

Feminisme per a homes

[Del procés personal a la transformació política]

Índice

ÚS DE PARAULES	5
OBJECTIU DEL QUADERN	6
CONCEPTES PRINCIPALS	7
Treball de processos	7
Poder	
Alt i baix rang	
El cicle de la violència i la venjança	
La democràcia profunda	
Elderatge	
Els feminismes	12
Mirada restaurativa	13
PASSOS PREVIS	15
La preparació de la facilitació	15
Comprendre la dinàmica de rang	
La teva pròpia història	
Els contextos i la multiplicitat de rols	
La relació com a camp de pràctiques	
Comprendre els homes i la masculinitat	20
La dissociació emocional	
<i>Not all men</i> . No tots els homes són iguals: Apunts d'interseccionalitat	
Comprendre l'abús de poder	
Impactar no és sempre intencional	
Els tres pilars del treball amb homes	23
FEMINISME PER A HOMES	25
Treball personal i reassociació emocional	25
El treball amb les ferides ha de ser interseccional	
Trauma i presa de responsabilitat: la relació amb la culpa i la vergonya	
Eines per treballar amb el no saber i l'error	
Treballar les ferides no és llepar-se les ferides: riscos de basar el treball amb homes únicament en el treball personal i els costos de la masculinitat	
Treball sociopolític de posicionament	29
Superant el negacionisme	
El posicionament també ha de ser interseccional	
El treball organitzacional: Canviar cultures sense esperar el canvi individual	
El paper del lideratge: acompanyament per acompanyar	
La presa de responsabilitat individual i col·lectiva	34
La responsabilitat individual	
La responsabilitat col·lectiva	
Els quatre passos de la presa de responsabilitat	
Algunes eines que et seran d'utilitat al llarg del camí	42
COM S'ACABA UNA FEINA QUE MAI NO S'ACABA?	44
A TALL DE RESUM: CONSELLS I GUIES PRÀCTIQUES	46

Introducció

En el llibre *La voluntat de canviar*, l'escriptora feminista i activista afroamericana Bell Hooks, a l'inici de la dècada dels 2000, es preguntava per què les feministes havien escrit tan poc i reflexionat tan poc sobre els homes al llarg del segle anterior. Se sentia sola, com a dona negra, tal com ella descrigué, en el viatge d'entendre els homes, que formaven part de la seva vida. Estava profundament compromesa amb el feminisme i el canvi social, però per a fer-ho, sabia que les dones no podríem fer-ho soles. En aquell moment, entre feministes, era una declaració valenta. Les feministes, tal com la mateixa Bell Hooks en parlava al seu llibre, estaven molt més interessades a invertir el seu temps a comprendre's millor a si mateixes i desenvolupar eines i metodologies que contribuïssin al seu apoderament¹. Però segurament, sense això, ni la seva empenta per comprendre el *problema que no tenia nom*²,

tampoc seríem aquí. I tot i que el debat entre les feministes sobre quin ha de ser el paper dels homes en la lluita feminista i de quina manera hi han d'arribar encara és viu, des de Fil a l'Agulla tenim clar que hem d'entendre també la part privilegiada de l'equació, els homes i la masculinitat, per entendre millor els efectes del Patriarcat i lluitar-hi des de tots els fronts possibles.

El 2017, el moviment #metoo va ocupar les pantalles de més de mig món, amb milers i milers de dones anònimes que denunciaven públicament a través de la plataforma Twitter haver sigut víctimes d'agressions masclistes. Pocs mesos després, a l'Estat Espanyol, vam viure la primera vaga general feminista seguida pràcticament per tots els sindicats, i va sacsejar tot el país en un dia de lluita exemplar. Per aquelles que formàvem part del moviment des de feia anys o dècades també va ser un xoc. Vam sentir que, finalment, tot el nostre esforç brotava i s'escoltava el nostre missatge. Se'n parlava a la televisió, als cafès i els carrers es van inundar de dones de molts tipus que no havien estat abans al nostre costat manifestant-se fins aquell dia.

1 "Els llibres feministes no parlaven sobre la profunda misèria que habitava els homes. No parlaven sobre el terrible terror que creix en l'ànima quan un és incapaç d'estimar. Les dones que havien envejat la duresa del cor dels homes no estaven preparades per explicar-nos les profunditats del sofriment masculí." Hooks, B. (2022) *La voluntat de canviar*. p. 17.

2 Betty Friedan va anomenar els problemes de les dones com el problema que no té nom, a *La mística de la feminitat*. (1963).

Els homes també estaven en xoc. Aquell dia, milions de dones de l'estat no van anar a treballar i també van fer vaga de les tasques de cura quotidiana de les quals s'encarregaven. Alguns estaven perplexos, enfadats o descol·locats, i prenien les clàssiques actituds negacionistes. Alguns d'ells, també, volien donar suport al moviment, però no tenien clar quin era el seu lloc perquè d'alguna manera entenien la seva posició de poder sobre les dones, però al mateix temps no tenien patrons ni eines per canviar-la. Ni tan sols entenien què se'ls demanava exactament, i per a entendre-ho necessitaven suport i continuar educant-se. Estaven d'acord en la igualtat de drets i oportunitats i compartien el discurs, però quan es tractava de la pràctica, de tenir relacions equitatives amb altres dones o persones amb identitats dissidents de gènere, es trobaven completament perduts.

Al mateix temps, de la mateixa manera que en dècades anteriors, tal com exposava Hooks, la majoria de feministes estaven ben poc interessades en les qüestions patriarcals que afectaven els homes, i res del que s'havia escrit fins llavors semblava ajudar a apuntar cap a la direcció de partida.

En aquest escenari, van aparèixer les primeres denúncies públiques sobre les agressions i violències contra dones amb els noms i cognoms dels homes que les havien comès. Així, músics, polítics, conegudes figures públiques, professors, presidents, entre molts d'altres, també fins al moment anònims, van veure's assenyalats, i amb ells, les faltes que havien perpetrat impunement fins llavors. El carrer i l'opinió pública va rebutjar-los com fins mai, en un exercici de presa de consciència sobre la gravetat de fets fins aquell moment normalitzats, i al mateix temps, tothom es preguntava el mateix: què fem amb els agressors? De quina manera mantenim la integritat de les organitzacions de què formen part? Com podem tenir en compte les necessitats de les víctimes?

Davant d'aquestes preguntes, entre d'altres, alguna gent venir-nos a buscar a Fil a l'Agulla. Sa-

bien que som feministes i que som expertes en la gestió del foc del conflicte, i vam ser de les primeres a atendre aquests casos, en un moment de creixent tensió i escalada social. Els nostres coneixements sobre pràctiques restauratives, que ja aplicàvem en escoles i instituts des de feia uns anys, així com els nostres propis coneixements i experiència treballant al voltant de les dinàmiques de poder, ens van dibuixar un possible camí i vam crear metodologia pròpia al voltant de la gestió d'agressions masclistes³.

A la vegada, aquesta metodologia ens va fer veure amb claredat que, si volíem que alguna cosa canviés, calia treballar amb els homes. Havíem de preparar-los perquè fossin capaços de prendre responsabilitat i prendre partit en el canvi pel qual lluiten els feminismes, i en aquest benentès, van néixer els nostres primers programes d'acompanyament a homes en clau de sensibilització feminista, i prevenció i atenció de l'abús de poder en els homes.

Aquest Quadern té per objectiu aportar algunes respostes als homes, dones i la resta de persones dins l'ampli espectre de les identitats de gènere que estiguin interessades en la possibilitat que totes puguem conviure. Creiem que la tota implicació, també la dels homes, és realment important per a la construcció d'un món millor tant en el present, com per a les futures generacions.

³ Consulta el manual a l'apartat de recursos de la nostra pàgina web. <https://filalagulla.org/web/content/42822?unique=e4e-65137dfd7eab92651d5a228eea4f9aa0240be>

Ús de paraules

Al llarg d'aquest Quadern parlarem generalment d'homes i dones. Som conscients que són termes que usem quotidianament per referir-nos a persones que encaixen dins un conjunt de comportaments i imatges socialment esperades.

Això mateix comporta una de les principals violències del sistema patriarcal, sota el binarisme del sexe-gènere, ja que ningú pot encaixar a la perfecció en cap d'aquests supòsits si bé la gran majoria encara ens identifiquem com a un o altra.

Sigui com sigui, la masculinitat i la feminitat encara juguen un paper molt gran dins la cultura occidental (i en les cultures occidentalitzades) en la manera com ens pensem les unes a les altres sota aquest sistema binari i generitzat.

Al llarg d'aquest Quadern utilitzarem les paraules *home* i *dona*, *masculinitat* i *feminitat* per anomenar aquests dos pols del binarisme i facilitar la comprensió d'aquests dos rols en la nostra societat, encara que cadascú els ocupi o no d'una manera específica i personal.

Sens dubte, cal qüestionar les concepcions internes i externes de la feminitat i la masculinitat, així com la manera en com operen en les nostres vides.

De la mateixa manera, els homes-cis cal que treballen els vostres privilegis com a homes i com a persones cis. També convidem els homes trans a reflexionar sobre els nous privilegis adquirits de masculinitat, especialment a aquells amb més grau de *passing*. També, a les persones que, no identificant-vos més com a homes, heu sigut socialitzades com a tals, a reflexionar sobre els aprenentatges durant tot aquell procés i l'impacte que encara poden tenir en la manera en com us relacioneu amb vosaltres mateixes i la resta.

Si, en canvi, t'identifiques com a dona cis, o com una dona trans, o una lesbiana, una persona no binària, o qualsevol altra identitat no normativa de gènere, et convidem a reflexionar en la teva pròpia història i la teva socialització de gènere per comprendre millor el lloc que ocupes al món. I, especialment, si estàs interessada a acompanyar als homes a reconèixer els seus privilegis masculins, també volem animar-te a revisar com la resta de privilegis que tens influeix en la manera com et relaciones amb tu mateixa i amb el món.

Objectiu del Quadern

Conceptes principals

Volem que aquest Quadern serveixi per a persones que acompanyeu a homes i per a persones que reflexioneu sobre el paper dels homes en la lluita feminista. També està pensat per a persones que voleu treballar aquest tema sense un rol professional, i fins i tot el pots llegir individualment perquè t'acompanyi en les teves reflexions.

Aquest Quadern és el resultat de la reflexió que hem fet dins de Fil a l'Agulla al voltant del treball d'acompanyament a homes que hem desenvolupat al llarg dels últims anys. Aquesta tasca ha estat possible gràcies a una subvenció per entitats de l'àmbit de les polítiques del Departament d'Igualtat i Feminismes de la Generalitat de Catalunya.

Esperem que la nostra experiència serveixi a aquelles persones que acompanyen a homes des de diverses posicions de poder, siguin caps, professorat, educadores, professionals de la psicologia i fins i tot mares. I no només això, sinó que també porti algunes claus sobre com treballar la interseccionalitat des d'una comprensió àmplia del concepte. Amb sort, aprendrem a fer-nos tothom responsable de l'ús dels nostres poders sense oblidar les nostres ferides, dolors i dificultats que condicionen les nostres vides, ni posar unes experiències per sobre de cap altres.

Per entendre la proposta d'aquest Quadern, és útil endinsar-nos en les fonts de les quals beu Fil a l'Agulla a l'hora de facilitar el treball amb homes: el treball de processos, els feminismes i la mirada restaurativa. Aquestes perspectives contenen alguns dels elements que seran centrals en el treball, com la manera d'entendre el poder, les actituds i habilitats necessàries per establir relacions facilitadores, o els requisits metodològics de la presa de responsabilitat, per citar alguns exemples. Els següents apartats expliquen els principals conceptes de manera sintètica.

Treball de processos

El Treball de Processos és un paradigma i una manera d'entendre el món, així com una metodologia que aporta consciència als processos psicològics, socials i transpersonals en el si de les relacions humanes, amb l'objectiu de donar més llibertat de decisió als comportaments sovint inconscients que tenim la majoria.

Aquesta metodologia va ser desenvolupada per Arnold Mindell i els seus col·laboradors durant els anys 70 del segle passat. El que inicialment va començar únicament com un mètode que ampliava els coneixements i les aplicacions de l'anàlisi junguiana en el marc de la teràpia individual, va acabar desplegant també el seu potencial en el camp de la facilitació de relacions i en el camp grupal, organitzatiu i comunitari.

Poder

Tal com l'entendem des del Treball de Processos, el poder és únicament una força que ens dona a tothom la capacitat de fer que alguna cosa esdevingui, o com a mínim, intentar-ho. En paraules

de Julie Diamond, una treballadora de processos especialitzada en l'acompanyament als lideratges, en el seu llibre *Poder, una guia de uso* "el poder és més que la força de fer, és la capacitat d'impactar, influenciar i apoderar. També és la llibertat a no fer: no encaixar, no adaptar-nos, i no sentir-nos pressionats per la resta (...) i pot tenir lloc sigui per mitjans actius o passius." Des d'aquest punt de vista, és clar que tothom té algun tipus de poder.

El poder, des d'aquesta mirada, no és estàtic, sinó que la seva naturalesa és dinàmica i s'expressa en la complexa dinàmica de poder que es genera en totes les relacions.

Aquesta dinàmica de poder és el que anomenem rang, i podem distingir entre quatre tipus de rang diferent: el rang social i el rang contextual, com a poders de font externa, és a dir, que són atorgats per causes externes a la persona, i el rang psicològic i el rang espiritual, com a poders de font interna, és a dir, cultivats en el si de cadascú de nosaltres.

El que anomenem **rang social** és el poder associat a l'estatus que ens és donat en una determinada societat i que divideix la població entre aquella que té accés a certs beneficis i privilegis socials, i aquella qui queda als marges i oprimida. Alguns dels aspectes que donen poder social a les persones són el gènere, l'orientació del desig, la classe, la raça, l'edat o la salut, entre d'altres. Les divisions que aquesta diferenciació social comporta es cristal·litza en discriminació, que troba els seus orígens en múltiples factors històrics i socials. Aquesta distribució de poder social afecta i marca profundament la resta de poders. És en el marc del rang social que les feministes afroamericanes van incorporar el concepte d'**interseccionalitat** en la seva anàlisi de la realitat que vivien, perquè s'adonaven que la seva experiència de sexisme no podia ser des- triada de la seva experiència de racisme, creant múltiples nivells d'injustícia social. D'aquesta, la resta de condicionants socials també interseccionen entre ells, generant una experiència

concreta per a cadascú en funció de la relació de privilegis i opressions que ens condicionen.

Com que dins del paradigma del Treball de Processos entenem que hi ha més tipus de rang, ampliem els eixos de poder que travessen les relacions entre les persones i els grups, cosa que es pot convertir en una aliada a l'hora d'entendre la complexitat i, a la vegada, la riquesa de la dinàmica de poder en la diversitat que som els éssers humans.

El **rang contextual** és un poder que adquirim en certes situacions, més enllà del poder social que posseïm, tot i que sovint, en moltes situacions, les qüestions socials afavoreixen que les persones amb rang social ocupin també posicions de poder contextual. Aquest poder pot ser explícit i conegut per tothom, com per exemple, ser un professor, la facilitadora o li cap d'una empresa. Però aquest poder també pot ser implícit, com ara ser la persona fundadora d'una organització o la persona amb més antiguitat dins d'un grup. Cada context ens situa en rols diferents amb rangs diferents. Més enllà de si ets un home o una dona, de si ets una persona racialitzada o una persona blanca, de si ets jove o tens molta experiència dins d'una organització, la posicionalitat que ocupes també influencia la manera que pots exercir el teu poder social, sense anul·lar-lo. A la vegada, cal ser conscients sobre com el poder social influencia fortament els contextos: les posicions que gaudeixen de més poder dins la nostra societat són majoritàriament ocupades per homes cis-gènere, blancs, de classe alta, amb estudis superiors i aparentment sans i amb plenes facultats. Això perpetua el rang social, ja que presenta un model de poder particular que es mantindrà si no prenem mesures per canviar-lo conscientment.

El **rang psicològic** és el poder que ens donem quan ens sentim amb el dret de ser, d'existir i tenir una veu. Es relaciona amb l'autoestima, la pròpia imatge, la capacitat de resiliència i el grau de coneixença d'una mateixa i la pròpia història.

Aquesta apropiació de nosaltres mateixos ens allibera de les dinàmiques socials i contextuals i ens permet seguir la nostra voluntat.

El **rang espiritual** és el poder de la connexió amb quelcom que ens transcendeix i ens dona suport. De vegades, és un sentiment d'una protecció superior o d'un propòsit que omple de sentit allò que fem, sense importar-ne les dureses. Aquesta connexió ens ajuda a mantenir-nos en peu fins i tot davant de grans reptes i tenir èxit en multitud de vegades. També és el que ens ajuda a seguir remant quan sembla que no ens en sortirem. I fins i tot, el que ens dona esperança inclús en aquells moments en què hem d'aprendre a rendir-nos i obrir-nos al que és desconegut que no depèn només de nosaltres mateixes.

Això és útil per...

Per una banda, tenir una concepció del poder en positiu ens ajuda a no associar-lo únicament a l'abús i ens apropa a una concepció del poder com a responsabilitat i com a capacitat creadora.

Per altra banda, entendre el poder com una dinàmica i no com a quelcom estàtic ens permet associar-nos amb el propi poder per tal de fer-ne un ús més conscient, des del tipus de poder que tinguem a cada moment. Ens apodera i ens retorna l'agència.

Finalment, si volem fer una aproximació interseccional a la qüestió del treball amb homes i masculinitats, és important tenir en compte que cada home, cada persona, cada relació estarà travessada per diversos eixos socials, contextuals, psicològics i espirituals. Aquesta consciència ens ajudarà a, primerament, tenir més curiositat per l'experiència concreta de cadascú, saber més sobre la seva cultura, procedència, capacitats, punts de vista. Seguidament, ens empeny a fer-nos tothom responsables del nostre poder i del nostre impacte.

Alt i baix rang

Però, com percebem el poder? Per què pensem que de vegades tenim poder i de vegades no en tenim?

Quan sentim la manca de poder, el nostre sistema nerviós s'activa a través del nostre sistema límbic de tal manera que els nostres sentits es posen en alerta, de la mateixa manera com quan sentim el perill i sentim la necessitat de protegir-nos-en. El més petit detall podria ser de gran importància per ajudar-nos a sobreviure, i per tant el nostre cos es prepara per al pitjor. Som capaços de gran detall en la nostra percepció, fins i tot encara que no estiguem sent físicament sota amenaça, però la nostra amígdala opera exactament de la mateixa manera: un torrent d'hormones que ens activa la por, la inseguretat, la impotència, el dubte, la tristesa, la hipersensibilitat, forta emocionalitat, xoc i també ràbia, ira o frustració. Dit d'una altra manera: la sensació de manca de poder la coneixem molt bé perquè ens fa mal i no ens agrada.

Però per molt malament que resulti el rang baix, un dels regals més poderosos que ens fa és que ens entona socialment, i ens força a desenvolupar habilitats relacionals, arriscant-nos a la possibilitat del rebuig o del conflicte (Diamond, 2016, p.47).

En canvi, per a la majoria, ens cal una mica més de reflexió per adonar-nos que tenim poder. La capacitat d'impactar i influenciar es potencia quan ens sentim còmodes, amb seguretat i confort. És llavors que ens sentim amb plenitud, amb plenes capacitats i la creativitat es posa al nostre servei. Sentim la fluïdesa i la confiança amb allò que pensem, diem i fem. I aquesta és exactament la sensació del poder. Disminueix la reflexió en pro de l'acció, creix l'autoestima en lloc de l'autoconsciència. La nostra influència sobre els altres augmenta, però la nostra capacitat de sentir empatia pels altres empetiteix. (Diamond, 2016 p.2). Sovint creiem que sabem com se senten les persones a qui identifiquem com a poderoses, especialment quan ens en sentim víctimes, però

difícilment ens adonem del nostre propi poder. I, en canvi, de ser-ne més conscients, ens estalviariem gran part dels conflictes que tenim.

Això és útil per...

De cara al treball amb el negacionisme, t'anirà molt bé recordar que a la majoria ens és més fàcil reconèixer-nos víctimes que percebre el nostre poder perquè no tenir poder ens fa mal. El dolor i la dificultat com a porta d'entrada en el treball amb homes és una oportunitat, com veuràs més endavant, de treballar la relació dels homes amb el seu món emocional i la seva pròpia història, que han marginat al llarg del seu procés de socialització.

El cicle de la violència i la venjança

A tothom ens han fet mal alguna vegada a la vida. Ens hem sentit víctima de l'ús pobre del poder d'algú que percebíem com a més poderós. Però també hem ofès a altres, i ens hem convertit en els perpetradors.

El sentiment de venjança és un sentiment comú quan ens fan mal dins l'ampli espectre de l'experiència humana. De vegades apareix de formes explícites, i més sovint com una actitud subtil cap a qui considerem els nostres enemics, coneguts o no. El rol de la víctima ens fa sentir el nostre desapoderament davant de la possibilitat de ser vulnerats en qualsevol moment. Tal com la descriu Mindell al seu conegut llibre *Sitting in the fire*⁴, la venjança en si mateixa és un estrany poder contra el qual les persones privilegiades no es poden defensar i que ens retorna ràpidament la sensació de poder. Després de l'abús, de vegades creiem que tenim únicament dues opcions: o seguim en silenci o ens convertim en agressores nosaltres. Si seguim en silenci, abusem de no-

⁴ El pots trobar traduït al castellà: *Sentados en el fuego: Como transformar grandes grupos mediante el conflicto y la diversidad*. (2015) Ed. Deep Democracy Exchange

saltres mateixes. Per tant, en les dues opcions sembla que l'única sortida és que el resultat d'allò que fem acabi en una nova víctima: nosaltres, re-victimitzades, o la nostra següent víctima. Tant si ens sentim amb dret o no de fer mal a algú altre, el cicle sembla no acabar mai.

En canvi, seria molt més útil i eficient, en la majoria dels casos, si prenguéssim responsabilitat pels abusos de poder que cometem des de qualsevol posició de rang a la qual accedim, especialment quan ho fem des de posicions de rang social i contextual, que solen impactar de maneres devastadores generant un dany permanent i perpetu contra les nostres víctimes.

El procés de presa de responsabilitat, com veurem, és sanador per qui s'hi compromet radicalment i honestament. Tant les víctimes com els agressors trobaran alliberador el reconeixement de les violències i els seus impactes, i el fet d'aprendre eines que garanteixen la no repetició dels fets i la transformació de les condicions relacionals que els han permès.

També seria molt més útil i eficient, en la majoria de casos, si aprenguéssim a gestionar els nostres dolors des d'una actitud més de benvinguda que de rebuig a la nostra vulnerabilitat. Les eines de regulació emocional i suport a la dificultat seran molt importants a l'hora d'evitar nous abusos perquè ens connecten amb el nostre poder, la nostra capacitat de sostenir-nos i saber-nos sostingudes, i per tant ens allunyen de la necessitat de revenja.

Això és útil per...

Més endavant veuràs que sovint fem mal i abusem del nostre poder perquè no en som conscients. En canvi, com hem vist en l'apartat anterior, ens és més fàcil sentir-nos víctimes i amb el dret o la necessitat d'imposar-nos-hi per deixar de sentir-nos tan vulnerables. A la vegada, això reforça la necessitat de dotar-nos d'eines, especialment les persones amb privilegis, per

tal d'acompanyar-nos en les situacions en què ens sentim vulnerats, per tal de no tenir la temptació de fer servir els nostres privilegis per tal de fer-nos sentir millor i, en canvi, utilitzar els nostres propis recursos personals i comunitaris.

La democràcia profunda

Quan ens enfrontem i adrecem les dinàmiques estructurals i socials estem treballant amb el que el Treball de Processos anomena treball global. Tant se val si estàs treballant-hi individualment, a través d'una relació o en un gran grup de gent. La Democràcia Profunda, en el marc del Treball de Processos, ens empeny a donar la benvinguda a totes les parts del procés. És una actitud ètica i política per tal de relacionar-nos amb els processos, sense jutjar-los, inclús si no hi estàs d'acord, però reconeixent-los com una part de la vida i de l'experiència humana, i sabent que cada part necessita ser escoltada més enllà dels conceptes de bé i mal. Aquesta ètica del Treball de Processos ens guia cap a l'escolta profunda com a camí per la creació de nous patrons que ens ajudin a créixer individualment i com a societat.

Pel treball que fem amb homes, implica reconèixer i apreciar cada petita part, i l'actitud de voler-la entendre profundament. Voler anar fins al fons del negacionisme i trobar les seves llavors, fins i tot, humanitzar-lo. Vol dir acceptar la divisió, la necessitat de polarització, el desacord i la desesperança perquè són part del procés i cada part necessita el seu lloc i el seu tempo, més enllà de la nostra voluntat. Amb la cura i la paciència necessària, així com amb les eines de facilitació amb les quals comptem, podem fer possible un canvi que sigui sostenible, profund i sincer.

Elderatge

Des de la nostra perspectiva, considerem que per facilitar hem de ser capaces de ser fluides entre tots els nostres estats, aplicant la mateixa democràcia profunda en nosaltres mateixes, i posant-hi consciència en la mesura que ens sigui possible, però com a requisit ètic. Això implica també tenir certa capacitat de desaferrament per tal de no trobar-nos sovint activada la nostra història personal i col·lectiva enmig del procés d'acompanyament.

L'elder no espera que les persones canviïn, i sap que la gent són exactament qui volen ser. Per tant, les hem d'acceptar, però sobretot, nosaltres podem canviar per estimar-les sabent que són també parts de nosaltres mateixes.

L'elder ha treballat en si mateixa i sap que la consciència i el desaferrament flueix, i confia en el Procés que tot ho guia. Per tant, confia en totes les fases del treball, i testimonia i aprecia cada petit pas que es fa.

Quan facilitem temes calents, haurem de cultivar l'elderatge en nosaltres mateixes, havent caminat aquest mateix camí primer, i adquirit les eines i habilitats que es necessiten per estimar els processos dels nostres clients com a propis.

Et recomanem que treballis amb els teus activadors i la teva història personal, i que retis els sistemes de creences que et fan pensar que les persones han de canviar de la manera que tu creus que han de canviar. També et recomanem que treballis amb la consciència dels teus altres privilegis i del teu alt rang, i això t'informarà més concretament del procés que estàs a punt d'acompanyar en altres.

Els feminismes

Des de la fundació de la nostra cooperativa, els feminismes sempre han sigut guia en la nostra forma de fer, d'intervenir i de créixer. Són el color del cristall a través del qual mirem i interpretem la realitat, conjuntament amb la mirada del Treball de Processos i la mirada restaurativa.

El treball amb homes es pot fer sense mirada política, però llavors és incompleta. El que a nosaltres ens va impulsar, precisament, a acompanyar homes, va ser la nostra militància feminista i el convenciment que els homes havien de prendre partit en aquesta lluita. Sense aquesta perspectiva, el treball amb homes els serveix a ells, però no necessàriament contribueix al benestar de les dones del seu entorn ni a transformar les injustícies del sistema patriarcal.

Els feminismes ens ajuden a reconèixer la discriminació, a posar nom a les causes i efectes del masclisme, a utilitzar noves propostes metodològiques i descobrir nous patrons relacionals.

Ens agrada el terme patriarcat capitalista, imperialista i supremacista blanc que sovint utilitzava Bell Hooks per descriure els engranats sistemes polítics que són a la base de la política de la nostra societat. Ella considerava el Patriarcat com un "sistema polític social que insisteix que els homes són inherentment dominants, superiors a tot i tothom, considerats més febles, especialment les dones, i dotats del dret a dominar i governar sobre els dèbils, i mantenir aquesta dominància

a través de diverses formes de terrorisme psicològic i violència⁵"

Les conseqüències d'aquest sistema sobre les dones i la resta d'identitats no normatives de gènere, han sigut descrites en la vasta literatura feminista. També ella mateixa assenyalava les conseqüències que el sistema patriarcal té sobre els homes.

Ens inspiren Olympe de Gouges i la seva descarada Declaració dels drets de les dones el 1791, en contraposició a la Declaració universal dels drets dels homes que els seus col·legues revolucionaris havien publicat poc abans. Ens educa la Sojourner Truth amb el seu parlament *Ain't I a woman?* El 1851 a la Convenció dels drets de les dones a Ohio, en el qual desafia les companyes blanques posant sobre la taula el racisme, i seguim bevent del seu llegat a través d'Angela Davies amb *Dona, Classe i Raça*, on ella aborda en primera persona el que Kemberlé Crenshaw va batejar com a interseccionalitat. Bevem del moviment transfeminista que es basa en la teoria de gènere de Judith Butler amb *Gender Trouble: feminism and the subversion of identity* (1990) destapant la performativitat del gènere, i obrint possibilitats vivibles a les vivències queer, amb Virginie Despentes i Paul B. Preciado amb la *Teoria King Kong* i el *Manifiesto Contrasexual* respectivament. Amb elles, precisament hem crescut i hem gaudit del *Querido capullo*, un testimoni de l'era #metoo i de l'obertura feminista cap a l'experiència dels homes i la presa de responsabilitat. També ens inspira el moviment feminista kurd, la Jinealogia, com una pràctica feminista de la vida aplicada a totes les àrees de l'experiència humana, i traslladem el concepte de l'ètica de les cures de Carol Gilligan a la nostra facilitació en les organitzacions i les comunitats, posant el benestar de les persones al centre, en diàleg amb les necessitats i els objectius de les organitzacions i la seva relació amb el món.

⁵ Hooks, B. *La voluntat de canviar* (2022), (p.29)

Totes elles, i tantes altres al seu costat, estan d'acord amb les causes socials, econòmiques, psicològiques i històriques de l'estructura patriarcal que ha oprimint les dones al llarg dels segles. Elles són també la base sobre la qual s'han construït els estudis sobre masculinitats, per entendre el paper i la psicologia dels homes en el sistema patriarcal, amb Kaufman descrivint, a les portes d'entrada del nou segle, les set P's de la violència dels homes, o la mateixa Bell Hooks, que tant ens ha acompanyat en la soledat d'aquesta tasca, amb *La voluntat de canviar*, publicat només cinc anys després i acabat de traduir a la nostra llengua ara farà només dos anys.

Totes elles són indispensables companyes de viatge, i ens ajuden a connectar amb el sentit de la nostra feina, i amb la direcció que ha de prendre en els moments de més dificultat, confusió i necessitat de definició.

Mirada restaurativa

La restaurativa és un marc filosòfic per a respondre al delictes, centrat en el dany causat i les accions que el reparen. Tal com ho descriuen Zehr i Gohar (2003) "És una justícia que s'enfoca més en la reparació que en el càstig; lluny de fer més grans les ferides i agreujar el conflicte, contribueix a la sanació i la pau" posant en el centre el dany i implicant a totes les parts: víctima, agressor i la comunitat.

Tal com l'entendem, hi trobem els seus orígens en la cultura occidental a la dècada dels 70's tant als Estats Units, Nova Zelanda i Canadà, amb llaços en els moviments socials a favor dels drets humans i la resolució de conflictes basada en el diàleg. Cal dir, però, que durant mil·lennis, els pobles indígenes i els pobles aborígens han practicat ja el que avui en dia anomenem justícia restaurativa en les seves comunitats⁶. Moltes pràctiques que les persones occidentals apliquem sota el nom de justícia restaurativa han sigut apreses d'aquestes cultures, com per exemple les conferències restauratives, els cercles de pau, els panells de víctimes, la implicació comunitària, serveis d'assistència a les víctimes, comissions de veritat i reconciliació, etc.

Una de les bases de la restaurativa implica acceptar que totes les persones estem interconnectades i, per tant, el dany causat a una persona és causat a tota la comunitat. Les seves arrels comunitàries ens porten a comprendre que el dany, els conflictes i les seves causes, conseqüències i solucions es troben en la mateixa comunitat. En aquest tipus de justícia "busquem pau, la veritat, penediment i presa de responsabilitat, així com la restauració del teixit social, perquè està tot interconnectat" (Gonzalez Torres,

⁶ Mediació a través d'elders, conferències comunitàries (nanante, ubunto, gacaca), cercles de pau de les cultures indígenes americanes. A Nova Zelanda i als Estats Units, durant els anys 70, els programes de justícia restaurativa coneguts com VORP i VON van ser inspirats en la cultura maori. (<https://leyderecho.org/historia-de-la-justicia-restaurativa/>)

2018, p. 81). Si el focus principal és la reparació i la presa de responsabilitat pel dany causat a la víctima i a la comunitat, la direcció que prenem ha de ser guiada per les seves necessitats. Segons Howard Zehr i Ali Gohal, les víctimes necessiten:

1. Informació: necessitat de respostes, que inclou per què, i com i què ha passat des de llavors.
2. Veritat: l'oportunitat d'explicar la seva història, i que sigui escoltada i acceptada. Això mateix contribueix ja al seu procés de sanació.
3. Apoderament: guanyar novament el control sobre les seves propietats, cos, emocions, somnis i identificar les seves altres necessitats.
4. Restitució del dany, sigui físicament o simbòlicament.

Al mateix temps, pels agressors, cometre un dany comporta obligacions, cosa que significa l'assumpció i presa de la seva responsabilitat i canviar el seu comportament que fa mal. Per a fer-ho, també necessiten:

1. Prendre responsabilitat pel dany causat, transformant els seus sentiments de culpa, empatia i responsabilitat.
2. Experimentar transformació personal, incloent-hi: sanació del seu propi dolor que ha contribuït al seu comportament, treball de trauma i millora de les seves habilitats socials.
3. Encoratjament i suport per la seva integració a la comunitat
4. Per a alguna gent, com a mínim, algunes restriccions temporals.

Així com els agressors han de cercar les causes del seu comportament per a canviar-lo, normalment no ho poden fer sols. Hem de mirar les condicions socials, la injustícia social i altres condicions en un sentit ampli que expliqui com això també contribueix al delictes, i que normalment impliquen responsabilitats familiars, de la

comunitat o de la mateixa societat. Aquest és el motiu pel qual necessitem a la comunitat present i participant també del procés de reflexió que demanem que facin els ofensors.

Això és útil per...

Sovint parlem de la presa de responsabilitat, però no sabem exactament a què ens referim. Aquesta manera d'entendre la justícia ens permet col·locar un objectiu concret de cara al treball que volem fer amb els homes. El marc restauratiu ens ajuda a repartir les responsabilitats i els quatre passos ens serveixen de guia al llarg del procés.

Passos previs

Una intervenció útil i eficaç parteix, com a mínim, d'una reflexió prèvia sobre què motiva la pròpia intervenció: amb qui intervenc i quina relació hi tinc jo?

Aquests passos previs tenen, per tant, dos focus principals: tu, com a facilitació, i ells, com a persones a qui acompanyaràs.

Si has triat acompanyar a homes en el seu procés de reconeixement dels seus privilegis i en la participació activa d'un món cada vegada menys patriarcal i més equitatiu, volem que tinguis més consciència de quines són les teves motivacions i què t'hi empeny, quina és la teva història particular en relació amb el tema i que tinguis clares algunes consideracions tècniques que et seran de gran utilitat per fer aquest acompanyament d'una manera ètica i eficient.

També caldrà que entenguis bé els homes a qui acompanyaràs, la seva diversitat interna i la seva diversitat respecte a tu, sense prejudicis. T'expliquem què creiem que has de saber, com a mínim, de cara a entendre per què proposem l'acompanyament que proposem.

La preparació de la facilitació

La nostra proposta parteix de la idea que les persones que acompanyem són part del mateix camp social que les persones a qui acompanyem. Això ens condiona la nostra mirada i la nostra experiència en funció de la nostra pròpia posicionalitat i, per tant, tindrem biaixos que caldrà tenir en compte a l'hora d'intervenir. Aquests biaixos, amb consciència, no tenen per què ser dolents, sinó que ens poden informar sobre un procés. Però sense aquesta consciència, sovint ens condueixen a actituds reactives, mals usos de poder, i, en el pitjor dels casos, nous abusos de poder des de les posicions que ocupem. Per exemple, una cap que no ha treballat en relació amb les seves experiències amb homes que han menyspreat el seu valor i els seus coneixements, pot fàcilment sentir-se amenaçada per qualsevol home que la qüestioni. En canvi, amb més consciència, pot ajudar els homes del seu voltant a reconèixer les maneres com desconfien del punt de vista de les seves superiors quan són dones, a la vegada que valora el seu punt de vista i les seves

aportacions. De la mateixa manera, un educador que té por d'equivocar-se i li costa relacionar-se amb els seus privilegis, pot menystenir l'impacte que els nois a qui acompanya tenen en les noies del mateix grup. En canvi, si entén millor els seus propis privilegis, podrà explicar-ho al grup, fer de model per als nois, i facilitar una conversa fructífera entre totes les persones participants del grup que els ajudi a entendre les dinàmiques de gènere que operen entre elles.

Aquest apartat t'ha de servir per assegurar-te que ets capaç de prendre distància de la teva pròpia història per tal de fer-la servir d'una manera més eficient en la teva relació amb homes i masculinitats i el seu acompanyament, tenint en compte les dinàmiques de rang existents entre tu i ells i el vostre context relacional per fer-ne un ús ètic i eficient que doni suport a la teva intervenció.

Finalment, t'expliquem com reconèixer el teu poder en cada context i com fer servir allò que ocorre en un moment donat a la relació d'una manera ètica pels teus objectius d'acompanyament a la consciència dels homes i dels privilegis masculins.

Comprendre la dinàmica de rang

El poder és un tema complex, i tal com l'hem descrit abans, cal entendre la dinàmica de poder des de la realitat de cada element present en una relació. Si volem treballar cap a la consciència dels privilegis, haurem de treballar per la consciència de tots els fluxos de poder que hi haurà presents al camp, i això ens insta directament a fer un treball plenament interseccional.

A més, com hem vist, el rang social no és l'únic tipus de poder que existeix, i el poder implica un dinamisme de forces al nivell relacional. Com més capaces som de veure i entendre els diferents senyals d'aquest rang en una mateixa i la resta, com més capaces som de considerar el flux del poder, més fàcil és treballar d'una manera que tingui en compte aquesta interseccionalitat, en tu i en els homes amb qui treballes. De fet,

aquesta és una de les parts més emocionants de la feina, perquè ens empodera i al mateix temps és la brúixola ètica del treball que proposem.

Diem que ens empodera, perquè, tot i els sentiments de baix rang que afloren irremeiablement, ens recorda que també comptem amb altres fonts de poder en què recolzar-nos. Ens assegura l'ètica de la feina que fem, perquè reconeix la diversitat interseccional de cada relació i de cada persona, tenint cura de totes les esferes de la persona, i animant a prendre responsabilitat per aquelles en què té poder per a fer-ne un ús conscient.

Cal un bon entrenament per a notar els diferents senyals de rang en les dinàmiques relacionals, i comprendre els seus impactes i beneficis a cada moment. En un món on ens és més fàcil notar la falta de poder o el poder dels altres, i no pas el propi, hem de posar energia a ser més conscient del poder que sí que tenim per fer-ne un bon ús. Aprendre a seguir els senyals del poder ens estalviarà biaixos i ens permetrà emmarcar-lo i visibilitzar-lo.

Al mateix temps, hauràs de tenir molt en compte el context en el qual et trobes. Si estàs llegint aquest Quadern perquè estàs buscant la manera de fer entendre el seu sexisme al teu marit, company, germà, pare, company de feina, amic, has de recordar que no n'hi ha prou que et carreguis d'eines. Cal que els homes escoltin. Cal que els homes entenguin. Cal que siguin ells els que activin el canvi.

La teva pròpia història

Quina és la teva història amb el poder? Com ha afectat la teva vida? Quines àrees del teu ésser han sigut ferides per l'abús de poder d'altra gent contra tu? De quins poders socials et beneficies i com? Et coneixes prou bé a tu mateixa i t'has apropiat prou de la teva pròpia història? Com t'afecta i t'organitza quotidianament i inconscientment la teva història de trauma i quina capacitat tens de sostenir-te a tu mateixa davant les dificultats?

Aquestes són algunes qüestions importants que hauries de treballar si t'agradaria treballar amb homes i consciència de privilegis. D'altra banda, podries abusar del teu poder també inconscientment, de la mateixa manera que altres ho han fet amb tu. O pitjor, abusar-te a tu mateixa empenyent-te a fer alguna cosa per la qual encara no estàs preparada.

Si ets una persona socialitzada com a dona, les marques d'aquest procés són encara vives en tu, i les penes viscudes des d'aquesta banda del gènere, fàcilment et segueixen organitzant. És important que siguis honesta a cada moment. No sempre tenim l'esperit a lloc per a fer front davant d'homes negacionistes, o d'homes que han abusat fortament.

De la mateixa manera, si has estat socialitzat com a home, caldrà que tinguis clars els impactes que això ha suposat en tu, els beneficis que t'atorga i siguis molt capaç d'identificar-los. Hauràs de fer un exercici d'honestedat per trobar en tu a cada moment quina és la teva motivació per a acompanyar altres homes. Totes les raons poden ser vàlides, però sense aquesta honestedat radical és fàcil caure en la superioritat moral, la reproducció inconscient de privilegis alfa, o en pèrdua dels objectius del treball, posant únicament al centre els patiments masculins.

Conèixer la teva pròpia història et donarà eines per distanciar-te'n quan sigui necessari per poder atendre la dinàmica més enllà de tu, i apropar-te'n quan sigui necessari per a fer-la útil pel procés. Per exemple, a nosaltres ens ajuda molt per reconèixer les limitacions de la nostra intervenció quan estem davant d'homes que no estan disposats a sortir del seu negacionisme, i deixar d'esforçar-nos en excés a què canviïn. També ens ajuda a posar límits en aquells casos on creiem que serà retraumatitzant per nosaltres haver d'escoltar segons quins relats. I també ens ajuda a poder compartir la nostra experiència momentània o passada amb els homes quan creiem que serà útil per ells escoltar-la.

Al capdavant, aquesta feina es basa completament en la consciència dels poders de cadascú, no únicament els privilegis del teu client, tot i que és el focus principal. Es tracta que siguis capaç de sostenir la interacció amb l'altre, especialment en els moments de tensió on hi ha impactes, mentre també li dones suport i et dones suport a connectar amb els propis recursos i poders per fer-ne un bon ús.

Un exercici que et pot acompanyar a fer aquesta reflexió:

1. Pensa sobre les situacions de baix rang que has viscut al llarg de la teva vida, les opressions sota les quals has crescut i que tenen més rellevància per a tu. Com et van afectar? Com han determinat la teva vida i la manera en com et relaciones amb els altres? Com et fa sentir? Nota l'efecte que té en tu el simplement parlar-ne o recordar-ho.
2. Per continuar, també respon-te: De quina manera aquestes experiències t'han donat algun tipus de poder? Què has après o què t'han ensenyat? Com han enfortit la teva sensació de tu mateixa i la teva posició al món?
3. Pensa ara en els teus poders (social, contextual, psicològic i espiritual). Amb quins comptes? Quins són els més importants i útils per a tu? Recorda qui ets tu i com has aconseguit arribar fins aquí? Què has fet, què saps i què has après de la vida. Recorda les situacions en què t'has sentit fluida i connectada amb tu mateixa.
4. Nota, a mesura que vas recordant, com tot plegat, encara que de maneres diminutes, et va canviant per dins la percepció que tens de tu mateixa.
5. Des d'aquí, com et pots donar suport en situacions de dificultat? Com això et dona suport en alguns dels principals reptes que l'acompanyament a homes et genera?

Els contextos i la multiplicitat de rols

Certament, els contextos són fortament poderosos. És a cada context que ocorre cada interacció, i és en cada context que es reparteixen els rols entre cada persona. Així, les mateixes dues persones en dos contextos diferents és possible que tinguin una dinàmica de rang diferent. No tenim la mateixa interacció si som un matrimoni que si som socis d'una empresa, que si som germans o tenim una relació de mare i fill o sóc conferenciant d'una xerrada a la qual assisteixes.

Aquesta és la màgia, i al mateix temps, la complexitat de les relacions humanes. Però sovint tendim a oblidar que la majoria de vegades tenim la llibertat d'escollir de quina manera volem representar els rols que ocupem.

Si decideixes facilitar, és important que tinguis la consciència del rol i el rang que ocupes en aquesta posició per no abusar-ne també, caient inconscientment en el cicle de la violència i la venjança.

La facilitació, tal com l'entendem a Fil a l'Agulla i en el marc del Treball de Processos, implica mostrar compassió cap a totes les parts. També implica recordar que el conflicte social és un camí més cap a la trobada (Mindell, 2015, p.27). No trebalem per eliminar les dinàmiques de rang; trebalem per fer-les conscients sota els principis de la Democràcia Profunda.

La relació com a camp de pràctiques

En els nostres tallers, sabem que tot allò que ocorre durant la nostra intervenció és valuós i és part del que ocorre fora del taller, en la vida quotidiana dels nostres clients. És per això que és d'especial utilitat, si tens eines i experiència en com fer-ho, utilitzar el poder contextual que t'atorga ser l'educadora, el facilitador, o la professional d'una manera que el missatge arribi més poderosament del que arribaria en qualsevol altre context.

És per això que, més enllà del programa, fer ús de les interaccions en el moment amb els homes a qui acompanyem pot ser de gran benefici pels objectius que perseguim.

En la nostra experiència com a facilitadores que treballem amb homes, som conscients que els moments d'aprenentatge altament significatiu han sigut aquelles situacions en què s'ha constatat el masclisme entre algun participant i alguna de nosaltres. Quan això passa, cal anar més a poc a poc, caminar a través de la tensió, i eventualment desentrellar què ha passat que ens ha portat a la situació, i què podem fer per atenuar els impactes que ha provocat.

Un grup d'homes d'una professió altament masculinitzada assistien a una de les sessions que la seva organització havia programat dins de l'aplicació del pla d'igualtat de l'empresa. Tenien cert recel amb la sessió i amb mi, la facilitadora, perquè se sentien obligats a fer-la i forçats a creure les explicacions feministes que els donaven. Un dels participants feia comentaris negacionistes des de l'inici. Comentava que les dones també abusen, que les dones també menteixen, que a casa seva manaven les dones, i que els temes d'igualtat de gènere feia dècades que estaven superats perquè "ja no és com abans, durant el franquisme". La situació era prou tensa entre la jo, que donava dades i arguments que donaven suport a la seva posició feminista, i l'home que a cada frase feia algun comentari o algun gest, però el silenci de la resta del grup tampoc hi ajudava. Els dos ens sentíem com en un duel al far west. Em debatia entre marginar la meva experiència i continuar amb la sessió o entrar en un ping-pong absurd amb l'home, ping-pong del qual jo tenia molts dubtes de sortir-ne victoriosa. I de cop, em vaig adonar del silenci de la resta. Per què cap dels seus companys deia res? Vaig provar de demanar-los ajuda. Sabia que en aquella si-

tuació no se'm creia com no es creu a les dones que denuncien les violències que es cometien sobre elles. Però també sabia de l'entorn silenciós que ho veu, però no s'atreveix a posicionar-se. Així que els vaig interpel·lar demanant-los com ho veien ells, i si podien empatitzar amb la meva situació de ser constantment posada en dubte. Els vaig dir que estava començant a patir, i els vaig preguntar si ells també ho veien. Un altre home va parlar. Va dir que ho veia feia estona, però es preguntava a si mateix si allò era part d'un debat on es donen diversos arguments i algú guanya i algú perd, o si hi havia alguna cosa més. Li vaig preguntar novament que com ho veia ell, i va respondre immediatament que, en realitat, li començava a semblar un debat desigual, on cada vegada que jo deia alguna cosa, l'altre home saltava i no em donava l'oportunitat d'explicar res més. L'única dona del grup va dir: a mi això em passa sovint. Sovint, els homes no m'escolten. Els vaig tornar a preguntar per què, si estaven veient que la situació no era del tot justa, no havien intervingut abans. Em van respondre que no volien incomodar a l'home. I què passa amb els meus sentiments? O els de la vostra companya? - Els vaig dir. Tenia raó, haurien hagut de dir-li al seu company que calia trobar altres maneres de portar el seu punt de vista que no fes sentir malament a ningú. L'home de l'inici va reconèixer que no era conscient que m'estigués sentint malament, en part perquè soc la formadora, i que no era la seva intenció fer-me sentir així. Tot i que encara mostrava certa resistència a reconèixer completament com ell havia generat també aquella situació, vaig apreciar que ho veies ara, i vaig reforçar que sabia que no era la seva intenció i que jo sí que era conscient que el fet de ser la formadora em donava més capacitat de parlar i argumentar, i que entenia que ell no pogués veure l'impacte que tenia en mi també com

a dona si només es relacionava amb el fet que jo era una professional. Els vaig parlar de les meves experiències com a dona amb altres homes que no m'escoltaven i no em creien. I vam parlar de totes les vegades que les dones denuncien violències greus, com en el cas Nevenka, el cas de la Manada o el recent cas Rubiales, on inclús veient les imatges en directe per televisió, molta gent seguia sense creure que Jenni Hermoso no havia consentit aquell petó. Vam encaminar la sessió cap a l'aprenentatge de donar-se feedback entre ells quan veuen comportaments masclistes dels seus companys, treballant en les metahabilitats que necessiten per poder-ho fer d'una manera ferma i compassiva. Jo no vaig haver de donar-los més dades ni més teoria. Ho acabàvem de viure en directe en aquell mateix instant.

Aquest és un bon exemple d'un moment en el qual els diversos rols presents en l'escena entren en interacció: un home negacionista que es vol defensar de les acusacions de masclisme que li fa una dona, una formadora que es converteix en activista que vol convèncer del seu punt de vista, una majoria silenciosa de companys que callen i no intervenen. I també una facilitadora que reconeix el seu poder a la sala i el fa servir, una dona que parla en primera persona de les seves experiències i homes que prenen partit per la seva posició al món.

En la teva preparació per a treballar amb homes i amb la consciència de privilegis caldrà que aprenguis a tenir consciència de tots aquests rols, i que entenguis la dinàmica complexa de poder que es desplega. El risc que l'activista feminista s'emportés tot el protagonisme era alt. El risc que la majoria silenciosa seguís sense intervenir era alt. El risc que el discurs masclista guanyés el relat era alt. T'animem a desenvolupar les teves habilitats facilitadores per tal d'aprendre a detectar aquestes situacions, especialment quan t'estan afectant a tu, i puguis utilitzar les teves eines per posar consciència en aquestes situacions freqüents.

Comprendre els homes i la masculinitat

Qui són els homes i què els fa homes? Què és la masculinitat i què implica per a les persones que, obligatòriament o per elecció, encarnen els seus valors? D'on parteix la intervenció que volem fer i per què? De quina manera influeix la construcció de la masculinitat en el propi procés, quins avantatges i dificultats presenta? Quin paper hi juga la interseccionalitat? Com podem treballar la masculinitat si entenem també que cada persona que l'encarna és diferent i reconeixem el dinamisme del rang? Què són les violències masculines i què les motiva principalment? Quin és el seu motor, i focus principal de la nostra intervenció? Com tot això desemboca en la nostra intervenció?

En aquest apartat trobaràs una breu comprensió de la masculinitat i els homes, conjuntament amb la seva complexitat, i algunes claus importants de cara a l'acompanyament a homes.

La dissociació emocional

La primera violència del sistema patriarcal és la divisió binarista sexe-gènere. Pel que fa a les persones assignades com a homes, en néixer, la seva socialització de gènere està subjugada a demostrar constantment que no són dones i un rebuig directe a tot el que s'associa a la feminitat. Una de les principals estratègies que utilitzen la majoria de nens en aquest procés d'esdevenir homes és la dissociació emocional. Rebutjant i marginant psicològicament qualsevol manifestació susceptible de ser reconeguda com a femení, s'asseguren mantenir-se al costat correcte de les expectatives que la societat té sobre ells. Al mateix temps, s'empobreix el rang emocional al qual poden accedir, deixant únicament espai per a l'alegria, l'eufòria, la ràbia, la ira o la frustració.

Una de les derivades d'aquest fet és l'analfabetització emocional masculina. La pèrdua de l'oportunitat de gaudir de l'ampli rang emocional

del qual és capaç l'ésser humà comporta gran incapacitat de reconèixer les emocions. Quan emergeixen en si mateixos són desterrades i bloquejades pels mecanismes de dissociació emocional. Quan apareixen en els altres, són incompreses, i molt sovint, molts homes no saben què fer davant de l'expressió d'emocionalitat que no comprenen, i prefereixen obviar, apaivagar, o minimitzar aquella emoció.

Sens dubte, sumat al permís que atorguen privilegis masculins, aquesta situació és un polvorí per a la violència.

Per una banda, l'únic tipus d'emocions que els homes poden expressar està associat a la força i a la intensitat. La seva expressivitat emocional, per tant, està fàcilment relacionada amb l'ús de la força per expressar l'alegria (com per exemple en la cultura hooligan, que sovint acaba en disturbis als carrers) o l'ús de la força per manifestar la no conformitat, en esclats de ràbia i ira, que pot desembocar fàcilment en violència física. Si no es manifesta d'aquesta manera, l'emoció sol quedar sovint congelada i marginada novament.

Per altra banda, la desconexió de l'ampli rang emocional, deixa als homes davant d'una gran part de la vida amb poques eines i, per tant, en una situació de força vulnerabilitat. Mal manejada aquesta vulnerabilitat, pot acabar amb ús de la violència patriarcal per tal de compensar el que l'home sent com un desequilibri. Molts homes sense eines de gestió emocional, davant la por de ser abandonats per les seves dones, utilitzen els beneficis patriarcals per controlar-les i assegurar-se que així es quedin al seu costat.

De la mateixa manera, quan les dones o els infants del seu voltant mostren emocions prou desconegudes per a ells, les negligeixen davant d'una incapacitat de reconèixer-les o de saber què fer-ne. Moltes dones heterosexuales se senten força incompreses per part dels seus companys quan volen explicar-los com se senten. Moltes filles i germanes senten que els seus familiars homes no mostren empatia per les se-

ves experiències. Moltes amigues troben a faltar reciprocitat en les cures que donen als seus amics. Però una conseqüència encara més greu d'aquest fet és la dificultat que molts homes presenten a l'hora de llegir els senyals implícits de rebuig que no donen el consentiment a tenir relacions sexuals i que poden acabar en violacions silencioses també dins la mateixa parella.

Aquesta incapacitat s'agreuja sota un sistema que emet missatges de superioritat cap als homes, fent-los creure, més o menys conscientment, que estan per sobre la resta, que tenen més dret que la resta, i que tenen més permís que la resta.

Not all men. No tots els homes són iguals: Apunts d'interseccionalitat

No tenir en compte la interseccionalitat és una irresponsabilitat ètica a la qual podem caure inconscientment quan fem treball amb homes. Si bé els mandats de la masculinitat són els mateixos per a tots els homes, no són viscuts de la mateixa manera per a tots. Depenent de la trajectòria cultural i religiosa, depenent de l'orientació del desig, de l'expressió de gènere, de la classe, de la raça, la cultura, i les experiències vitals passades i presents, la masculinitat dels homes és molt diversa i s'expressa de formes molt diferents.

Però cal dir que aquesta complexitat és, per altra banda, una riquesa a la qual haurem de posar atenció.

Per exemple, l'obligatorietat de proveir a la família, si bé és compartida per tots els homes, no es viu de la mateixa manera si un prové de classe adinerada que si prové de classe treballadora, i aquesta pressió, capacitat o incapacitat, tindrà unes conseqüències o unes altres que provenen de la vivència de classe. Podem trobar altres exemples en homes afectats per processos migratoris del sud global al nord global, trobant-se en situació desavantatjosa i discriminatòria, especialment si

són racialitzats, que en alguns casos no viuen en els seus països d'origen, però afecten en el seu present i actualitat.

De la mateixa manera, no complir amb els mandats de la masculinitat hegemònica també deixa una sèrie de ferides, especialment en aquells homes que mostren ploma i són fortament discriminats per compartir intimitat amb altres homes, o els infants, els menors d'edat, els vells i els avis o els homes amb diversitat intel·lectual.

En definitiva, comptar o no en el teu historial amb experiències d'abús, trauma i discriminació afecta fortament la socialització i la construcció de la identitat masculina de cada home, i caldrà tenir-ho en compte de cara a l'acompanyament que farem.

Ara bé, la pràctica amb consciència interseccional, lluny de ser una pedra a la sabata, és precisament un niu d'esperança:

- Perquè reconeix la diversitat de maneres de ser home, a la vegada que no nega els privilegis de la masculinitat.
- Perquè visibilitza models de masculinitat diversos amb qui inspirar-nos, i ens permet escollir quines fórmules volem potenciar i quines volem minimitzar.
- Perquè té en compte els patiments també dels homes, i això dona suport a la tasca de reassociació emocional que els homes necessiten fer.
- Perquè conèixer els teus patiments obliga a desenvolupar eines de cura d'un mateix que també serveixen per a tenir cura dels altres.
- Perquè ajuda a generar empatia i consciència al voltant de les qüestions que afecten individualment, però també com afecten socialment.

Comprendre l'abús de poder

*Usado con consciencia, el rango es como medicina. De otro modo, es veneno.*⁷

Si has escoltat alguna vegada els relats dels homes que abusen, la majoria són històries que comencen atorgant el poder a la dona: "era ella que feia el que volia i em deixava sol, era ella que em provocava, ella és qui mana a casa, ella em feia sentir com una merda" i que, a mesura que aprofundeixes es converteixen en històries de desapoderament, de por, de baixa autoestima, de vulnerabilitat, i de sensació de petitesa. Desgraciadament, a causa de la socialització masculina i de la dissociació emocional que se'n deriva, la gran majoria d'homes no tenen eines per enfrontar-se a aquests sentiments d'una manera compassiva i responsable, i qui passa a l'acció són els mecanismes psicològics inconscients de compensació del malestar a través de l'ús d'altres fonts de poder més fàcilment accessibles: els poders socials, els privilegis masculins.

El Marcel era un client que abusava brutalment de les seves parelles de manera psicològica però també fins i tot física. Quan vam endinsar-nos a explorar més profundament aquelles escenes d'abús, ens vam adonar que els pics abusius succeïen quan ell estava també enfrontant-se internament amb la seva pressió interna i els dolors de la seva vida estaven activats. Ell lluitava per ser millor home, però la seva incapacitat d'aconseguir-ho, sumada a la seva dificultat de demanar ajuda, el van fer caure en una subtil depressió. No podia suportar les seves parelles quan semblaven fortes i més brillants que ell, i llavors aprofitava la seva posició per fer-les sentir malament i menysprear-les fortament usant la seva superioritat intel·lectual per guanyar-les, i

fins i tot la seva superioritat física a través del cos i de la veu per vèncer-les i fer-los sentir que el necessitaven. Així, calmava la seva necessitat de ser vist, reconegut, i al capdavall, estimat, ja que aquesta era la manera que havia après a ser valorat en la seva infància. Al llarg de les nostres sessions vam descobrir, conjuntament, no només que havia abusat de totes i cadascuna de les seves anteriors parelles, sinó també que patia un pare brutalment exigent i fred que havia internalitzat.

Ell, com tants altres, compensava la seva sensació de petitesa, la seva sensació de necessitat, la seva sensació de vulnerabilitat, d'estar perdut i no saber, amb les seves capacitats físiques i intel·lectuals, amb els privilegis i permisos que dona la masculinitat, per així acovardir i dominar les seves parelles.

De la mateixa manera que una mestra sense les eines necessàries pot acabar castigant i escrivant a la mainada quan no és capaç de conduir la classe, de la mateixa manera que una persona sacseja el seu gos davant la incapacitat de controlar el seu comportament impredecible i no adaptatiu, de la mateixa manera que el director d'una fàbrica colla els treballadors sucumbint a la pressió dels resultats i el balanç econòmic, els homes, com la majoria de nosaltres sota aquest sistema, abusen dels seus privilegis especialment en les situacions que perceben com a situacions límit o amenaçadores. El permís que atorga el sistema patriarcal als homes condueix a un abús sistemàtic, tot i que la majoria de vegades inconscient, d'aquests privilegis davant la manca d'eines de gestió i regulació emocional.

Evidentment, aquesta no és l'única raó de l'abús de poder, tot i que és la més freqüent. També abusem de poder simplement perquè el tenim i no en som conscients del mal ús o ús pobre que en fem. Pensa, per exemple, en l'ocupació de l'espai que fan alguns grups hooligans abans

i després dels partits de futbol dels equips dels quals són seguidors, o la facilitat amb què molts homes agafen el micro per fer preguntes i participar en debats, amb estils, sovint, que no conviden a la participació de la resta.

I un altre gran motiu pel qual abusem dels nostres privilegis és deguda a l'associació del privilegi amb el permís, és a dir, la sensació de tenir a dret a. Les persones amb privilegis senten que tenen dret a ocupar l'espai, prendre allò que els sembla, negligir o desestimar el que els sembla pertinent. Així s'expliquen també certes violacions, o l'abandonament de tasques de cures i de la llar de molts homes.

Impactar no és sempre intencional

De fet, la majoria de vegades que impactem ho fem inconscientment, sovint perquè gran part dels nostres actes són un efecte no controlat de la nostra psicologia. Aquest és un fet molt estudiat en la psicologia i les teories de la comunicació: tot i que tenim intenció de fer o dir alguna cosa, també emetem un altre missatge, i és el que coneixem com a dobles senyals.

A més, en el cas que ens ocupa del masclisme, la majoria, si no cap dels homes amb qui hem treballat des de Fil a l'Agulla, no tenien intenció de ser masclistes, no tenien intenció de fer mal i, així i tot, van fer mal utilitzant els privilegis que de la seva socialització i posició social com a homes es deriven.

Per tant, tot i que la intenció de no fer mal és important, ja que tenir intencionalitat agreuja el cas, és l'impacte que les accions generen el que causa el mal, i és aquí on volem posar el focus, ja que és el que necessita ser reparat i algú que prengui responsabilitat pel dany causat.

Els tres pilars del treball amb homes

D'aquest marc, conjuntament amb les concepcions sobre el poder i els privilegis del Treball de Processos i els Feminismes, així com la guia que ens ofereix la mirada restaurativa, se'n deriven els següents tres focus de treball. Creiem que una intervenció integral amb homes i treball amb masculinitats ha de contenir aquests tres treballs per tal de complir amb l'objectiu de transformar la posicionalitat dels homes en la nostra cultura i superar els mandats de la masculinitat hegemònica.

Aquests tres focus principals serveixen, a la vegada, de porta d'entrada per treballar amb els homes abans d'aprofundir en els altres focus. Reconèixer aquestes portes d'entrada, a més, serveix també per a fer un exercici comunicatiu adequat al públic objectiu i les circumstàncies.

Per exemple, no fem el mateix tipus d'intervenció quan des de Fil a l'Agulla oferim una càpsula formativa per a homes on tractarem temes com els privilegis masculins, que quan un grup de 4t d'ESO d'un institut necessita suport perquè hi ha hagut una agressió homòfoba entre els nois de la classe, o quan facilitem sessions d'un grup de pares d'una escola bressol. Cada porta d'entrada té les seves particularitats, i a la vegada està relacionada amb la resta de focus. És important, per a nosaltres, en totes les nostres intervencions amb homes, no oblidar la resta d'objectius, tot i que, aparentment, en treballem només un per una qüestió de temps, espai i disponibilitat de les persones que ens demanen suport.

Els tres pilars del treball amb homes són:

1. El treball personal i de reassociació emocional, el treball sociopolític i de posicionament, i la presa de responsabilitat individual i col·lectiva.

⁷ Mindell, A. *Sentados en el fuego. Cómo transformar grandes grupos mediante el conflicto y la diversidad*. (2015) Ed. DDX p. 52

El treball sociopolític i de posicionament complementa el treball personal. És molt important entendre la pròpia experiència dins d'un marc social que conté les nostres experiències no només com quelcom personal, sinó també com a quelcom polític, com defensaven les feministes de la tercera onada. Cal anomenar, per una banda, els dolors, com a resultat d'un sistema violent contra les persones, perquè ens encapsula, però és important també posar nom als privilegis que també ens beneficien i no únicament perjudiquen. En el cas dels homes i la masculinitat caldrà entendre la pròpia existència com a resultat d'una estructura social, comprendre com aquests privilegis es manifesten i ens han afectat al llarg de la nostra vida i com segueixen expressant-se a través nostre i en les nostres relacions.

2. El treball personal i de reassociació emocional fa referència al treball amb totes aquelles habilitats i metahabilitats que volem retornar als homes, d'associació amb tot el que és reservat al fet femení i de què s'han divorciat al llarg de la seva socialització masculina. Aquestes habilitats impliquen reconeixement de les seves emocions, alfabetització emocional, eines de gestió emocional, relació amb la vulnerabilitat i relació amb l'error i el no saber, principalment. En aquesta àrea treballem també la història personal i els traumes associats i donem eines per posar-hi nom, sostenir-se i acompanyar-se.

De vegades, aquest treball pot anar associat a algunes particularitats del grup amb qui treballem, per exemple un grup d'homes grans, o un grup d'homes migrants, o un grup d'homes amb diversitat funcional.

També pot ser dins de grups mixts d'homes i on escoltar la diversitat d'històries com a homes pot ser enriquidor. Així com és també enriquidor tenir grups menys mixts d'homes que comparteixen altres opressions i reconeixen la construcció de la masculinitat des de la seva diversitat social. Sigui com sigui, sovint, en aquesta àrea, comencem enfocant-nos amb els preus de la masculini-

tat i els dolors que hem patit com a persones, per tal d'anar generant noves connexions amb el món tradicionalment associat al que és femení.

És per això que cal seguir fent formacions en què ajudem a posar nom i reconèixer el sistema patriarcal en el dia a dia i en les situacions concretes on hi ha casos de violència fortament explícita. Cal aprendre a llegir la realitat amb perspectiva de gènere i no només a través del filtre de la normalitat patriarcal.

És molt important incloure aquesta mirada política, primerament perquè les violències masclistes són el resultat d'una discriminació estructural, però també perquè si no, sense la consciència d'aquests privilegis, sovint els acabem perpetuant.

3. Finalment, la presa de responsabilitat individual i col·lectiva és un treball imprescindible per reparar la injustícia que suposa el sistema patriarcal per a aquelles persones que el patim especialment i garantir-ne la no repetició. També comporta la participació activa dels homes en el feminisme i la seva implicació en la transformació profunda de les arrels que sostenen el patriarcat per tal d'assegurar un present i un futur lliure més equitatiu.

Feminisme per a homes

Treball personal i reassociació emocional

Aquest és el treball que més s'ha popularitzat en les últimes dècades en matèria de treball amb homes i amb el que més recursos compta pel que fa a bibliografia i referències.

El principal objectiu en aquest focus és retornar als homes la seva capacitat de sentir i relacionar-se amb el seu món emocional i el dels altres, com un compromís amb la seva humanitat i amb l'afany de viure amb plenitud i dignitat tota la seva existència. Es tracta d'un treball que confronta els mecanismes psicològics i socials que dificulten la relació dels homes amb el seu ampli espectre sensible, i aporta una nova cultura relacional amb si mateix i amb els altres basats en l'acompanyament emocional, la curiositat i l'escolta.

Juntament amb aquest primer objectiu, la importància de treballar en aquest focus rau en aquesta nova cultura relacional, que ha de poder a prevenir els abusos de poder que s'exer-

ceixen inconscientment des de la mala gestió de la vulnerabilitat i la manca d'eines de gestió emocional que presenten els homes, a causa de la seva socialització de gènere. La capacitat d'autoregulació és clau a l'hora de contenir esclats de violència subtil o explícita contra un mateix, contra les dones, contra els altres que històricament s'han permès als homes.

En aquest calaix també promovem actituds i atmosferes favorables al món emocional, al reconeixement dels impactes, a l'escolta, a la vulnerabilitat. En definitiva, acompanyem a les persones, relacions i grups, mixtes o no, a relacionar-se amb el món emocional amb més consciència, i a tenir eines relacionals que donin la benvinguda a tot el que es relaciona tradicionalment amb el món femení i que necessita ser revaloritzat.

Això comporta, per exemple, treball amb infants i adolescents en els diferents contextos educatius amb la consciència a donar espai al fet emocional, que promoue la vulnerabilitat com un valor. Ensenyar eines de gestió emocional i cura dels altres és treballar contra el masclisme

i afavorir cultures inclusives de tota la gamma d'experiències humanes⁸.

D'altra banda, pel que fa a les organitzacions, institucions i comunitats, implica posar consciència al que des dels feminismes s'ha reivindicat com a cures, i des d'aquí convidem a fer un treball profund de cura per a una autèntica gestió democràtica dels espais col·lectius⁹.

El treball amb les ferides ha de ser interseccional

Aquest viatge de treball personal, de coneixença i reapropiació de la història personal implica treballar amb les ferides de la motxilla particular de cadascú, tot i tenir en compte que allò personal és polític, també per als homes.

Atendre els dolors implica reconèixer el dolor i, per tant, tenir la valentia de sentir-lo rere les capes de ràbia, ira, entumiment o frustració que sovint entelen emocions més complexes i menys benvingudes en l'espectre emocional masculí.

Sovint, cal emmarcar aquests dolors en altres vivències d'opressió social: atendre el racisme i reconèixer-ne els impactes, traçar l'empremta de l'experiència migratòria, constatar les dificultats derivades del capacitisme, l'assenyalament per formar part de la comunitat LGTBIQ+, entre d'altres. Aquí és un punt on indubtablement

haurem de comptar amb una mirada interseccional per entendre de quina manera es concreta la masculinitat en els diferents homes, i com l'experiència de classe, o de raça, d'orientació del desig, l'edat o la ploma, així com la diversitat cultural mostra diferències en la manera de ser i sentir-se home, i de bloquejar o no certes experiències associades a la feminitat.

Dos dels principals acusats d'un cas múltiple d'abusos de poder i masclisme que vam atendre fa uns anys eren fills de refugiats represaliats per la dictadura al seu país d'origen. El seu accent era clarament marcat i revelava els seus orígens, però van ser passats per alt. L'acusació d'abús de poder provenia majoritàriament de noies més joves i persones provinents de diversos països del nord global, incloent-hi els Estats Units, Canadà, Regne Unit, França i Alemanya. Les seves demandes i crítiques eren fortes, perquè havien patit força a mans d'aquells homes, però la manera en com exigien la justícia denotava també el permís que atorguen els privilegis blancs. Va quedar clar que part del patiment que notàvem als principals acusats també era derivat del racisme i la xenofòbia que havien patit al llarg de la seva vida, i que hi havia risc de reciclar si no teníem en compte aquest factor a l'hora d'abordar el seu masclisme.

No incloure la perspectiva interseccional comporta el risc de no atendre la diversitat, que és una qüestió ètica, i ens fa caure en la ficció de la masculinitat com un sol concepte estanc i rígid. Tampoc tindriem en compte la resta de factors que juguen un paper fonamental en la complexitat de la identitat humana i el comportament humà.

Animem a la creació de grups i cercles d'homes racialitzats, homes migrats, homes de la tercera edat, homes joves, homes amb diversitat intel·lectual o funcional, homes gais, masculinitats trans, que tinguin interès d'explorar aquesta re-

lació entre els preus de la masculinitat i l'impacte de les condicions i opressions socials de les quals han sigut víctimes també.

També animem, evidentment, a tothom a educar-se al voltant dels privilegis dels quals es beneficia, per tal d'evitar al màxim els biaixos en la pròpia pràctica, i a cultivar la curiositat i l'obertura per tal de rebre feedback en aquelles situacions en què no tenim en compte com cal qualsevol altre eix de discriminació.

Trauma i presa de responsabilitat: la relació amb la culpa i la vergonya

En un estadi més avançat, quan treballem la part de poder, privilegi i responsabilitat, és molt freqüent que s'activin la culpa i la vergonya, com a factors morals, socials, culturals. La culpa és fruit d'un sistema de creences cultural que pot, ben gestionada, encaminar-nos cap a la presa de responsabilitat. Mal gestionada, ens enfonsa en un pou on l'averkonyiment ens domina i ens col·lapsa.

Sovint s'activen davant la dificultat de reconèixer el seu poder, és a dir, els seus privilegis i, per tant, la seva capacitat de fer mal inclús a gent que estimen, inclús si no és la seva intenció. També s'activen davant la por de cometre errors, a no saber i al feedback dels altres respecte de les seves actituds.

La culpa i la vergonya tenen la capacitat de deixar-nos indefensos, sentint-nos inadequats, dèbils i malament. Com que és una qüestió moral, no podem deixar-nos sols transitant-les. Parcialment, són part del rerefons social al qual pertanyem, però tenen un sabor diferent per a cadascú dependent de la pròpia història. Així, trobarem diverses figures amb formes diverses que ocupen la veu de la culpa i ens fan sentir avergonyits. Cal aturar-se a visitar aquestes experiències i transformar-les abans que ens facin més presoners i incapaços de prendre responsabilitat i veure més enllà de nosaltres mateixos.

Eines per treballar amb el no saber i l'error

El poder i el privilegi creen una il·lusió, un somni del món en el qual vivim. I creen la fantasia que el món és talment com l'experimentem, i el biaix queda confirmat a través de dades aparentment objectives que expliquen l'aparent realitat. Durant quants segles hem estat parlant dels homes quan ens referíem a la humanitat? En quins pocs casos s'han tingut en compte les diferències biològiques per estudiar, per exemple, les especificitats de certes malalties i afeccions sobre els cossos femenins? Aquesta realitat ocorre, no només en termes de gènere, sinó també en termes de raça o capacitisme, considerant que els *altres* són la *diversitat* que no s'ajusta a la veritat, al punt de vista correcte, en el que Foucault descrivia com a la capacitat del poder de crear realitat.

Només reconèixer que la nostra veritat no és la veritat completa, sinó que la veritat és una suma de punts de vista, ja és difícil. Però, lligada amb el gènere encara ho és més, ja que un dels mandats de la masculinitat és el saber, el saber intel·lectual, conèixer racionalment, tenir la raó. No saber, o equivocar-se és un atemptat directe a la masculinitat dels homes.

A més, en una societat on el fet masculí té supremacia sobre la resta, la cultura de la cancel·lació conspira contra nosaltres davant qualsevol relliscada. Assenyalem el culpable, el perseguim, l'encercllem i el condemnem per sempre. No hi ha permís per a ser realment aprenents al llarg de tota la vida, i vivim en el capacitisme de ni tan sols concebre acompanyament per aprendre tot allò que aparentment ja hauríem de tenir après, encara que sabem que els processos d'aprenentatge (i desaprenentatge) requereixen temps, molta pràctica, i molts errors dels quals seguir aprenent.

⁸ En aquest de creació pròpia de Fil a l'Agulla trobaràs pautes i exercicis d'educació emocional per a grups de mainada i adolescents en el context educatiu: L'art de tractar-se bé. Disponible a l'apartat de recursos de la nostra web. <https://filalagulla.org/web/content/29892?unique=9aea0404e2fdce6590886b-b5740f7ca1164cfdd7>

⁹ A Fil a l'Agulla hem elaborat una diagnosi de cures per a organitzacions, entitats del tercer sector i comunitats. Si vols saber més que són les cures a les organitzacions, i com treballar cadascuna de les vuit àrees de les cures per tal de promoure-hi una gestió democràtica, et recomanem que consultis aquests manuals. Disponibles també a l'apartat de recursos de la nostra pàgina web: <https://odoo.filalagulla.org/web/content/29911?unique=8124b24b358931462be7a773f560fd954b34ebc9>
<https://filalagulla.org/web/content/29826?unique=0f780f441bcfb709c0dd7dd247815ea80705f83c>
<https://filalagulla.org/web/content/46086?unique=3bb-ba41216a0b8d0288e117d0a184787fb179e8e>

Un exercici per anar aprenent a sentir-se còmodes amb el no saber

1. Identifica una situació en la qual no sabies què havies de fer i com havies d'actuar, i t'ha suposat un patiment.
2. Com et sents? Quines parts de tu estan estressades? Quins missatges interns i menys conscients et dius a tu mateix? Quins rols apareixen dins la teva psicologia?
3. De quina manera això es relaciona amb la teva història personal?
4. De quina manera això es relaciona amb la teva història personal de socialització com a home?
5. Què significa per a tu el no saber, més enllà de la sensació interna que et provoca?
6. Ara, busca una imatge que representi aquest no saber. Pot ser un lloc que coneixes o fictici, que representa en la naturalesa aquesta sensació de no saber.
7. Ves a aquest lloc, i busca si hi ha alguna part de tu, encara que molt petita, a la qual li agrada i el pot arribar a gaudir.
8. Amplifica aquesta experiència. Quina és la seva qualitat principal, el seu tresor principal, el regal principal que t'ofereix?
9. Des d'aquí, quin consell donaries a la part de tu que pateix quan no sap? Què podries fer? Com pots viure el no saber com un aliat en certes situacions, més que com una dificultat?

Treballar les ferides no és llepar-se les ferides: riscos de basar el treball amb homes únicament en el treball personal i els costos de la masculinitat

Que els homes aprofundeixin en els seus dolors i aprenguin eines de gestió emocional no garanteix en cap cas la fi de les violències masclistes, ja que sense consciència de com opera el sistema patriarcal i com aquestes violències s'expressen i s'exerceixen a través de les relacions dels homes amb si mateixos i la resta, és molt difícil aturar totes aquelles conductes inconscients que operen en el nostre dia a dia.

Una de les principals mancances històriques que el treball amb homes ha tingut ha sigut la manca de perspectiva sociopolítica que emmarqués no només els costos que el sistema patriarcal tenia en els homes, sinó que els en fes corresponsables. El fracàs de molts d'aquests programes, que hauran aportat cert nivell de benestar als seus participants, a ulls de moltes feministes, rau en el baix impacte que han tingut en el benestar de les seves companyes.

Un home i una dona feien sessions de relació de parella per treballar els reptes que els suposava mantenir una relació poliàmorosa entre ells. La dona era una persona molt involucrada al moviment feminista, interessada en la importància de les cures en les relacions que trenquen amb el model de família hegemònic. L'home, que compartia el discurs de la seva companya, havia participat en algun cercle d'homes i havia fet teràpia durant molts anys, cosa que l'havia ajudat a detectar algunes de les seves inseguretats i reconèixer l'impacte d'un pare força estricte en la representació de les seves emocions, i actualment es considerava un home sensible i obert a expressar els seus sentiments i necessitats. No obstant això, quan durant les sessions dedicàvem llargues estones a monòlegs infinits sobre com se sentia quan la seva dona passava la nit amb un altre amant, relacionant-ho amb els seus traumes, i parlava dels seus dolors, no era conscient com, d'alguna manera demanava a la seva companya que, com a bona dona, s'havia de fer càrrec dels seus sentiments, que ocupaven el centre de la relació i de les sessions d'acompanyament.

Aquest home de l'exemple va necessitar cert suport a reconèixer com, tot i el treball amb grups d'homes que portava fet, encara no havia après a emmarcar el seu comportament i les seves necessitats dins d'un marc sociopolític que l'informés sobre l'experiència de la resta amb ell, i posés en context la seva experiència en relació amb la dels altres.

Treball sociopolític i de posicionament

Com hem dit, el treball personal és molt important de cara a retornar una part de la seva humanitat als homes, però també de cara a poder avançar en el treball d'assumpció de privilegis i responsabilitat si volem transformar la realitat política i social. No obstant això, sense aquesta mateixa perspectiva política, sense dimensionar la masculinitat dins del sistema en el qual opera i en el qual les relacions queden indubtablement afectades, el treball manté i reforça aquests mateixos privilegis.

Aquest focus de treball posa l'accent en comprendre la realitat amb perspectiva de gènere. Quan treballem des d'aquest focus ensenyem als homes què són els privilegis socials, com es formen els prejudicis i els estereotips, com opera el poder, com es manifesta per a poder-lo detectar en si mateixos i en la resta, incorporem dades que reforcen els coneixements que les feministes han descrit àmpliament al llarg de la història, i ajudem a superar el negacionisme d'aquesta dolorosa realitat.

Al mateix temps, donem eines per reconèixer el masclisme no només com un factor exterior sinó com un sistema que opera a través de les mateixes relacions i que s'expressa a través de cadascú. D'aquesta manera, podem analitzar els sistemes de creences que ens condicionen i de quina manera, i sovint podem vincular els episodis d'història personal a la construcció d'aquests sistemes de creences dins d'un mateix a cada nivell del procés de socialització. En aquesta etapa aprofundim en les diferents àrees de la vida de la persona i rastregem els diferents senyals de masclisme que hi trobem, conjuntament, per tal de posar-hi consciència: la infància, els espais d'oci, el treball, els mitjans de comunicació, el sexe, la sexualitat i el desig, la paternitat, les relacions de parella, la cura de la salut, la llar, etc. També oferim alternatives a comportaments sovint normalitzats i reflexionem sobre els impactes que certs com-

portaments tenen sobre si mateixos, els homes i sobretot les dones i persones socialitzades com a dones del seu entorn.

Superant el negacionisme

Negar l'existència del sistema patriarcal, dels privilegis masculins, de les violències masclistes, és el que anomenem negacionisme. Hi ha molts graus de negacionisme, tipus més subtils i formes més explícites, però tothom, en alguna mesura, som una mica negacionistes.

Com hem dit, néixer amb privilegis condiciona la teva mirada. És el que es coneix com a privilegi internalitzat, i genera la ficció que la teva perspectiva és la veritable i, per tant, la manca d'interès i incomoditat cap a altres perspectives que complementen o, fins i tot, contradueixen la teva.

Aquesta incredulitat és una de les principals promotores del negacionisme, i és un mecanisme humà que només pots entendre si ostentes algun privilegi social o has estat alguna vegada en una posició de poder i has gaudit d'alt rang. També, la necessitat de qualsevol sistema de mantenir-se immutable té influència en el manteniment del negacionisme, així com algunes de les qüestions que hem comentat anteriorment al voltant de la culpa i la dificultat de reconèixer que fem mal a les persones que estimem, inclús sense voler-n'hi fer.

Entendre els orígens del negacionisme i comprendre'n els motius més profunds ens ajuda a generar consciència i empatia pel que estem protegint quan neguem la veritat dels altres, i així creem també la possibilitat d'obertura a nous reptes. Cal entendre quins són els seus activadors, tant a nivell social, organitzacional com a nivell personal, per tal de detectar-los a temps. No fer-ho, sovint condueix dolorosament a la revictimització de les dones que pateixen les violències que es neguen i a la perpetuació d'aquests mateixos privilegis que es denuncien.

De vegades, som negacionistes perquè no tenim el coratge d'enfrontar-nos al fet que, inconscientment, també fem mal, perquè associem els privilegis amb abusos de poder devastadors. Som negacionistes perquè el que té més força per nosaltres en un moment donat és la consciència de petitesa, de vulnerabilitat o de víctima davant certa situació, i aquest dolor pren l'espai per ser reconegut. De vegades som negacionistes perquè inconscientment sabem que reconèixer la veritat implicarà transformar parts de nosaltres mateixos i no hi estem disposats encara. I la por al canvi, la por al que és desconegut, o la por a ser vist com una mala persona són pors comprensibles i humanes que no ens han d'aturar de la necessitat de superar-la i adoptar una actitud diferent respecte dels privilegis socials dels quals ens beneficiem respecte a altres. Però per a avançar, caldrà acceptar, no només l'existència d'un sistema patriarcal, sinó també l'expressió d'aquest sistema a través de les nostres relacions i els nostres pactes, en primera persona.

En un exercici amb un grup gran d'homes, vam crear aquesta llista de mostres de negacionisme que cada participant va confessar haver pensat ni que fos durant cinc segons en algun moment recent de la seva vida. Així doncs, es feia palesa l'existència del negacionisme i la multiplicitat de formes que pren encara avui en dia:

Discutir si una cosa que s'ha denunciat com a masclista ho és o no

"No crec que aquest home volgués dir això..."

Ja saps el que volia dir, i no és masclista

Definir què és masclista i què no

Apel·lar a la falsa igualtat d'oportunitats

Apel·lar als privilegis que l'altra té per atacar quan s'ha rebut feedback de masclista

Restar importància a l'actitud masclista

Titllar de dogma al feminisme per menysprear-lo

Inacció davant d'una actitud masclista per protegir-se a un mateix

Paternalisme

Demostrar que s'és un home treballat

Autoindulgència a través de bromes sobre com de masclista un és per no fer-se'n càrrec

Jo no soc masclista

Ara no toca parlar d'això

Atribuir al mal humor d'ella les seves denúncies

Atribuir al cycle menstrual el seu estat per tal de menystenir el que ella diu

Treure-li els defectes a ella quan assenyala el masclisme d'ell

Diluir-se o restar-se responsabilitat perquè "tots els homes som masclistes"

Dir "les dones també sou masclistes" per restar-se responsabilitat

Modular el discurs en funció de l'audiència

"Aclariu-vos, feministes" i no prendre partit en el propi masclisme, posant la responsabilitat a elles.

Justificació del masclisme a través de la cultura patriarcal

Justificació del masclisme a través de la biologia

Seguir la broma quan detectes masclisme per part d'altres homes

Això que dius no és masclista, no és veritat.

Ha sigut sense voler (i, per tant, no és masclisme)

"No és un tema de gènere, és que tu ets molt exigent"

Si una altra dona diu que no és masclisme, llavors no ho és

A mi em toca fer altres tasques, com per exemple, arreglar la porta, per tant, que ella cuini i netegi és normal.

Deixar que el tema del masclisme es refredi i canviar de tema tan ràpid com pugui.

Obviar que a les criatures també els afecten els rols de gènere

No treure mai el tema, per si de cas

Assegurar-me que tothom sap que jo no soc masclista

Atribuir a la falta de temps el fet que no em faci responsable de les meves actituds masclistes

Considerar que ja ajudo a les tasques domèstiques

Argumentar que allò que es denuncia com a masclisme són només necessitats personals.

Obviar que les realitats de les dones, lesbianes, trans són diferents que les dels homes cis i, per tant, no poden ser jutjades amb la mateixa vara de mesurar.

No soc negacionista

Pensar que tinc més consciència que la resta i, per tant, no agredexo com la resta.

No mullar-se en casos de masclisme. Millor no fer res, i així no soc masclista.

Dir "t'estàs fent la víctima" com a manera de menysprear i no escoltar el dolor de l'altra

Assumir que perquè la meva orientació sexual no és heterosexual, no soc masclista

El negacionisme, a banda de ser una altra forma de masclisme i de reforç de l'*status quo* patriarcal, també he de ser entès com un mecanisme de defensa de la nostra integritat. Això vol dir que la dificultat de reconèixer l'exercici de certes violències és humana, i que és important també donar-li espai i comprendre, en cada cas, la seva raó d'existir.

El posicionament també ha de ser interseccional

Com hem anat repetint al llarg d'aquest Quadern, no podem oblidar la manera en com la resta d'eixos socials s'interrelacionen, també en els nivells contextuals i en les relacions personals. Si volem fer canvis culturals sense tenir en compte aquesta interseccionalitat, fàcilment caiem en la perpetuació d'altres discriminacions en nom del feminisme.

En una sessió amb els homes de la brigada municipal d'un poble la situació entre els homes de la brigada i jo, la facilitadora, era cada vegada més tensa. Com més insistia jo amb l'existència del sistema patriarcal i les violències masclistes, més s'hi resistien i més insistien ells amb les violències que algunes dones també exercien sobre ells. Sentia, cada vegada més, que no hi hauria res a fer amb ells, i estava entre la lluita i les ganes de tirar la tovallola. Tot d'una, vaig recordar que, de la mateixa manera que jo estava patint la seva inconsciència de poder, potser ells també estarien patint la meua, i vaig provar de mirar-me des del seu punt de vista. Literalment, vaig posar-me al seu costat i vaig observar "la facilitadora" des de la seva posició. Vaig preguntar-los: esteu veient la mateixa pija de Barcelona que jo? Alguns, amb certa sorpresa, van respondre que sí, i van afegir de la seva pròpia collita, que a estones no entenien res del que jo plantejava. Jo ho comprenia. Per sort, altres abans que ells m'han ensenyat sobre el meu propi clas-

sisme i urbanocentrisme. El meu accent em delata, i soc conscient que, quan em sento insegura, tinc tendència a utilitzar paraules altisonants i grans conceptes abstractes que em proveeixen de certa seguretat intel·lectual. Al mateix temps, vaig convidar-los a fer el mateix exercici que jo havia fet, i que algú els mirés a ells des del meu punt de vista de facilitadora. Un parell d'homes s'hi van animar i van donar feedback al grup: realment, aquell grup d'homes tots junts davant d'una sola noia era imponent. La majoria d'homes del grup ho va comprendre. Tots vam marxar tenint més consciència del nostre poder i del nostre impacte. El meu client també va quedar content, perquè la demanda inicial era perquè hi havia hagut un seguit de queixes contra els homes de la brigada per comportaments inadequats amb dones, sobretot joves, del poble. I ara, n'eren una mica més conscients.

Aquest és un bon exemple sobre com treballar la consciència d'aquesta mateixa interseccionalitat. Segurament, en aquell Ajuntament també calia certa sensibilitat entorn del classisme, per la manera en com fàcilment detectaven els comportaments masclistes dels homes de la brigada municipal, però probablement no havien fet l'exercici de revisar el masclisme dels altres treballadors municipals, especialment aquells que gaudeixen de millor estatus social. Al mateix temps, reconèixer la classe i l'urbanocentrisme, en aquell context, va ser el que va permetre també reconèixer el masclisme d'aquells homes i el seu impacte, d'una manera que estava molt més adequada a la seva realitat i que sortia dels marcs classistes i academicistes que, de vegades, sense consciència, reproduïm en els nostres tallers i en la nostra comunicació.

De la mateixa manera, cal tenir en compte com ens dirigim als diferents grups d'homes. No és el mateix dirigir-se a un grup d'homes racialitzats i migrants, que a un grup d'homes del col·lectiu

GBT, o un grup d'homes amb diversitat intel·lectual, o un grup d'homes amb estudis. I, com sempre, caldrà tenir en compte també el teu propi rang a l'hora de relacionar-t'hi.

El treball organitzacional: Canviar cultures sense esperar el canvi individual

En els últims anys, moltes organitzacions i comunitats s'han hagut de fer preguntes en relació amb la seva cultura interna que permetia actituds anteriorment normalitzades i que avui en dia ja no ho són, especialment aquelles que han hagut d'afrontar casos de violència greus entre els seus integrants i han hagut de respondre públicament.

L'onada del #metoo, encara d'actualitat, va sacsejar fortament organitzacions, administracions, partits polítics, entitats, associacions i comunitats, perquè assenyalava la cultura masclista imperant que permetia els abusos i l'actuació impune dels agressors. És en aquest context que Fil a l'Agulla vam començar a treballar no només en clau preventiva, sinó també en clau de reparació dels danys causats per les violències exercides sobre les dones, i la presa de responsabilitat col·lectiva per evitar nous casos i transformar els sistemes que permetien tals atrocitats.

Les violències masclistes, en tant que violències derivades del sistema social en el qual totes les persones estem immerses, són responsabilitat de tothom, i cal fer treball comunitari per tal que la comunitat no es quedi dividida per sempre.

Sempre és més fàcil quan les comunitats compten amb eines de gestió de conflictes, de contenció emocional i una llarga trajectòria de posar les cures i les persones al centre quan és necessari.

De la mateixa manera que en el nivell individual, les organitzacions també necessiten fer una mena de *treball personal* que els porti a fer-se preguntes sobre la seva cultura interna, no des del judici, sinó des de la curiositat, per tal de

comprendre els mecanismes que han fallat i que han permès, sovint, l'existència de violències cap a certs col·lectius minoritzats dins de la mateixa organització. Això ens donarà les claus de transformar minimitzant el risc de repetir les mateixes conductes nocives. És molt important ser compassives en aquest punt, perquè més enllà de buscar culpables, volem entendre i perdonar-nos la inacció que no hauria hagut de tenir mai lloc.

Una institució de recerca va contractar els nostres serveis perquè es trobaven en la difícil situació d'haver d'abordar un cas de violència masclista contra un dels seus membres, mort uns mesos abans. El que havia fet, precisament, saltar l'alarma d'una de les seves víctimes, era el fet que la institució, coneixedora de molts dels abusos que ella mateixa havia denunciat anteriorment a la mort del científic, havia decidit donar-li una posició honorífica. Ara, part dels membres de l'organització estaven clarament posicionats contra aquesta decisió, mentre que una altra part dels membres insistien a focalitzar-se en la importància del llegat professional de l'home. Al llarg d'aquella intervenció, vam escoltar les diferents parts, i vam reflexionar conjuntament sobre tot el que havia fallat perquè un investigador cometés aquells abusos, no només contra la dona que n'havia denunciat alguns, sinó contra molts dels membres de l'organització. Aquelles converses van posar de manifest, no només la responsabilitat individual d'aquell home d'aprendre a regular-se, sinó la responsabilitat col·lectiva de tota una institució que no havia sigut capaç de posar límits a aquells comportaments durant dècades.

Com en l'exemple, sovint, aquestes reflexions col·lectives porten a reconèixer la manca de protocols eficients que operin de forma justa, ràpida i eficaç, i que siguin útils i accessibles. També a comprendre com les relacions humanes, amisto-

ses, laborals, i certs mandats socials ens dificulten prendre partit per aquelles situacions amb les quals no estem d'acord. Sense aquest reconeixement i aquesta consciència col·lectiva novament adquirida, seria molt més difícil generar canvis.

Aquestes reflexions, tingudes amb cura i sensibilitat per totes les parts, així com contingudes dins d'un marc sociopolític feminista compartit, tenen el potencial de generar noves cultures i estructures que sostinguin la transformació progressiva de les organitzacions. D'aquesta manera, no cal que cada individu generi un canvi per tal que sigui possible la transformació, sinó que el mateix efecte grupal dissuadeix de les conductes violentes, masclistes, sexistes i inadequades.

Dins d'aquest treball organitzacional proposem espais mixtos de generació d'un marc sociopolític compartit que ajudi a donar llenguatge i eines per detectar aquelles conductes que volem erradicar, així com aquelles conductes que volem promocionar. També proposem espais no mixts per treballar aquelles qüestions que necessiten una atenció diferenciada per tal donar suport a les especificitats de cada grup.

Fa uns anys vam acompanyar un grup de diverses famílies que vivien al mateix petit poble. Una família havia abandonat la comunitat arran d'una situació de violència masclista entre els membres de la parella, i la situació entre la família i la resta del grup era molt tensa. Els espais no mixts van ajudar les dones a adonar-se'n com, massa preocupades per les tasques quotidianes de cura a les seves famílies i a la feina, havien menystingut els senyals d'alarma que la dona d'aquella família exposava en els breus moments que compartien, de la mateixa manera que menystenien els seus micro senyals d'alarma per poder tirar endavant el seu dia a dia. El grup d'homes va comprendre com s'havia mantingut al marge de la cura que el seu amic necessitava

i la relació que això tenia amb la seva socialització de gènere, mentre seguien exigint que les dones fossin sempre dolces i delicades a l'hora de denunciar les violències masclistes. Aquestes reflexions van contribuir a la presa de responsabilitat col·lectiva que va ajudar a disminuir la tensió entre la comunitat i la parella que havia marxat.

En aquest sentit, a nivell organitzacional i comunitari, fer un bon repartiment de les responsabilitats és cabdal. Cal responsabilitzar els homes que cometes actes de violència masclista, i cal no perdre de vista que la responsabilitat de les violències socials no pot recaure únicament en una persona. Si imposem càstigs molt forts sobre una sobre persona, però no es manifesta la responsabilitat col·lectiva operem de forma contrària al marc sociopolític que recorda que les violències socials pertanyen a tothom i, per tant, és responsabilitat de tothom aturar-les.

El paper del lideratge: acompanyament per acompanyar

No només necessitem dur a terme accions de sensibilització, sinó que, per tal que les estructures i les cultures canviïn, és molt important incidir en el lideratge de les organitzacions i les institucions, ja que és qui té més poder contextual per incidir-hi.

Un lideratge ben posicionat, amb les eines d'acompanyament adients, és capaç d'afectar la cultura i posar en marxa mecanismes que generin els canvis i les transformacions desitjades, i posar límits quan fan falta.

Un lideratge ben situat en qüestions de gènere i atenció a la diversitat té les eines i les condicions per actuar i respondre com a institució davant de les conductes inapropiades, generant un entorn de seguretat per a les víctimes i potencials víctimes, evitant-ne la revictimització i protegint, al mateix temps, tots els seus interessos.

La presa de responsabilitat individual i col·lectiva

En un institut de secundària de la Catalunya central, entre uns nois de 4t d'ESO, durant l'hora d'educació física, en una estona en què la professora no estava pendent del grup de nois, un dels nois més grans va cometre una agressió homòfoba contra un altre noi, físicament més petit i prim. El professorat coincidia que feia mesos que hi havia problemes entre els nois de quart, i que l'homofòbia, el maltractament, la burla, i el menyspreu eren freqüents. El noi que havia comès l'agressió, el Felipe, era repetidor, no treia bones notes, i s'expressava majoritàriament en castellà perquè era migrat d'un país de l'Amèrica Llatina. En Jordi, el noi que va rebre l'agressió treia bones notes, i tot i que havia patit assetjament al llarg de tota la secundària, tenia suport per part del professorat i la seva família, i ens va explicar que en acabar l'ESO, pensava estudiar batxillerat i estudiar en una prestigiosa universitat anglesa. Al Felipe, en canvi, se'l veia abatut i quan vam preguntar-li qui formava part del seu sistema de suport, va respondre que la seva parella, amb qui portava escassament un any de relació, També ens va confessar que tenia ganes de demanar disculpes al Jordi pel seu comportament contra ell. La conversa amb altres nois de la classe ens va confirmar el que el professorat ens havia explicat sobre la dinàmica entre nois de quart d'ESO, però també que, de la mateixa manera que tots hi contribuïen, també la patien i preferien relacionar-se d'una manera diferent, encara que els costava reconèixer-ho.

El dia que vam anar a fer una dinàmica amb tota la classe teníem per objectiu abordar la situació no només com un problema entre en Felipe i en Jordi, sinó que volíem apuntar a la dinàmica grupal com a corresponsable del malestar que molta gent tenia en aquell grup. Per a fer-ho vam fer un cercle de paraula. La primera pregunta del cercle demanava si havien patit alguna vegada per culpa d'algun amic o amiga. En aquella primera ronda pocs van participar, però algunes persones es van atrevir a parlar de petits malestres, com per exemple quan algú havia explicat un secret seu a algú altre, o quan es reien de la manera de riure d'una de les noies del grup. En la segona ronda, vam preguntar si havien fet mal a alguna persona i els agradaria demanar-los disculpes. En aquell moment, a poc a poc, algunes persones van reconèixer que reien del riure de la companya, i van prometre no fer-ho més. Allò va ajudar a fer que, en un moment donat, en Felipe, davant de tota la classe, també demanés disculpes a en Jordi, qui de seguida va demanar-li també disculpes per la manera com, de vegades, també el tractava i el provocava (fent referència implícita a com ell també utilitzava la condició de repetidor d'en Felipe per defensar-se i atacar-lo). Aquell va ser un moment molt bonic entre ells dos, davant de tota la classe. I com una màgia, de cop, la resta de nois van començar a intervenir demanant-se responsabilitats mútuament, parlant del seu malestar quan es reien d'ells sense motiu, i es comprometien a tractar-se millor en un futur. Sense haver-los de parlar de masclisme ni d'homofòbia, sembla que aquells nois van començar a aprendre a mostrar la seva vulnerabilitat i a prendre consciència i responsabilitat per aquelles actituds que feien mal als seus companys.

Prendre responsabilitat individual vol dir reconèixer la participació que un ha tingut davant de certs fets en concret, i la participació que cadascú tenim en el sistema patriarcal, en aquest cas. Quan prenem responsabilitat garantim la no repetició dels actes que han fet mal, i d'aquesta manera restituïm els sistemes de seguretat que han sigut violats o malmesos amb les agressions o microagressions.

En aquell institut de secundària era molt clar com la cultura patriarcal i la cultura en aquella classe permetia el maltractament que hi havia entre els nois. A l'hora d'entendre la responsabilitat per aquella agressió homòfoba que havia motivat la intervenció del professorat, i l'acompanyament que vam fer des de Fil a l'Agulla, calia entendre també la connivència de tota la classe i la seva participació en aquella manera de relacionar-se.

Quan algú és víctima d'un acte de violència o de la violència sistèmica, el que queda principalment compromès són les fronteres de la seguretat, i això és el que hem d'atendre de cara a la reparació dels danys ocasionats. És aquesta mateixa seguretat de les potencials víctimes el que haurà de ser el focus de les polítiques de prevenció.

La seguretat, tal com l'entendem a Fil a l'Agulla, com a mínim, consta de tres pilars: La llibertat per dir que no, posar límits i seguir-se a una mateixa; la consciència de les dinàmiques de rang i poder-ne parlar obertament; i la no impunitat quan els límits d'algú són traspassats injustament. En el cas del Jordi, clarament ningú no estava respectant els seus senyals que clarament indicaven que no li estava agradant l'actitud dels seus companys i que volia que paressin. Tampoc no hi havia consciència en aquell grup sobre com les dinàmiques de gènere, les dinàmiques classistes, les dinàmiques racials entre catalans i nouvinguts, les dinàmiques de rang en relació amb el nivell acadèmic, i les microagressions se succeïen entre elles amb total impunitat, permetent que la següent fos més greu que l'anterior.

Perquè la reparació fos possible, restaurant la seguretat de les víctimes, calia una presa de responsabilitat individual per part d'en Felipe, però sobretot calia que canviessin les circumstàncies que van fer possible la violència i el dany. És per això que la nostra intervenció es va centrar en la dinàmica cultural del grup de nois, i no només en la relació entre els dos principals afectats.

És en aquest sentit que parlarem separatament de responsabilitat individual i de responsabilitat col·lectiva i comunitària.

La responsabilitat individual

Per als homes, la presa de responsabilitat és ja en si un repte perquè no forma part del tipus de responsabilitats que encoratja la masculinitat, especialment perquè la masculinitat no sol estar interessada pels impactes, ja que tenir-ne cura implica el regne emocional que pertany a la feminitat. Així doncs, la mateixa presa de responsabilitat vista des del punt de vista del gènere no gaudeix ni de bona premsa ni compta amb gaire referents.

Per la dificultat que sembla presentar la presa de responsabilitat, és important haver fet anteriorment cert treball personal, i de reassociació emocional, en la mesura del possible. Si els traumes personals no estan processats, sovint vivim com a una injustícia haver de prendre responsabilitat nosaltres quan ningú ho ha fet per nosaltres abans. Comptar amb aquestes eines aplanar el camí a l'hora de detectar les diferents formes en què les resistències s'expressen durant un procés que sovint no és fàcil i desperta moltes emocions i sentiments, conjuntament amb culpa i avergonyiment.

D'altra banda, la mala relació amb l'error, no afavoreix tampoc un aprenentatge de la presa de responsabilitat des que som petits, i promociona fórmules fàcils i poc profundes des que som petits que no conviden a la reflexió ni a la transformació d'aquelles conductes que volem erradicar.

En aquest punt, també haurem de tenir molt en compte on és que estem posant el focus i qui té la centralitat del procés. Per a la mirada restaurativa, el centre de l'acció és la víctima i el dany, perquè l'objectiu és restaurar la seva seguretat i reparar el dany. No obstant això, una de les dificultats habituals en el procés de presa de responsabilitat és la quantitat de focus que les persones que han de fer-lo posen en si mateixes, en les seves emocions, en les seves necessitats, en les seves pors, en la seva intencionalitat, de formes molt subtils però també força explícites. Sense atendre això, sovint la presa de responsabilitat no és del tot completa i les persones que han de rebre les disculpes noten els dobles senyals derivats d'un convenciment baix i una reflexió força superficial al voltant dels fets.

Et deixem un exercici per practicar la presa de responsabilitat.

Exercici: Preparant la reparació

1. Fes una llista de les vegades que ets conscient que has fet mal a alguna dona, al llarg de la teva vida.
2. Escull una de les agressions que has apuntat a la llista. No cal que sigui la més difícil per tu, però sí que et suposi una mica de repte.
3. Recorda la situació concreta en què vas fer mal. Què vas fer o què no vas fer? Què va passar?
4. Nota com et fa sentir recordar aquesta situació: vergonya, ràbia, culpa. Pren notes. Adona't de com el teu cos reacciona. Quines idees, pensaments o creences se t'estan activant?
5. De quina manera et pots donar suport a tu mateix amb aquestes reaccions? Fes-ho.
6. Si pots, torna a la situació inicial. Com creus que vas fer sentir a aquella persona? En què la pot haver perjudicat? Pots veure què és el que va fer mal a l'altra tot i que no tinguessis aquesta intenció?
7. Nota què t'estava passant a tu en aquell moment, què et va portar a tu actuar d'aquella manera? Quines necessitats o inseguretats estaven vives en tu i et van portar a tenir aquesta actitud?
8. Com et sents ara? Estàs preparat per assumir responsabilitat i reparar el dany? Si notes que no, que encara penses en tu i el que et passa, dona més espai a això.
9. Què pots fer per reparar el dany? (si hi ha alguna cosa més que pots fer, a part de reconèixer el dany) I què necessites tu per a poder fer-ho?
10. Què has après de la reflexió anterior? De quina manera ho pots aprofitar per a un futur?

Una altra dificultat amb la qual ens trobem sovint i haurem de treballar és la relació amb les ja mencionades culpa i vergonya. Aquesta mala relació sovint es manifesta en la confusió entre intenció i impacte, i ens quedem insistint i negociant la importància de la nostra intencionalitat, quan el que vol ser reparat és l'impacte que, inconscientment o no, hem tingut cap a una altra persona.

Una última qüestió que sovint apareix com una resistència legítima al voltant de la presa de responsabilitat és la pregunta d'on comença i on acaba aquesta responsabilitat. Sabem que el sistema patriarcal ens afecta a tots i l'alimentem entre tots, i que els danys que pateixen les dones i persones amb identitats dissidents de gènere en agressions i abusos diversos i concrets estan condicionats pel que coneixem com a dany acumulat. Entendre que el dany que has provocat ha estat sobre una ferida ja oberta, i que, per tant, part del dolor ocasionat és la suma de molts altres dolors associats, és part de la feina que els homes han de fer per tal de prendre una responsabilitat a mida i proporcional en relació amb la seva particular participació en els fets i en el sistema que permet l'existència d'aquestes violències. No es tracta de sentir-se permanentment culpable, sinó de relacionar-se amb la idea que els impactes, com tots nosaltres, formen part d'una dimensió que ens transcendeix i ens condiciona a la vegada. I aquí és on és també molt important no perdre de vista la responsabilitat col·lectiva de les violències patriarcal, i on recomanem fer aquest tipus de treballs conjuntament amb altres homes, especialment altres homes que formin part de la mateixa comunitat o organització a la qual un pertany.

La responsabilitat col·lectiva

La responsabilitat col·lectiva té dos nivells: per una banda, implica la responsabilitat comunitària en tant que totes les persones fem part i alimentem el sistema patriarcal. Per altra banda, assenyalava a la necessitat que els homes, en particular, prenguin partit no només per aquells

impactes que ells tenen sinó també per aquelles conductes violentes que altres homes cometem pel fet de ser homes, i participin activament de la lluita feminista.

Pel que fa a la responsabilitat comunitària, hem assenyalat ja algunes qüestions en l'apartat anterior sobre el treball organitzacional i sociopolític.

Pel que fa a la responsabilitat masculina, una de les propostes que fem sovint als homes és la de prendre's com a pròpia la tasca d'ajudar altres homes a superar el negacionisme i a reconèixer els angles morts que poden tenir en un determinat moment, és a dir, donar-los feedback.

Certament, l'art de donar feedback no és fàcil. No vivim en una cultura on això estigui gaire estès. Al mateix temps, si no donem feedback quan presenciem actituds discriminatòries, som responsables dels seus impactes i la seva existència, i és com si ho féssim també nosaltres.

Una de les pors més habituals a l'hora de fer-ho, és que no ens donem legitimitat. Ens diem a nosaltres mateixos: qui soc jo per dir-li res a l'altre? Al mateix temps, és fàcil caure en la trampa de la superioritat moral i la competitivitat entre homes, i per tant cal trobar el punt adequat.

Necessitem patrons per donar feedback amb la cura i la consciència que volem promoure. Fer-ho amb el compromís d'aturar la violència, amb la fermesa que necessita el fet de posar límits i amb la humilitat i la cura que totes les persones mereixem.

Algunes claus:

1. Troba el moment més adequat per a tu, per a l'altra persona i per al grup. No sempre podràs fer-ho en el moment, o no sempre et veuràs en cor de fer-ho davant de tot el grup, per exemple. No obstant això, cal diferenciar la dificultat i el risc, i treballar amb un mateix per atrevir-se a superar la incomoditat que normalment suposa donar feedback.
2. No sempre la línia recta és la més eficient. De vegades no podràs donar feedback directe a algú per un comentari o actitud que ha tingut, però pots donar feedback a un altre home del grup sobre el fet de no intervenir en aquestes situacions i cercar solucions conjuntament.
3. Demana permís per a donar feedback. Potser no és el moment per l'altra persona, no sempre estarà oberta a escoltar i això ens pot empènyer absurdament en guerres dialèctiques que no duen enlloc.
4. Troba la valentia i la fermesa en tu mateix (poder personal) per a donar el feedback. És útil ser breu, concís i concret quan dones feedback.
5. Deixa la porta oberta a no tenir la veritat absoluta, tot i que sovint pensem que la tenim. Algunes "coletillas" com ara "pots no estar d'acord amb mi", "des de la meua perspectiva", "potser m'estic equivocant", "tal com jo ho entenc i he après fins ara", "potser m'estic perdent alguna cosa", "potser tu ho veus d'una altra manera"... són útils si les diem de cor. Troba el lloc en tu on això és veritat per a tu.
6. Convida l'altra persona a parlar i estar obert a una conversa i un diàleg ric

Altres accions que poden emprendre els homes com a part de la responsabilitat col·lectiva és la de prendre part activa del moviment feminista, organitzant-se amb altres homes per donar suport en la difusió i la sensibilització del pensament feminista, trencar mites sobre els femi-

nismes, i posicionar-se públicament davant les agressions i violències que es cometem gràcies al favor patriarcal.

Et deixem amb un exercici per practicar l'art de donar feedback:

1. Imagineu-vos una situació en què l'un vol donar feedback a l'altre. Pot ser una situació real, o una situació imaginària.
2. Demana permís per a donar feedback. Estigues atent als senyals del teu company, per assegurar-te que és un bon moment per a fer-ho. Si no ho és, no continuïs. Penseu conjuntament què podria ser útil en aquesta situació.
3. Dona el feedback. Intenta ser breu, concís, clar i concret.
4. Ara dona espai a la reacció del teu company. Deixa que parli i s'expressi.
 - a. Ha reconegut el feedback? És un bon moment per seguir parlant i aprofundint-ne conjuntament?
 - b. Té alguna contra-acusació contra tu? Pots modelar amb compassió com agafar l'1% de veritat en l'acusació, i tornar al feedback inicial?
 - c. Està tancat en banda? De quina manera pots donar-li suport, fent-li costat i mantenint la teua postura?
 - d. Té dificultats per agafar part del feedback? De quina manera pots apreciar la part que sí que agafa? Hi ha oportunitat per seguir aprofundint amb la part que falta?
5. Seguiu mantenint la conversa fins que estigueu satisfets. No sempre cal que sigui llarga i profunda, i heu de valorar quines són les necessitats de la conversa en cada moment.
6. Compartiu com us heu sentit donant i rebent feedback. Què heu après?
7. Canvieu els rols

Els quatre passos de la presa de responsabilitat

Prendre responsabilitat, com hem dit, implica reconèixer la nostra participació en uns fets que han fet mal a algú i treballar per a la no repetició. Això es tradueix en quatre passos que se succeeixen orgànicament els uns als altres un cop completat l'anterior. En els pròxims apartats t'expliquem en què consisteixen, alguns dels principals reptes amb què et trobaràs a cada etapa i algunes pistes sobre com treballar en cada fase.

1 El primer pas: acceptar els fets

El primer, acceptar els fets que han causat el dany, és a dir, assumir que han ocorregut, en primera persona. És important que sigui el primer pas perquè és sobre aquests fets que estem prenent responsabilitat. D'altra forma, tenim risc de caure més o menys subtilment, en el negacionisme que reforça la idea que les dones menteixen en les seves denúncies, o que exageren. I també reforcem la dinàmica en la qual són els homes els qui defineixen la realitat.

Aquesta és la fase més complicada del procés, però la primera i la més important, i en la qual, el suport dels homes facilitadors és de més forta utilitat.

Algunes recomanacions per aquesta fase:

- Comparteix bibliografia i discuteix-ne els continguts durant les sessions.
- Explica el teu marc de treball, els objectius de les sessions i la teva metodologia amb claredat.
- Recull informació sobre què ha provocat que estiguis fent aquesta feina amb tu per

- tenir informació sobre els motius i la seva preparació de cara a les sessions.
- Assegura't de crear un espai segur tant per tu com pels teus clients.
- Recorda que tens dret a decidir no treballar amb algú si valors que no hi ha les condicions per a fer-ho amb l'ètica i la dignitat que mereixeu.
- El treball relacional amb allò que passi en el moment és de gran rellevància. Els impactes en el moment poden informar fortament sobre el contingut.
- Estigues especialment connectada a la tu mateixa, els teus poders i el sentit de la feina que estàs fent, per poder-te donar suport en els moments relacionals més tensos.
- Convida els teus interlocutors a considerar un 1% del que estàs exposant en forma d'arguments i experiències amb el masclisme. Ajuda'ls a considerar que ells també ho fan, com a mínim, un 1% en algunes circumstàncies, encara que potser no n'han sigut conscients.
- Treballa amb els homes en diferents formats: treball personal individual, treball re-

lacional per parelles, treball en petits grups, treball amb tot el grup. Valora quin és el format més adient per a cada intervenció. Sovint, el grup gran constel·la més fàcilment el negacionisme, i formats individuals condicionada per possibles crítiques que desperten la necessitat de defensar-se.

2 Segon pas: Reconèixer els danys

El segon pas és reconèixer els danys ocasionats, relacionant-se amb la gravetat dels fets i amb l'impacte: "Jo he fet que et passés això i et sentissis així". És important en aquest punt tenir certa capacitat d'empatia, i per això, a més alfabetització emocional, millor. En aquest moment del procés hem de poder anomenar, sense culpa i sense ser un mateix el focus, com, de resultes del propi comportament, algú ha pres mal.

Nota la diferència entre aquestes frases:

Em sap greu si el meu comentari t'ha fet mal
vs

Em sap greu haver-te fet mal amb el meu comentari

Algunes recomanacions per aquest moment:

- Mostra els teus impactes quan t'expliquen les seves històries com a abusadors, no com a judici sinó per visibilitzar-lo.
- Explora a poc a poc les figures de la culpa i la vergonya: d'on venen, què diuen, com es relacionen amb ells, quins poders tenen, i trobeu una forma d'integrar-les, transformar-les o encarar-les per tal de transformar-les en responsabilitat activa.
- Ajuda'ls a notar i donar la benvinguda a tots els seus sentiments i reaccions, amb curiositat i sense judici.
- Utilitza la compassió com a aliada, conjuntament amb l'autocura, l'autoamor i l'apreci com a eines essencials.

3 Tercer pas: Obertura a reparar

En tercer lloc, la reparació demana escoltar i tenir obertura cap a les necessitats de reparació de la víctima, i sol ser el moment en què socialment demanem perdó o disculpes pel que hem fet. Cal posar atenció en què, de vegades, perquè encara sentim molta culpa, ens empenyem més del que és sostenible per a nosaltres per tal de reparar les víctimes. Per tant, és important diferenciar la generositat per reparar de la culpa que ens força més enllà de les nostres possibilitats en un moment donat. Per tant, caldrà aprendre a negociar, escoltant el propi cor i necessitats a la vegada que escoltes les necessitats i el cor de la víctima. És una bona pràctica per afegir al sarró d'habilitats de la vida.

Algunes recomanacions:

- Assegurar-se d'entendre bé les demandes de la víctima, el perquè i el seu sentit.
- Assegurar-se de reparar en la mesura que sigui sostenible per la persona.

4 Quart pas: les garanties de no repetició

I finalment, perquè la reparació sigui completa cal comprendre les arrels que han motivat el comportament i la violència per tal de garantir-ne la no repetició. En el cas de les violències sistèmiques, com la violència masclista, és important posar atenció en la forma en què s'expressen aquestes violències a través de les nostres relacions, i detectar els disparadors que ens han portat a abusar dels privilegis i fer mal. Al mateix temps, aquestes reflexions han de comportar un aprenentatge i transformació de les formes i cultures relacionals perquè no es torni a repetir l'abús, així com un compromís ferm de treball mantingut en el temps en la qüestió. En definitiva, el que previndrà nous abusos és la consciència de poder i privilegi dels homes conjuntament amb la seva capacitat de lidiar amb els seus sentiments i els dels altres.

Al final d'aquesta fase, un es coneix millor, és amo de la seva pròpia història i experimenta diferències substancials en el seu benestar i les seves relacions quotidianes, on exporta els nous patrons i eines de relació, especialment quan se sent insegur, ferit o vulnerable. En aquesta línia, utilitza la seva consciència de poder per utilitzar-lo no únicament en el propi benefici sinó també pel benefici col·lectiu i de les persones del seu voltant.

Algunes recomanacions:

- Explora la seva història personal i descobreix els activadors que més habitualment el poden disparar a abusar del seu rang social.
- Ajuda'l a ser conscient dels senyals propis que indiquen que està activat i reactivu emocionalment.
- Ajuda'l a ser conscients dels seus propis senyals de poder i a contactar-hi més conscientment.
- El treball en grup és especialment útil en aquesta fase, aprenent a donar-se feedback i suport mútuament.
- Planifiqueu de quina manera portarà el seu creixement personal i la seva consciència al camp col·lectiu, en el seu entorn, i en el seu quotidià.

Algunes eines que et seran d'utilitat al llarg del camí

Et recomanem que a l'hora de fer la feina la facis amb les següents metahabilitats com a guia:

Curiositat

Fins i tot encara que parts de tu jutgin l'abús de poder com quelcom intolerable, és molt útil quan ens preguntem amb curiositat per què hem arribat a tal situació, i fins i tot mostrar-nos amables amb la part de cadascú que escull la solució desesperada de l'abús de poder davant d'una situació que se sent com a insostenible o per la qual no tenim més eines.

Quan demanem als homes que tampoc abans de jutjar-se tinguin també curiositat per si mateixos, ben sovint arriben més enllà i desenvolupen més ràpidament eines i estratègies molt més efectives, eficients i feministes a l'hora de relacionar-se amb si mateixos i amb la resta.

La curiositat de la facilitació es converteix en un modelatge relacional per als homes, que sovint estan més identificats en el saber, en els resultats i en les respostes correctes, que no pas amb el procés, donar valor a l'aprenentatge i l'obertura a formes alternatives i resultats sorprenents.

Esperit de joc

Conjuntament amb la curiositat, sovint un esperit jugar sol ser de gran ajuda. Les criatures solen tenir la identitat exploradora molt més accessible que les persones adultes. Precisament, estan en pau amb el no saber. Al mateix temps, aquest estar ajuda a llevar importància i seriositat a certes qüestions, i ajuda a l'hora de trampejar la culpa i conduir cap a la presa de responsabilitat.

Sentit de l'humor

El sentit de l'humor sol ajudar a abaixar el to a les crítiques i obrir-nos a allò desconegut o que, a primer cop d'ull, ens pertorba.

Apreci

Contra el judici, l'apreci és una de les millors eines per als nostres cors. Cal apreciar cada petit canvi, cada petit intent, i a totes les parts, incloses aquelles més difícils d'apreciar. L'apreci és especialment necessari quan parlem sobre dinàmiques socials i estructurals que, en definitiva, en un grau o un altre, ens afecten a tots.

Compassió

Ser compassiva amb totes les parts vol dir ser capaç de reconèixer que totes tenen la seva raó d'existir, i no només això, sinó que totes estan en nosaltres. Quan acompanyem a homes, inclosos aquells que han sigut protagonistes d'escenes brutals d'abús, podem recordar que en el fons no som tan diferents i hi ha possibilitat de trobar la humanitat que s'amaga darrere d'actes tan violents.

Elderatge

Si has treballat en tu mateixa primer, i navegat les profunditats dels teus privilegis i les teves ferides, si tens capacitat de ser fluida entre els teus diferents estats sense jutjar-los, entens les dinàmiques de poder com funcionen, i tens capacitat de tenir compassió per totes les parts, i pots donar la benvinguda a cada petita passa sabent que tot és part del procés, sense desesperar-te, pots utilitzar aquesta habilitat per acompanyar i per ser un model d'allò que prediques.

Agafa l'1%!

Aquesta és una proposta a fer als homes quan estan molt tancats a escoltar i en posicions negacionistes, més preocupats per la seva experiència en el moment que en reconèixer el rol feminista. En aquests moments, els pots demanar que facin l'exercici de trobar amb quin 1% del rol feminista estan d'acord o poden considerar i per què. Sovint, dona peu a aprofundir en la conversa i a la superació de certa part de negacionisme.

Canvi de rols

De manera semblant a l'exercici d'agafar l'1%, tal com s'explica en l'exemple dels homes de la brigada, pots proposar fer un intercanvi de rols i mirar el món des d'un altre punt de vista. Pots proposar-ho després d'explicar què és la perspectiva de gènere, i convidar-los a investigar, amb curiositat, què es deu veure des d'una altra posició (la de les dones, per exemple).

Trenca el gran grup

Si treballes amb grups, en moments de fort negacionisme, tensió o dificultat, o bé quan només parlen uns pocs en nom de tot el grup, aprofita per proposar una activitat en petits grups, que afavoreixi la participació i l'expressió d'altres veus. Recorda que en el camp hi ha totes les veus, però no sempre se senten lliures d'expressar-se. En acabat, pots facilitar la interacció entre les veus.

Com s'acaba una feina que mai no s'acaba?

A un nivell, la individuació és una tasca de per vida, i el procés d'arribar a conèixer-nos millor a nosaltres mateixos, com a algú separat i part, al mateix temps, del món en el qual vivim, és un procés d'aprenentatge que ocorre en espiral. El mateix passa en les organitzacions, en les comunitats i en el nosaltres com a societat.

En un altre nivell, en algun moment hem de poder reconèixer que aquest procés sobre la consciència dels privilegis i prendre partit en la igualtat de gènere s'acaba, per deixar espai a altres processos que també necessiten atenció. Potser, el procés s'acaba quan som responsables del propi aprenentatge i sabem utilitzar les eines necessàries per a fer-ho.

Això vol dir que no hi deixarà d'haver masclisme al món, com a mínim encara, i que els homes que passen pels nostres programes seguiran sent masclistes, probablement fins al final de la seva vida, en forma de moments d'inconsciència i de sistemes de creences profunds que encara emergiran en moments insospitats. I aquesta és una veritat la qual hem de tenir present per no acabar frustrades. La proposta que nosaltres

portem està en consonància a la inevitable llentitud que els canvis de paradigma impliquen, però profundament compromesa amb aquest canvi a través de la presa de consciència i la responsabilitat activa de tothom.

A la vegada, creiem que apreciar cada petit canvi també és revolucionari i accelera precisament la transformació. Cada petita passa és una passa cap a la caiguda del Patriarcat, i també cada dia hi ha més homes que s'hi comprometen. Com més consciència dels privilegis socials, menys discriminació; com més aprenem sobre els nostres poders i fortaleses, més còmodes ens sentim amb la nostra vulnerabilitat i menys necessitat per abusar. És una tasca titànica i necessitem tota la resiliència de què som capaces per afrontar-la.

Mentrestant, us deixem amb les paraules de Kay Leigh Hagan, recollides per Bell Hooks al seu llibre *La voluntat de canviar*, que expressa molt bé el somni cap al qual caminem amb els homes.

Tant per als homes com per a les dones pot ser pertorbador tenir els Homes Bons

a prop perquè normalment no actuen de les maneres que relacionem amb els homes típics; escolten més que parlen; reflexionen sobre el seu comportament i els seus motius; s'eduquen activament pel que fa a la realitat de la dona explorant la cultura de les dones i escoltant les dones (...). Eviten utilitzar les dones per expressar-se emocionalment a través d'elles (...) Quan s'equivoquen - i s'equivoquen -, recorren a les dones perquè els guiïn, i accepten les crítiques amb agraïment. Practiquen l'estat d'incertesa mentre esperen una nova forma de ser que els reveli alternatives prèviament no considerades al comportament controlador i abusiu. Intervenien en el comportament misogin d'altres homes, fins i tot quan no hi ha dones presents, i treballen de valent per reconèixer i qüestionar-se el seu. Potser el que és més sorprenent és que els Homes Bons perceben el valor de la pràctica feminista per a ells, i la defensen no perquè sigui políticament correcta, ni perquè vulguin agradar a les dones, ni tan sols perquè vulguin la igualtat de les dones, sinó perquè entenen que el privilegi de ser home els impedeix no només ser éssers humans íntegres i autèntics, sinó també conèixer la veritat sobre el món... Ells són la prova que els homes poden canviar. (p. 162)

I també una llista d'indicadors que fem servir per reconèixer que el nostre acompanyament a homes ha arribat a la seva fi i és moment que volin sense nosaltres:

- Entén i és capaç d'explicar el rerefons social que sustenta el privilegi masculí i permet la violència contra les dones i les persones LGTBIQ+.
- És capaç de parlar sobre la seva inconsciència, agressions i microagressions sense caure en el pou de la culpabilitat, mostrant empatia per les víctimes.

- És més conscient sobre el comportament abusiu que té sobre si mateix, els seus crítics interns i abusadors interns, i té algunes eines per aturar-ho i canviar la seva dinàmica interna.
- Pot practicar la compassió amb si mateix i quedar-se amb les seves emocions, especialment aquelles més difícils, sense haver de fer res més que sentir-les.
- Està genuïnament interessat a conèixer-se millor a si mateix i en el seu desenvolupament personal.
- Confia en la facilitació feminista, i no se sent sota la vigilància de la *santa inquisició*.
- Es mostra present, i està preparat per escoltar i tenir curiositat sobre el feedback que se li dona.
- És conscient de les seves limitacions i quan necessita ajuda, i la demana.
- Tu, com a facilitadora, tens confiança en ells.
- Tu, com a facilitadora, et sents segura i còmoda amb ells.

A tall de resum: consells i guies pràctiques

- Quin és el teu objectiu? Sigues específica i determina com sabràs que hi has arribat.
- Com s'acaba una feina que mai no s'acaba? Com et sents amb això?

Us deixem alguns consells, evidents o no, que nosaltres hem après mentre fèiem aquest camí i et poden ser d'utilitat.

- Hi ha condicions per a intervenir? Tens rang i sents prou el teu rang per a intervenir? I tu, vols fer-ho? Quins suports tens? Sigues fidel a tu mateixa durant tota la intervenció negocia el nivell de responsabilitat que vols sostenir per l'altre. Tens dret a dir que no i no continuar en qualsevol moment: el consentiment és imprescindible.
- La presa de responsabilitat té quatre fases:
 1. Acceptar els fets (superant el negacionisme)
 2. Reconèixer el dany (de l'impacte en la víctima principal i en els altres)
 3. Obertura a reparar (el que la persona podria fer per compensar i restaurar la relació perquè torni a ser segura per la víctima principal i pels altres)
 4. Garantir la no repetició (comprensió de les arrels del seu comportament per no repetir-lo: per què s'ha fet el dany? Com s'expressa el sistema patriarcal a través de la persona que ha generat el dany?)
- Principals reptes amb els quals lidien els homes/les persones privilegiades quan treballen amb la consciència dels seus privilegis
 - Dificultat per identificar-se amb l'opressor
 - Dificultat per no saber, equivocar-se i rebre feedback
 - Culpa i vergonya
 - La diferència entre intenció i impacte: on posar el focus?
- Coneix-te a tu mateixa i als teus disparadors per a detectar-los també quan estàs intervenint.
- No oblidis la diversitat i la interseccionalitat, i la manera en com opera en les relacions entre els homes amb qui treballes i tu.
- Segueix les teves intuïcions i basa-les en indicadors i senyals que t'hi porten. T'ajudarà a treballar amb el que passa en el moment, que és una font molt gran d'aprenentatge.
- Sigues conscient de tots els rols múltiples durant la interacció. Quina part de tu parla ara? Ho diu l'activista? La facilitadora? Emmarca-ho si t'adones que canvia.



Generalitat de Catalunya
Departament d'Igualtat
i Feminisme

fil A L'AGULLA

CC creative
commons