# 1. Expresión de las emociones y génesis de la violencia

## ¿Cómo es la o las Sexualidad/es?

En teoría libre y diversa, por eso tenemos el poder sobre los cuerpos y podemos decidir en el maco de una sociedad patriarcal creada por y para los hombres. En la práctica un cúmulo de límites y miedos donde el más mínimo gesto cambia nuestro poder por fracaso y nuestra virilidad por impotencia.

## Socialización de los sentimientos

Ser hombre implica seguir las reglas sociales, las normas de comportamiento impuestas por el colectivo y por la tradición cultural, pero también pensar y sentir de una forma determinada. Los hombres aprenden a sentir como varones, a vestir como varones, a no expresar debilidad, miedo o todo aquello que se siente. Aprenden que **la comunicación desde el corazón es peligrosa, que la razón y el pensamiento deben guiar sus actos** y que expresar lo que sienten y no lo que deben sentir es de débiles.

El proceso de socialización de los varones carece de ritos de paso que les permitan adquirir o apoderarse de su identidad masculina. La mujer es mujer porque no tiene que entrar en competencia para serlo y porque la naturaleza le concede un rito de paso seguro y ninguna otra mujer pone en duda su feminidad ni su identidad. No tiene que demostrar nada a nadie porque no es su obligación alcanzar y superar nuevos retos, es un añadido y no una obligación social.

Antes de nacer, el feto identificado como varón por descubrir en la ecografía unos genitales masculinos, genera ya unas expectativas: “Qué patadas pega, es muy fuerte, seguro que será futbolista”, diferentes a las creadas por otro feto identificado como mujer: “Pega pataditas suaves, qué inquieta va a ser esta nena”. Al nacer se confirman algunas expectativas y se generan otras:

Copyright 2026

“¿Ves? Es fuerte como un toro y con ese paquete que tiene seguro que crea estragos entre las mujeres”.

A lo largo de toda la socialización se siguen modelando los sentimientos y el comportamiento del varón patriarcal:

- En la primera infancia: “No llores”
- Al llegar a la escuela: “Tienes que ser el mejor”
- En la adolescencia: “Deberías salir más con chicas”
- Desde el lenguaje: “Dile a los hombres que vayan sentándose en la mesa que la comida ya está”
- Frente al amor: “No te enamores, que es una locura”
- Frente a las mujeres: “Todas las mujeres te quieren cazar”, “Todas las tías son unas putas”
- En el trabajo: “Tienes que ganar mucho y ser famoso”
- En el matrimonio: “Tú llevas los pantalones, tú decides”

El modelo de masculinidad patriarcal que predomina modela una serie de sentimientos y los trasforma para reforzar la identidad del varón frente a cualquier atisbo de debilidad**. Desde la apariencia la tristeza y el dolor deben convertirse en fortaleza y contención, y luego quizá en rabia, pero un hombre no puede sostener la tristeza porque no sabe, el miedo lo invade, solo le enseñaron a negarla, no a atravesarla.** Desde la fortaleza y la rabia es imposible la comunicación en igualdad, el intercambio y los vínculos en clave de paz y, por tanto, también el placer y la sexualidad.

**El varón adolescente expresa sus sentimientos a través de la contención y de la violencia,** y presenta graves dificultades relacionales debido a la necesidad social de representar un modelo de hombre que no desea ni comparte.

**Resulta fundamental crear un espacio de reflexión entre varones y de creación de una conciencia crítica. Por medio de intervenciones programadas en los centros se puede propiciar la creación de estos espacios:**

- MODELO DE LA MASCULINIDAD PATRIARCAL
- TRANSFORMACIÓN DE LOS SENTIMIENTOS
- CONFLICTO RELACIONAL
- INTERCAMBIO
- PLACER
- IGUALDAD
- DEBILIDAD
- ALEGRÍA
- AMOR y MIEDO

Copyright 2026

- DOLOR y TRISTEZA
- FORTALEZA Y RABIA.

# Apreciaciones globales

Se confirma que existe un conflicto abierto entre mujeres y hombres por y desde la desigualdad y la jerarquía de género: por una parte una igualdad no lograda, simbolizada y teorizada pero no trascendente hasta lo cotidiano, por otro, una masculinidad patriarcal persistente sin modelos alternativos todavía. El resultado de los cambios iniciados por la mujer hacia una cultura igualitaria resulta insuficiente, y lo conseguido hasta ahora precisa de una revisión y modificación de las ideologías que sustentan las masculinidades sin espacio para la crítico y el cambio. **Estamos en una sociedad en tránsito que se adapta a las exigencias del feminismo, pero que no modifica las bases del conflicto social. A cada paso el patriarcado se filtra en las ideologías que sustentan la vida cotidiana y solo existe una apariencia de cambio e igualdad.** Mientras esta situación no evolucione hacia un cambio más coherente y real, el horizonte social de la igualdad entre géneros será solo una farsa, una pantomima, un teatro de apariencia. Del estudio y el trabajo de intervención se derivan tres tendencias de pensamiento expresadas por medio de las ideologías o las concepciones espontáneas:

1- Un porcentaje pequeño de los adolescentes mantienen y defienden una ideología patriarcal y machista con relación a las masculinidades (sobre todo varones). A esta tendencia la denominaremos Tradicional- Patriarcal.

*“Un hombre jamás debe fregar un plato pudiendo hacerlo una mujer”*

2- Otro pequeño porcentaje, sobre todo de adolescentes mujeres, opta por una tendencia feminista que reclama un cambio y rechaza la masculinidad en su expresión tradicional, tanto teóricamente como en la práctica cotidiana. Sería una tendencia feminista-progresista que choca con la realidad.

*“Mujeres y hombres pueden fregar los platos”*

3- Por último una tendencia mixta representa a la mayoría de los adolescentes, se expresa desde el eslogan del cambio y la igualdad pero tiene un trasfondo de comportamientos cotidianos patriarcales y tradicionales no puestos en duda. Es un sí al cambio y un no a la modificación de las estructuras sociales que sustentan la definición de género actual**.**

Copyright 2026

*“Un hombre puede **ayudar** a fregar los platos sin dejar de ser hombre”*

La encrucijada entre los dos modelos genera un momento de crisis para la masculinidad tradicional y para las masculinidades individuales, pero no de cambio. **Los varones necesitan también un cambio, pero es preciso que descubran las ventajas de ese cambio.**

El modelo mixto provoca que, a pesar de la evolución social de los varones en otros aspectos, haya una gran dificultad a la hora de expresar y canalizar las emociones. **Deben seguir manteniendo el tipo y ser nuevos hombres, pero sin conectar consigo mismos y sin expresar con libertad aquello que sienten, sin miedo y sin contención.** La contención genera tensión y esta a su vez da lugar a rabia y agresividad, fáciles de expresar para cualquier hombre.

Si los hombres no pueden mostrar ninguna característica tradicionalmente femenina ni tampoco mostrar emociones o sentimientos más allá, de la rabia:

- ¿Qué y cómo pueden aprender una sexualidad sana, igualitaria y desde el cuidado?
- ¿Qué sexualidad les es permitida y será potenciada desde su socialización de género?

Revision #2
Created 2023-06-15 19:28:25 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2023-06-22 11:05:20 CEST by Silvia Coscolin Sanchez

Copyright 2026