

## CUARTA SESIÓN



30 a 45 minutos

### Los micromachismos



#### Información general de la sesión



**OBJETIVO.** Reconocer las diferentes formas de control y dominio que tienen los hombres sobre las mujeres, sin ejercer violencia física



Escuchando

Bienvenidos a la cuarta de la radio serie “Hombres a diario”. La radio serie es una herramienta que promueve la prevención de la violencia de género desde el enfoque de las masculinidades.

Te invitamos a escuchar el cuarto capítulo ...





## Opinando

Después de haber escuchado el capítulo de la radio serie, responde las siguientes preguntas y luego comparte tus respuestas en grupo

- ▶ ¿Qué entiendes por micromachismos?

---

---

- ▶ Identifica tres micromachismos que sean parte de tu vida cotidiana.

---

---

- ▶ ¿El cuidar y/o preocuparte por tu enamorada puede ser una forma de control?

---

---



## Aprendiendo

Para conocer o profundizar sobre los micromachismos, compartimos la siguiente información para tu lectura.

### 1. Introducción

Hoy en día hablar del machismo puro y duro ya no es bien recibido, incluso para muchos hombres. Ya no se acepta el uso de la violencia al interior de la familia, tampoco la discriminación hacia las mujeres, por dar algunos ejemplos. Sin embargo, esto no significa que la sociedad se transformó en igualitaria y que los hombres dejaron de ejercer poder y disfrutar de privilegios.

Los comportamientos masculinos que tienen por objetivo la exclusión de la mujer del terreno del poder y del derecho a la autonomía no han desaparecido, solo se han modificado para lograr los mismos efectos.

### 2. Los micromachismos

Los micromachismos son “pequeños poderes” o “micro poderes” que ejercen cotidianamente los hombres que han

abandonado el machismo de la generación que los precedía, que se sienten igualitarios y lo son en muchos aspectos de su vida, que no son dominantes pero que logran que las mujeres de su entorno (pareja, hijas, madres, hermanas, amigas, compañeras de trabajo, etc.) acepten la sutil imposición de sus "razones", lo que les permite hacer lo que quieren e impide que ellas puedan hacerlo de igual modo.

Son comportamientos sutiles, reiterativos y casi invisibles que los hombres ejecutan permanentemente, no tanto para sojuzgar sino para oponerse al cambio femenino. Se ejercen intentando mantener y conservar las mayores ventajas, comodidades y derechos que la sociedad les da a los hombres, socavando la autonomía personal, la libertad de pensamiento y comportamiento femenino.

Muchos de estos comportamientos no suponen intencionalidad, mala voluntad ni planificación deliberada, sino que son hábitos de funcionamiento frente a las mujeres, que se realizan de forma automática, sin reflexión alguna. También existen otros que son conscientes, pero ya sea en una u otra manera, los hombres son expertos en su ejercicio por efecto de su aprendizaje durante su proceso de "hacerse hombres".

Para mantener esta posición, los hombres se valen de diferentes expresiones o formas de micromachismos que pueden agruparse en cuatro categorías entrelazadas entre sí.

**Los micromachismos utilitarios**, se realizan especialmente en el ámbito de las responsabilidades domésticas. Son estrategias de imposición de sobrecarga para evitar responsabilidades, y su efectividad está dada no por lo que se hace, sino por lo que se deja de hacer y se delega a la mujer. Por ejemplo, cuando un hombre dice "te voy a ayudar a no ensuciar la casa, y me quedaré en el dormitorio viendo la TV"

**Los micromachismos encubiertos**, intentan ocultar el objetivo de imponer las propias razones abusando de la confianza y credibilidad femenina. Se busca mantener las cosas en la dirección elegida por él y, de forma sutil y encubierta conducen a que la mujer coarte sus deseos y haga lo que no quiere. Por ejemplo, la frase "Te das cuenta, siempre tenemos que enojarnos por culpa tuya". Otro ejemplo es cuando se acusa

a la mujer de ser “una histérica” o “demasiado emocional” al mostrar desacuerdo o enfado.

**Los micromachismos de crisis**, intentan retener o recuperar poder de dominio o calmar los propios temores a sentirse impotente, inferior, subordinado o abandonado. Su finalidad es forzar la permanencia o evitar el cambio del statu quo de desigualdad cuando éste se desequilibra, ya sea por aumento del poder personal de la mujer o por disminución de poder del hombre. Por ejemplo, cuando la mujer consigue trabajo y la pareja la cuestiona aludiendo que descuidará a los hijos, y la llena de culpabilidad cada vez que va a trabajar.

**Los micromachismos coercitivos**, que sirven para retener poder a través de utilizar la fuerza psicológica o moral masculina, intentando doblegar a la mujer, limitar su libertad, despojar su pensamiento, su tiempo o su espacio, y restringir su capacidad de decisión. Estos comportamientos intentan hacer sentir a la mujer con menos autonomía, que pierda confianza en sí misma y acepte el razonamiento del hombre. Por ejemplo, cuando la pareja controla constantemente a la mujer o genera dependencia a nombre de protección o cuidado.

Es importante:

- Reconocer el lenguaje de acción y manipulación - no de palabras-, tan propio de los hombres.
- Aprender a desenmascarar estos comportamientos, ya que lo que se ve claramente se puede combatir mejor y desmontar las coartadas masculinas, disminuyendo los comportamientos quejoso-confusos.
- Disminuir la culpabilización inducida por estas maniobras.



**Recordando**

Para que recuerdes los elementos y/o conceptos más importantes de la cuarta sesión, compartimos la siguiente información.

Los micromachismos son “pequeños poderes” o “micro poderes” que ejercen cotidianamente los hombres, logrando que las mujeres de su entorno (pareja, hijas, madres, hermanas, amigas, compañeras de trabajo, etc.) acepten la sutil imposición de sus “razones”.

Los micromachismos son comportamientos sutiles, reiterativos y casi invisibles que los hombres ejecutan permanentemente no tanto para sojuzgar si no para oponerse al cambio femenino y así mantener las mayores ventajas, comodidades y derechos que lo social les adjudica, en desmedro de la autonomía, la libertad de pensamiento y comportamiento femenino.

Existen diferentes expresiones o formas de micromachismos como ser: Los micromachismos utilitarios, encubiertos, de crisis y coercitivos.



## Reflexionando

Con base en lo escuchado, aprendido, recordado y debatido en la cuarta sesión, reflexiona y responde las siguientes preguntas:

- ▶ En esta sesión ¿qué fue lo novedoso para ti

---

---

- ▶ De lo aprendido ¿qué compartirías con otros jóvenes?

---

---

- ▶ De lo aprendido ¿qué aplicarías en tu vida?

---

---