



"GRUPO DE HOMBRES: Descripción y análisis de una experiencia grupal entre varones"

Joan Vílchez Cambronero (Psicólogo-Sexólogo-Psicoterapeuta)

www.joanvilchez.com

Comunicación presentada en el XV Congreso de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo (SEPTG). Valencia, 13 Junio 1987

1 - LAS MOTIVACIONES: ¿Por qué crear un Grupo de Hombres?

En los últimos años algo está cambiando en las actitudes y comportamientos de algunos varones. En ocasiones, más como consecuencia de los planteamientos feministas y antipatriarcales que como fruto de una reflexión entre los mismos.

Si bien algunos hombres se muestran solidarios con las mujeres en la búsqueda de unas relaciones más igualitarias entre los sexos y se cuestionan la masculinidad a nivel ideológico y en su vida cotidiana individual, no tengo conocimiento de que hayan prosperado los intentos, a nivel grupal, de preguntarnos cómo nos vivimos los varones.

De ahí surgió la idea de crear un Grupo de Hombres en Valencia, hace 2 años. De otra parte, la propia sensación de incomunicación entre las personas de mi sexo. Y por último, la hipótesis de que difícilmente cambiarán las relaciones entre los sexos si no hacemos una revisión crítica los varones, también, de nuestros roles y actitudes.

2 - LOS OBJETIVOS

Me propuse la creación de un espacio donde fuera posible otro tipo de comunicación entre varones, distinta a la que conocía hasta entonces. Intentar una mayor sinceridad, con uno mismo y con los demás. No quedarnos en la superficie de los tópicos y estereotipos sociales que, en mi opinión, perpetúan la alienación e impiden un encuentro más auténtico entre nosotros.

Se trataba de poder reflexionar sobre el proceso social y personal a través del cual nos hemos ido construyendo como varones. Darme cuenta de qué experiencias, mensajes e influencias culturales han ido condicionando mi visión

del mundo, mis actitudes, sentimientos, valores y comportamientos como "hombre".

Cuestionar los modelos aprendidos e interiorizados, desde mi realidad cotidiana y mi deseo. Y abrir la posibilidad de cambiar, de reconstruirme más libremente con el apoyo del grupo.

Como eje central me interesaba la sexualidad. Siempre me han sorprendido las enormes diferencias eróticas entre hombres y mujeres en nuestro contexto. La importancia que nuestra sociedad da a los genitales de unos y de otras, y cómo a partir de ahí, el proceso educativo impone roles tan rígidos y arbitrarios. Y cómo esto dificulta las relaciones personales.

Me interesaba, pues, explorar mi propia sexualidad como varón y dentro de un colectivo de varones, para entenderme y entenderlos mejor. Y establecer relaciones basadas en la cooperación y ayuda mutua y no en la competitividad; de igual a igual y no de poder; de respeto a las diferencias y no de normatividad; de confianza y no de juego de máscaras. Junto con otros hombres que desearan evolucionar y vivirse como personas, atravesando las limitaciones del rol fantaseado como masculino.

3 - EL PROCESO DEL PRIMER GRUPO

En Octubre de 1985 propuse, en una asamblea de la Societat de Sexologia del País Valencià, la creación de un Grupo de Hombres, con el objetivo de reflexionar sobre cómo vivíamos los varones nuestra sexualidad, y me ofrecí a coordinarlo.

Iniciamos el grupo 6 hombres de la Societat, reuniéndonos en bares y hablando de temas generales, ya que había cierto reparo en implicarnos al principio. Había que hacer un esfuerzo para no quedarnos en el mundo de las ideas y empezar a hablar de nuestras vivencias personales y cotidianas. A medida que íbamos creando un clima de confianza, aumentaban la sinceridad y la intimidad entre nosotros.

En cada reunión se incorporaban nuevos miembros y faltaba algún otro. Esto enriquecía al grupo, pero limitaba la cohesión y la profundización. Surgió la necesidad de cerrar el grupo y nos quedamos 12 hombres, la mitad de los cuales estábamos vinculados a la Societat, aunque en total participaron 17, de los cuales 5 vinieron ocasionalmente.

Nos reuníamos cada 2 semanas en casa de uno o de otro, al atardecer. Cenábamos juntos y charlábamos en círculo hasta la medianoche. En esta fase nos interesaban 2 cosas:

- Profundizar en las Reflexiones de cómo vivíamos algunos aspectos de nuestra sexualidad.
- Elaborar un Manifiesto que recogiera nuestras aportaciones como colectivo y ofrecerlo, desde la Societat de Sexologia del País Valencià, al público en general para el verano de 1986.

Para ello nos reuníamos, entre una y otra sesión del grupo, una pequeña Comisión de trabajo, sintetizando lo que se hablaba en las sesiones y ofreciéndolo al grupo para su discusión.

Al llegar el verano, hicimos la despedida del grupo, yéndonos al campo a pasar el día juntos, en un clima festivo y cariñoso.

4 - LOS TEMAS

Surgían espontáneamente, a partir del comentario o aportación de cualquier miembro. Alguien leía un artículo, o comentaba algo que le ocurría o planteaba alguna pregunta. O retomábamos algún tema ya iniciado. A partir de ahí se creaba una dinámica grupal que seguíamos hasta donde el grupo como tal decidía. He aquí algunos de los temas que tratamos el primer año, entre otros:

- Las fantasías sexuales
- La identidad masculina y los roles
- Follar ¿es lo que importa?
- El afecto y los sentimientos
- Los celos
- Las relaciones con prostitutas
- El autoerotismo
- Las relaciones con las mujeres
- Las relaciones homosexuales
- El funcionamiento del grupo, etc.

5 - LA EVALUACIÓN

Tras 9 meses de reunirnos, en el momento de la despedida, hicimos una valoración personal de la influencia que había tenido este proceso grupal en nuestra vida cotidiana. He aquí algunas opiniones:

- "Me he dado cuenta que la imagen que tenemos los tíos sobre los demás tíos no es real, sino que está muy deformada por los prejuicios y fantasmas culturales"
- "En el grupo no han habido rollos de poder, ha sido democrático, relajado. Creo que este tipo de experiencias favorecen las relaciones no competitivas"
- "Yo sólo tenía amistad con mujeres, no con hombres. Luego viví la magia del grupo. He tenido una experiencia sexual con otro hombre de fuera. Ha sido posible por un cambio en mi actitud"
- "Ahora huyo de chirigotas. Intento comunicarme con otros tíos como personas"

- "He iniciado una amistad con algunos del grupo, y alguna vez que hemos quedado fuera, me he sentido muy a gusto"
- "Yo nunca me había sentido comprendido por los hombres, eran marcianos. Mis amistades siempre habían sido sólo mujeres. Sentía inquietud ante los tíos. Ha sido una buena experiencia el estar relajado y a gusto con vosotros"
- "Han mejorado mis relaciones en el trabajo y en general con los hombres. Los miro, los capto, me comunico mejor, estoy más receptivo. Les tengo menos miedo"
- "Aquí he podido expresar lo que pensaba y sentía. No me ha cortado nadie ni habéis intentado imponerme nada. No me he sentido juzgado"
- "Quería sentirme más seguro con mi sexualidad, poder contrastarla con la de otros hombres y aprender. El verbalizar cosas que eran importantes para mí ha sido terapéutico"

6 - EL PROCESO DEL SEGUNDO GRUPO

Después del verano de 1986, al reencontrarnos, constatamos que varios habían cambiado su situación de pareja. Unos se habían separado, otros iniciaban nuevas relaciones y una minoría se mantenía igual.

Surgió el deseo de continuar esta experiencia grupal e iniciamos una segunda etapa algunos miembros del grupo anterior, junto con otros nuevos que deseaban integrarse. Hemos formado así un nuevo grupo que está funcionando a lo largo de este año y en este momento estamos cerca de la despedida.

Este segundo año hemos seguido una dinámica similar al anterior. A modo de balance provisional, he aquí algunos rasgos que lo han caracterizado:

- La integración de un varón homosexual militante, lo cual ha movilizó cosas en el grupo.
- Una mayor implicación emocional y personal en general.
- Más profundidad en temas ya iniciados: fantasías eróticas, relaciones homosexuales y heterosexuales, los roles psicosociales interiorizados, el análisis puntual de los fenómenos que se dan en el grupo, etc.
- La aparición de nuevos temas: el amor, la familia, las experiencias sexuales infantiles, etc.

7 - EL MODELO DEL GRUPO DE HOMBRES

Hemos procurado que este no fuera un simple grupo de "amigos", que se juntan para tomar café y contarse las penas o para hablar de fútbol o de temas impersonales. Hemos intentado crear un lugar donde poder expresarnos como personas, compartiendo y reflexionando sobre aquellos aspectos personales y sociales que más nos interesaban, sobre nuestras vivencias eróticas como

hombres. Sí es cierto que dentro del grupo ha crecido la amistad, el conocimiento mutuo, la comprensión y el cariño.

Tampoco hemos pretendido que este fuera un grupo de terapia. Sí que ha servido, de alguna manera, de autoayuda y de autoterapia, pues ofrecía la posibilidad de expresar vivencias personales, sentimientos, preocupaciones y fantasías, etc., en un clima de acogida y respeto; de conocer mejor a otros hombres y tener puntos de referencia más reales. Y esto es terapéutico, pues el conocerse más y mejor a uno mismo y a los demás, propicia cambios personales y sociales.

Hemos evitado el que este fuera un grupo de experimentación científica de laboratorio acerca de la masculinidad. Sí que hemos intentado explorar un poco en nuestra sexualidad, en cómo nos hemos y nos han hecho "hombres", en algunos mitos y fantasmas masculinos, en los obstáculos para comunicarnos y vivirnos como personas, etc.

No tenemos pretensiones académicas. No hemos realizado una revisión bibliográfica sobre el tema. No sabemos el grado de originalidad de esta experiencia. Ni podemos generalizar nuestro modelo a otros hombres, a otros grupos.

Sí que podemos apuntar como positivo el que no ha sido un grupo "dirigido por", sino democrático y autogestionado, construido entre todos, aportando cada uno lo que le apetecía a todos los niveles, sin exigir más compromiso que el que cada persona ofrecía al grupo. Estas condiciones de libertad personal han favorecido el que nos sintiéramos bien, que la participación fuera responsable y que la comunicación resultara más auténtica.

Tampoco nos hemos planteado este grupo como reducto del machismo, ni como refugio afectivo, ni como iniciático homosexual. Es cierto que hemos creado una cierta solidaridad y afecto como grupo y como personas. Que a veces algunos han quedado para ir juntos al cine, para charlar y tomar algo, o para darse un masaje. Que alguno ha tenido alguna experiencia sexual con otro hombre que no era del grupo. Que a veces no nos hemos sentido tan solos.

En general, nos hemos ido relajando de nuestro rol masculino y esto ha favorecido la comunicación y la confianza entre nosotros como personas. Ha habido un cambio de actitudes, hacia una mayor flexibilidad y tolerancia, con uno mismo y con los demás.

8 - LAS FUNCIONES DEL COORDINADOR

El papel de la persona o personas que coordinan el grupo es a la vez sencillo y complejo. He aquí algunas claves:

- Asume la creación del grupo, favoreciendo la cohesión y la continuidad del mismo.
- Es cuidador del grupo, propiciando un clima básico de participación, armonía, respeto, confianza y seguridad.

- Clarifica y sugiere opciones, actuando como catalizador del grupo en las situaciones críticas.
- Facilita, mediante intervenciones puntuales, que el grupo genere las condiciones necesarias para evolucionar hacia los objetivos propuestos, a la vez que señala la desviación de los mismos. Con flexibilidad e intuición, buscando un camino intermedio entre lo que sería un grupo de amigos y un grupo de autoterapia.
- Interviene en todo momento implicándose como uno más a nivel personal. Incluso cuando actúa como coordinador, sus propuestas son tan discutibles como las de cualquier otro y pueden ser aceptadas, rechazadas o transformadas por el grupo.
- Ninguna de estas funciones son exclusivas ni excluyentes. Actúa lo menos posible como coordinador, moderador o terapeuta, favoreciendo el que cada uno y el grupo como tal asuma estas funciones gradualmente y funcione solo, de modo autorregulado.

9 - CONCLUSIONES PROVISIONALES

En base a la experiencia de estos 2 años, cuyo contenido he resumido en esta comunicación desde mi óptica personal, estoy convencido que el Grupo de Hombres es válido a nivel individual, grupal y social en varios aspectos:

- Crecimiento personal y autoconocimiento. El grupo es útil para quienes desean reflexionar sobre sí mismos y sus relaciones con los demás, comunicar y conocerse mejor, evolucionar como personas, etc.
- Cambio de actitudes. El grupo sirve de espejo donde puedes mirarte y darte cuenta de cosas. Y a la vez, descubres aspectos ignorados de ti mismo al reconocerlos en los demás.
- Autoayuda y autoterapia. Para quienes atraviesan situaciones de cambio y desean ayudarse a sí mismos y a los otros (p.e., procesos de separación, personas que buscan o están en tratamiento psicoterapéutico, etc.)
- Reeducación psicosexual. Para varones que desean vivir mejor su sexualidad y sus relaciones amorosas, esclarecer sus dificultades y aprender.
- Proyección social. Para quienes intentan establecer otro tipo de relaciones más igualitarias, cooperativas, libres y armoniosas, con los demás varones y con las mujeres en particular, y con las personas en general.

10 - PERSPECTIVAS

Respecto a nuestro grupo, algunos estamos interesados en continuar este proceso y crear un nuevo grupo tras el verano.

Por mi parte, estoy interesado en potenciar la creación de Grupos de Hombres en otros contextos y con otros formatos. Así, por ejemplo, hace poco hice una sesión con un grupo de profesores en Castellón. Por otra parte, junto con Juan

Luis García Ferrer estoy coordinando un grupo de 4 sesiones con profesionales de Planificación Familiar y Sexología en Valencia. De tipo didáctico - vivencial, en ambos casos, y dentro del marco de cursillos de reciclaje institucionales.

En general, pienso que los Grupos de Hombres pueden tener varias aplicaciones:

- Estudio de la psicología y sexualidad masculina.
- Terapia: para el tratamiento de las sintomatologías psíquicas y sexuales.
- Didáctico - vivenciales: para profesionales de la Salud y la Educación.
- Sociales: como instrumento de cambio del discurso y de las actitudes patriarcales y autoritarias.

* * * * *

Información y contacto: www.joanvilchez.com

Escuela Española de Terapia Reichiana (Es.Te.R): www.esternet.org

DIA 13 SABADO

- 9.30 H. PABLO FALCON: "NUESTRA EXPERIENCIA EN UN ENCUENTRO SOBRE CREATIVIDAD O LA CREATIVIDAD EN EL ENCUENTRO".
PILAR GONZALEZ: "ALIENACION Y CREATIVIDAD EN LO GRUPAL".
J. C. OLEA: "ENHEBRAR LAS AGUJAS DE LA EXPRESION CON LOS HILOS DE LA PALABRA: TEJER LENGUAJES".
* **JOAN VILCHEZ** "DESCRIPCION Y ANALISIS DE UNA EXPERIENCIA GRUPAL ENTRE HOMBRES".
ANGELA RENONES, M. AGUIAR, D. AGUIAR: "COMPRESION PSICODRAMATICA DE ALIENACION Y ENCUENTRO".

11.30 H. DESCANSO

- 12.00 H. ALBERTO ESPINA: "FAMILIA Y ALIENACION".
FINA SANZ: "LA PAREJA: ENCUENTRO O ALIENACION".
ENRIQUE ESPIGA "ALIENACION Y ENCUENTRO: DEL HOSPITAL PSIQUIATRICO A LA TERTULIA".
M^a. VEGA: "IMPORTANCIA DE LA ATENCION PSICOTERAPEUTICA A SUJETOS CON DIFICULTADES EN EL APRENDIZAJE".
IGNACIO PASTOR: "ENCUENTROS Y ALIENACION EN LA CIUDAD".
CONSUELO GONZALO, INMA TORRES
"PERCEPCION HOMBRE-MUJER".
FRANCISCO GUINOT, JUANJO LLORENTE LUQUE:
"PSICOTERAPIA Y MARGINACION"

14.00 H. COMIDA EN SIDI SALER SOL

16.00 H. TALLERES

XV CONGRESO DE LA

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE
PSICOTERAPIA Y TÉCNICAS DE GRUPO
S.E.P.T.G.

ENTIDADES COLABORADORAS
INSTITUTO MUNICIPAL DE EDUCACION
COLEGIO OFICIAL DE PSICOLOGOS
CONSELLERIA DE SANIDAD Y CONSUMO
COLECTIVO ACUARIO

ESTE CONGRESO HA SIDO DECLARADO DE
INTERES SANITARIO

VALENCIA 12-13y14 DE JUNIO 1987.