



Compartiendo crecemos juntos

GUIA PARA GRUPOS DE REFLEXIÓN ENTRE AMIGOS

Red de Masculinidad por la Igualdad de Género

Créditos

Esta Guía fue diseñada por el Comité del proyecto “Prevención de la Explotación Sexual Comercial en Hombres Adolescentes y Jóvenes de Managua”, quienes son:

Douglas Mendoza Urrutia.-**Fundación Puntos de Encuentro**

Rubén Reyes Jirón.- **Fundación Puntos de Encuentro**

Ana María Gutiérrez C. - **Asociación Quincho Barrilete**

Ana María Bermúdez. - **Movimiento para el Autodesarrollo, el Intercambio y la Solidaridad (ONG MAIS -ITALIA)**

María de Lourdes Tijerino Zamora. - **Comunidades Eclesiales de Base. Proyecto Samaritanas**

Oswaldo Montoya. **Consultor encargado de la elaboración técnica de la guía.**

Agradecemos a los adolescentes y jóvenes que en el año 2010 nos permitieron validar esta metodología.

Esta es una publicación conjunta de:

PUNTOS DE ENCUENTRO – ASOCIACION QUINCHO BARRILETE – COMUNIDADES ECLESIALES DE BASE – ONG MAIS (ITALIA)

Todos miembros de la Red de Masculinidad por la Igualdad de Género (REDMAS)

Con el apoyo financiero de Save the Children en Nicaragua y el apoyo de OAK FOUNDATION Y el INSTITUTO PROMUNDO, donante del proyecto y coordinadores internacionales, respectivamente.

MANAGUA, NICARAGUA DICIEMBRE 2011

Compartiendo crecemos juntos

GUIA PARA GRUPOS DE REFLEXIÓN ENTRE AMIGOS

Red de Masculinidad por la Igualdad de Genero

Tabla de Contenidos

Presentación de la Guía	4
Resultados que esperamos con los Grupos de Reflexión	4
El aprendizaje mutuo	5
La facilitación del Grupo	5
Algunas condiciones para los grupos de reflexión	6
Los acuerdos de grupo	6
Pautas para facilitar un Grupo de Reflexión	7
Propuesta de agenda para cuatro sesiones	8
Agenda sugerida para la primera sesión	9
Agenda para la segunda sesión	10
Agenda para la tercera sesión	11
Agenda para la cuarta sesión	12
Recomendaciones finales para los facilitadores de grupo	13



PRESENTACIÓN

Los grupos de reflexión entre hombres adolescentes y jóvenes son espacios para compartir experiencias y construir una comunidad de apoyo emocional entre muchachos, contando en algunos casos con la facilitación de un adulto aliado.

En el contexto del “**Modelo de acompañamiento a hombres jóvenes y adolescentes para promover su resiliencia y desarrollo humano**”, estos grupos de reflexión constituyen la primera etapa del proceso, que los prepara para la segunda etapa de capacitación en investigación acción participativa. Se propone realizar un mínimo de cuatro sesiones grupales, uno por semana, con una duración de tres horas por sesión.

En el año 2010 llevamos a cabo estas cuatro sesiones con tres grupos distintos de adolescentes y jóvenes, logrando los resultados que buscábamos, tal como los presentamos en la siguiente sección. La metodología para llevar a cabo estos grupos de reflexión parte de una experiencia de la Fundación Puntos de Encuentro, la cual ha sido publicada como la metodología de “*Grupos para Compartir*”. En esta guía hemos adaptado la propuesta metodológica de Puntos de Encuentro para ajustarla a los propósitos de este modelo de acompañamiento.

Esperamos que con este material las organizaciones y facilitadores que implementen el modelo de acompañamiento a hombres adolescentes y jóvenes cuenten con una herramienta útil y práctica para conducir la primera fase del proceso. Pueden adaptarla según sus propias experiencias, gustos y condiciones en las que realicen su trabajo. Siempre hay espacio para la creatividad y la improvisación.



Resultados que esperamos con los Grupos de Reflexión

Los resultados a lograr durante este proceso de intercambio son que los muchachos:

1. Se conozcan entre sí y se sientan cómodos compartiendo en grupo.
2. Desarrollen la confianza para hablar de sus problemas o inquietudes con otros adolescentes y jóvenes.
3. Obtengan apoyo emocional y sean escuchados por otros muchachos, así como que puedan apoyar y escuchar a otros.
4. Amplíen sus percepciones sobre la vida de los hombres adolescentes y jóvenes y tengan una visión más crítica de los mandatos masculinos machistas.



Se espera entonces que los muchachos dialoguen sobre su situación actual y sus experiencias de vida desde que eran niños, reflexionando sobre las relaciones de género, las relaciones con las personas adultas, la violencia en sus diferentes expresiones, cómo prevenirla y cómo superar las consecuencias negativas que ocasiona.

En sí mismo este proceso es muy beneficioso para los muchachos, y además, en el contexto del “Modelo de Acompañamiento a Hombres Adolescentes y Jóvenes” esta fase de grupos de reflexión los prepara para hablar a mayor profundidad sobre sus historias de vida.

En el grupo los muchachos tienen la oportunidad de compartir cualquier inquietud, sentimiento, ideas o preguntas. El grupo no está focalizado en un tema en particular, sino que comparten cualquier cosa que puedan estar experimentando en sus vidas. Sin embargo, dentro del Modelo de Acompañamiento a Hombres Adolescentes y Jóvenes, podrían identificarse algunos temas claves que se desean reflexionar en el grupo, desde la experiencia personal de cada participante. Estos temas claves dependerán de la composición del grupo y los objetivos del proyecto desde donde se impulsan los grupos de reflexión. Algunos ejemplos de temas claves: la socialización masculina, la paternidad, la explotación sexual, las drogas, las pandillas, etc.



El aprendizaje mutuo

El Grupo de Reflexión es un espacio de aprendizaje mutuo. Todas las personas han tenido experiencias valiosas de la cual podemos aprender algo. En este sentido, la variedad de experiencias es importante, entre mayor diversidad dentro del grupo, mayores oportunidades de aprender tendremos.

Aprendemos en el diálogo con otras personas. En un grupo cada quien aporta sus experiencias e ideas, y es esto el punto a partir del cual el grupo desarrolla una conversación grupal que puede conducir al crecimiento colectivo.

Partimos, entonces, de una posición humilde, en lugar de asumir que lo sabemos todo, asumimos que tenemos experiencias, pensamientos y sentimientos que compartir y al compartirlas nos abrimos a un diálogo grupal que nos permite aprender cosas nuevas.

Estas experiencias no las vamos a juzgar como buenas o malas, correctas o incorrectas, sino que su valor está en la oportunidad que nos ofrece para aprender de ellas.



Reconocemos, entonces que el cometer errores es parte del proceso de aprendizaje. Igual que un niño o niña aprende a caminar cayéndose, las personas en general aprendemos cometiendo errores a lo largo de toda la vida.

Por otro lado, cada persona debe estar en la capacidad de decidir que tanto está dispuesta a darle al grupo y poner sus propios límites, pues el grupo la estará desafiando constantemente a ir más allá de sus propios límites. De hecho, que el grupo nos desafíe constantemente a ir más allá de lo que individualmente creemos que podemos hacer es fundamental para poder crecer, así que es clave que podamos abrirnos a los desafíos del grupo a la vez que tomamos responsabilidad de establecer nuestros propios límites para poder crecer.



La facilitación del Grupo

Una o dos personas estarán a cargo de la facilitación del Grupo. El facilitador es la persona que dará a conocer al grupo las herramientas metodológicas o las pautas para realizar la actividad. Invita a los participantes a la primera reunión del grupo y guía el proceso durante la conversación, facilita el diálogo, indaga o pregunta cómo se está sintiendo el grupo.

Una de las principales inquietudes que se presentan durante los Grupos es si el facilitador puede hablar con el grupo sus sentimientos, ideas y experiencias. Creemos que cada persona puede compartir si así lo decide. La persona que facilita es parte del grupo, aprende en él y al igual que el resto de participantes va enfrentando temores y proponiendo soluciones a los obstáculos que puedan enfrentar en el grupo.

Hay que recordar que quien facilita el proceso en la reunión no es un experto, ni lo sabe todo, su papel es guiar y ser el punto de partida para iniciar la conversación entre los participantes.





Algunas condiciones para los grupos de reflexión

Deben asegurarse que el lugar sea tranquilo, en un ambiente seguro y donde se puedan sentir en confianza.

El Grupo puede formarse con tres y hasta 15 o 20 personas. En el marco del modelo de acompañamiento a hombres adolescentes y jóvenes su composición es solo de hombres. En otros contextos es conveniente hacer grupos mixtos donde participan hombres y mujeres.

Aunque en su versión inicial se trata de grupos abiertos, donde se puede recibir nuevos miembros, para el modelo de acompañamiento a hombres adolescentes y jóvenes se espera que el grupo inicie y termine con los mismos participantes. No obstante siempre conviene ser flexible y permitir el ingreso de algunos nuevos en la segunda sesión.

En cada sesión la agenda la establece el grupo, aunque el facilitador puede proponer una agenda determinada tomando en cuenta si hay temas claves que interesa abordar (ej. socialización masculina, paternidad, drogas, etc.).

Conviene explicitar al final de cada sesión el día, el lugar y la hora donde se reunirán para la siguiente reunión. Lo mejor es que desde la primera sesión se acuerde estos puntos y se deje fijo un sitio y hora semanal para iniciar.



Los acuerdos de grupo



Para que todas las personas se sientan seguras y en confianza es importante establecer acuerdos básicos de convivencia dentro del grupo. Sugerimos los siguientes:

- ➔ 1. **Respetar todas las opiniones y experiencias.** Comprometerse a apreciar el aporte que cada uno le da al grupo, aunque no se esté de acuerdo con la posición del otro. No se va a atacar, minimizar o burlarse de lo que otros digan.
- ➔ 2. **Escuchar a los demás.** Cada persona acepta escuchar y poner toda su atención al compañero que tiene la palabra, evitando distraerse o hablando con otros. Esto significa que solamente una persona habla en el mismo momento. No todo el mundo está obligado a hablar, pero sí es importante que todo el mundo escuche. Aprender a escucharnos es fundamental para que todas las personas puedan tener la confianza de compartir lo que quieran.
- ➔ 3. **Hablar en primera persona.** Partir de lo personal para no irnos “por las ramas.” Hablar desde uno mismo y desde la experiencia propia. Eso requiere el uso de la palabra “yo” en vez de las palabras “uno”, “nosotros”, “ellas/os”.
- ➔ 4. **Confidencialidad.** Lo que en el grupo se dice en el grupo se queda. Cada persona acepta guardar como confidencial todo lo expresado en el grupo, excepto en casos que sea necesario decirlo a otros para proteger la seguridad de la persona. Esto significa que no debo decir lo que alguien dijo en el grupo. También significa que no debo hablar sin su permiso con esa persona afuera del grupo acerca de lo que dijo en el grupo.
- ➔ 5. **Derecho a pasar.** Cada persona tiene el derecho de no hablar en el grupo o de no participar en una actividad que se proponga. Puede solo estar escuchando y viendo sin ser criticado o presionado.
- ➔ 6. **Otros acuerdos.** Preguntar al grupo que otros acuerdos necesitan para sentirse más seguros y cómodos compartiendo con los demás. Se pueden hacer otros acuerdos adicionales, por ejemplo acerca del uso dentro de las sesiones de celulares, del consumo de drogas y alcohol, acerca de la puntualidad, etc.



Pautas para facilitar un Grupo de Reflexión

A continuación compartimos algunas sugerencias metodológicas para facilitar los grupos de reflexión:

- 
1. **Comenzar siempre jugando y moviéndose:** Los juegos o dinámicas permiten divertirse, entrar en confianza, hacer cosas nuevas y cometer errores sin temor a ser criticados o castigado. Cada grupo puede decidir entre sus integrantes la cantidad de dinámicas y juegos que desee realizar. Las actividades que implican moverse con todo el cuerpo pueden ayudar a integrar todos los aspectos de nuestro ser (el físico, el emocional, el intelectual), lo cual es necesario para un intercambio más pleno en el grupo.

2. **Continuar con un momento de silencio para enfocarse:** Luego de jugar, reír, saltar o incluso gritar, es placentero pasar a un momento de calma y silencio donde cada participante pueda ir hacia adentro de sí mismo, tranquilizando su respiración y enfocando su atención en el momento presente.

3. **Presentarse:** En la primera reunión se puede hacer una ronda en la que cada quien diga su nombre y la razón o motivación que tuvo para asistir al grupo. El facilitador puede comenzar presentándose y compartiendo cuál fue su motivación para convocar y formar el grupo. En las siguientes reuniones pueden recordar sus nombres para irlos aprendiendo y dar oportunidad a los nuevos para una presentación más larga.

4. **Construir los acuerdos de grupo:** En la sección anterior se presentaron seis propuestas de acuerdos de participación dentro del grupo que contribuyen a la confianza y seguridad. En la primera sesión, hay que platicar con el grupo sobre cada una de estas propuestas, valorar si les gusta y preguntar si necesitan otros acuerdos. En las siguientes sesiones es suficiente con recordar los acuerdos (conviene tenerlos por escrito en un lugar visible para hacer mención de alguno si no se está cumpliendo).
5. **Acordar la agenda de la sesión:** Una sesión puede ser bastante espontánea, en la que se abre el espacio para que alguien inicie con cualquier inquietud o tema que desee y a partir de ahí se desarrolle todo el intercambio con los demás participantes. Otra posibilidad es desarrollar sesiones más estructuradas donde se propone uno o varios temas o actividades a realizar. En este segundo caso, conviene acordar el orden de los temas a abordar.
6. **Preguntar cómo se siente el grupo:** Independientemente de cual sea el tema de conversación es importante preguntar ¿Cómo se están sintiendo? Que el grupo pueda expresar su sentir respecto a lo que cualquier persona en particular haya planteado. La vivencia emocional es fundamental hacerla presente en el grupo. Permite una reflexión y un aprendizaje más profundo que el solo hablar desde el intelecto o las ideas.
7. **Observar la dinámica grupal:** El facilitador también podrá compartir con el grupo otras observaciones respecto a la dinámica grupal, por ejemplo, si ha notado que sólo algunos participante están hablando respecto a un determinado tema, puede preguntarles directamente a las callados que opinan sobre este asunto.
8. **Animar al desahogo de las emociones:** Cuando hayan logrado confianza en el grupo, los integrantes podrán compartir sus experiencias y expresar sus

emociones: lágrimas, miedos, risas, enojo, etc. Las personas necesitamos hacer esto para sanar y crecer. Todos los seres humanos tenemos esta capacidad desde que nacemos. Esto se puede apreciar claramente en las niñas y niños. ¿Qué hacen cuando algo les duele? Lloran. Nadie tiene que enseñarles a llorar. Más bien lo que muchos aprenden en el proceso de crecer es no llorar, sobre todo los varones. Pero esta es otra mentira del machismo que impide que muchos niños varones se conviertan en hombres sensibles a sus propios sentimientos y a los de otras personas, lo cual no les permite crecer emocionalmente. El grupo en cambio es una oportunidad para todas las personas de expresar nuestras emociones para sanar y crecer.

- 9. Terminar con algo positivo, agradeciendo y motivando para otro encuentro:** Según el tiempo que se disponga se puede hacer una ronda de cierre, donde cada uno expresa cómo se sintió en la sesión de grupo. Si el tiempo es corto se les puede pedir que escojan una palabra o frase que represente su sentimiento o pensamiento. A veces conviene proponerles hacer una tarea de reflexión en casa que puedan compartir en la siguiente sesión.



Propuesta de agenda para cuatro sesiones

En el punto 5to de la sección anterior explicamos que una opción es acordar la agenda de la sesión del grupo. A continuación compartimos la agenda que planificamos para las cuatro sesiones de los grupos de reflexión con hombres adolescentes y jóvenes realizados en el año 2010.



Agenda sugerida para la primera sesión

Objetivos: Conocerse, compartir percepciones y sentimientos sobre la realidad social en la que viven e iniciar una reflexión crítica sobre la socialización masculina.

Duración aproximada: 5 horas. Los tiempos específicos para cada punto de agenda pueden variar según cada grupo.

Posibles recursos para la sesión: Copias del cuestionario (una por participante), copias sobre las emociones humanas, folders, música, papelógrafos, cuaderno y lapicero para cada participante, marcadores, pizarra, cinta adhesiva. Comida y refrescos o café.

1. Aplicación de un cuestionario de entrada: Si se planea evaluar los resultados de estos grupos de reflexión es importante administrar un cuestionario escrito que cada participante pueda responder en forma privada donde se indaguen opiniones, actitudes, creencias y quizás comportamientos. Al finalizar el proceso se requiere administrar otro cuestionario similar para comparar si ha habido cambios en los participantes.
2. Dinámica en movimiento: Dirigir un juego de integración o rompe hielo. Por ejemplo, la telaraña, buscando tu mitad, los pájaros buscan jaula, etc. Se puede consultar algún manual sobre dinámicas de grupo.
3. Dinámica en relajamiento: Meditación o visualización. Dirigir una relajación, visualización o meditación sencilla. Se puede usar la respiración como foco de atención o escuchar una música calmante o ser guiado por una visualización que orienta el facilitador.
4. Ronda de presentación de cada uno: Sentados en círculos y tomando la palabra de uno a uno se presentan con sus nombres, edades y otros datos personales que acuerden compartir. También pueden comenzar compartiendo cómo les fue con los ejercicios de movimiento (juegos) y con los de relajación/visualización.

5. Acuerdos de convivencia dentro del grupo: Proponer a los participantes los cinco acuerdos que explicamos arriba. Explicar cada uno y verificar con ellos si los aceptan, rechazan o modifican. También preguntar si hay otros acuerdos grupales que necesitan se establezcan. Escribir y pegar en un lugar visible los acuerdos a los que se lleguen.
6. Explicar objetivos de las sesiones de grupo y del proyecto en que se inserta, así como las fases futuras del proyecto (si es el caso). Por ejemplo, si los grupos de reflexión se realizan como parte del “Modelo de acompañamiento a hombres adolescentes y jóvenes” entonces la siguiente fase será la capacitación en investigación acción participativa. Esto habrá que explicarlo. Si el proyecto cuenta con recursos humanos para brindar un apoyo individualizado a los participantes (con terapeutas o consejeros y otros servicios), entonces es un buen momento para anunciarlo.
7. Breve presentación sobre tres dimensiones del ser humano: El Pensar, El Sentir y El Hacer. Explicar que en el grupo estaremos reflexionando y trabajando en estas 3 dimensiones y que un objetivo es hacernos personas más conscientes y que logremos mayor coherencia entre lo que pensamos, lo que sentimos y lo que hacemos. Se puede compartir una lista de emociones humanas, explicar las más importantes (enojo, miedo, alegría, tristeza, amor) e invitar a usarlas para ponerle palabras a lo que sentimos.
8. Ejercicios para la reflexión. Proponemos dos opciones.
 - a. Un ejercicio sobre identidad masculina en la historia de vida. En una hoja de papel cada participante crea tres columnas con los siguientes encabezados:
 - Nacimiento hasta 7 años
 - 8 a 12 años
 - 13 a 20 años

Pedir a los participantes que recuerden para cada etapa un momento significativo donde se sintieron varones u hombres (distintos a las mujeres). ¿Qué hicieron para sentirse bien como hombres (quizás para demostrarlo)? ¿O qué recibieron que los hizo sentirse hombres? Escribir sus respuestas en la hoja de tres columnas.

El objetivo del ejercicio es analizar la demostración de la masculinidad a lo largo del ciclo de vida y realizar una construcción colectiva de los elementos esenciales del modelo hegemónico y patriarcal del “ser hombre”. Se puede concluir explicando el concepto de género y sexo, el papel de la identidad masculina y la influencia del medio sociocultural.

b. Un ejercicio al estilo grupo focal para reflexionar sobre la realidad actual y un problema social en particular (en este ejemplo es sobre la explotación sexual). Conducir un grupo focal con el objetivo de conocer la percepción que tienen los muchachos sobre la vida de los adolescentes y jóvenes como ellos. Si el grupo pasa de las 15 personas considerar formar dos subgrupos. Explorar 6 ejes:

- ✘ Aspectos positivos de sus vidas (lo que les gusta, se sienten bien, orgullosos, los recursos de apoyo, factores protectores).
- ✘ Los problemas y riesgos que tienen los adolescentes y jóvenes (lo que les preocupa, les molesta, les aflige, etc.)
- ✘ Cómo enfrentan los problemas que tienen. Cómo evitan caer en esos problemas.
- ✘ Qué saben de la explotación sexual: quienes participan, donde, consecuencias, causas.



- ✘ ¿Los varones pueden ser víctimas? Por qué.
- ✘ Cómo se puede prevenir para que no sean víctimas.

9. Conclusiones de la sesión. Autochequeo emocional. Preguntar ¿Cómo me estoy sintiendo en este momento? ¿Qué me pareció la sesión? Pedir sugerencias para las siguientes sesiones. Si se les va a proponer una tarea de reflexión en casa, es el momento para decirlo. Por ejemplo que traigan en la próxima sesión un objeto significativo de sus vidas.



Agenda para la segunda sesión

Objetivo: Profundizar en la reflexión personal sobre sus infancias y experiencias en la familia, escuela y comunidad.

Duración aproximada: 5 horas. Los tiempos específicos para cada punto de agenda pueden variar según cada grupo.

Posibles recursos para la sesión: Música, papelógrafo con los acuerdos de grupo, dibujos o video (ver punto 7 abajo). Comida y refrescos o café.

1. Dinámica en movimiento (con música): juego de integración o rompe hielo.
2. Dinámica en relajamiento: Relajación o meditación breve, guiada por el facilitador y/o con apoyo de una música suave instrumental.
3. Ronda de presentación larga de nuevos participantes y presentación breve de los que ya estuvieron para recordar nombres y caras.
4. Recordatorio de los acuerdos de grupo. Invitar a los otros participantes que expliquen a los nuevos cuáles son los acuerdos.

5. Autochequeo emocional: ¿Cómo me estoy sintiendo? Animar a los participantes a compartir lo que “está vivo” a nivel emocional en ese momento. Idealmente, cuatro o cinco participantes podrían expresar cómo están. Ayudarles a que usen los nombres de la lista de emociones entregadas en la sesión pasada, de tal forma que puedan ir más allá del simple “me siento bien”, “tranquilo” o “me siento mal”. A partir de lo que compartan podría desarrollarse el resto de la sesión.
6. Si se dejó alguna tarea para reflexionar en casa se puede compartir ahora. Por ejemplo, si se pidió traer un objeto personal significativo, proceder a presentarlo.
7. Ejercicios para la reflexión. Proponemos dos opciones.
 - a. Intercambio de percepciones y emociones generadas por imágenes sobre la vida cotidiana. Para esto se usan fotos o dibujos donde se representan distintas relaciones en la familia, escuela y comunidad, tanto positivas como negativas. Cada participante escoge una lámina y comparte experiencias personales en su infancia o adolescencia o vivencias actuales que la lámina le recuerda. Es importante que el facilitador lo haga de primero para modelar cómo hacer el ejercicio.
 - b. Ver y analizar un video, comenzando desde lo emocional. Nosotros utilizamos el video cortometraje “Metal y Vidrio”, con mucho impacto. Con un grupo utilizamos el video “Érase una vez una familia” de Promundo. Dependiendo del tiempo se pueden utilizar videos más largos. Es importante relacionar el video con la realidad que ellos han vivido.
8. Conclusiones de la sesión. Autochequeo emocional. Preguntar ¿Cómo me estoy sintiendo en este momento? ¿Qué me pareció la sesión? Pedir sugerencias para

las siguientes sesiones. Si se les va a proponer una tarea de reflexión en casa, es el momento para decirlo. Por ejemplo, traer canciones con los que ellos se identifican sea por el mensaje o por el cantante (o mencionar título de esas canciones para buscarlas y tenerlas listas para la próxima sesión).



Agenda para la tercera sesión

Objetivo: En continuidad con la reflexión personal sobre experiencias vividas, tomar conciencia de que tenemos derechos humanos y que podemos sanar heridas, salir más fortalecidos y realizar cambios para vivir mejor.

Duración aproximada: 5 horas. Los tiempos específicos para cada punto de agenda pueden variar según cada grupo.

Posibles recursos para la sesión: Música, papelógrafo con los acuerdos de grupo, según el ejercicio que se haga usar video, hojas para genograma y línea de vida, información sobre los DDHH, canciones escogidas por muchachos. Comida y refrescos o café.

1. Dinámica en movimiento: Juego o ejercicio activo.
2. Dinámica en relajamiento: Relajación o meditación breve, guiada por el facilitador y/o con apoyo de una música suave instrumental.
3. Recordatorio de los acuerdos de grupo.
4. Autochequeo emocional: ¿Cómo me estoy sintiendo? Animar a los participantes a compartir lo que “está vivo” a nivel emocional en ese momento.
5. Ejercicios para la reflexión. Proponemos cuatro opciones.

-
- a. Mis derechos humanos. Reflexionar sobre su significado y revisar los más relevantes para ellos. Compartir una experiencia cuando los hayamos ejercido y cuando se nos ha negado.
 - b. Análisis de canciones escogidas por ellos relacionadas con mensajes o experiencias significativas. Primero escuchar las canciones y luego comentarlas.
 - c. Línea de vida y Genograma. Explicar en qué consisten y cómo se realizan. Presentar un ejemplo del facilitador. Orientar que cada uno realice su Línea de Vida y genograma. Compartir resultados en plenaria. Reflexionar sobre resultados.
 - d. Identificación de factores protectores. Pregunta para reflexionar primero a nivel individual y luego en grupo: ¿Qué me ha ayudado a enfrentar los problemas que he tenido en mi vida? Comentar sobre la importancia de los factores protectores y la resiliencia.
6. Conclusiones de la sesión. Autochequeo emocional. Preguntar ¿Cómo me estoy sintiendo en este momento? ¿Qué me pareció la sesión?



Agenda para la cuarta sesión

Objetivo: Evaluar la experiencia de participar en el grupo de reflexión.

Duración aproximada: 2.5 horas. Los tiempos específicos para cada punto de agenda pueden variar según cada grupo.

Posibles recursos para la sesión: Música, papelógrafo con los acuerdos de grupo. Refrescos o café.

1. Dinámica en movimiento: Juego o ejercicio activo.
2. Dinámica en relajamiento: Relajación o meditación breve, guiada por el facilitador y/o con apoyo de una música suave instrumental.
3. Recordatorio de los acuerdos de grupo.
4. Autochequeo emocional: ¿Cómo me estoy sintiendo? Animar a los participantes a compartir lo que “está vivo” a nivel emocional en ese momento.
5. Evaluación del grupo de reflexión. Contestar en grupo a las siguientes preguntas:
 - ✘ ¿Qué les pareció el proceso?
 - ✘ ¿Cómo se sintieron con los facilitadores y con el grupo? Lo que les gustó y lo que no les gustó.
 - ✘ ¿De qué les sirvió o en qué les ayudó participar en este grupo?
 - ✘ ¿Qué sugerencias tienen para mejorar el trabajo de los facilitadores?
6. Anuncios sobre la posible continuidad o siguiente fase del proceso.
7. Dinámica de cierre del grupo y despedida.



Recomendaciones finales para los facilitadores de grupo

Más importante que cumplir con una agenda para facilitar un grupo de reflexión es cumplir con las necesidades de sus participantes. La flexibilidad de los facilitadores y su sensibilidad para captar cómo se siente el grupo es fundamental.

En el transcurso de las sesiones de grupo, se van creando lazos de amistad entre todos los miembros del grupo y con los facilitadores. Este afecto compartido es un ingrediente clave del proceso. Ayuda a los muchachos en su aprendizaje y los motiva a continuar. En última instancia, lo más importante que puede hacer el facilitador por el grupo no está en las técnicas que ocupe o en los conocimientos que transmita, sino en su calidad humana y su trato hacia los demás.

Un buen facilitador escucha activamente a cada participante. Le pone toda su atención. Siempre está animando a que compartan sus experiencias. Además, comparte sus propias vivencias y reflexiones y modera con eficacia el diálogo grupal: dando la palabra, procurando que todos participen, resumiendo, aclarando, proponiendo alternativas y vigilando el tiempo.

Les deseamos éxitos en esta fascinante labor que no solo transforma a los muchachos adolescentes y jóvenes, sino a los facilitadores adultos que les acompañan.



Esta es una publicación de la Red de
Masculinidad por la Igualdad de Género
REDMAS

Esta es una publicación de las organizaciones miembros del Comité del proyecto: “Prevención de la Explotación Sexual en varones adolescentes” las cuales forman parte de la Red de Masculinidad por la Igualdad de Género (REDMAS)



Con la cooperación de:

