

## NUEVOS MODELOS DE FEMINIDAD Y MASCULINIDAD EN EL SIGLO XXI

Soy afortunada porque he nacido y vivo en un momento de cambio social, y soy espectadora y protagonista del mismo, tanto desde la perspectiva personal como profesional.

El **objetivo** de este documento es ayudarnos a **reflexionar con conciencia crítica** sobre cómo construir una identidad de género que favorezca el desarrollo de todo el potencial de la persona, sin los condicionamientos de su sexo, y desde la libertad e igualdad.

### Explicación de los siguientes conceptos:

**Roles de género:** son las atribuciones culturales de lo que se considera masculino y femenino; se trata de comportamientos aprendidos (cómo pensar, sentir y actuar) a los que deben ajustarse las personas según sea su sexo biológico.

**Identidad:** Es la conciencia que cada persona tiene de sí misma; implica el deseo de lograr una imagen propia como ser único y diferente.

**Identidad sexual:** Es un juicio a partir de la percepción de nuestra figura corporal; está basada en las diferencias sexuales más visibles, y se construye a lo largo de los tres primeros años de vida.

**Identidad de género:** Juicio de autclasificación basado en la construcción psicológica, social y cultural de las características masculinas y femeninas atribuidas a hombres y mujeres.

Tenemos que **reinventarnos:** desechar los modelos de identidad masculino y femenino tradicionales que no permiten desarrollarnos en plenitud porque inducen a la formación de una identidad complementaria e incompleta (como ejemplo tenemos el amor romántico, que implica un contrato de exclusividad y de dependencia: “yo soy todo para ti, tú eres todo para mí”; incluye la creencia de que *necesitamos del otro para ser felices*).

Y hemos de sustituirlos por otros modelos con un reconocimiento social que nos permita identificarnos con ellos, en especial a los jóvenes, y todo esto **desde la libertad y la igualdad**, de manera que la identidad de género sea sustituida por una **identidad humana**.

Es decir, se trata de **adquirir mediante el aprendizaje las capacidades básicas para el desarrollo humano integral**.

La complementariedad de los sexos y la división sexual del trabajo es un invento cultural del patriarcado, que ha perdurado durante muchos siglos y por todo el mundo, pero en la actualidad y en las sociedades democráticas ya no valen sus principios desde que las mujeres estudian, tienen empleos remunerados, participan en deportes y adquieren habilidades instrumentales.

Cada persona sí se puede complementar con otra: sea o no su pareja, sea o no del mismo sexo; quizás, la elija como amiga o la aprecie más que a nadie como pareja, pero lo que no es lógico es que una parte espere de la otra todo lo que cree que le falta sólo por ser mujer o por ser hombre.

### NUEVOS MODELOS DE FEMINIDAD:

En la actualidad es evidente en las chicas jóvenes el proceso de cambio en la identidad de género femenina. Tiene una parte que está hecha de aproximación a la masculina, imitando algunas conductas tradicionalmente asignadas a los varones. Algunas mujeres se "masculinizan" por la queja continua que han oído a sus madres y abuelas sobre el hecho negativo de ser mujer.

En general, las chicas disponen de una mayor concienciación y de un modelo alternativo fruto de los años de lucha del **movimiento feminista**.

Y también están **ganando autonomía en el amor y en el sexo**. Esperar a ser elegidas es cosa del pasado.

Ahora son muchas las chicas que **toman la iniciativa y adoptan un modelo directo de aproximación sexual**, y muchos chicos viven esta nueva feminidad con desconcierto.

En un momento histórico, en el que lo masculino y lo femenino están en **proceso de re-definición** son las chicas las que más límites y barreras están rompiendo para alcanzar una vida propia y plena.

Sugerencias para **flexibilizar los roles de género** de tal manera que se permitan distintas formas de ser mujer sin tener que limitarse a la tradicional:

- ❖ *Responsabilizarse de su vida (no esperar al "príncipe azul" que las haga felices).*
- ❖ *Buscar la felicidad en sí mismas; tener su propio proyecto vital, liberándose de la necesidad de "sentirse necesitada".* La identidad tradicional femenina tiene mucho que ver con el deseo de cariño, de compañía y de protección; en suma, con el éxito relacional (**rol de cuidadora**).
- ❖ *Pensar más en objetivos propios y no renunciar a ellos en favor de los demás.*
- ❖ *Mejorar su asertividad; aprender a expresar de manera directa sus deseos y necesidades, y actuar (traducir las palabras en acciones).*
- ❖ *Aprender a "soltar" lo que les hace daño; no estar continuamente recordando el pasado (gran memoria emocional) que es lo que les impide avanzar; y también aprender a "separar" y a "callar".*
- ❖ *Desarrollar la capacidad para vivir en el presente; pensamiento mágico que compete con la realidad (quejas, infelicidad, victimización).*
- ❖ *Desistir de "querer cambiar al hombre" ("mi amor lo cambiará").*

### NUEVOS MODELOS DE MASCULINIDAD:

En el caso de los chicos, el modelo igualitario hacia el que evolucionar no está del todo definido, existen muchas resistencias y miedos.

Hay todavía una creencia en la sociedad que afirma que los hombres no “sientan la cabeza” hasta que tienen una **pareja heterosexual estable** que inicia una especie de proceso de “domesticación”, de manera que los hombres asuman las responsabilidades de crianza, y con una mujer que le ponga límites.

Sugerencias para **flexibilizar los roles de género** de tal manera que se permitan distintas formas de ser hombre sin tener que limitarse a la tradicional:

- ❖ *Introducir la expresión del cariño y la ternura en la vida de los hombres.* Cambiar el mensaje interiorizado: “Los hombres son fuertes, duros, y no expresan sus sentimientos”. En la educación tradicional a los hombres solo se les permite expresar una emoción: la ira; no han aprendido a identificar sus estados de ánimo y a comunicarlos, por lo que en ocasiones se convierten en auténticas bombas emocionales a punto de estallar. La expresión emocional es sanadora y promueve la intimidad. La intimidad aporta la sensación de sentirte comprendido y comprender, de sentirte apoyado y apoyar, de compartir. Es *un componente nuclear que representa el sentimiento dentro de la relación*, que promueve el acercamiento, el vínculo y la conexión.
- ❖ *Realzar la ética del cuidado como valor*, tanto con los hijos como con otras personas.
- ❖ *Modificar el papel de héroe protector.* Se trata de acompañar a las personas que quieren, conocerlas y apoyarlas en lo que verdaderamente necesitan.
- ❖ *Liberarse de la necesidad de sentirse admirado.* Directamente ligada al **rol de proveedor y protector**. La identidad tradicional masculina tiene mucho que ver con el deseo de independencia, de poder, de ser servidos y admirados; en suma, con el éxito personal; de ahí que los hombres tradicionales solo hablan de los conflictos cuando están resueltos.
- ❖ *Modificar la creencia de que para ser un “hombre de verdad” hay que triunfar en algo en la vida.* Esta idea perjudica a los hombres por la presión que ejerce sobre ellos. Desde pequeños, en el modelo tradicional, se les enseña a competir, a destacar, a “defender” sus posiciones y querer llevar siempre la razón. La mayoría de las metas masculinas no son fruto de un proceso de reflexión personal hacia el crecimiento propio, sino de una búsqueda de reconocimiento social.
- ❖ *Modificar las relaciones de complicidad que se establecen entre los hombres.* En el modelo tradicional, no se cuestiona al otro, sino que se promueve un apoyo incondicional: “los hombres nos defendemos entre nosotros” (corporativismo sexista masculino); son relaciones poco sinceras, donde lo importante es **aparentar fortaleza**. Suelen ser relaciones superficiales, la mayoría de los temas de conversación son impersonales: trabajo, política, dinero, deporte..., pero no se abordan temas que se consideran “femeninos”: sentimientos, relaciones, cuidado de los demás... Y tampoco está bien visto adoptar actitudes “poco masculinas”, como mostrarse débil, expresar miedos, exteriorizar sentimientos... Romper con todas estas barreras ayudará a ser más felices y libres.

- ❖ *Apoyarse en otros hombres que desechen la masculinidad tradicional. Trabajar juntos para desarrollar una **nueva complicidad masculina**.*
- ❖ *Centrarse en el **proceso** y valorar los detalles (disfrutar del trayecto). No solo disfrutar cuando se haya alcanzado el objetivo.*
- ❖ *Desarrollar la empatía; abandonar la visión androcéntrica heredada del rol tradicional y aprender a ponerse "en el lugar del otro", averiguando **qué es lo que piensa y siente**. Y aprender a "retener", a afrontar los conflictos relacionales y "no olvidar" aquellos que están sin resolver. Para lo cual es imprescindible mejorar la comunicación íntima (decir lo que sienten) y aumentar el número de palabras.*

Sintetizando:

**Mujeres:**

- Lograr su autonomía personal e independencia emocional.

**Hombres:**

- Desarrollar la empatía y la expresión de sentimientos.