona la que decide si se usa el condón o no; un 27% dijo haber tenido prácticas riesgosas en los últimos 6 meses, un 23% dice que el consumo del alcohol o droga le resta importancia al sexo seguro.

En el marco del proyecto «Prevención del VIH/SIDA en Hombres que tienen sexo con Hombres en Costa Rica» de CIPACDH, reconocemos que la información disponible a los HSH sobre el VIH/SIDA o las prácticas sexuales seguras no ha sido diferente para producir cambios de actitud y comportamiento en torno a la prevención del VIH y otras ITS en esta población.

Por esta razón se asumió el compromiso de diseñar un estudio exploratorio que permitiera acercarnos a la vida de algunos hombres que tienen sexo con hombres y escuchar sus vivencias de discriminación, sus actitudes frente a ellas los mandatos y profecías familiares que sobre ellos cayeron por ser gay, sus creencias sobre sí mismos y su futuro.

Estos aspectos fueron explorados, con el fin de que nos dieran alguna luz de lo que podía estar obstaculizando la prevención, la construcción de una vida sexual más integral en este grupo de hombres.

En este estudio estamos partiendo de que la discriminación contra hombres que tienen sexo con hombres y la autodiscriminación que de ella se deriva puede tener graves consecuencias para su vida y su salud sobre todo si se ha generado tempranamente en el lugar del que se esperaba cuidado y protección: el hogar.

No tener posibilidad de crecer reconociéndose sujeto de derecho porque se está «haciendo cosas malas», o se está viviendo «una mala vida» no permite asumir el derecho al bienestar, a vivir con calidad y por el contrario le hace creer a las personas que son tacadas de «malas» que la vida solo les puede deparar –como dijo uno de los entrevistados- «*infelicidad, sufrimiento, dolor, enfermedades y muerte...*»

La discriminación puede ser el resultado de una acción o una omisión, puede ser intencional o no intencional, directa o indirecta, sutil o abiertamente hostil, pues sea como sea, producen profundos daños en la vida de las personas que las reciben, porque cualquiera que sea la forma en que se manifiesten, se convierte en graves formas de violencia. Y como



cualquier otra forma de violencia sobre todo cuando se recibe de la familia va por un lado reduciendo las potencialidades para reconocerse con derecho a una vida de calidad y por otro, va consolidando sentimientos de hostilidad hacia los demás.

Las diferentes formas de violencia generadas por la discriminación afectan porque:

- ❖ Consolida la creencia de que se es «malo» y que eso hará que no merezca un buen futuro.
- ❖ No permite que tengan una noción de ser sujetos de derechos.
- ❖ Crea un clima de miedo y pérdida de confianza en sus capacidades de control sobre su vida y salud.
- ❖ Dificulta la posibilidad de que las personas reconozcan los poderes con que cuenta o puede contar para fortalecer y aumentar sus capacidades personales y sociales que le faciliten su desarrollo integral.
- ❖ No permite que la sociedad le reconozca a las personas sus derechos.
- ❖ Debilita la autoconfianza que una persona puede tener en que puede influir y accionar cambios que le permitan mayor control sobre la construcción de una mejor calidad de vida.
- ❖ Impide que busquen información por miedo a ser discriminados.
- ❖ Puede generar que se asuman conductas de hostilidad y poca empatía hacia otros como reacción a la violencia recibida.

La discriminación y estigmatización sobre los grupos gay se está convirtiendo en un grave obstáculo para la construcción de la salud sexual y a pesar de que algunos de estos aspectos ya se están remirando y transformando desde algunos sectores de la sociedad, todavía son intentos aislados. Es urgente que cada vez más Estados reconozcan su obligación de enfrentar esas otras graves «enfermedades sociales oportunistas» como es el estigma y discriminación que está viviendo este grupo.

Vivir libre de la violencia que genera la discriminación y el estigma es un derecho humano fundamental que los Estados tienen el deber de proteger y garantizar a todas las personas por igual.

Ponerle palabras a las vivencias de discriminación y reconocer el grave impacto que esa forma de violencia tiene sobre las personas, así como crear espacios para fortalecer la noción de ser sujeto de derechos, es necesario si realmente se requiere construir una verdadera

prevención y atención de calidad a la salud sexual de las personas en general y para los HSH en particular.

Partimos de que cada vez que un HSH tenga la oportunidad de reconocer que tiene derecho a una vida de calidad, por el solo hecho de ser humano, va a estar en condiciones de hacer suyos poderes que le van a facilitar accionar cambios en su beneficio y en el de las personas que lo rodean.

## 2. Objetivos del estudio

- ❖ Acercarse a algunos elementos de la historia de vida de los participantes que ayuden a identificar áreas en sus identidades que los vulnerabilizan y les están dificultando construir estrategias de prevención frente al VIH/SIDA y otras ITS.
- ❖ Reconocer el impacto de las diferentes formas de discriminación y estigmatización en la prevención de VIH/SIDA y otras ITS.
- ❖ Identificar algunos ejes claves que están obstaculizando la prevención y traducirlos en una guía de trabajo para la reflexión y fortalecimiento del autocuidado de la salud sexual y la construcción de una sexualidad segura, placentera, co-responsable y solidaria entre los hombres que tienen relaciones sexuales con otros hombres.

## 3. Metodología de trabajo

Este estudio exploratorio recoge en entrevistas a profundidad la voz de 4 hombres que viven con VIH/SIDA y 4 hombres que no están infectados con el VIH, así como la voz de dos grupos focales (uno de HSH que viven con VIH y otro grupo de HSH no infectados). Tanto las entrevistas como los grupos focales pretenden acercarnos a algunos elementos de sus historias de vida, que ayuden a identificar áreas de sus identidades que los vulnerabilizan y les están dificultando construir estrategias de prevención frente al VIH/SIDA y otras ITS.

En este primer resumen (noviembre, 2002) de resultados se hace un análisis de las entrevistas realizadas a los 8 HSH.

Estos resultados fueron posteriormente corroborados en los grupos focales realizados en enero del 2003.

## 4. Etapas del proceso de trabajo

- ❖ Análisis de los resultados obtenidos en las investigaciones realizadas por la organización en el 2001 y el 2002 relacionados con el uso correcto del condón y prácticas sexuales seguras.
- ❖ Discusión con grupo d HSH para identificar algunos aspectos que desde su experiencia obstaculizan la construcción del autocuidado de la salud sexual y el cuidado de la salud sexual de otros.
- ❖ Revisión de los aspectos discutidos en la sesión de reflexión anterior y agrupación de algunos de los elementos fundamentales revisados en grandes ejes a explorar.
- ❖ Definición de ejes y sub ejes a explorar en entrevistas y grupos focales.
- ❖ Elaboración de guía de entrevista y revisión con equipo técnico de CIPACDH y colaboradores de la organización.
- ❖ Revisión de la guía de entrevista y reflexión sobre el tema con el entrevistador designado.
- ❖ Entrevistas de la guía y reflexión sobre el tema con el entrevistador designado.
- ❖ Entrevistas a 4 HSH que no estaban infectados con el VIH.
- ❖ Entrevistas con SH que vivían con el VIH/SIDA.
- ❖ Transcripción de las entrevistas.
- ❖ Revisión y codificación de las entrevistas.
- ❖ Identificación de ejes y sub ejes significativos y selección de los textos más representativos de estos.
- ❖ Elaboración de un resumen que permita un primer acercamiento a los resultados.
- ❖ Organización de un foro para compartir los resultados y preguntas generadas.
- ❖ Selección de los ejes claves derivados del estudio que pueden ser susceptibles de fortalecer y resignificar en espacios de reflexión con HSH.
- ❖ Diseño de una guía para la reflexión y fortalecimiento de la salud sexual de HSH desde un enfoque de las diversidades, derechos humanos y género.
- ❖ Discusión sobre resultados y guía en 2 grupos focales de HSH.

## 5. Ejes de exploración y análisis

Después de la discusión con un grupo d HSH para identificar algunos aspectos que desde su experiencia obstaculizan la construcción del autocuidado de la salud sexual y el cuidado de la salud sexual de otros, se procedió a identificar grandes asuntos críticos que podrían darnos luz sobre algunos de estos obstáculos.

Estos ejes de exploración definidos fueron:

#### **5.1 Información general:**

- ❖ Edad
- ❖ Escolaridad
- ❖ Ocupación
- ❖ Vive con su familia
- ❖ Tiene pareja

#### **5.2 Identidades**

- ❖ Auto percepción
- ❖ Percepción de otros
- ❖ El «deber ser»: «ser» bueno
- ❖ El «deber ser»: «ser» malo
- ❖ Profecías y mandatos: «Lo que le espera a los malos... lo que le espera a los buenos».

#### **5.3 Vivencias de discriminación y otras formas de violencia**

- ❖ Conciencia de discriminación
- ❖ Vivencias de otras formas de violencia (físico, emocional, sexual) dentro y fuera de la familia

#### **5.4 Sexualidad, intimidad, amor y pareja**

- ❖ Tener sexo con alguien
- ❖ ¿Sexo seguro?
- ❖ Encuentros sexuales durante el mes
- ❖ Excitación... ¿control... descontrol?
- ❖ Sobre el amor
- ❖ Sobre la pareja

#### **5.5 Carencias, añoranzas y soledades**

- ❖ Lo que también nos da placer... trabajo, familia amigos/as, descanso, un lugar propio, la salud

### 5.6 Proyección de futuro

- ❖ Proyección de futuro en la juventud
- ❖ Proyección actual como adulto
- ❖ Posibilidad de infectarse de VIH/SIDA y otras ITS
- ❖ Experiencias riesgosas en un presente que no tiene futuro
- ❖ Lo que necesito para prevenir el VIH y otras ITS

## 6. Análisis de la información

*Ejes de análisis: reflexiones y preguntas*

Desde las vivencias de los participantes en las entrevistas a profundidad

### 6.1 ¿Quiénes son?

	Edad	Escolaridad	Ocupación	Vive con la familia	Tiene Pareja	Condición frente al VIH
<b>C</b>	26 a.	Universidad	Consultor	Sí	No	Negativa
<b>Ju</b>	30 a.	U. Incompleta	Coreógrafo	Sí	No	Negativa
<b>Je</b>	33 a.	Universidad	Publicist	No	No	Negativa
<b>M</b>	24 a.	Primaria	Trabaja comercio	No	No	Negativa
<b>Ji</b>	45 a.	Secundaria	Dueño comercio	No	Sí	Positiva
<b>G</b>	38 a.	Universidad	Empleado gobierno	Sí	No	Positiva
<b>D</b>	29 a.	Secundaria	Adminitra comercio	No	No	Positiva
<b>A</b>	30 a.	Universidad	Dirige organización	No	Iniciando	Positiva

## 6.2 Identidades

### ❖ Autopercepción... percepción de otros.

¿Influye la forma en que me veo a mí mismo y la forma en que me ven los demás en mi noción de ser humano con el mismo derecho al bienestar?

#### Autopercepción:

La mayoría de los entrevistados se perciben como personas con sueños, trabajadores, creativos, sensibles, tranquilos, amigables, comunicativos aunque no son de hacer muchos amigos ni se relacionan mucho con los compañeros de trabajo (por la discriminación). También se perciben algunos como un poco «insoportables», malhumorados sobre todo los que viven con VIH/SIDA. Llama la atención que solo 1 de los 8 entrevistados describe como una característica más de su «personalidad» el tener una vida erótica gay, el resto no la mencionan:

*«Pues Juan es hombre gay, artista, con una mentalidad muy creativa, llena de imaginación que me hace ver el mundo de una manera especial, o ver cosas que tal vez otra gente no ve... tengo una sensibilidad para ver detalles y encontrar como magia y belleza en cosas que creo, que pasan desapercibidas por mucha gente. Soy una persona preocupada por los demás, como por lo que pasa en la sociedad y en el mundo en general. Como consciente de que yo soy parte de un todo y que tengo una función en él, entonces tengo como una preocupación por lo que le pase a la naturaleza y lo que yo hago con ella, por ejemplo... lo que yo hago tiene un efecto, entonces que soy una persona que se preocupa por eso. Soy de una mentalidad bien abierta, como muy receptivo a las diferencias y a todo, en general. Con un carácter difícil, tal vez, un poco neurótico y obsesivo con los proyectos... » (Ju. 30 a VIH+).*

*«Soy un hombre inteligente, sensible, que ama la naturaleza y sobre todo amo mi forma de ser, soy humilde, trabajador, honesto, simpático y gruñón» (JL. 45 años VIH+).*

*«Soy... una persona profesional, joven... bueno, me siento joven por lo menos... le dedico mucho tiempo a mí mismo, precisamente por eso es que vivo solo también. No tengo mayor compromiso... básico en el trabajo y mis cuentas y esas cosas... Soy bastante amigable... tengo un grupillo de amigos... así es como que más o menos estable. Me gusta conocer gente. Ya digamos, en el ámbito laboral, sí soy un poquillo*

*más apático... o sea, no me relaciono tan amistosamente con mis compañeros de trabajo...» (Je. 33 a VIH-).*

En esta descripción que realizan de sí mismos es claro cómo intentan resaltar su condición de persona en todas sus dimensiones y no como posiblemente muchos lo hacen: juzgarlos por su condición gay o VIH positiva.

*«Soy el que soy... porque lo fundamental es tu esencia espiritual, más que tus cualidades académicas o de vida, nombre... o...» (G. 38 a VIH+).*

*«...una persona tuanis (buena gente), normal como todas... sí, como todas... pero un poco insoportable... eso sí» (D. 29 a VIH+).*

*«Estoy en proceso de construcción, estoy en un cambio constante, estoy en proceso de establecer mis metas, establecerme como persona» (C. 26 a VIH-).*

*«Soy una persona trabajadora, tranquila, sensible... muy sensible, serio, tímido...» (M. 24 a VIH-).*

### **Percepción de otros**

La mayoría de los entrevistados dicen que los ven de diferentes formas según sea el grupo o persona con la que se relacionan: si es su grupo más cercano creen que los perciben como buenas personas, alguien en quien pueden confiar, trabajadores, responsables, alegres y fiesteros, aunque algunos refieren que a veces les cuesta creer que sean vistos por otros en forma positiva.

*«...Yo creo que dependería de a quién se lo preguntes... porque digamos, para mis amigos soy un... bueno, igual, ellos me ven como una persona súper independiente, desenvuelta, que manejo mi vida, que tengo muy claro para dónde voy. Simpático. Una persona en la cual se pueden apoyar cuando hace falta...» (Je 33ª VIH).*

*«¿Cómo creo que me ven los demás? ...No sé... Esa pregunta me la hago siempre... No sé... a veces creo que... a veces siento que no soy tan importante... pero a veces, cuando alguna gente habla, siento que sí... como... como te digo. Como cuando vos hacés cosas en la vida... que uno dice; uno pasa como cualquier otra persona... pero no, hay gente que le dice a uno, que uno, diay, tiene esto tiene lo otro... o sea, salís a relucir que sos muy importante» (D. 29ª VIH+).*

*«Creo que los demás me ven como una persona... pero por el tipo de trabajo que hago digo, que a veces piensan que no tengo pecados» (A. 30ª. VIH+).*

Algunos entrevistados dicen que en el espacio laboral la percepción que tienen de ellos cambia de la que pueden tener de ellos las personas más cercanas.

*«A nivel de trabajo sí cambia un poco. En la oficina tengo una amiga que incluso es parte de mi grupo de amigos, ella es “buga”... pero con los demás me relaciono al mínimo, incluso el ambiente de trabajo no es como muy agradable tampoco, entonces, la nota es como: mantengo un poquito de distancia, trato de no involucrarme en los chismes y todas esas cosas... las serruchadas de pisos que ahí como que abundan. Entonces soy como apático, incluso... la gente cree que a mí no me importa nada, por ejemplo, que nada me afecta. Pero me tienen respeto, porque saben que también conmigo no pueden agarrarme para el vacilón» (Je. 33ª VIH-).*

❖ **El «deber ser»: «ser» bueno... «ser» malo.**

¿Afectará la vida que vivamos el percibirnos «buenos» o «malos»? ¿Tendrán tanto peso en nuestras vidas los mensajes sociales sobre lo que «debe ser» un hombre bueno o una mujer buena y no cumplir con lo que se espera que hagamos?

Cuando pensábamos en el nuevo milenio creíamos que estaríamos frente a nuevos valores, nuevas formas de ser y vivir, nuevas formas de percibir el mundo que contribuyera al bienestar de las personas. Pensábamos que ante tantos cambios y grandes conocimientos las personas podrían tener un futuro de más paz, seguridad y solidaridad.

Si bien es cierto este nuevo milenio ha traído importantes ganancias y logros para la humanidad, estamos también ante sociedades que se siguen aferrando a valores de intolerancia, miedo e irrespeto a las diferencias, a valores que cuestionan y desconfían de la libertad de elegir, opinar, disentir: valores que legitiman y naturalizan el uso de la violencia en las relaciones; sociedades que siguen definiendo valores fijos y binarios para las personas: o son buenas o son malas, asignándoles un destino según cumplan o no con esos mandatos.

Y estos valores, «este deber ser» se transmite desde los espacios más privados hasta los espacios más públicos. Pero es en las familias donde se instauran y consolidan muchos de ellos, aunque se crea que se han olvidado o dejaron de tener poder o influencia en nuestras vidas.



Vivir en esta dicotomía entre ser bueno y amado y ser malo y excluido desgasta una cantidad enorme de energía vital que no solo impide el desarrollo de nuestras potencialidades, sino que afecta nuestra proyección de futuro al convencernos que según cumplamos o no ese «deber ser» así será los premios o los castigos que recibamos.

Si asumir una opción sexual diferente a la norma heterosexual en esta sociedad es una de las transgresiones más graves a la norma social, ¿qué destino le podrá deparar a estas personas que osaron pasar el límite de lo permitido y aceptado?

Aunque muchas personas no están consientes de la gran influencia que estos mensajes enviados de «ser bueno y malo» han tenido y tienen sobre sus vidas, es necesario detenerse un momento y mirarlos. A veces creemos que son solo frases que nos han dicho, pero cuando nos ocupamos de acercarnos a ellas reconocemos el gran peso que siguen teniendo en nuestras vidas, sobre todo cuando sentimos que al no cumplir con ese «deber ser» no merecemos una vida digna, segura y feliz.

### **Ser bueno... ser malo**

La distancia entre lo que nos han dicho y lo que creemos muchas veces es muy corta, porque hacemos nuestro lo que otros dicen desde edades muy tempranas y no es sino a veces, en la adolescencia o la adultez, donde tenemos -a veces- oportunidades de cuestionar y replantear lo que nos dijeron de cómo es y cómo debe ser el mundo.

Esa es la experiencia de la mayoría de los entrevistados quienes recibieron mensajes muy claros de lo que era ser un niño, adolescente, o adulto bueno y malo. Mensajes que sin ellos tal vez darse cuenta mientras hablaban mostraban de lo que ellos no había logrado cumplir y estaban tratando de «recuperar», sobre todo en algunos se evidenciaba un peso grande en sus intentos de volver a ser «buenos», luego de años de ser «malos».

Para todos los entrevistados un niño y un adolescente bueno era aquel que está quieto, buen estudiante, es obediente, le hacía caso a su mamá, no responde a los adultos, no hace cosas malas, tranquilo, respeta las normas de la casa, les gustan las carajillas (mujeres).

*«tenía que hacerle caso a mi mamá, cosa que yo no hacía (ríe) ... pero eso era como parte de ser un niño bueno. Estudiar... si era muy estudioso. En cuanto al asunto de que tuvieran que gustarme las carajillas y eso, estaba a nivel de subtexto, no me lo metían a la fuerza... era raro, porque yo jugaba tanto con hombres como con mujeres. ¡Fútbol!, nunca me gustó. Siempre me molestaban porque yo era más delicado que el promedio de los carajillos. Delicado en el sentido de... no sé, bueno, era*

*amaneradillo... para ser carajillo. Que de hecho, cuando estaba más pequeño, sí me confundían con chiquita, más que mi mamá me usaba el pelo un poco largo. Siempre me sentí como muy aparte en todo caso... no me sentía bien...» (Je 33a. VIH-).*

*«...ser bueno era más que ser una persona obediente, era no responder a los adultos, no contestar con malacrianza, siempre saludar, no ir a las otras casas y poner a jugar con los juguetes de los otros chiquitos hasta no tener permiso, tal vez la educación sí fue muy estricta hasta el punto de que tal vez, me ofrecían algo de comer o de tomar en otra casa, y volvíamos a ver a mi mamá, y ella decía sí o no... Yo tenía que ser bueno, era darle una medalla a mis papás, era como limpiar su imagen que por ser divorciados los criticaron mucho y la gente decía que yo iba a ser maleducado, yo iba a ser un hijo que se iba a perder... entonces yo creo que la idea de ser bueno en la adolescencia también era sobretodo un gran sentido de responsabilidad» (A. 30a VIH+).*

*«...diay, no hacer cosas que a uno le decían que era malo... hay muchas cosas que los papás le decían que no... alguien que no es obediente, que no hace lo que los demás dicen» (M 24a VIH).*

*«Yo creo que uno trataba de corresponder con lo que se me pedí, tratar de cumplir con eso que me piden, de hecho fui un niño con excelentes notas en la escuela y siempre fui como dizque bueno, por lo menos, a los ojos de mis padres, porque a escondidas hacía otra cosa... yo robaba en las pulperías, tenía un grupo de amigos que éramos terribles, terribles, como una pandilla, tenía un montón de juegos sexuales, en la escuela y en el barrio, jamás que podía decirlos, ¿verdad?» (Juan 30a VIH-).*

*«Me decían que un niño bueno era aquel que se porta bien, obediente, estudioso, no pelea con sus hermanos ni con otros, además, un niño bueno no juega con sus genitales ni se masturba...»*

**¿Y cuándo eras adolescente, qué te decían, o escuchabas que era un adolescente bueno?**

*Aquel que estudia, hace deportes fuertes, no pelea, ni se emborracha ni usa ningún tipo de drogas, además, obediente y buen hijo... respeta a sus padres y no los hace sufrir, ni ningún tipo de daño...*

**¿Y qué pensabas vos que era un adolescente bueno?**

*«Siento que yo no era un adolescente bueno... Un adolescente bueno, para mí, es aquel que no lo hace daño a sus padres, eso es fundamental... Y yo fui un mal hijo, les di muchos dolores de cabeza a mis padres, especialmente a mi madre. Siempre supe que era gay y desde pequeño asumí esa situación, mis padres no lo comprendían y sufrían mucho por eso... Nací en una zona rural muy conservadora, y era un lugar muy chico donde todo se sabía... y mi mamá le hacía mucho caso al «qué dirán». Yo tenía una relación afectiva, en esa época, con un adulto el cual era conocido como «el playo del pueblo». Eso molestaba mucho a mi madre por lo que, la hacía sufrir por mi comportamiento... pero como yo era joven, me revelaba contra mis padres y hacía lo que yo quería» (JI 45a VIH+).*

Ser malo en el grupo de entrevistados tenía que ver con el mal portado, el que no obedece, el que no le gustan las mujeres, el que es despreocupado, el que no hace lo que los demás dicen, el que hace lo que supuestamente no debiera, el que es fiestero, irresponsable consigo mismo y los demás, el que desperdicia su vida.

*«yo ya en la adolescencia, estaba experimentando o aceptando que yo era gay y me sentía malo por eso. Igual yo fumaba, igual ya hacía todo lo que se suponía que no tenía que hacer. Entonces había como un fantasma que estaba convirtiéndome en alguien malo...» (J 30a VIH-).*

*«de que tenían que gustarme las chiquita y toda esa historia... a mí, realmente, nunca me gustaron... me gustaban los carajillos... obviamente pensaba que estaba mal. Lo que pasa es que como carajillo, yo me acuerdo, que yo estaba convencido que cuando yo llegara a la adolescencia a mí todo eso se me iba a cambiar... sí me acuerdo de que mi mamá hacía bromas de que cuándo iba a tener novia y eso... Sí me sentía, ya de adolescente, más aislado de que cuando era carajillo, de hecho, me hice más introvertido y me sentía básicamente mal, en promedio, esa era la constante. Me sentía mal me quería morir. Porque en ese momento, a como yo lo sentía, me estaba convirtiendo en un monstruo... porque me estaba convirtiendo en algo, en lo que me decían que era lo peor que le podía pasar a alguien: tener un hijo gay o playo. No que mi mamá me lo dijera así, pero yo lo escuchaba por todas partes» (Je 33a VIH-).*

❖ **Profecías y mandatos: «Lo que le espera a los malos... lo que le espera a los buenos»**

Si a los buenos les espera el «cielo», a los malos les espera el «infierno»: Si una persona se siente «mala», ¿puede esperar que le sucedan cosas buenas como el bienestar, la calidad de vida, la salud, la vida?

Muchos de los entrevistados directa o indirectamente tratan de ser bueno y «ganarse el cielo» (es decir que les depara la vida cosas buenas) siendo buenos trabajadores, responsables, ayudando a sus amigos y sobretodo tratando de ser buenos hijos para recuperar el amor, la confianza y el respeto de sus padres y madres aunque para muchos en ese intento se les vaya lo que les queda de vida:

*«Mantengo a mis padres y ayudo mucho a mis dos hermanos... ellos no pudieron estudiar, tenían que trabajar en la finca... cuando la finca dejó de producir yo tuve que ayudarlos económicamente... Necesito enseñarles a mis hermanos a manejar este negocio para que cuando yo no esté, ellos continúen... Los puse a estudiar para que le sea más fácil, están sacando el bachillerato por madurez, igual que lo hice yo... Además, no quiero irme de este mundo sin escuchar que mi mamá o mi papá se disculpen o me digan que tal vez, siquiera cuando era un bebé, ellos me amaron...»*

**¿Y qué pasa si ellos no te lo dicen?**

*No moriré tranquilo... o tal vez, sea yo el que les diga, que a pesar de todo, los amo mucho... [llora] (JL 45a VIH).*

Pero aunque reparen con su familia o con algunos amigos cercanos su «maldad» tratándolos bien y velando por su futuro o bienestar, con ellos no hacen lo mismo, se exponen a situaciones riesgosas que incluso los puede llevar a la muerte, como si de esa forma cumplieran la profecía que ellos expresaron en las entrevistas al decir que a los malos «les tiene que ir mal, les pasan solo cosas malas, tienen que pagar por lo malo que hicieron, van a tener cosas malas, no se van al cielo». ¿Cómo asumirse sujeto de derecho al bienestar y autocuidado si hay que pagar por lo «malo» que se ha hecho en la vida?:

*«Un hombre malo algún día lo paga... todo lo que hacen... algún día pagarán» (M 24a VIH-).*

*«Una persona que es mala, va a tener cosas malas» (C 26a VIH).*

*«el hombre malo en esta sociedad si se le descubre se le castiga, aunque muy levemente, muy poco. Pero yo creo que el castigo iría por dentro...» (A 30a VIH+).*

*«Son castigados por los hombres o por Dios, pero que en algún momento reciben su castigo... cárcel, infelicidad, sufrimiento, dolor, enfermedades... mientras que a los buenos consiguen felicidad, amor, esperanza, vida, comprensión... también sus seres cercanos son felices y están bien. Un hombre bueno recibe el aplauso social de lo que hace... es amado» (JL 45a VIH+).*

### 6.3 Vivencias de discriminación y otras formas de violencia

Pero ser sujeta y sujeto de derechos no solo se fortalece cuando a nivel individual reconocemos que somos personas y no objetos que pueden ser manipulados y utilizados, excluidos discriminados por los demás. Se fortalece en la relación que se genera cuando yo reconozco mi condición de persona y los demás también la reconocen.

Si le sumamos a la creencia de que por ser malos el destino deparará cosas malas, más el desgaste de energía que implica enfrentar la violencia que produce la discriminación, la pregunta sería ¿en qué condiciones se está para sentirse en control sobre la vida, el cuerpo y los afectos? ¿en qué condiciones se está para dirigir nuestro potencial cuidado al sí mismo? ¿Cómo no devolver hostilidad y despreocupación por lo demás? ¿En qué condiciones se está de ser solidario, responsable y empático con otro si no lo he experimentado en mi vida? ¿Cómo aprender a ser respetuoso y corresponsable si no se ha recibido respeto, sino ha sido reconocido y tratado con afecto, consideración, justicia e igualdad?:

*«...Yo creo que por ser una persona más finita, como dice la gente, o delicada, yo no jugaba fútbol, a mí nunca me gustó, y entonces, habían burlas por no jugar, tampoco era que jugaba con las chiquitas, simplemente prefería caminar o ver jugar a la gente... bueno, siempre sos gay, siempre estás oyendo chistes, depende de qué tan fuerte sea la coraza de uno, se puede sentar en una esquina a llorar o simplemente se ríe, como algunos, para disimular su identidad o se queda uno callado y vuelve a ver firmemente como diciendo: esto no me hizo gracia, igual que no me hace gracia algún chiste de negro. Pero ya uno se va haciendo más fuerte y esas cosas como que más bien lo hacen sonreír con algún tipo de ironía porque ya no duelen. Pero sí, hasta en la familia, comentarios como marica, o chuchinga como se decía antes, o mamitas, playito, mariconcito...» (A 30a VIH+).*

*«He sufrido discriminación toda la vida... por ser playo... no quisiera hablar de ninguna de esas experiencias porque no me ha afectado... cuando uno es muy loca \*... en alguna parte... tal vez no te invitan porque sos muy loca a alguna fiesta o a salir a algún lado» (D 29a VIH+).*

*«Entonces, eran pleitos y gritos por toda la casa... y eso era a diario. Eso se mantuvo por bastantes años. Y además, que yo me sentía que le había fallado a mi mamá, por el hecho de ser gay. Incluso, dentro de la fantasía que yo tenía también, como yo venía*

*creyéndome desde carajillo, que tantas cosas que habían pasado eran culpa mía, y que mi mamá por otro lado, era tan buena y yo tan malo... o sea, ahí había como un quiebre... entonces, también dentro de toda esa fantasía, yo llegué a imaginarme que mi mamá iba a entender el asunto que yo fuera gay cuando se lo dijera. Pero cuando yo le conté fue un desastre... y a partir de eso, nosotros estuvimos como en pleito, así de guerra, prácticamente como 4 o 5 años. Yo me convertí en otra cosa... porque yo dejé de ser el que recibía toda esa carga de insultos y cosas y me empecé a convertir en la otra persona... yo la empecé a agredir mucho a ella. Y los pleitos sí no paraban, porque mi mamá tampoco se deja... entonces fue pleito constante, constante. Hasta que ya después de mucho tiempo hicimos las pases porque ya nos íbamos a matar...» (Je 33a VIH-).*

*«No te puedo decir que sea por un elemento en particular... pero es todo el ambiente lo que me discrimina... me incomoda muchísimo y además, me siento segregado también. Al principio, era mucho más sociable a lo que soy ahora, lo que pasa es que ya todas esas cosas me cansaron... de tener que estar justificando mis cosas o mis actitudes, a ellos que les importa...» (Je 33a VIII).*

*«la primera discriminación es la que yo me he hecho a mí mismo, en la adolescencia, negando todo lo que era y ocultando mi sexualidad y todas esas cosas, yo me autodiscriminé... Luego, nunca fui un macho, o sea, siempre fui delgadillo, no me gustaba el fútbol, sentía mucha atracción por estar con mujeres y las cosas de ellas y, no me gustaban los juegos violentos... entonces, fui discriminado en el colegio por eso, porque no era el típico machito, ¿verdad? También tenía... tengo un primo gay muy afeminado que estaba en mi colegio, y andaba con él... me discriminaban por estar con él... Luego, toda mi vida, uno lo siente en un momento u otro... eso es doloroso y frustrante... uno siente una gran injusticia, que solo por no cumplir con ciertos requisitos ser sacado de un grupo, y más en una etapa de la adolescencia donde el grupo es muy importante. Entonces que te saquen de pronto, es doloroso y crea como complejos e inseguridades, entonces, ya uno no sabe cómo acercarse a la gente y ya le da miedo» (J 30a VIII+).*

*«...cuando era adolescente mis padres me trataban muy mal por eso y no me dejaban ser lo que yo deseaba... me controlaban demasiado y no me dejaban salir de noche... me sacaron del colegio para que no tuviera que salir de la casa. Además me decían que ser «playo» era malo, que no estaba bien, y que Dios me iba a castigar... y eso me hacía sentir*

*«anormal», pero no lo podía evitar... viví mucha violencia emocional y física... es ahora de adulto que no estoy muy enfrentado a eso, pero cuando niño y muchachillo tuve todo de eso... mis padres me obligaban a quedarme en casa, y mi papá me encerraba en el cuarto, también. Mi papá me pegaba mucho cuando lo desobedecía o le contestaba, me pegaba con el puño de la mano o con una «vainita de machete» o con «chilillos» (JL 45a VIH+).*

#### **6.4 Sexualidad, intimidad, amor y pareja**

¡Cada vez que una persona reconoce que tiene derechos por el solo hecho de ser un ser humano/a, hace suyos poderes que le van a facilitar accionar cambios en su beneficio y en el de las personas que la rodean!

¿Será posible para los HSH construir una sexualidad segura, corresponsable y solidaria si la viven desde la culpa, discriminación, exclusión, maltrato, carencias y enojo acumulado?



Para muchos de los entrevistados la práctica de la sexualidad se vive como una experiencia placentera que no hay que perder, se tiene que aprovechar el presente, «lo que salga», sin pensar en el futuro, en las consecuencias, ni en si alguien es conocido o no, es como si en forma simbólica se dijeran a sí mismos: «si me espera un futuro malo por ser malo, si voy a tener que pagar por vivir una sexualidad mala, mejor aprovecho ahora todo lo que se me presente... porque después vendrá el castigo»

*«Yo soy de los que piensan que mientras pienses que el sexo es malo, te pueden suceder cosas en consecuencia de pensar que es malo» (G 30a VIH+).*

*«me decían que ser «playo» era malo, que no estaba bien, y que Dios me iba a castigar... y eso me hacía sentir «anormal», pero no lo podía evitar» (JL 45a VIH+).*

Cuando se viven grandes carencias se enfrenta la vida con gran voracidad, como una forma de compensar lo no vivido o como una forma de retener un placer que no sé si podré vivirlo otra vez. ¿Será que es desde las carencias generadas por las diferentes formas de violencia que algunos HSH han construido y viven una genitalidad voraz? ¿Será esa voracidad la que no permite posponer o pensar en la prevención? ¿Qué espacio de prioridad puede

tener la prevención, el autocuidado de la salud sexual propia y la del otro dentro de esa «urgencia» de placer, desde esa «voracidad» que les dice «aproveche ahora que lo tiene, porque después puede ser que venga el castigo»?

*«... He tenido prácticas sexuales con gente que no conozco, en la calle o con gente que acabo de conocer, no sé, me imagino que es como una parte del instinto animal que quiere satisfacerse con un encuentro sexual con alguien, generalmente en mi caso se da que me atrae físicamente... bueno, la idea es satisfacernos los dos... no estoy llevando una lista, ni un record, ni ser visto, ni nada... usualmente es algo discreto... pero es placer» (A 30a VIH+).*

*«Mis prácticas sexuales antes de saberme con VIH... eran positivamente impersonal. Con un componente considerable de negación... en el sentido de que no te mentalizabas, voy a ir a hacer el amor, sino que voy a ir a... y si sale, bueno» (G 38a VIH+).*

*«yo sí he cambiado mucho mi forma de ver la sexualidad. Antes era como mucho más cohibido, ahora que soy como que más abierto en ese sentido. Diay, si me quiero acostar con alguien, me acuesto con esa persona... no tengo mayor rollo... de pronto puede desembocar en algo más, donde uno se involucre más emocionalmente o no. Tampoco me tiene demasiado al cuidado (...) no sé si la sexualidad puede evolucionar más... tal vez, no sé» (Je 33a VIH).*

*«Lo que busco es cómo disfrutar el momento» (M 24a VIH).*

*«de joven hice mucho loco... demasiado loco» (JI 45a VIH+).*

*«cuando tengo seo con alguien busco placer sexual y juegos eróticos, esta búsqueda de placer, de satisfacción de las relaciones sexuales, los juegos eróticos, los juegos mentales relacionados con el sexo... y también una carga de egocentrismo, de sentirse atractivo para alguien o esas cosas» (J 30a VIH).*

Revisar la forma en la que los hombres en general asumen la sexualidad desde los mandatos de la masculinidad tradicional, además de este elemento de la «voracidad por carencias» se convierten en ejes estratégicos de reflexión y deconstrucción para los HSH y su derecho a vivir una sexualidad más segura, corresponsable, placentera y solidaria.

❖ Desde esta carencia, para qué control...

**Experiencias riesgosas en un presente que no tiene futuro: «si ya de por sí me espera un futuro no muy positivo, por qué perder la oportunidad de gozar en el presente»**



Algunos de los entrevistados manifestaron que una vez que se está excitado es difícil detenerse y pensar en sexo seguro (buscar un condón o pensar en otras prácticas sexuales que no fueran la penetración), porque la excitación es muy difícil pararla. Si recibir placer está tan cercano, si ser visto y deseado por alguien más está tan cerca, si puedo ser valorado por otro aunque sea por un momento es posible, ¿cómo va a detenerse?, ¿cómo perder la oportunidad de que alguien, aunque sea un desconocido me recuerde que existo y puedo importarle a alguien?:

*«... te podría hablar de lo que me pasa a mí... Me imagino que tiene que ver con las necesidades de cada quien... si una persona tiene una carencia afectiva muy grande y de pronto se siente muy amada y muy querida en ese momento sexual, prefiere seguir en eso que detenerlo, o sea, no quiere cortar ese momento lleno de magia, que casi nunca le pasa, por ejemplo. O si tienen algunos problemas de autoestima, pues le vale un culo infectarse o no. No sé...»*

*«Creo que se necesita una buena autoestima y una buena capacidad de decir NO, que es algo muy difícil. Y creo que tiene que ver con lo de las emociones sexuales, esa... si el control, cuando tus emociones se disparan y cómo tener esa conciencia y ponerse límites... que todo esto se relaciona, igual ponerse límites tiene que ver con autoestima y con información» (J 30a VIH).*

*«cuando la de abajo se para, la de arriba no piensa... en mi caso se cumple 100% No puedo pensar en otra cosa que no sea amar y disfrutar el placer... no pienso en otra cosa» (Ja VIH+).*

#### ❖ Conciencia de la posibilidad de contagio de VIH

##### Un destino marcado

*«cualquier persona que tiene relaciones sexuales puede infectarse... yo claro... todavía no existe la vacuna para decir que no me voy a contagiar...» (C 26a VIH-).*

*«He tenido momentos de riesgo, he tenido relaciones riesgosas y creo que podría volverlas a tener. O sea, es algo como que una está ahí, en el borde y que en cualquier momento podría tenerlas...» (C 26a VIH-).*

*«pues sí, alguna vez pensé que podía infectarme... unas veces me pasó por la mente... bueno, no lo creía hasta después de que ya se sabía que existía la enfermedad. Siempre*

*hay como un instinto que uno siente. Pero... diay, como uno hace tanto loco cuando es tan joven» (D 29a VIH+).*

**¿Alguna vez pensaste que te ibas a infectar con el VIH?**

*Pues sí, cuando escuché por primera vez del SIDA, ya era adulto, y no me protegía, es más, jamás me he puesto un condón... incluso ahora con mi pareja, tampoco lo hago, ya para qué.*

**¿Sabes lo que es la reinfección?**

*«Sí... sí lo sé, me lo dijeron en una charla en el hospital... pero aún así no lo hago. No uso condón... de por sí, como dicen, de algo se tiene uno que morir» (JI 45a VIH+).*

*«Sí pensé alguna vez que me podía infectar del VIH por el miedo hacia el virus en específico y al no tener una sexualidad integra habría posibilidades» (G 38a VIH+).*

**Mi vida es lo primero**

Otros entrevistados que reconocieron haberse visto expuestos a grandes riesgos de infectarse de VIH y se asustaron, así como otros que ya están infectados con el VIH, han creado casi un pacto consigo mismos y reconocen que su vida tiene mucho valor por lo que no es negociable bajo ninguna circunstancia no usar el condón o tener otro tipo de practicas sexuales no riesgosas:

**E: ¿Cuando se está excitado o se está teniendo sexo con alguien, en ese justo momento, es posible detenerse y pensar con quién se está? ¿Es eso posible?**

*A: Para mí sí.*

**E: ¿Es posible también, en ese justo momento en que se está excitado, se está teniendo sexo, detenerse y pensar si tengo acceso a un condón si este va a ser necesario? ¿Es posible eso?**

*A: Para mí sí... o sea, yo tengo condones y lubricante siempre.*

**E: ¿Es posible que si no haya condón, detenerse y pensar en otras prácticas sexuales alternativas? Obviar la penetración y pensar en otra cosa, ¿es eso posible?**

*A: Igual que me pusieron reglas en la vida... y si no hay condón, no hay penetración. Obvio que nadie podría penetrarme a mí sin condón y no solamente condón sino lubricante. Para saber que el lubricante va a ayudar a que el condón no se rompa, si no que si soy yo el que penetra otra persona... a menos que la otra persona lubrique mucho, entonces no se necesita... pero usualmente siempre uso lubricante, pero si no hay condón no hay penetración. Yo igual opto por otras prácticas, igual se puede humedecer*

*la parte de la entrepierna, meter el pene ahí y hacer fricción hasta que yo eyacule o la otra persona lo haga. Entonces hay posiciones muy parecidas a una penetración, hay un contacto de frente, hay un contacto de lado, lo que sea... y no hay necesariamente penetración y esto es muy, muy placentero. Masajes, por ejemplo, jugar con comidas, o con frutas, un montón de cosas y hasta tener puntos de presión donde tal vez, haya una eyaculación bastante fuerte. Pero no necesariamente tiene que haber penetración siempre (A 30a VIH+).*

*«si no hay condones no hay penetración... lo que pasa es que no me pongo a pensar en qué cosas puedo hacer si no hay condón... si no hay condón, no hay penetración, ni siquiera lo... ahí se verá qué cosas se pueden hacer, pero eso sí lo tengo totalmente vedado... y es que yo tuve un susto cuando estaba chavalito... entonces, eso me dejó curado para siempre... cuando tenía 18 años yo me metí con un profe de la U. era el doble de edad que yo [ríe]. Yo el mae y yo anduvimos un poquillo de tiempo, tuvimos relaciones y siempre usamos condón. Y el mae se murió de SIDA el año siguiente, después de que yo anduve con él... como comprenderás yo estaba aterrorizado... entonces, nunca... si me salvé de eso fue porque siempre tuvimos relaciones con condón únicamente. Entonces a mí, no hay razón sobre la faz de la tierra que me haga tener sexo con penetración con una persona sin condón... o sea, no existe la posibilidad» (Je 33a VIH).*

*«Creo que fundamentalmente para tener una relación, un acercamiento, un contacto sexual con alguien es respeto... creo en el contacto sexual, pero a base de eso (...) hay condiciones que obstaculizan una relación sexual a conciencia, con precauciones, con respeto... y entre estos está el licor, las drogas, determinados tipos de ambientes. Para mí, están directamente relacionados con los miedos que la gente tiene sobre su sexualidad... me afecta sobremanera pensar en dos personas alcoholizadas haciendo el amor en un “cuarto oscuro”. Siento que es jugar a la ruleta rusa y jugarse la posibilidad de...»*

*«Es posible detenerse cuando se está en una situación de riesgo aunque es difícil porque depende de cómo estés definiendo las reglas del juego... lo que quiero decirte es que; dependiendo de la posición en la que te pongas, eso afectará las decisiones que tomes... siento que sobre determinadas decisiones que querés mantener en tu vida, tenés que apoyarlas en términos de las circunstancias, entonces, que te embriagues, o te*

*drogues, o que una vez que estés en un con “cuarto oscuro”, con los pantalones por la rodilla te pongas a pensar en el condón, es menos probable, que si dese antes sabiendo qué es lo que querés, los planes con tiempo...» (G 38a VIH+).*

❖ **Carencias, añoranzas y soledades**

¿Dónde están la diferentes fuentes de placer de donde podemos recargar energía vital para enfrentar la vida? ¿Será que esta sociedad genitalizada y de consumo ha sobrevalorado el placer y el bienestar que se encuentra en la sexualidad o en el trabajo, y nos ha limitado la posibilidad de abrimos a descubrir y explorar otras fuentes de energía vital necesarias para la construcción de una vida de calidad?

Los entrevistados están colocando gran parte de su energía vital como lo pide el mandato identitario de la masculinidad en el espacio laboral. Es ahí donde sienten que está un importante eje de placer en sus vidas, a pesar de que para muchos es un lugar también donde se vive la discriminación y eso los hace aislarse.

Esta vivencia de discriminación se relaciona con un espacio de añoranza y carencias que se percibe en el discurso de casi todos: ser respetados por los demás, tener amigos/as con los que no tengan que estar justificando, ocultando o disimulando su vida. La amistad para ellos es de gran importancia, tiene un peso enorme en su bienestar, es ahí, es con ellos con quien «cargan pilas». Manifiestan que a pesar de ser pocos los amigos que tienen para ellos es esencial cuidarlos y les gusta compartir su espacio con ellos.

*«mis amigos me producen bienestar y aunque ha sido un proceso doloroso, he ido evitando contactos con gente que no lo produce. He ido sacando personas que no traen beneficios, digamos. No que haya un beneficio económico o de status, ni nada... sino alegría, digamos, alguien con quien pueda conversar, que no esté siempre estereotipando... que se preocupa por avanzar en la vida, esa es la gente que me produce bienestar. A mí me produce bienestar tener esta casa, en la que yo vivo solo, en la que yo abro la puerta a quien yo quiero, invito a comer a la gente que yo quiero...» (A 30a VIH+).*

*«Mis amigos me dan mucho bienestar por lo que me divierto con ellos, por lo que uno crece con los amigos, o lo que uno aprende de ellos, lo que comparte con ellos, las experiencias en general. En la satisfacción que te da saber que tenés gente con la que... o amigos con los que te podés apoyar para seguir en la vida, para sobrevivir» (J 30a VIH-).*

*«Hay amistades que le producen a uno estabilidad... te producen... te dan consejos, te mantienen en un estado que no te deja salirte del camino... porque podés proyectar en ellos, entonces, podés seguir, tal vez, el mismo patrón que tus amigos» (D 29a VIH+).*

Para algunos de los entrevistados la familia no representa una fuente de placer de la que puedan estar recibiendo satisfacción, por el contrario manifiestan que entre más lejos permanezcan de ella es mejor para su tranquilidad. Para otros, su familia es un lugar que les genera una gran cuota de trabajo y dedicación a través del cual añoran recuperar un amor que sienten perdieron por haber sido «malos hijos» (aunque terminan siendo ellos quienes sostienen a su madre, padre o hermanos material o emocionalmente).

*«Mi familia no me produce ningún bienestar... n, nada... en la familia, generalmente hay muchos rollos... porque generalmente cuando una persona está bien de la familia, la gente piensa que, como estás bien tenés que dar muchas cosas porque vos estás bien. Entonces la familia lo único, generalmente lo que te pide son cosas materiales... y a veces solo problemas es lo que te produce» (D 29a VIH+).*

*«Lo que pasa es que soy muy apático con mi familia... yo creo que todos somos muy apáticos, somos muy secos a la hora de relacionarnos entre todos, ya es una construcción de generación en generación»*

*«Mantengo a mis padres y ayudo mucho a mis dos hermanos... ellos no pudieron estudiar, tenían que trabajar en la finca... cuando la finca dejó de producir yo tuve que ayudarlos económicamente... Necesito enseñarles a mis hermanos a manejar este negocio para que cuando yo no esté, ellos continúen... los puse a estudiar para que les sea más fácil, están sacando el bachillerato por madurez, igual que lo hice yo... Además, no quiero irme de este mundo sin escuchar que mi mamá y mi papá, se disculpen o me digan que tal vez, siquiera cuando era un bebé, ellos me amaron...»*

**¿Y qué pasa si ellos no te lo dicen?**

*No moriré tranquilo... o tal vez, sea yo el que les diga, que a pesar de todo, los amo mucho... [llora] (JL 45a VIH).*

El lugar de la familia en la vida de muchos HSH, el sentido del trabajo, del descanso y el sentido de la amistad son ejes que son necesarios revisar y redimensionar con el objetivo de preguntarnos por la oportunidad que se están dando realmente de descubrir y fortalecer otras fuentes de placer que llenen sus vidas.

## ❖ Proyección del futuro

¿Qué futuro le espera a los «malos»? ¿De qué forma se puede proyectar un futuro positivo, de bienestar, si lo que se espera son castigos por ser «malos»?

*«Los buenos van al cielo, y los malos al... A los buenos les pasan cosas buenas y los malos... A los buenos los premia Dios, a los malos...»*

Vivir en esta dicotomía entre ser bueno y amado y ser malo y excluido desgasta una cantidad enorme de energía vital que no solo impide el desarrollo de nuestras potencialidades, sino que afecta nuestra proyección de futuro al convencernos que según cumplamos o no ese «deber ser» así será los premios o los castigos que recibamos.

Si asumir una opción sexual diferente a la norma heterosexual en esta sociedad es una de las transgresiones más graves a la norma social, ¿qué destino le podrá deparar a estas personas que osaron pasar el límite de lo permitido y aceptado?

La sanción por la conducta «antinatural» o «anormal» se dirige a las raíces mismas del ser de las personas, es su identidad completa la que se pone en juego y el exilio de la culpa lo que les espera. Esa culpa va consolidando posibilidades o no de construir un futuro positivo, porque ¿cómo le puede deparar cosas «buenas» el futuro si hacen cosas «malas»? por el contrario lo «malo» que se hace -se dice popularmente- se tiene que pagar.

Esta escisión que viven muchos HSH incide en las representaciones que ellos tienen de sí mismos, como fallidos, incompletos y con una existencia trazada por la ambivalencia entre llegar a ser «buenos» y no invertir nada más para construir un futuro positivo.

Como se había señalado en el apartado anterior, algunos HSH están dedicando una gran cantidad de su energía vital en darles un mejor futuro a su familia, más que a ellos mismos con la esperanza de que eso les haga otra vez merecedores de la aprobación, respeto y amor:

*«Mantengo a mis padres y ayudo mucho a mis dos hermanos... ellos no pudieron estudiar, tenían que trabajar en la finca... cuando la finca dejó de producir yo tuve que ayudarlos económicamente... Necesito enseñarles a mis hermanos a manejar este negocio para que cuando yo no esté, ellos continúen... los puse a estudiar para que les sea más fácil, están sacando el bachillerato por madurez, igual que lo hice yo... Además, no quiero irme de este mundo sin escuchar que mi mamá y mi papá, se disculpen o me digan que tal vez, siquiera cuando era un bebé, ellos me amaron...»*

Otros no ven que el futuro pueda depararles nada positivo, por eso lo que importa es vivir nada más el ahora. Si no existe un futuro bueno que me espere, ¿qué sentido tendría cuidar mi cuerpo, mis afectos, mi salud... mi vida?

*«Espero de mi futuro la muerte... tengo SIDA, estoy enfermo, me dan tratamiento, pero no me hace mucho efecto, ahora estoy con algunas infecciones, tengo 150 CD4. Me cuido, pero no dejo de pensar en la muerte. Pensé que me podía infectar... de joven hice mucho loco... demasiado loco... no me protegía... es más, nunca me he puesto un condón... incluso ahora con mi pareja, tampoco lo hago, ya para qué... como dicen, de algo hay se tiene uno que morir» (JL 45a VIH+).*

*«Lo que busco es cómo disfrutar el momento» (M 24a VIH-).*

Para muchos de los HSH que participaron en la investigación pensar en mejorar su futuro se relacionaba con lo laboral o material, como tener una casa o viajar, o mejorar sus relaciones familiares o tener más amigos. Llama la atención que las relaciones amorosas no se miraban como un objetivo cercano por conseguir. Es como si el amor fuera algo lejano, temido... como si en el fondo sintieran que no lo merecían, recordemos que en el discurso popular solo a los buenos se les ama... solo los buenos son amados.

*«En el amor no espero nada... he pensado de unos años para acá que el amor no tiene que venir de que tenga una pareja... yo me nutro del amor a través de mis amigos, a través del trabajo que hago, de mi familia y no busco tener una relación amorosa con una persona... » ¿Pensabas así hace 10 años? «No, era más idealista... y no es que no lo sea... es que también al ser VIH+ no me parece responsable tener pareja» (A 30a VIH+).*

*«No creo en el amor... no tengo claro el tema de la fidelidad, no creo en la fidelidad genital y no creo en el amor de musiquita de violines y demás» (G 38a VIH+).*

*«¿Qué me depara el futuro en el amor? Nada...» (C 26a VIH+).*

*«El asunto de pareja ya no es tan trascendental, puede que haya, puede que no haya... puedo estar bien estando solo, incluso me da más miedo desestabilizarme estando acompañado que estando solo... Lo que pasa es que el amor, así como concepto... es una mezcla como de desilusión y de ya no creer» (J 33a VIH).*

*«¡Ay, en el amor, por favor! Me depara una vida solitaria, no sé... tampoco digo así, pero no espero mucho y no pienso mucho en eso» (M 24a VIH-).*

❖ **Infectarse como un futuro posible e inevitable**

Si el futuro para los malos es «inevitablemente malo», la percepción sobre el control que se pueda tener para prevenir el VIH estará permeado por esa creencia por lo que muchos HSH no se autoperibirán con recursos para prevenir porque «de todos modos algo malo me va a pasar»:

*«Contagiarte de VIH es inevitable... para estar completamente seguro de que no voy a contagiarme de VIH tengo que dejar la prácticas sexuales... es un chance... yo sé que son consecuencias. Si yo no quiero ser VIH+, tengo que abstenerme de tener relaciones, ahora si fue por error mío, por una penetración en la que no usé condón o una práctica donde hubo sangre, sí me daría goma moral. Pero me puedo contagiar porque el preservativo se rompió, por una transfusión de sangre... tampoco me echaría a morir, fue algo que me tenía que pasar y pasó» (C 26a VIH).*

*«En algún momento pensé que podía infectarme... o sea, lo veo como si me preguntan si en algún momento he podido pensar que vaya a ser diabético... no te voy a decir que lo quería y que estaba teniendo prácticas en busca de eso... creo que en algún momento lo pensé, si estamos afuera corremos riesgos. No sé qué pasó, cómo me infecté si yo siempre he tenido cuidado» (A 30a VIH+).*

*«No contagiarme no es seguro, no tengo la receta » (M 24a VIH).*

*«He tenido momentos de riesgo, he tenido relaciones riesgosas y creo que podría volverlas a tener. O sea, es algo como que una está ahí, en el borde y que en cualquier momento podría tenerlas...» (C 26a VIH-).*

En esta proyección de futuro en términos de la posibilidad de contagio se observó en algunos HSH del estudio una nueva creencia que les puede estar obstaculizando prevenir: el SIDA ya no mata, existen los antirretrovirales y ya no se muere de SIDA.

Esta nueva creencia se ha derivado de tanta energía que se ha puesto en divulgar la existencia de estos medicamentos y del derecho a tener acceso a ellos, sin enfatizar también en los efectos de vivir tomándolos, en las condiciones y costos relacionados con su ingesta como es el tipo de alimentación que hay que tener, ejercicios, cuidados de salud, así como otras serias situaciones relacionadas con la discriminación:

*«Si adquiriera el VIH, seguiría igual... los medicamentos avanzan cada día más... me va a bajar un poquito las defensas los primeros días, pero después se estabilizan. Yo no me voy a morir de SIDA, aunque estuviera contagiado. Bueno, nadie se muere de SIDA, pero... no me muero de ninguna enfermedad oportunista ni nada» (C 26 VIH-).*



- ❖ **¿Será contagiarse una forma de pagar por lo que se ha hecho? Será una forma de pagar una vez saldada la cuenta al fin tener derecho al bienestar.**

*«Ahora, a casi tres años de tenerlo, a veces siento como que me ha ayudado mucho a disfrutar la vida más. Creo que de esa fecha en adelante disfruto más las cosas» (A 30a VIH+).*

*«Ahora no pienso tanto en planes en términos de cosas materiales... ahora creo más en cosas menos físicas o tangibles, en algo más... quiero conocerme a mí mismo, quiero más sentirme bien conmigo mismo, respetarme más... y así con las demás personas. Ahora siento más prioridades en ese campo que en otros» (G 38a VIH+).*

*«Pienso más en arreglarme con mis padres, vivir unos años más... y procurar se más feliz» (JL 45a VIH+).*

*«Jamás pensé que el futuro me iba a dar tantas cosas como las que tengo ahora» (D 29a VIH+).*

- ❖ **No podemos esperar tanto y a tan alto costo para reconocer nuestro derecho al bienestar. ¿Cuánta culpa tendremos que cargar más por ser y vivir diferente, cuántos costos físicos y afectivos se tendrán que seguir pagando?**

Para muchos HSH es urgente encontrarse como humanos... ni buenos ni malo, solo humanos diferentes... con derecho a construir un buen futuro, con derecho a soñar y tener una enriquecedora, amorosa y solidaria forma de vida.

## **7. Algunas reflexiones finales**

Transitando por la parte de la vida de estos HSH hemos podido sentir desde sus dolores, enojos, miedos, apatía, despreocupación y añoranzas como sus historias de la discriminación que de ella se deriva han marcado sus vidas, los han vulnerabilizado y los han expuesto a graves riesgos.

No tener posibilidad de crecer reconociéndose sujeto de derecho porque se está «haciendo cosas malas», o se está viviendo «una mala vida» no permite asumir el derecho al bienestar, a vivir con calidad, y por el contrario les hace creer a las personas que son tachadas de «malas», que la vida solo les puede deparar -como dijo uno de los entrevistados- «infelicidad, sufrimiento, dolor, enfermedades y muerte...»

Vivir en esta dicotomía entre ser bueno y amado y ser malo y excluido desgasta una cantidad enorme de energía vital que no solo impide el desarrollo de nuestras potencialidades, sino que afecta nuestra proyección de futuro al convencernos que según cumplamos o no ese «deber ser» así será los premios o los castigos que recibamos.

Si asumir una opción sexual diferente a la norma heterosexual en esta sociedad es una de las transgresiones más graves a la norma social, ¿qué destino le podrá deparar a estas personas que osaron pasar el límite de lo permitido y aceptado?

No cabe duda de que construir estrategias de prevención y autocuidado de la salud sexual para los HSH pasa por la necesidad de crear espacios y servicios de salud respetuosos de las diferencias donde ellos puedan ponerle palabras a la forma en que han aprendido a vivir desde una masculinidad tradicional, es ponerle palabras a las vivencias de discriminación y reconocer el grave impacto que esa forma de violencia tiene sobre sus vidas al hacerles creer que lo que les espera es un destino inevitable de enfermedad, dolor, inestabilidad emocional y soledad. Lo que se cree se llega a hacer realidad y es urgente mirar esas creencias para transformarlas y quitarles el peso que tienen como crear espacios para fortalecer la noción de ser sujeto de derechos, sujetos, personas, más allá de los mandatos que la masculinidad tradicional o los mandatos de castigo por transgredir la norma heterosexual les han enviado, creará las condiciones para construir una verdadera prevención y atención de calidad a la salud sexual de las personas en general y para los HSH en particular.

Cada vez que un HSH tenga la oportunidad de reconocer que tiene derecho a una vida de calidad por el solo hecho de ser humano, no solo hombre dese los mandatos tradicionales, ni gay desde el estigma y la discriminación, va a estar en condiciones de hacer suyos poderes que le van a facilitar accionar cambios en su beneficio y en de las personas que la rodean.

## Parte II

### Aprendiendo una nueva forma de vivir

Módulo para promover y defender el derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera en grupos de hombres que tienen sexo con hombres (HSH)

Módulo de capacitación para facilitadores

*«Yo soy de los que piensan que mientras pensés que el sexo es malo, te pueden suceder cosas en consecuencia de pensar que es malo. Entonces una sexualidad consciente, informada, plena, es importante. Porque una información aislada no es suficiente... tiene que ser algo más integral y algo más... que pacte más en tus ideas y en tus valores» (G 38 años).*

### Agradecimientos

Gracias a los compañeros que participaron en el estudio que realizamos en el 2002: «A los buenos les va bien... a los malos les va mal» Mandatos identitarios, estigma y discriminación en hombres que tienen sexo con hombres: su relación con la prevención del VIH/SIDA y otras ITS.

Gracias por abrirnos las puertas de sus historias, de sus dolores, de sus enojos... de sus añoranzas... de los riesgos que viven... porque eso permitió animarnos a crear esta propuesta de reflexión y fortalecimiento.

Gracias sobre todo por recordarnos que todas las personas tenemos derecho por igual a la felicidad, al bienestar, a una vida con calidad.

## Introducción

El trabajo para enfrentar el VIH no pasa solo por los esfuerzos de conseguir hacer del SIDA una enfermedad crónica a la espera de poder curarla lograr una vacuna que prevenga el contagio. Hay que fortalecer espacios de reflexión y deconstrucción de una realidad que no se puede ocultar: la forma en que esta sociedad define para hombres y mujeres cómo debe vivirse la sexualidad. El «deber ser de la sexualidad».

El SIDA está obligando a la sociedad no solo a invertir en la atención de la enfermedad, en encontrar una cura o en divulgar información y acceso al condón. Estamos en un momento en que es urgente reconocer que prevenir que el VIH/SIDA siga produciendo muertes físicas y emocionales de millones de personas en el mundo, pasa por poner en el centro de la discusión y de la transformación, la forma de ser hombres y mujeres, la vivencia del placer, el sentido de la sexualidad, la forma en que se enfrenta la diversidad sexual, la convivencia, las relaciones interpersonales y sobre todo los graves niveles de intolerancia, irrespeto y violencia hacia lo diferente, hacia las personas que asumen su vida erótica y amorosa con personas de su mismo sexo.

Combatir el SIDA y otras ITS no ha de tener solo como objetivo derrotar una enfermedad, un virus, dar información sobre la enfermedad o sobre prácticas sexuales más seguras. Ha de ser también la ocasión de enfrentar otras graves «enfermedades sociales» (si así lo podemos llamar) como lo es la construcción tradicional de las masculinidades y feminidades, el «deber ser de la sexualidad» es decir la concepción de una sexualidad buena y otra mala y sobre todo una de las más graves «enfermedades»: la desigualdad, la inequidad, la discriminación, exclusión, el estigma social y la violencia dirigida a las diferencias, a las diversidades sexuales.

Para vivir una sexualidad segura, solidaria y placentera es urgente revisar cada una de «estas otras enfermedades sociales» que están matando social y físicamente a miles de personas.

En el caso de los hombres que tienen sexo con hombres (HSH) la realidad no es diferente y se reconoce la necesidad de promover procesos de reflexión participativos y vivenciales, que les facilite hacerse preguntas y encontrar respuestas que les permitan encontrar otras formas de ser, de reconocerse sujetos de derechos, de reconocer a otros como sujetos de derechos también, de vivir su sexualidad y autocuidado.

Este módulo es un recurso pedagógico y de acompañamiento para que los facilitadores puedan propiciar procesos de reflexión y construcción de otras posibilidades de construir el bienestar y el autocuidado de la salud sexual en grupos de HSH.

Es así como los objetivos de este módulo son:

- ❖ Organizar espacios de reflexión y fortalecimiento personal que faciliten a los hombres que tienen sexo con hombres (HSH) promover y defender su derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera.
- ❖ Facilitar una experiencia de aprendizaje e intercambio donde sean los HSH con sus experiencias, saberes, su voz y su creatividad los que vayan encontrando opciones para construir el bienestar al que tienen derecho.
- ❖ Facilitar un espacio educativo donde los HSH puedan modelar y practicar sus derechos y los de los demás, sobre todo el derecho a ser tratados con respeto, igualdad y solidaridad, es decir a «ser humanos».

El facilitador tendrá a su alcance 3 unidades temáticas que contiene cada una un apartado de reflexión conceptual y otro de actividades que pueden facilitar la reflexión. Las unidades temáticas con las reflexiones y conceptos que sustentan las sesiones de trabajo se encuentran en la solapa izquierda. Las sesiones o actividades están en la solapa derecha, agrupadas según la unidad temática que corresponde. Las unidades son:

❖ **Unidad temática #1:**

Lo que nos han dicho que debemos ser y hacer... lo que nos pone en riesgo, lo que nos fortalece.

❖ **Unidad temática #2:**

**El impacto de la discriminación en nuestras vidas.**

❖ **Unidad temática #3:**

Un encuentro con nuestra sexualidad, con el amor, la pareja y nuestro derecho a vivir con bienestar.

Esperamos que en este módulo puedan encontrar un pretexto para reconocer el duro, pero maravilloso y sorprendente camino que somos capaces de recorrer, día a día, para hacer efectivo nuestro derecho a vivir con bienestar libres de toda forma de discriminación y desigualdad.

## 1. Para aprender y disfrutar:

Algunas orientaciones metodológicas para acompañantes de este proceso de reflexión.

### 1.1 Un espacio para compartir afectos, experiencias y conocimientos

Organizar espacios grupales de reflexión y fortalecimientos personal requiere de una manera alternativa de construir y compartir afectos, experiencias y conocimientos.

Implica animarse a estimular una vivencia colectiva que parta de las personas, sus problemas y necesidades, que promueva la participación y las relaciones horizontales.

Crear este tipo de vivencias implica que como facilitadores se participe y construya junto con los participantes nuevos significados, nuevos sentidos para su vida. Reto porque implica, por un lado, confiar en los saberes que los participantes tienen, y por otro, reconocer que como facilitador no se tiene ni la primera ni la última verdad.

Ser facilitador de espacios de reflexión implica utilizar el poder que posee frente al grupo, para promover relaciones humanas solidarias, colectivas, de apoyo y solidaridad, respetando y valorando la diversidad del grupo, reconociendo su experiencia y conocimientos adquiridos en la vida.

*Un espacio de fortalecimiento donde los HSH puedan modelar y practicar sus derechos humanos*

Con este módulo pretendemos poder organizar espacios de fortalecimiento personal que faciliten a los hombres que tienen sexo con hombres (HSH) promover y defender su derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera. Educar por y para los derechos humanos exige preguntarse por las formas tradicionales de compartir saberes.

Para educar en y para los derechos humanos en general y en el derecho humano a vivir una sexualidad segura, co-responsable y placentera, en particular, necesitamos contar con espacios de aprendizaje que:

- ❖ Menos informativos y más formativos.
- ❖ Gozosos y placenteros.
- ❖ Que dé cabida a la imaginación.
- ❖ Que para tener sentido, tiene que ser sentido.
- ❖ Que parta de lo personal para poder ser objetivo.
- ❖ Que utiliza la intuición, los sentimientos, la emotividad, la creatividad, la espontaneidad y la alegría como recursos de trabajo.

Desde este enfoque metodológico se pretende que se mire el aprendizaje como una vivencia que estimula la construcción de conocimientos mediante el intercambio de sentimientos, experiencias y opiniones en una relación de respeto y diálogo. Es decir, inicialmente se aprende entre todas y todos intercambiando, interactuando con las expectativas, creencias, temores, dudas o certezas y finalmente, con los conceptos.

## **1.2 Objetivos de este módulo para el fortalecimiento**

- ❖ Organizar espacios de reflexión y fortalecimiento personal que faciliten a los hombres que tienen sexo con hombres (HSH) promover y defender su derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera.
- ❖ Facilitar una experiencia de aprendizaje e intercambio donde sean los HSH con sus experiencias, saberes, su voz y su creatividad los que vayan encontrando opciones para construir el bienestar al que tienen derecho.
- ❖ Facilitar un espacio educativo donde los HSH puedan modelar y practicar sus derechos y los de los demás, sobre todo el derecho a ser tratados con respeto, igualdad y solidaridad, es decir a «Ser Humanos».

## **1.3 ¿Cómo trabajar con este módulo?**

Reconocer, promover y defender el derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera exige ir poco a poco, paso a paso develando los diferentes aspectos que intervienen en la consecución de ese derecho e implica sobre todo reconocer el grave

daño que ocasiona la desigualdad, la inequidad y la violencia que genera toda forma de discriminación.

Esta condición se transforma en una necesidad metodológica de ir facilitando vivencias que, poco a poco, desarrollen temas que van de lo más general a lo más específico. Esto lleva a dividir este módulo en tres unidades temáticas: (unidades temáticas en la solapa izquierda y las sesiones en la solapa derecha).

---

<b>Unidad temática #1</b>	<b>Sesión 1:</b>
Lo que nos han dicho que debemos ser y hacer...	El «deber ser»: «ser» bueno» El «deber ser»: «ser» malo
Lo que nos pone en riesgo, lo que nos fortalece	<b>Sesión 2:</b>  Profecías y mandatos: «Lo que le espera a los malos...» «Lo que le espera a los buenos» Transformando las profecías.
<b>Unidad temática #2</b>	<b>Sesión 3:</b>
El impacto de la discriminación en nuestras vidas	Enfrentando el dolor y el enojo de la discriminación
	<b>Sesión 4:</b>  Para encontrar nuevas formas de enfrentar esas experiencias de discriminación. Soy sujeto de derechos.
<b>Unidad temática 3:</b>	<b>Sesión 5:</b>  Mi derecho a vivir una sexualidad segura, co-responsable y placentera.

---



---

**Un encuentro con nuestra sexualidad, con el amor, la pareja y mi derecho al bienestar**

Sesión 6:

Sobre el amor y la pareja.

Sesión 7:

Enfrento mis carencias, añoranzas y soledades y fortalezco mi derecho al bienestar en el presente y n nuestro futuro

---

**Cada unidad temática tiene dos partes:**

❖ **Primera parte (solapa izquierda)**

.Una reflexión conceptual sobre algunos aspectos relevantes de la temática tratada en la unidad y

❖ **Segunda parte (solapa derecha)**

.Actividades que van a facilitar la revisión y construcción de propuestas en cada unidad temática.

*Cada unidad se interrelaciona, pues se han diseñado de forma tal que lleven una secuencia.*

*Por esta razón le sugerimos no alterar el orden en que las unidades se presentan, aunque usted será quién sepa cuál es la forma más conveniente de utilizar este módulo.*

Esta forma de organizar y presentar este módulo de reflexión fortalecimiento pretende que los participantes, en forma gradual y mediante la integración de los contenidos comprendan y construyan nuevos significados con relación a:

1. La forma en que nos han dicho cómo debemos ser y costos personales cuando se transgrede ese «deber ser» y nos colocan en l lugar de «los malos»
2. El impacto de la discriminación en nuestras vidas.
3. La sexualidad, el autocuidado de la salud mental.
4. El amor y la pareja.
5. Las carencias, añoranzas y soledades que enfrentamos y su impacto en nuestras vidas.

- ❖ Es importante recordar que durante todo el proceso de reflexión el eje transversal de fortalecimiento siempre va a ser la promoción y defensa del derecho humano a:
  - Vivir en una sociedad que respete y valore las diferencias.
  - Que respete el derecho que todas las personas tienen a desarrollarse en forma integral en igualdad de condiciones, equidad y solidaridad.
  - El derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera.

#### **1.4 Para la organización e implementación de este espacio de reflexión y fortalecimiento**

**Tomar en cuenta los siguientes aspectos puede ayudar a organizar e implementar el proceso de reflexión y fortalecimiento:**

Tomar en cuenta los siguientes aspectos puede ayudar a organizar e implementar el proceso de reflexión y fortalecimiento:

El proceso de reflexión y fortalecimiento que se va a iniciar con este módulo lo puede denominar «Para fortalecer nuestro derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, co-responsable y placentera». Este proceso que se propone contempla transitar por 3 unidades en sesiones una vez por semana de 3 horas cada una. El proceso tendrá una duración de 7 sesiones que implicarían 7 semanas. Por la dinámica interactiva y vivencial se recomienda trabajar con grupos de máximo 20 HSH.

#### **❖ Organización de cada nivel de reflexión:**

Con anterioridad usted puede organizar su agenda de trabajo para la sesión que va a realizar ese día según lo sugiere el módulo que se esté trabajando. Recuerde que se propone realizar una sesión semanal de forma que los participantes no se sientan saturados y tengan tiempo de «digerir» las reflexiones que se generan. Cada sesión contemplará una actividad según el módulo. Recuerde tomar el tiempo necesario para hacer su agenda de trabajo por sesión.

Algunas veces los tiempos que usted define para alguna actividad se puede variar por la dinámica que se genera. Es importante que al inicio de cada sesión explique a los participantes el tema que se va a trabajar hoy, y cómo van a distribuir el tiempo, explicándoles que puede

ser que lo que plantearon se varié, si fuera necesario. Recuerde tomar en cuenta el tiempo del refrigerio o descanso dentro de la sesión a la hora de distribuir las actividades.

❖ **Introducir el módulo:**

Para introducir este módulo es conveniente que tome un momento. Realice un resumen de qué es importante que ellos reconozcan la forma en que se les ha enseñado a vivir la vida y su sexualidad y se fortalezcan para enfrentarla con más recursos personales y sociales. En este momento puede explicar en forma sencilla quién organiza esta capacitación y por qué participar en este proceso de reflexión es una oportunidad importante.

Una vez que ha hecho un enmarque general de los objetivos de este proceso de fortalecimiento y del por qué es importante transitar por estas unidades temáticas, cuénteles qué se va a trabajar con una metodología en donde la participación y el compartir conocimientos y experiencias, es muy importante. Explíqueles qué van a construir en este taller, un ambiente para intercambiar, interactuar y estar en comunión con las expectativas, creencias, temores, dudas y conocimiento de cada uno de los participantes y con los que usted tiene y va también a compartir.

❖ **La sesión:** Cada sesión está estructurada de la siguiente manera:

- Se dedican unos 10 minutos a las relaciones sociales entre los participantes y el facilitador, hablando de las actividades que han realizado durante los días que no se han visto.
- La sesión puede iniciarse dando gracias a la vida por la oportunidad que les da de estar juntos de nuevo para aprender, apoyarse y construir esperanza.
- Se puede continuar con una actividad de juego o ejercicio de calentamiento que puede servir para romper el hielo, relajar, motivar y facilitar que los participantes se conecten con el taller y lo que ahí se va a trabajar.
- Se continúa con el desarrollo del tema que se va a trabajar tomando en cuenta los tiempos definidos en cada actividad y que usted distribuyó para esta sesión.
- A la mitad de la sesión se organiza el espacio para un refrigerio. Este momento se convierte también en una forma de «alimento emocional».
- Se continúa con las actividades o reflexiones.
- Cierre de la sesión con alguna actividad grupal que abra un espacio para que los participantes puedan dar sus opiniones y sentimientos sobre el trabajo realizado, así

como una actividad de agradecimiento por lo que se compartió. Puede ser una buena oportunidad para hacer un pacto de cambio consigo mismos que se relacione con algunas de las cosas que se discutieron.

❖ **Programa:**

Es importante entregar desde el primer día un programa sencillo de lo que se va a realizar durante el tiempo del taller: Saber de qué se trata este espacio de fortalecimiento, cuáles temas se van a tratar, cuánto tiempo dura este proceso de fortalecimiento, con qué horario se va a trabajar y la forma en que se va a organizar cada sesión.

❖ **Local:**

Recuerde que el local donde se trabaje va a influir positiva o negativamente sobre los participantes. Es importante tratar de encontrar un espacio en el que las personas se sientan cómodas, que esté ventilado, iluminado y que sea silencioso.

❖ **Sistematización:**

Puede serle de mucha ayuda durante cada sesión anotar aquellas experiencias, discusiones y participaciones que se generan ya que estas pueden enriquecer no solo las reflexiones siguientes sino la metodología utilizada. Es también importante anotar las variaciones que usted vaya haciendo al taller.

### 1.5 Claves que pueden facilitar aprovechar esta experiencia de reflexión

- ❖ Lo que suceda poniendo en práctica las reflexiones ya actividades que le sugerimos tiene un gran valor; todo lo que se sienta, diga o proponga en cada actividad es importante. Nada es insignificante dentro del trabajo que los alumnos y usted realizan, cada opinión es importante tomarla en cuenta y verla en forma crítica y positiva.
- ❖ Construya con el grupo algunos pactos que permitan aprovechar al máximo el tiempo, los saberes de cada quién y las reflexiones que se generan en cada actividad. Recuerde que dentro de sus pactos es fundamental:
  - . Escucharse con atención y respeto.
  - . No juzgar o burlarse de nadie.
  - . No interrumpir cuando alguien hable.

- . Pedir, no adueñarse de la palabra.
- . Respetar el tiempo asignado para cada actividad.
- . Respetar creencias, opiniones y forma d expresarnos.
- . No interpretar sentimientos ni acciones, no suponer, mejor preguntar.

Recuerde finalizar cada actividad con un espacio donde los participantes busquen alternativas de cambio. Cuando se han hecho intentos de mirar y resignificar aspectos tan importantes de su vida como los que aquí se trabajan, ellos necesitan al cerrar cada actividad, visualizar posibilidades esperanzadoras con el fin de que confirmen que es posible y merecen construir una vida con bienestar, con relaciones de respeto, reciprocidad e igualdad. Siempre es reconfortante cerrar cada actividad felicitándose por el trabajo realizado. Pida un fuerte aplauso para todas las personas que participaron y dense gracias mutuamente por todo lo compartido.

## Bibliografía

Abarca P. Humberto. **Discontinuidades en el modelo hegemónico de masculinidad.** Investigación cualitativa sobre el modelo masculino de masculinidad en varones chilenos de estratos medios y bajos. Universidad de Chile. Sin fecha.

Campos A; Salas J. Compiladores. **Masculinidades de Centro América.** 1. San José. Costa Rica. 2002.

Campos Álvaro. **Masculinidad y paternidad** en Memoria Jornada de reflexión: la paternidad responsable: un reto de las políticas públicas. INAMU, Consejo de paternidad responsable, Consejo nacional de la niñez y adolescencia. Costa Rica. 2001.

Claramundt Cecilia. **Ayudándonos a apoyar a otros.** OPS/OMS. Costa Rica. 1999.

DABS-HUMANIZAR. **Conversatorios entre hombres.** Colombia. 2002.

Falconí Fabiola, Pozo Sofía. **Revalorización de la personalidad de la mujer agredida.** OPS/OMS. Ecuador. 1999.

Jaramillo Sandra, Betancour Zaida. **Vamos: Guía para la conformación de comités de usuarios.** OPS/OMS. Ecuador. 1999.

Jiménez Rodrigo y Quesada, Erick. **Construcción de la identidad masculina.** ILANUD. Programa mujer, justicia y género. San José, Costa Rica, 1996.

Kaufman Michael. «**La paradoja del poder. Hablar de nuestras vidas de una manera diferente**» Centro para la investigación para América Latina y el Caribe de la Universidad de Toronto, Canadá.

Kaufman Michael. **Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias el poder entre los hombres.** Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino. TM, Colombia. 1995.

Menjívar Mauricio. **Guía metodológica para el trabajo sobre masculinidad.** INAMU. OEA. Costa Rica. 2001.

Puntos de Encuentro. **Somos diferentes, somos iguales.** Nicaragua. 1998.

Palma Abelardo. **Masculinidades. Encuentro con las emociones y sentimientos.** Formación y capacitación A.C. Educación y género. San Cristóbal de las Casas. Chiapas. México. 2000.

Quirós Edda. «**Abriendo mis alas para volar**»: **Para la revisión y fortalecimiento de la identidad de las niñas y adolescentes embarazadas y madres.** Instituto Nacional de las Mujeres. Costa Rica. 2000.

Quirós Edda. **Nuestro derecho a Con-Vivir en un mundo de justicia, respeto e igualdad entre mujeres y hombres.** Cuaderno didáctico para promover y defender el derecho a

construir relaciones de igualdad, justicia y respeto entre mujeres y hombres desde el espacio educativo. Para docentes de I-II y III nivel de secundaria. Instituto Interamericano de Derechos Humanos. Mayo 2002.

Quirós Edda. **Módulo para promover y defender el derecho a la Igualdad, Justicia, Desarrollo y Respeto para las personas que viven con VIH-SIDA.** Para facilitadoras/es. Instituto Interamericano de Derechos Humanos. Junio 2002.

Quirós Edda. **Para la construcción de paternidades responsables, nutricias y afectivas.** Documento base conceptual para el trabajo con la política nacional de paternidad responsable. Instituto Nacional de las Mujeres. Consejo de la Niñez y la adolescencia. Comisión Paternidad Responsable. Costa Rica. Setiembre 2002.

Quirós Edda. **“A los buenos les va bien... a los malos les va mal...” Mandatos Identitarios, estigma y discriminación en hombres que tienen sexo con otros hombres: su relación con la prevención del VIH/SIDA y otras ITS.** CIPACDH. Informe de Investigación. Costa Rica. 2002.

Revista Ornicar; **Diálogos con M. Foucault.** 10. 1977.

## UNIDAD TEMÁTICA #I

Lo que nos han dicho que debemos ser y hacer... Lo que nos pone en riesgo, lo que nos ofrece

## *¿Quién ha dicho cómo debo ser?*

Por siglos, se ha dicho que a partir del sexo con que se nazca, se estará marcado biológica y naturalmente para ser de cierta forma y para hacer solo ciertas cosas. Si es hombre «deberá ser» fuerte, poco afectivo, agresivo, heterosexual, vivir para trabajar y no trabajar para vivir, entre otras. Si se es mujer «deberá ser» suave, dulce, callada y «discretamente» heterosexual.

Es entonces donde se instaura una fragmentación, división y especialización «sagrada» e inmutable a la vista de los pueblos, pero que en la realidad oculta una de las más grandes estrategias sociales de control social al dividir y fragmentar arbitrariamente a las personas e imponer en las diferentes etapas de la vida, conductas, pensamientos, vivencias de la sexualidad, afectos, tareas, actividades, tipos de relaciones, valores, percepciones, comportamientos, sentimientos y responsabilidades.

Luego de siglos, estas creencias han sido cuestionadas y se reconoce, -aunque algunos/as permanecen aún en el oscurantismo- que los aspectos físicos, biológicos y anatómicos que distinguen a una mujer de un hombre, o que distinguen a un hombre de otro hombre o a una mujer de otra mujer **no** tienen por qué determinar el tipo de personalidad, los espacios de actuación, los roles, los poderes de que dispongan y mucho menos la superioridad, la inferioridad social o un destino predeterminado. Desde hace muchos años, primero mujeres y luego hombres, en diferentes partes del mundo, se han unido para denunciar el gran daño que esta fragmentación y sobre especialización de formas de ser y vivir ha tenido, al negar el derecho al desarrollo integral y diverso como seres humanos y humanas. Se han unido para que se reconozca que la discriminación, la exclusión y el maltrato que se genera cuando se intenta ser diferente es una de las más graves formas de violación a los derechos humanos.

Gracias a estas denuncias se han generado nuevos conocimientos, se ha releído la historia y se han construido otras formas de explicar la realidad, la vida y el desarrollo de los humanos y las humanas, es decir, se han construido una nueva ética de vida y del desarrollo humano que reconoce la riqueza de la diversidad entre las personas y las diferentes formas posibles de vivir una vida con bienestar.

### ❖ **Soy hombre**

Desde niños, durante la adolescencia e incluso aún cuando son adultos, a los hombres se les enseña que deben compartir una serie de características y mandatos, no solo para diferenciarse de las mujeres, sino para excluir todo lo femenino y todo lo que no parezca de los hombres.

La respuesta a la pregunta «¿Quién soy?» para los hombres encontrará sus contenidos en una paradigma dominante de masculinidad y este paradigma se convertirá en la representación simbólica de lo que debe ser y en la norma que deberá orientar y motivar su conducta.



El paradigma de la masculinidad en un momento determinado impondrá un «ideal» y los hombres deben adecuarse a él y probar que lo consiguieron. La masculinidad en nuestra sociedad requiere estar en constante prueba y bajo el escrutinio de otros hombres que la aprueben, de las familias y otras instancias del Estado.

Si son los otros hombres (entiéndase hombres de su comunidad y las instituciones que custodian la ideología patriarcal) los que evalúan el comportamiento masculino y definen si entra o no en el «reino de los elegidos», de los «buenos», de los que «valen» de los «importantes», muchos hombres tendrán que ir por la vida hablando y demostrado que si han logrado obtener lo que sí los hace hombres dentro de este modelo hegemónico y eso es:

- Repudiar lo femenino
- Medir su poder en forma permanente
- Medir su éxito, tener riqueza y posición social
- Ser fuerte, con las emociones bajo control
- No compartir ni expresar los sentimientos con nadie, mantenerse aislado
- Arriesgarse siempre sin tomar precauciones
- Negarse a reconocer su vulnerabilidad
- Ser y demostrar su agresividad
- Estar siempre listo para tener sexi, para funcionar siempre, durar mucho y satisfacer a las mujeres
- No ser rechazado nunca por una mujer
- Tener éxito en lo laboral
- Tener parejas que lo admiren, obedezcan y cuiden
- Desafiar el peligro
- No darle importancia a la salud
- No ponerle atención al dolor, a la tristeza

Entonces, la respuesta a la pregunta «¿Quién soy?», para los hombres en esta sociedad patriarcal será: Soy lo que tengo... lo que hago, sin importar lo que amo, lo que cuido, lo que siento, lo que me relaciono.

Si por el contrario algunos hombres no alardean y se negaran a asumir lo esperado, los otros hombres y las instancias sociales que representan lo masculino, se encargarán de hacerles evidente su fallo, su «anormalidad», serán **malos** y posiblemente obstaculizarán directa o indirectamente su osadía de cambiar, de ser diferentes y organizarán una vida diaria de forma que ellos, los diferentes, no solo no tengan cabida, sino que se les recordará que a los **MALOS** solo les puede esperar cosas malas.

### ❖ **Ser buenos... ser malos...**

Vivir es esta dicotomía entre ser bueno y amado y ser malo y excluido desgasta una cantidad enorme de energía vital que, no solo impide el desarrollo de nuestras potencialidades, sino que afecta nuestra proyección de futuro al convencernos que según cumplamos o no ese «deber ser» así será los premios o los castigo que recibamos.

Si asumir una opción sexual diferente a la norma heterosexual en esta sociedad es una sociedad es una de las transgresiones más graves a la norma social, ¿qué destino le podrá reparar a estas persona que osaron pasar el límite de lo permitido y aceptado?

### ❖ **Profecías y mandatos: «Lo que le espera a los malos... lo que le espera a los buenos»**

Si a los buenos les espera el «cielo», a los malos les espera el «infierno»: ¿si una persona se siente «mala», puede esperar que le sucedan cosas buenas como el bienestar, la calidad de vida, la salud, la vida y el amor?

La sanción por la «antinatural» o «anormal» se dirige a las raíces mismas de la identidad, es la identidad completa la que se pone en juego y el exilio de la culpa lo que le espera. Culpa por no ser «buenos», por transgredir los mandatos culturales.

Aunque muchas de las personas no están consientes de la gran influencia que estos mensajes enviados de ser «bueno y malo» han tenido y tienen sobre sus vidas, es necesario detenerse un momento y mirarlos. A veces creemos que son solo frases que nos han dicho, pero cuando nos ocupamos de acercarnos a ellas reconocemos el gran peso que siguen teniendo en nuestras vidas, sobre todo cuando sentimos que al no cumplir con ese «deber ser» no merecemos una vida digna, segura y feliz.

## **UNIDAD TEMÁTICA #2**

El impacto de la discriminación en nuestras vidas

### ***Ser diferentes no es igual a ser menos***

Si miramos a nuestro alrededor es claro que todos nos vemos, pensamos y actuamos distinto. Nos diferenciamos por lo que podemos pensar o sentir de algo, por nuestras características físicas, por la forma de vivir.

En esta organización social en la que vivimos se nos ha hecho creer que ciertas diferencias colocan a algunos grupos humanos en el lugar de los superiores y a otros en el lugar de los inferiores.

Esta idea se ha convertido en una manera de justificar que es por «naturaleza», por ejemplo, «que la mujer es inferior al hombre», «que los negros son perezosos», «los indios son hostiles y vagabundos», «los niños son ignorantes»... Y se instauró considerar «naturalmente» desiguales a quienes solo son diferentes.

Hasta el uso de la violencia contra ellas y ellos se ha justificado en razón de su «débil», peligrosa, «anormal» e «inferior» condición.

***Nos enseñan a temer lo diferente, a inferiorizar y excluir a las personas diferentes... y así nos enseñan a discriminar***

Esta sociedad limita el desarrollo del potencial vital de todas las personas por igual, al convencerlos de que solo algunos tienen derechos y, otros no; que solo unos pueden reforzar ciertos atributos o poseer ciertos bienes, cuando en la realidad don derechos que se abren para cualquier persona, sin importar sus características.

Es así como nos enseñan no solo a tenerle miedo y desconfianza a las personas que piensan, parecen o viven diferente a mí, nos hacen creer que las diferencias son sinónimo de conflicto, crisis, problema, peligro, enfermedad.

Hemos tenido pocas posibilidades de crecer valorando a las personas por lo que son y no por lo que tienen o «deberían ser». Después de pequeños nos enseñan a medir y valorar a los demás por sus características, y poco se nos habla de que todas las personas somos diferentes y que eso es una gran fuente de riqueza, una gran oportunidad de compartir y aprender.

Por el contrario esas enseñanzas nos hacen dividir a las personas, nos hacen darles u valor, colocarlas en un lugar social, incluso asignarles un destino y clasificarlas entonces en:

- ❖ Valiosas/os - No valiosas/os
- ❖ Buenas/os - Malas/os
- ❖ Superior - Inferior

***Y así se sientan las bases de la discriminación***

Que nos impide reconocer nuestras semejanzas, nuestra equivalencia como humanos y humanas (somos igualmente humanos/as) y así construir la empatía, la solidaridad, la capacidad de ponerme en el lugar del otro/a.

***¿Qué es, entonces, la discriminación?***

*«Cuando se establecen distinciones que no solo crean grupos diferentes, sino que al mismo tiempo sugieren que uno de los grupos es mejor o peor que el otro lo que se está haciendo es discriminar»*

(IIDH. Carpeta Latinoamericana de materiales didácticos para educación en DDHH. Costa Rica. 1995).

***Discriminamos a través de los prejuicios y los estereotipos*** con los que «medimos» a las personas. Un prejuicio es como la palabra lo indica, dar un juicio antes de tener la información suficiente para dar alguna opinión sobre alguien o algo. Los prejuicios son opiniones anticipadas y arbitraria, que casi siempre nacen de repetir lo que otro también han oído y terminan aceptándose como verdaderos. (IIFE. Op. Cit, 1995 p13. Unidad 2).

Un prejuicio contra cierta personas o grupos de personas -como es el caso de las personas gay- nace de los estereotipos. Un estereotipo es una serie de rasgos o características que las sociedades han definido debe caracterizar a un grupo, en su aspecto físico, mental y/o en su comportamiento, aunque esa definición niegue que la realidad es diversa. Por eso se dice que los estereotipos restringen, mutilan y deforman la realidad porque se le simplifica (se seleccionan solo uno o unos pocos elementos o rasgos y se ignoran los demás) y después, se le generaliza (se asignan los rasgos simplificados automáticamente a todas las personas que conforman un grupo). IIDH.Op.Cit, p.16

La discriminación puede ser el resultado de una acción o una omisión, puede ser intencional o no intencional, directa o indirecta, sutil o abiertamente hostil, pero sea como sea, produce profundas daños en la vida de las personas que la reciben, porque cualquiera sea la forma en que se manifieste, se convierte en graves formas de violencia. Y como cualquier otra forma de violencia sobre todo cuando se recibe de la familia va por un lado reduciendo las potencialidades para reconocerse con derecho a una vida de calidad y por otro, va consolidando sentimientos de hostilidad hacia los demás.

### ***Los graves daños de la discriminación***

La discriminación contra cualquier persona pero en especial contra las personas que tienen sexo con hombres y la autodiscriminación que de ella deriva se puede tener graves consecuencias para su vida y su salud sobretodo si se ha generado tempranamente en el lugar del que se esperaba cuidado y protección: el hogar.

No tener posibilidad de crecer reconociéndose sujeto de derecho porque se está «haciendo cosas malas», o se está viviendo «una mala vida» no permite asumir el derecho al bienestar, a vivir con calidad, y por el contrario le hace creer a las personas que son tachadas de «malas» que la vida o lo les puede deparar -como dijo uno de los entrevistados- «infelicidad, sufrimiento, dolor, enfermedades y muerte».

Cada vez que se viola nuestro derecho humano a ser PERSONA, a vivir con bienestar... ***Es decir, cada vez que somos discriminación...*** esa violación se transforma en una forma de violencia y como tal

daña áreas vitales de nuestro ser que son fundamentales para enfrentar y transformar el mundo con fortaleza, creatividad y osadía que son fundamentales para desarrollar la capacidad de respuesta, defensa y acción. \*

\*A lo largo de 14 años de trabajo en la atención y prevención de la violencia intrafamiliar y en la promoción y defensa de los DDHH de diferentes grupos he podido reconocer que las mismas áreas vitales que son afectadas por la violencia intrafamiliar, son dañadas en general cuando se violan los DDHH, cuando se discrimina, excluye e inferioriza a las personas en razón de su sexo, edad, etnia, opción sexual, nacionalidad, condición de salud, discapacidad entre otras. ¿Qué es la violencia intrafamiliar sino una de las más graves formas de exclusión y discriminación?

### *Áreas vitales dañadas por la violencia generada por las diferentes formas de discriminación*

- ❖ **La confianza:** La traición reduce la posibilidad de confiar en los-as demás. No es posible confiar en otros o en la vida cuando se vive desde y con el miedo como elemento central de la vida.
- ❖ **La imagen y el valor de sí misma-o:** Es difícil mirarse como una-un ser humana-o valiosa-o y con derechos. Se produce una estigmatización. «Algo he hecho, algo tengo que hace que me maltrate, que abusen de mí».
- ❖ **El cuerpo, los deseos, el placer:** Es un cuerpo desconocido, fragmentado. Un cuerpo para otros, utilizado y manipulado por otros.
- ❖ **La capacidad de controlar el mundo:** Reconocerse impotente impide darse cuenta de los poderes personales con los que se cuenta.

### *¿En qué forma afecta a los HSH la discriminación?*

Las diferentes formas de violencia generadas por la discriminación contra los HSH que viven muchos de ellos desde su infancia en sus familias y comunidades, afectan porque:

- ❖ Consolida la creencia de que se es «malo» y que eso hará que no merezca un buen futuro.
- ❖ No permite que tengan una noción de ser sujetos de derechos.
- ❖ Crea un clima de miedo y pérdida de confianza en sus capacidades de control sobre su vida y salud.
- ❖ Dificulta la posibilidad de que las personas reconozcan los poderes con que cuenta puede contar para fortalecer y aumentar sus capacidades personales y sociales que le faciliten su desarrollo integral.
- ❖ No permite que la sociedad le reconozca a las personas sus derechos.
- ❖ Debilita la autoconfianza que una persona puede tener en que puede influir y accionar cambios que le permitan mayor control sobre la construcción de una mejor calidad de vida.
- ❖ Impide que busquen información por miedo a ser discriminados.
- ❖ Puede generar que se asuman conductas de hostilidad y poca empatía hacia otros como reacción a la violencia recibida.

La discriminación y estigmatización sobre los grupos HSH se está convirtiendo en un grave obstáculo para la construcción de la salud sexual y a pesar de que algunos sectores de la sociedad, todavía son intentos aislados. Es urgente que cada vez más Estados reconozcan su obligación de enfrentar esas otras graves «enfermedades sociales oportunistas» como es el estigma y discriminación que están viviendo este grupo.

Si sumamos el costo el costo de vivir bajo la sentencia de que por ser un HSH se tendrá un futuro «malo» más el desgaste de energía que implica enfrentar la violencia que produce la discriminación.

- ❖ ¿En qué condiciones estarán los HSH para sentirse con control sobre la vida, el cuerpo y los afectos?
- ❖ ¿En qué condiciones estarán para identificar, cuestionar y transformar una masculinidad que los pone en riesgo, si ya de por sí es difícil hacerlo para los hombres heterosexuales?
- ❖ ¿En qué condiciones están para dirigir su potencial al cuidado de sí mismo?
- ❖ ¿Cómo no devolver hostilidad y despreocupación por lo demás?
- ❖ ¿En qué condiciones están de ser solidarios, responsables y empáticos con otros si no lo han experimentado en sus vidas?
- ❖ ¿Cómo aprender a ser respetuoso y co-responsable si no se ha recibido respeto, si no ha sido reconocido y tratado con afecto, consideración, justicia e igualdad?

Vivir libre de la violenta de la violencia que genera la discriminación y el estigma es un derecho humano fundamental que los Estados tienen el deber de proteger y garantizar a todas las personas por igual.

Ponerle palabras a las vivencias de discriminación y reconocer el grave impacto que esa forma de violencia tiene sobre las personas, así como crear espacios para fortalecer la noción de ser sujeto de derechos, es necesario si realmente se requiere construir una verdadera prevención y atención de calidad a la salud sexual de las personas en general y para los HSH en particular.

Cada vez que un HSH tenga la oportunidad de reconocer que tiene derecho a una vida de calidad por el solo hecho de ser humano, va a estar en condiciones de hacer suyos poderes que le van a facilitar accionar cambios en su beneficio y de las personas que lo rodean.

### *¿Qué es ser sujeto, sujeto de derecho?*

- ❖ *Cuando reconozco y me reconocen los poderes con que cuento o debo contar para fortalecer y aumentar mis capacidades personales y sociales frente a la construcción del bienestar.*

- ❖ *Cuando fortalezco y me facilitan fortalecer mi autoconfianza en que puedo influir y accionar cambios que nos permitan mayor control sobre la construcción de una mejor calidad de vida.*

Pero ser sujeta y sujeto de derechos no solo se fortalece cuando a nivel individual reconocemos que somos personas y no objetos que pueden ser manipulados y utilizados, excluidos por los demás. Se fortalece en la relación que se genera cuando yo reconozco mi condición de persona y los demás también la reconocen.

Por supuesto que una gran parte del camino lo recorreremos cuando logramos hacer el reconocimiento personal o grupal de ser sujeto/a de derechos, y eso nos da una gran fuerza, creatividad y osadía para defender nuestros derechos. Pero este recorrido no es solo una tarea individual, las comunidades y los Estados tienen la responsabilidad de velar porque todas/o sus ciudadanas/os sean también tratados/as como personas con derechos.

***Reconozco** mi condición de persona que merece y tiene derecho a vivir con bienestar y calidad de vida.*

*+*

***Se me reconoce** en mi vida privada y pública (familia, comunidad, Estado) mi condición de persona que merezco y tengo derecho a vivir con dignidad y bienestar:*

*=*

*Ser sujeto, sujeta de derechos.*

## UNIDAD TEMÁTICA #3

Un encuentro con nuestra sexualidad, con el amor, la pareja y mi derecho al bienestar\*

\*Este apartado se adapta de Quirós R. Edda. Con la fuerza efectiva del deber y el querer: hacia la construcción de paternidades presentes, nutricias y seguras. Documento de apoyo para la reflexión conceptual alrededor de las paternidades. INAMU. Comisión Nacional de Paternidad Responsable. 2002. Cap. 2

### *Viviendo una sexualidad que nos pone en riesgo*

Si reconocemos como derecho vivir sexualidades empáticas, responsables, para el bienestar mutuo y libre de toda forma de discriminación, coerción y maltrato, podremos dar un paso fundamental en la tarea de asumir nuestra orientación sexual.

Consolidando otra ética (personal y social) masculina de la convivencia sexual se crearán condiciones que abrirán las puertas para que los hombres enfrenten sus responsabilidades y compromisos ante su salud sexual y la de los demás.

Esta cultura patriarcal ha impuesto a los hombres el mandato de la demostración de su virilidad mediante la afirmación de su sexualidad. «Todo hombre sabe que necesita demostrar su hombría a través del ejercicio de la sexualidad activa, en la cual no se deje duda alguna de que “puede funcionar” y de que lo hace muy bien». Campos A. Salas J. Compiladores. Masculinidad en Centro América. I ed. San José. Costa Rica. 2002. Pag. 201.

Aquí la pregunta que podríamos hacernos sería: ¿Y no será parte de su demostración de control y de esa urgencia de afirmación, que se expone a experiencias riesgosas sin pensar que está de por medio de su vida y la del otro?

### *Un encargo cultural que los pone en riesgo*

El encargo de la cultura patriarcal hacia la sexualidad masculina, sin importar la orientación sexual del hombre va dirigido a:

- ❖ Una sexualidad de hazañas y demostrativa.
- ❖ Una sexualidad centrada en su propio placer.
- ❖ Una sexualidad que se reduce a la genitalización y más aún a un acto de penetración, reduciendo su sexualidad a la erección, penetración y eyaculación. El placer no está en la vivencia erótica con la otra persona, sino en la «prueba superada».
- ❖ Una genitalidad sin control: «no podía detenerme», «cuando la de abajo se para, la de arriba no piensa», pero al mismo tiempo debe saber qué hacer en todo momento y mantener el control de la situación.
- ❖ Una sexualidad para sí, centrada en las necesidades del hombre, con pocos referentes de las necesidades de la otra persona o de las consecuencias que pueda tener esa relación para esta.

Muchos de los mitos patriarcales sobre los que está fundada la vivencia de la sexualidad de hombres y mujeres que facilitan se instaure múltiples formas de violencia, entre ellas, la creencia desde la masculinidad, de que el placer o más bien, el deber de demostrar su poder sexual, está antes de cualquier preocupación por las demás personas, incluyendo las mujeres, los niños/as u otros hombres que puedan concebirse de esas relaciones. Necesitamos revisarlos para darnos la oportunidad de asumir una posición frente a ellos para re-significarlos.

### *Mitos que compartimos*

Algunos mitos patriarcales que tienen un grave impacto sobre la vivencia de la sexualidad.

- ❖ **Tengo que controlar al otro:**



Necesitamos entender la experiencia erótica como una experiencia de igualdad y reciprocidad. No puede existir ni un único responsable, ni un único experto, lo que tendría que darse es el encuentro de dos personas con necesidades, expectativas y deseos se ser tratadas con respeto, cariño y cuidado, el encuentro de dos personas con el mismos deseo de dar y mismo derecho de recibir.

❖ **Las relaciones sexuales son lo máximo, es lo que más de placer, es donde realmente demuestro que soy un hombre:**

Muchas personas crecen con poco espacios y posibilidades de experimentar placer en diferentes áreas de sus vidas (en la familia, amigas/os, escuela, comunidad) y se les ha convencido que será en la sexualidad o con la pareja donde al fin se llenarán tantos vacíos y carencias. Lo que hace que pongamos muchas expectativas en lo que nos va a «llenar» las experiencias sexuales aunque las vivamos en las condiciones más serias de riesgo.

A los hombres se nos ha hecho creer que solo el hecho de demostrar sus hazañas sexuales es suficiente para vivir una vida feliz y placentera. Esa es una de las grandes mentiras de la masculinidad, muchos hombres heterosexuales o no, llegan a una relación con grandes vacíos y carencias personales que van a hacer que se sobrevalore cualquier cosa placentera por pequeña que sea, haciéndoles creer que eso es lo máximo, cuando en realidad lo que reciben o es poco para lo que merecen o incluso les está lastimando o poniendo en peligro.

Muchos con tal de no perder la oportunidad de demostrar su hombría y con tal de no perder tal vez la única fuente de placer en sus vidas, -como puede ser el sentirse importante para su pareja o tener algunas sensaciones placenteras durante las relaciones sexuales- se ven imposibilitados de decir NO a alguien que les está imponiendo una práctica sexual que no les gusta o les está haciendo daño y decir que NO a diferentes formas de violencia en la vida diaria de pareja.

Recordemos que, por carentes podemos ser voraces, y es necesario detenerse y pensar qué carencias estamos tratando de llenar cuando nos estamos exponiendo a una sexualidad voraz que no permite identificar situaciones peligrosas que pueden atentar contra la integridad personal o de la otra persona. Tenemos que identificar donde están nuestras carencias, nuestros vacíos, las carencias de nuestra vida tenemos que llenarlas donde están esos vacíos, no podemos tapan el sol con el dedo y creer que solo los encuentros sexuales nos van a dar placer o a resolver el bienestar que tenemos que construirlo en muchas partes.

El lugar de la familia, el sentido del trabajo, del descanso y el sentido de la amistad son ejes que son necesarios revisar y redimensionar como otras fuentes de placer que llenen nuestras vidas.

Las relaciones sexuales pueden ser muy gratificantes por sí mismas porque puede estimular una serie de sensaciones placenteras no solo por las que se generan en el cuerpo, sino por la sensación que

se produce al sentir que somos deseados y queridos por alguien, por el hecho de sentir que alguien nos mira, nos acaricia, nos confirma que somos importantes en su vida.

Las relaciones sexuales pueden ser muy placenteras cuando se dan en un ambiente de conocimiento por el cuerpo, respeto, reciprocidad y cuidado físico y emocional mutuo.

❖ **Tener relaciones sexuales es parte de ser hombre, es natural e instintivo por eso no hace falta conocer sobre eso:**

Muchos hombres creen que no hace falta conocer más sus cuerpos y sexualidad, porque dicen que tener relaciones sexuales es algo espontáneo, natural e instintivo. En realidad lo que es espontáneo es el deseo, las ganas de hacer el amor, pero la relación en sí es algo que se construye y se aprende.

Diferentes estudios sobre la conducta sexual de los hombres y las mujeres confirman que el conocimiento inadecuado del sexo les genera grandes problemas.

Para construir una gratificante, responsable y segura vida erótica es importante cuestionar, preguntar, dudar, indagar, averiguar, porque esto va a permitir tener más control sobre el cuerpo y experiencias sexuales.

Muchos hombres siguen creyendo que el conocimiento sexual no es necesario. Esta creencia los expone no solo a experiencias insatisfactorias, de incertidumbre, temor o dolor por no saber qué puede pasar o no reconocerse persona con derecho a opinar y decidir, sino a experiencias que pueden ser de riesgo para su salud sexual y su salud reproductiva.

Adquirir conocimientos sexuales como un derecho por vías diferentes y variadas, tales como las lecturas, grupos de reflexión o de autoayuda, conversaciones con adultos/os o maestras/os sensibles e informados, entre otros, van a fortalecer la capacidad de decidir y experimentar cuándo y bajo qué condiciones vivirán su sexualidad. Una sexualidad donde puedan gozar de sus sentimientos sexuales y para obtener y brindar placer de maneras diferentes, satisfactorias y sin riesgo.

Todas las personas necesitan recibir una educación para la sexualidad libre de prejuicios, que fomente el respeto, el cuidado mutuo y el sentido de la equidad. Que fomente el derecho de cada persona a decidir sobre su propio cuerpo así como la responsabilidad de cada cual de cara a sus propias decisiones y actos. Puntos de encuentro. Somos diferentes, somos iguales. Nicaragua. 1998. P. 109.

❖ **Cambios que merecemos:**

En los últimos años, con el cuestionamiento y análisis de muchos aspectos que han condicionado y siguen condicionando el cuerpo y la sexualidad de las mujeres y hombres, se han producido algunos cambios que son significativos en las posibilidades de realizar y vivir una sexualidad que reivindique la condición de humanas y humanos con derechos, de vivir una sexualidad segura, empática y responsable.

Muchos hombres están hablando y asumiendo la tarea de hacer cambios que los liberen de roles, de estereotipos, de miedos, de culpas y riesgos en la vida sexual, y han reconocido que quieren salir

del lugar de las hazañas y la voracidad y entrar en el lugar de los derechos para asumir también las responsabilidades que estos implican. Y algunos de estos derechos que se cuelean por sus añoranzas loes he podido resumir así:

- El derecho a crecer reconociendo el valor del otro o la otra, de su cuerpo, de sus pensamientos, sentimientos y necesidades.
- El derecho a la felicidad, los sueños y las fantasías tanto para ellos como para los demás.
- El derecho a buscar afecto y relaciones sociales, no solo encuentros genitalizados.
- El derecho a conocer y amar su cuerpo, no solo a exaltar sus geniales como símbolo de poder.
- El derecho a explotar su sexualidad, no porque eso lo hace hombre, sino porque puede acercarse a esta, libre de miedo, vergüenza y culpa por no «dar la talla», libre de falsas creencias y otros impedimentos.
- El derecho de cada cual a vivir su propia sexualidad libre de violencia, discriminación o coerción hacia otros o hacia sí mismo, en el marco de las relaciones basadas en la igualdad, el respeto y la justicia.
- El derecho a vivir una sexualidad segura, que no atente contra su integridad física y mental, ni la de otras personas.
- El derecho a la salud sexual de ellos y sus parejas que pasa por el derecho de practicar el sexo seguro para prevenir las enfermedades de transmisión sexual, el VIH/SIDA y los embarazos no deseados.
- El derecho a escoger pareja sexual sin discriminación.
- El derecho a ser un hombre sexualmente activo o no.
- El derecho a gozar la sexualidad independientemente del coito.
- El derecho al coito como acto de placer y alegría que se comparte.

## ACTIVIDADES

### Sesión #1

#### El «deber ser»: ¿«ser» bueno...? El «deber ser»: ¿«ser» malo?

##### ❖ ¿Qué queremos hacer?

-Identificar los mensajes y enseñanzas recibidas desde la infancia que definen «cómo deben ser» los hombres.

-Reconocer el impacto que se produce cuando se intentan hacer cambios y se transgrede el «deber ser», colocando a las personas en el lugar de los buenos o los malos.

❖ **¿Cómo lo podemos hacer?**

-Hoy es el primer día del taller, es un día muy especial, refuerce el hecho de que hayan venido. Pasen a presentarse para que sepan su nombre, de dónde vienen, por qué llegaron al taller y qué esperan de él (anote lo que esperan del taller en una hoja de rotafolio). Puede hacer alguna dinámica de presentación, romper el hielo.

-Usted puede colocar una hoja de rotafolio en la pared y anotar la respuesta que den a «Estoy aquí para...» Cuando terminen de presentarse retome las respuestas para revisar con ellas sus expectativas, creencias, dudas o temores. Basándose en esa discusión, cuénteles qué los reúne hoy: ¿quién está apoyando este taller?, ¿por qué participar en este taller es una oportunidad tan importante para todos?

-Pase ahora a explicar la metodología que se va a utilizar, es decir, cómo se va a trabajar: ¿cuánto tiempo estarán juntos?, ¿cada cuánto se verán?, ¿qué temas se van a desarrollar?, ¿de qué forma está organizada y de qué forma se va a trabajar en cada sesión? ¿Cuáles son sus derechos dentro de este proceso y cuáles son sus responsabilidades?

-A continuación, defina con los participantes los pactos que como grupo van a orientar las relaciones entre todos, y la forma de trabajar a lo largo del proceso de reflexión. Recuerde que estos pactos se hacen con el objetivo de identificar la forma de convivencia y de trabajo que más ayudaran a aprovechar este espacio de crecimiento.

-Pase a explicarles cuál es el tema y los objetivos que se persiguen cumplir con el trabajo de la sesión de hoy. Cuénteles a los participantes que tanto a mujeres como a los hombres les dicen desde pequeñas/os cómo deben de ser. Explíqueles que en este ejercicio van a hacer un resumen de esa forma de ser que les han enseñado; lo que pasa cuando se han negado a ser de la forma que les dicen que deben ser y van a pensar cuáles de esos mensajes los fortalece, les ayuda a vivir con fortaleza y cuáles de esos las pone en riesgo y los debilita. Puede poner en la pizarra o en una hoja de papel el siguiente esquema para que les facilite hacer su reflexión.

---

	Niño	Adolescente	Adulto
Me decían que debía ser...			
Me decían que era «bueno» cuando...			

---

Si no quería ser así me  
decían o dicen que  
era/soy...

-De una media hora para que las participantes desarrollen esas preguntas en los subgrupos. Luego retómelo en una plenaria. Ponga en una hoja los mensajes que fueron seleccionados y hagan una reflexión de lo que encuentran en común y del impacto que tuvo en sus vidas tener que ser como la sociedad y la familia decía, así como el impacto que tuvo en sus vidas el no haber hecho lo que decían.

-Pueden pasar ahora a un refrigerio y luego retomar el trabajo en subgrupos para que construyan una nueva definición de lo que es ser «bueno y malo», más allá de lo que dice la sociedad de lo que es un hombre bueno o malo...

*Un hombre bueno es aquel que...*

*Un hombre malo sería aquel que...*

-Revisen lo que se produjo y hagan su reflexión.

-Pueden solicitar a los participantes traer de «tarea» para la próxima sesión tratar de acordarse de las sentencias negativas que les mandaron o siguen mandando cuando transgreden el sistema social: ¿qué futuro le espera a los «malos»?

-Cierre la sesión con alguna despedida donde se carguen del cariño y solidaridad grupal.

## Sesión#2

*Profecías y mandatos: «Lo que le espera a los malos... lo que le espera a los buenos...».*

*Transformando las profecías*

### ❖ ¿Qué queremos hacer?

-Identificar las profecías, sentencia o mensajes, negativos que manda la sociedad cuando se transgrede el «orden» social.

-Construir nuevas formas de enfrentar esos mensajes negativos, esas profecías para que no nos obstaculicen vivir con bienestar.

### ❖ ¿Cómo lo podemos hacer?

-Deles la bienvenida a esta segunda sesión. Pregunte cómo se sienten hoy y si pensaron en algo de lo que se trabajó la sesión pasada. Dé el tiempo que necesiten para dudas o comentarios. Dígales que hoy van a continuar revisando las profecías, sentencia o mensajes negativos que les han mandado cuando

han decidido vivir de forma diferente a lo que la sociedad dice. También van a tratar entre todos de construir nuevas formas de enfrentar esos mensajes negativos, esas profecías.

Ahora va a pedirle a los participantes que traten de acordarse de:

-Alguna sentencia o mensaje negativo que les mandaron alguna vez por vivir de forma diferente a como decían los demás.

-¿Qué les dijeron?

-¿Por qué se los dijeron?

-¿Cómo se sintieron?

-¿Cómo creen que esos mensajes les siguen afectando ahora?

-¿De qué forma pueden enfrentar esos mensajes negativos para que no les siga afectando y obstaculizando su derecho a vivir con bienestar?

- ❖ Una vez hecha esta reflexión individual van a compartirla en pequeños subgrupos durante una hora.
- ❖ Cuando terminen la reflexión pueden pasar al refrigerio y volver en plenario a revisar la experiencia. Revisen primero los mensajes y el impacto que han tenido en sus vidas y luego trabajen sobre las propuestas construidas para enfrentar esos mensajes, esas sentencias. Refuerce el derecho que tenemos a vivir con bienestar.
- ❖ Recuerde cerrar la sesión con alguna despedida donde se carguen del cariño y solidaridad grupal.

## Sesión#3

### Enfrentando el dolor y el enojo de la discriminación

❖ **¿Qué queremos hacer?**

-Identificar los sentimientos que han generado y generan las diferentes experiencias de discriminación y el impacto que ha tenido en la vida.

-Reconocer nuevas formas de enfrentar esas experiencias de discriminación.

❖ **¿Cómo lo podemos hacer?**

-Recuerde siempre iniciar la sesión preguntando si han tenido la oportunidad de reflexionar sobre los temas tratados, o si les ha pasado algo especial relacionado con lo discutirlo la semana anterior.

-Divida al grupo en subgrupos y le va a solicitar a cada persona del grupo que van a tratar de acordarse de: «una vez en la que me sentí discriminado por alguien, de una vez donde me hicieron sentir que era menos, inferior o que no tenía derechos». Va a acordarse ¿cómo se sintieron?, ¿por qué los

discriminaron?, ¿quién los discriminó?, ¿cómo se dieron cuenta de que los estaban discriminando?  
¿qué efectos tuvo esa experiencia en ese momento o después?

-Una vez que tienen las historias las van a compartir entre las personas del subgrupo. De todas las historias van a elegir una y organizarán una dramatización o un dibujo colectivo en la que va a contar la experiencia y cómo se sintieron.

-Mientras cada subgrupo hace su representación usted puede poner en la pizarra las experiencias y los sentimientos que generaron para analizarlas, como aparece en el siguiente cuadro:

---

**Siento que me discriminaban porque yo...**

**¿Quién me discriminó?**

**¿Cómo me di cuenta?**

**¿Cómo me sentí?**

**¿Cómo creo que me afectó en ese momento o después?**

---

-Estimule a los participantes a que identifiquen los sentimientos que se generan cuando una persona les hace sentir que son menos, inferiores o que no tienen derechos, y el daño que puede ocasionar en sus vidas.

-Puede revisar algunas de las cosas que vienen en el apartado de Reflexión, refuerce cómo esta sociedad nos enseña a clasificar a las personas en superiores, inferiores, cómo nos enseñan a no respetar las diferencias ni a verlas como fuente de enriquecimiento y aprendizaje, sino como algo que hay que temer y desconfiar.

-Dígales que en la siguiente sesión van a construir entre todos estrategias para cambiar esos aprendizajes y poder promover y defender su derecho al desarrollo y bienestar.

-Cierre la sesión con un círculo en donde cada uno comparta su energía, afecto, fuerza y solidaridad. Puede decirle a los participantes que para la próxima sesión pueden traer un paño o una alfombra pequeña porque se va a hacer ejercicios de relajación que les ayude a entrar en contacto con su derecho a ser bien tratados y respetados.

## **Sesión #4**

**Para encontrar nuevas formas de enfrentar esas experiencias de discriminación**

**Soy sujeto de derechos**

❖ **¿Qué queremos hacer?**

-Reconocer nuevas formas de promover y defender el derecho a vivir libre de discriminación.

### ❖ ¿Cómo lo podemos hacer?

-Se va a iniciar la sesión con un ejercicio de fortalecimiento de la imagen de sí mismo.

-Solicite a los participantes que se sienten cómodos o si tienen posibilidad de acostarse lo pueden hacer, el que quiere y se siente seguro para cerrar los ojos puede hacerlo. Dele grupo la siguiente indicación (hasta que se la aprenda, puede copiarla en una hoja aparte y leerla con voz suave y despacio):

«Vamos a hacer un recorrido, un viaje, por nuestro yo, vamos a “vernos” y “oírnos”. Este es mi cuerpo, este soy yo y soy una persona valiosa que merece respeto, cariño y cuidados.

Cada vez que ustedes tomen aire (inspirar) van a explorar su interior y lo van a llenar de luz y energía que les va a dar salud y tranquilidad. Y en cada expiración (sacar el aire) liberarán la tensión que puede estar afectando su interior, su yo.

Concéntrense ahora en la cabeza, la cara: sienta el cráneo..., ahora la frente..., ojos..., nariz..., mejillas..., boca..., mandíbula... y barbilla. Recorra cada parte tomando aire y brotándolo poco a poco. Este soy yo, puedo ver, sentir, pensar, decir y hacer cosas, tengo muchos medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser productivo... Soy un buen ser humano, nadie tiene derecho a maltratarme, a hacerme sentir que soy menos, inferior, ni mucho menos enfermo o anormal.

Siga concentrándose en el cuello... los hombros... y los brazos... Allí donde encuentre más tensión respire y bote el aire despacio. Pase al pecho... estómago... espalda... desde los hombros hasta las nalgas. Deje que su espalda se relaje, que descanse.

Sientan y escuchen a su cuerpo. Merece cuidados y ser bien tratado. La energía vital está dentro de ustedes... déjenla salir... sientan como cada vez que entran en contacto con una parte de sus cuerpos la llenan de luz y energía.

Este soy yo, tengo derecho a vivir con bienestar... no voy a permitir que los sentimientos y pensamientos negativos de los demás me impidan ser feliz y cuidarme, no voy a permitir que me hagan creer que no merezco un buen futuro, soy un buen ser humano que respeto a los demás como quiero que me respeten a mí.

Vamos a terminar este viaje con las piernas... tomen aire... sáquenlo y mientras relajen y llenen de energía y luz las piernas... ahora los pies... Descansen... respiren despacio... sientan sus cuerpos... Ese cuerpo les pertenece... su vida es valiosa... única... no tiene porqué depender de la aprobación de nadie... usted tiene derecho a ser amado por lo que es, usted merece ser cuidado y tratado con respeto. Voy a fortalecer mi cuerpo y mi espíritu para que no deje entrar la hostilidad de los demás, voy a dejar entrar solo lo que me fortalezca, no quiero dejar en mí resentimientos ni tirzcas porque me van a



debilitar. Voy a liberarme del peso que genera en mi vida la violencia, tengo derecho a pedir respeto, apoyo, solidaridad. Doy gracias a la vida por estar con vida y tener por delante sueños que cumplir».

-Van a ir abriendo los ojos poco a poco los que los cerraron y se van a estirar despacio. Luego se van a sentar lentamente, y van a revisar cómo se sintieron.

-Pueden pasar al refrigerio y volver a organizarse en subgrupos para compartir las estrategias que cada uno han usado para enfrentar la discriminación. Dígales que revisen cuáles estrategias les han ayudado a crecer como seres humanos y cuáles estrategias no les han ayudado y por el contrario, los ha debilitado.

-Una vez terminada la revisión en el subgrupo, pasen a plenaria a revisar las estrategias.

-Cierre la sesión como siempre, dejando un espacio para un mensaje positivo, un aplauso colectivo y un reconfortante abrazo de solidaridad.

## Sesión #5

### *Mi derecho a vivir una sexualidad segura, co-responsable y placentera*

#### ❖ ¿Qué queremos hacer?

-Identificar y reflexionar alrededor de los deberes, los placeres, los miedos y las confusiones asociadas a la sexualidad y las experiencias erótico-genitales entre HSH.

-Reconocer nuevas formas de promover y defender el derecho a vivir una sexualidad segura, co-responsable y placentera.

#### ❖ ¿Cómo lo podemos hacer?

-Inicie la sesión como siempre, celebrando que pudieron venir y haciendo una revisión de cómo han estado. Cuénteles que hoy van a hablar sobre su derecho a vivir una sexualidad segura, co-responsable y libre de toda forma de coerción y violencia y que van a reflexionar alrededor de los deberes, los placeres, los miedos y las confusiones asociadas a la sexualidad y de las experiencias sexuales que han tenido.

-Divida en tres subgrupos a los participantes y deles la indicación de que van a trabajar escribiendo la historia de 3 chicos que como ellos tenían sus relaciones y experiencias sexuales. El grupo 1 va a escribir la historia de Juan. El grupo 2 la de Gabriel. Y el grupo 3 la de Rubén.

-Puede decirles que entre otras cosas pueden escribir:

- ¿Quién era Juan, Gabriel, Rubén?
- ¿Qué edad tenían?

- ¿Tenía pareja? Si tenía, ¿cómo era su relación de pareja?
- ¿Qué creían que era la sexualidad, y cómo tenían que actuar?
- ¿Creían que la sexualidad le podía traer placer? ¿Como qué placeres?
- ¿Qué temores le producía la sexualidad?
- ¿Qué confusiones y dudas sentían cuando se tenía que enfrentar a su sexualidad y la de la otra persona?

-Si usted lo prefiere y dependiendo de las características del grupo puede darles una historia ya hecha, por ejemplo: «Juan tiene 18 años y hace dos días conoció a Alfredo y ya dice que son novios. Juan aprendió que el sexo es... y que lo único que se puede esperar de él es...»

-Una vez que los participantes han terminado de diseñar la historia, decidirán la forma en que presentarán al grupo su trabajo y lo organizarán. Puede ser a través de teatro explicando la historia, dibujándola, haciendo un collage, entre otros. Coloque en una hoja el siguiente esquema para que le ayude a ir dirigiendo la reflexión y así ir anotando los deberes, placeres, temores y confusiones que han identificado en cada historia.

---

**Nos dicen qué debemos pensar y actuar**

**Los placeres que creo da**

**Los temores**

**Las confusiones**

---

-Tome un momento para hacer una reflexión de lo que ha sido la educación para la sexualidad en esta sociedad para los hombres en general y para los HSH en particular. Mencione cómo en diferentes partes del mundo se está luchando por denunciar el daño que nos han hecho esas «enseñanzas» y cómo se está trabajando para que se promueva y defienda el derecho que tenemos a vivir una sexualidad libre de violencia y riesgos para nuestra vida.

-Pueden pasar a tomar el refrigerio y luego dividir a los participantes en subgrupos y darles una copia del apartado de «Mitos que compartimos» y «Cambios que merecemos» para que los lean y discutan. Pueden escoger unos 3 derechos de la lista que aparece en el apartado y van a definir lo que necesitan para hacer efectivos esos derechos sexuales seleccionados. En una plenaria abra el espacio para presentar lo que crearon y hagan sus reflexiones de cierre.

-Una vez finalizada la reflexión se van a poner en círculo para agradecer lo que compartieron y aprendieron entre todos, pueden darse un fuerte aplauso y abrazo por lo que lograron compartir en esta sesión.

## Sesión #6

## *Sobre el amor y la pareja*

### ❖ **¿Qué queremos hacer?**

- Identificar algunos mitos y fantasías alrededor del amor y la pareja.
- Fortalecer el derecho de todo ser humano de tener relaciones en pareja basadas en la equidad, la igualdad, el respeto, el cuidado mutuo y la solidaridad.

### ❖ **¿Cómo lo podemos hacer?**

- Inicie la sesión contando que hoy van a reflexionar alrededor del amor en pareja. Revise los objetivos de la sesión de hoy.
- Van a dividirse en 3 subgrupos y que cada grupo va a tomar tres fotos que usted previamente ha recortado de alguna revista que contiene escenas de parejas en diferentes situaciones. Cada grupo revisará los recortes y va a escribir una historia de lo que se imaginan es el amor para cada uno de los chicos que ven en las fotos. Van a imaginar que cada uno de ellos les habla y les va a contar ¿qué es una relación de pareja feliz?
- Después de hacer las historias, usted le va a entregar a cada subgrupo dos canciones de «amor» que van a analizar. Van a pensar qué efecto pueden tener esas canciones en la pareja de las fotos, cómo pueden afectar la idea de amor que tienen.
- Una vez que han hecho la historia y revisadas las canciones, presentarán lo que produjeron al grupo.
- Vaya anotando en la pizarra o en una hoja de rotafolio las creencias que van saliendo en cada historia.

---

**El amor es...**

---

**Una pareja feliz es...**

- En plenaria van a tomar la lista de creencias que usted fue recogiendo de las presentaciones de las historias y decidirán cuáles de esas creencias nos ayudan o facilitan a vivir una relación de pareja feliz y cuáles hacen difícil que la relación sea feliz. Puede usar esta guía en la pizarra o en la hoja:

---

**Ideas sobre el amor que nos ayudan o facilitan a vivir una bonita relación de pareja**

---

**Creencias sobre el amor que nos dificultan vivir una bonita relación de pareja**

- Con la lluvia de ideas solicite a los participantes que hagan sus propuestas sobre la forma en que se construir relaciones de pareja basadas en la equidad, la igualdad el respeto, el cuidado mutuo y la solidaridad.
- Cierren la sesión como siempre con un mensaje de esperanza y solidaridad. Recuerde al grupo que la otra semana es la última sesión del taller y que pueden traer algo especial para compartir con los compañeros. Puede preguntar quién quiere decir o hacer algo especial la otra semana para despedirse

y llevarse toda la energía, la solidaridad y cariño que han ido construyendo estas semanas entre todos. Motíuelos para que uno o varios organicen durante la semana a siguiente el cierre del taller.

## Sesión #7

### *Enfrento mis carencias, añoranzas y soledades y fortalezco mi derecho al bienestar en el presente y en nuestro futuro*

#### ❖ ¿Qué queremos hacer?

-Identificar algunas carencias, añoranzas y soledades que les pueden estar impidiendo vivir con bienestar.

Fortalecer el derecho que todo ser humano tiene a vivir una vida con bienestar.

#### ❖ ¿Cómo lo podemos hacer?

-Inicie la sesión contando que hoy van a reflexionar sobre algunas carencias, añoranzas y soledades que les pueden estar impidiendo vivir una vida con bienestar y sobre su derecho a vivir una vida con bienestar en los diferentes aspectos de su vida. Revise los objetivos de la sesión de hoy.

-Sugiera a los participantes que tomen una hoja de papel y traten de escribir lo que de niños, adolescentes y ahora de adultos les da alegría, satisfacción y placer. Dígales que traten de acordarse de qué cosas les daba placer, qué momentos y sobre todo que traten de pensar si esas actividades o vivencias las siguen teniendo, por qué ya no las tienen, qué ha impedido que las tengan.

-Luego de que ha hecho este recorrido pueden dividirse en 3-4 subgrupos y van a compartir los recuerdos. Cada grupo va a decir de qué forma van a presentar en plenaria lo que compartieron, puede ser con un dibujo, collage o dramatización.

-Puede poner en una hoja el siguiente esquema para que le ayude a tomar nota de lo que comparten los grupos y con esa información hacer algunas reflexiones claves.

### *Historia de mis alegrías, descansos y placeres*

Lo que me producía alegría, placer	Lo que todavía conservo de esas experiencias	Las que he perdido
------------------------------------	--	--------------------

De niño

De adolescente

De adulto

-En plenario traten de recalcar en la discusión sobre las razones que los ha llevado a perder esas vivencias que les generaba alegría y bienestar y no los ponía en riesgo. Enfatice en lo que se revisa en el apartado «Mitos que compartimos: Las relaciones sexuales son lo máximo, es lo que más da placer»

-Pueden ir a tomar un refrigerio y al volver en los subgrupos van a revisar:

.Las actividades, relaciones, sueños, proyectos que los hacen sentirse felices, fuertes, respetados, productivos, capaces.

.Lo que hay que hacer para conseguirlo.

-En esta última parte del taller van a enfatizar en su derecho a vivir con seguridad y bienestar en el presente y en su futuro, derecho que nada ni nadie les puede negar.

-Hoy cierran el trabajo con este módulo. Si algún grupo organizó el cierre del taller deles el espacio para que hagan su ritual de cierre. Si no es así pueden entre todos buscar una forma de cerrar el día de hoy para desearse mucha fuerza para seguir defendiendo su derecho a vivir una vida y una sexualidad segura, placentera y co-responsable. Pueden preguntar quién quiere decir o hacer algo especial para despedirse. Motívelos para que uno o varios hagan el cierre de hoy.