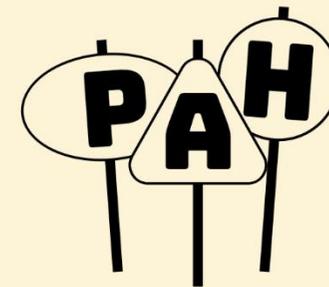


# PROGRAMA DE APOYO A HOMBRES



Para el Fomento de  
Relaciones Igualitarias

## ÍNDICE

### 0. PRESENTACIÓN

### 1. OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA.

### 2. PROCESO DE INTERVENCIÓN

Primera fase: Previa a la intervención.

Segunda fase: Intervención.

Tercera fase: Seguimiento.

### 3. METODOLOGÍA

### 4. MÓDULOS

Módulo 1.

Módulo 2.

Módulo 3.

Módulo 4.

Módulo 5.

Módulo 6.

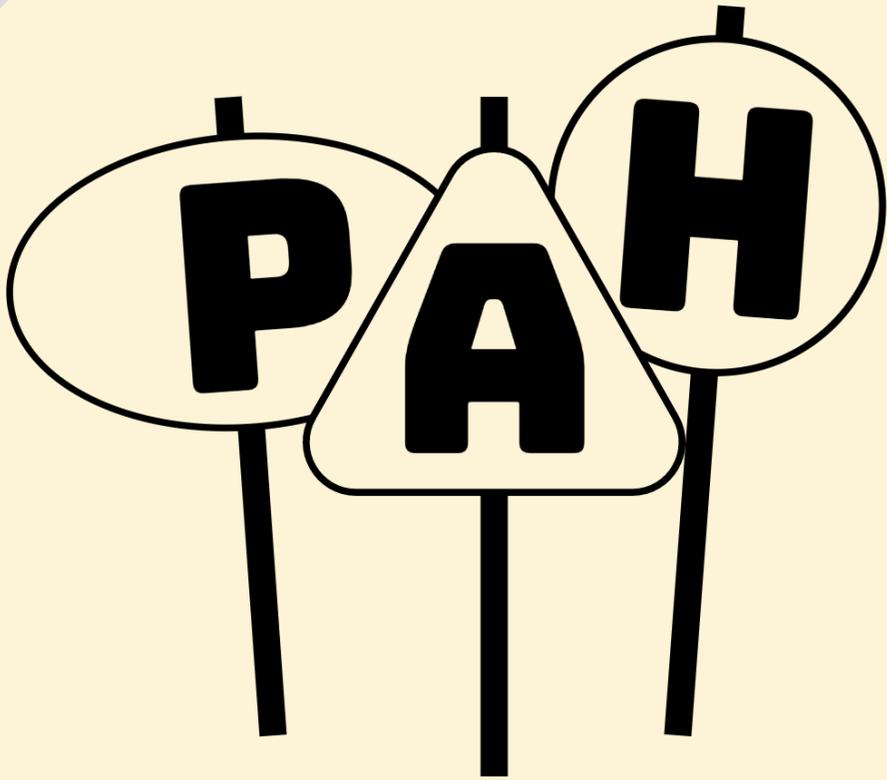
Módulo 7.

Módulo 8.

Módulo 9.

Módulo 10.

0



**PRESENTACIÓN**

## 0. PRESENTACIÓN

En este documento se recoge cuáles van a ser los objetivos y principales acciones del servicio que desarrolla el **Programa de Apoyo a Hombres (PAH) para el Fomento de Relaciones Igualitarias**, promovido desde el Centro Asesor de la Mujer de la Ciudad Autónoma de Ceuta.

El servicio se constituye así en una importante herramienta que busca facilitar los pasos hacia la consecución de una sociedad más justa y equitativa para todas las personas, fundamentándose en la coeducación en y para la igualdad.

Queda enmarcado, además, durante todo el proceso de intervención en una imprescindible orientación o perspectiva de género. Este enfoque implica cambios positivos en los posibles comportamientos y/o actitudes machistas de aquellos hombres que buscan relacionarse de forma no violenta.

Las personas profesionales del campo de la psicología, responsables de llevar a cabo el presente programa, promoverán espacios de información, formación y debate para hombres interesados, por tanto, en reconocer y **valorar su propia capacidad para ser agentes de cambio hacia una masculinidad desvinculada de la violencia**, facilitando el aprendizaje de conductas alternativas más adaptativas y libres de aquella.

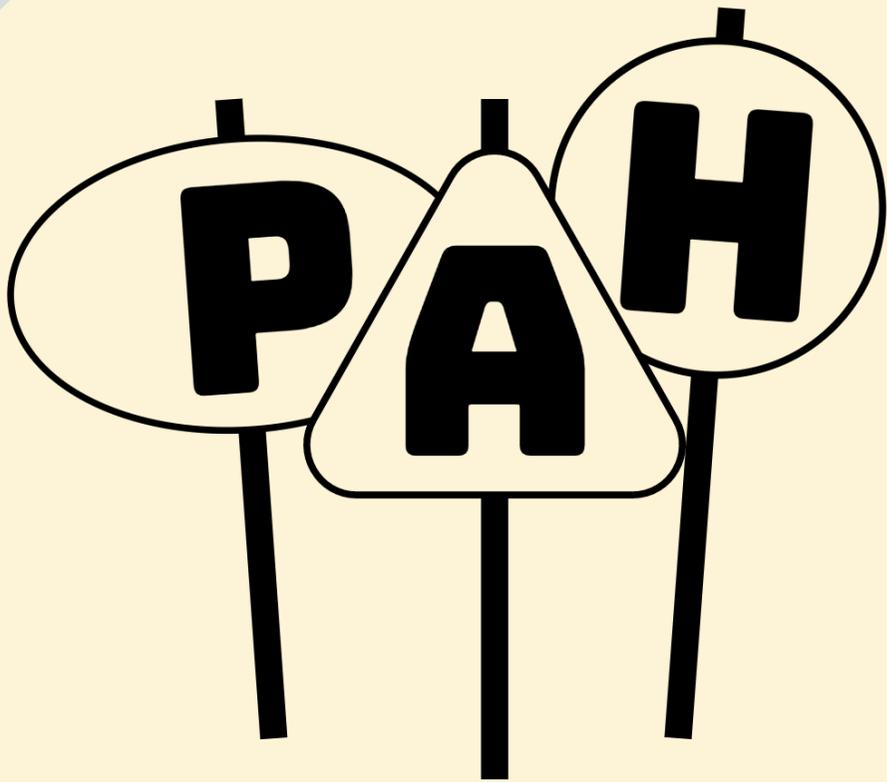
A través del programa se tendrá la oportunidad de atender a hombres, a partir de los 16 años, que se encuentren empadronados en la Ciudad

Autónoma de Ceuta, que hayan ejercido o ejercen violencia de género en los términos recogidos por la Ley Integral 1/2004 de 28 de diciembre.

Igualmente podrán ser beneficiarios del servicio todos aquellos hombres que, de forma voluntaria derivados por otros recursos o bien por propia iniciativa, compartan con el programa **su firme compromiso de promover la motivación hacia el cambio positivo**, no solo desmontando patrones de violencia sino también colaborando activamente en la creación de nuevas narrativas de masculinidades libres de coerción y fundamentadas en valores positivos.

Es en este carácter participativo y colaborador por parte del usuario del programa donde justamente radica el **carácter innovador del PAH**, que promueve el reconocimiento y asimilación por parte de los participantes como colaboradores activos en la deconstrucción de los rígidos roles de género que dificultan relaciones igualitarias dentro de la pareja, contribuyendo así al principal objetivo de conseguir hacer de nuestra sociedad un lugar más equitativo y justo, donde todas las personas, con naturalidad, desarrollen relaciones encaminadas hacia el respeto mutuo y a la erradicación de la violencia de género.

1



**OBJETIVOS GENERALES  
DEL PROGRAMA**

## 1. OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA.

- **Establecer espacios de diálogo y colaboración**, promoviendo un cambio positivo encaminado al reparto igualitario de los roles de género.
- **Dar suficientes herramientas al participante del programa** para favorecer el aprendizaje de conductas alternativas más adaptativas, con el fin de que sea capaz de establecer relaciones no violentas con su pareja, así como con su entorno, haciéndose capaz de un mayor autocontrol.
- **Favorecer la asunción de responsabilidad en los participantes del programa**, el reconocimiento de la violencia que se ha ejercido, así como del daño causado y sus consecuencias.
- **Disminuir en los participantes la incidencia de factores de riesgo vinculados a cometer violencia**: déficit de autoestima, de competencia social, la gestión emocional, creencias machistas, actitudes sexistas, tendencias violentas.
- **Promover la participación activa** de los usuarios del programa en la deconstrucción de roles de género rígidos sobre los que se construye la desigualdad.
- **Fomentar el aprendizaje de modos de negociación asertiva en pro de un mayor autocontrol** que implique una disminución de los posibles episodios de ira.

- **Prevenir posibles futuros episodios de violencia** con otras mujeres, sus hijas e hijos o en otras unidades familiares y/o sociales.
- **Incrementar la mejora en el bienestar psicológico** de la mujer y de sus hijas e hijos víctimas de violencia de género.
- **Dotar a los hombres y jóvenes de habilidades personales, favoreciendo la asertividad** y la adecuada resolución de los conflictos como claves fundamentales para construir una relación de pareja basada en la igualdad, el compromiso, la escucha activa y apoyo al otro.
- **Experimentar los hombres participantes del programa la motivación y sensación de bienestar** que provoca la progresiva asimilación del aprendizaje de nuevas vías alternativas a la violencia como modo de vida.



## PERSPECTIVAS DE LA INTERVENCIÓN

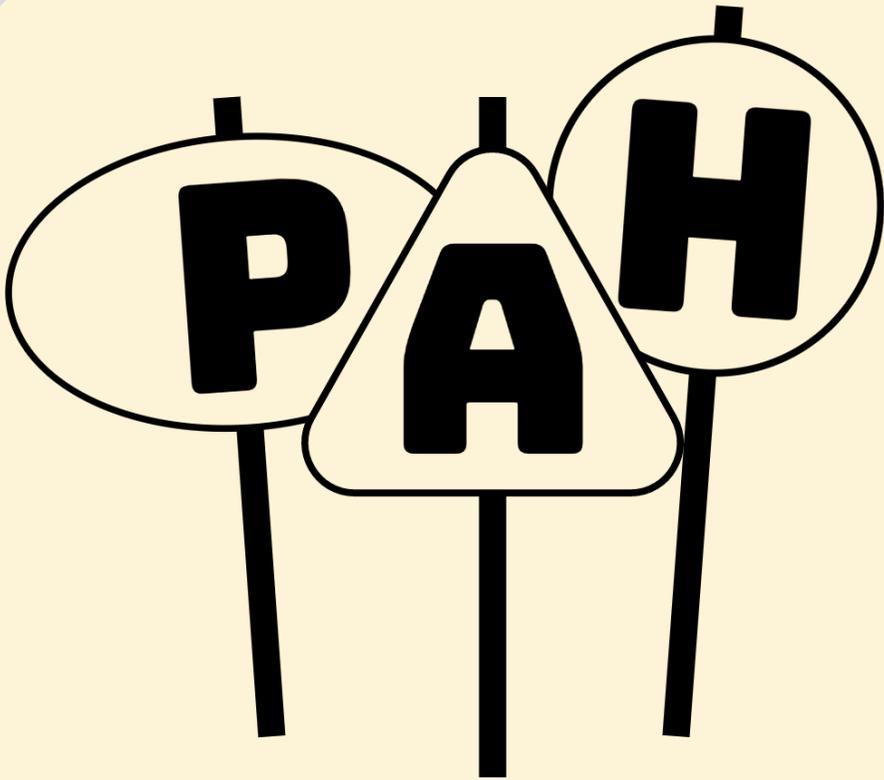
Responsabilización

Desmitificación de estereotipos y roles de género

Contexto psicosocial en relación con la violencia

Estrategias de afrontamiento alternativas a la violencia

Prevención de la reincidencia



**PROCESO DE INTERVENCIÓN**

## 2. PROCESO DE LA INTERVENCIÓN

### Programa de Intervención Psicosocial de reeducación con hombres



El tratamiento que será individual y/o grupal, se llevará a cabo del siguiente modo:

#### Primera fase: Previa a la intervención.

Esta primera fase resulta de vital importancia en cuanto que supone el primer contacto con los participantes del programa.

Se trata de una fase de recepción y acogida, donde se realizan entrevistas individuales para conocer en profundidad a los hombres participantes del programa, verificando tanto el cumplimiento de los requisitos para acceder al mismo como su motivación para la participación en los grupos de intervención. Por supuesto, será crucial la coordinación con las/os profesionales del Centro Asesor de la Mujer, Consejería de Servicios Sociales u otras Administraciones o entidades que realicen la intervención con las mujeres y las hijas e hijos víctimas de violencia de género. Esta buena coordinación va a incrementar la eficacia del proceso, enriqueciendo las posibilidades de intervención.

#### Segunda fase: Intervención.

Las profesionales del campo de la Psicología, formadas específicamente en violencia de género, trabajan los factores de riesgo que pudieran presentarse en los participantes, así como los factores protectores.

Se trata de un trabajo psicosocial individual y/o grupal. Con respecto a las sesiones individuales, tanto el contenido, frecuencia como duración de las mismas, se determina en función de las necesidades y posibilidades de cada participante, en base a las evaluaciones iniciales.

En las sesiones grupales se trabajan áreas relacionadas con aspectos psicoeducativos que promuevan la responsabilización a través de la toma de conciencia y reflexión sobre el uso de la violencia como modo de vida, **potenciando las relaciones positivas basadas en la no violencia** mediante la mejora en las habilidades de los hombres participantes, tales como su capacidad de empatía, control de la ira,

resolución de conflictos y/o escucha activa. En definitiva, construcción de relaciones de pareja sanas, en un contexto de equidad.

### Tercera fase: Seguimiento.

Se realizan evaluaciones para valorar la efectividad del programa, comprobándose los resultados del tratamiento y sus efectos a largo plazo; evaluando el impacto y los resultados de los hombres atendidos y en sus (ex) parejas.

Favoreciendo la consolidación y permanencia del aprendizaje y/o cambios positivos logrados, **así como la motivación y sensación de bienestar en el hombre participante, al ser consciente de su aprendizaje positivo** con respecto a los nuevos modos adquiridos para entablar relaciones saludables y respetuosas, en contextos de igualdad de género.

Se cierra la intervención enfatizando, por tanto, los cambios prosociales más importantes en cada caso y fomentando la necesidad de **brindar un apoyo continuo después del tratamiento para reforzar la intervención**, facilitando así la consolidación y permanencia de los aprendizajes y cambios alcanzados, como se ha mencionado anteriormente, así como la prevención de reincidencia en posibles futuras conductas violentas.

#### Fase 1: Evaluación

- Instrumentos:
  - Entrevistas.
  - Cuestionarios.
  - Valoración del Riesgo.
- Criterios de exclusión:
  - Adicción alcohol u otras sustancias .
  - Ausencia absoluta de responsabilización por la violencia ejercida.
  - Trastornos psicopatológicos.

#### Fase 2: Intervención

- Módulo 1. Toma de contacto.
- Módulo 2. Educación emocional.
- Módulo 3. Responsabilización.
- Módulo 4. Violencia en pareja.
- Módulo 5. Violencia física.
- Módulo 6. Violencia psicológica.
- Módulo 7. Violencia sexual.
- Módulo 8. Violencia vicaria.
- Módulo 9. Estrategias de cambio.
- Módulo 10. Prevención de reincidencia.

#### Fase 3: Seguimiento

- Instrumentos:
  - Evaluación .
  - Cuestionarios.
  - Satisfacción.
  - Valoración del riesgo
- Evaluaciones:
  - Sesiones de seguimiento.

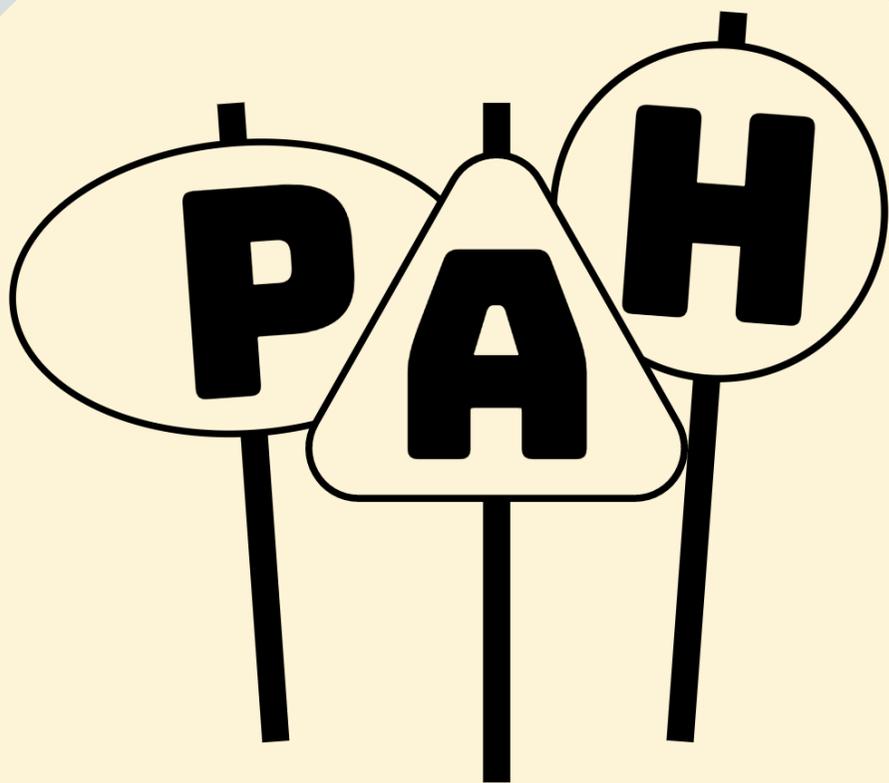
## AUTOCONOCIMIENTO Y RESPONSABILIDAD



Para favorecer un **Crecimiento Personal Positivo** y la Construcción de Relaciones Saludables.

## Proceso clave para el logro de la motivación y sensación de bienestar





**METODOLOGÍA**

### 3. METODOLOGÍA

Las diferentes sesiones que componen el **PAH**, inspirado en otros programas de intervención para hombres como el PRIA-MA, (y compartiendo con este último el énfasis que se pone en la motivación inicial y el análisis de las distintas posibles conductas que integran la violencia, combinados con la perspectiva de género), abordan:

#### 1. De manera individual (en la 1ª fase)

**Plan Individualizado Motivacional.** Para favorecer la mencionada motivación inicial, esto es, la motivación al cambio, favoreciéndose la eliminación de resistencias.

#### 2. De forma individual y/o grupal (en la 2ª fase)

**Fase de Intervención propiamente dicha.** Sesiones compuestas por exposiciones teóricas psicoeducativas, realización de técnicas, dinámicas y ejercicios donde se aborda de manera progresiva aspectos esenciales, como:

- a. La autoestima e inteligencia emocional.
- b. La mejora en la capacidad de autocontrol y gestión de emociones como la ira y la ansiedad.
- c. Abordar la empatía, así como las creencias y esquemas sexistas que respaldan conductas violentas, tales como pueden ser los celos y las diversas formas de violencia psicológica.
- d. La construcción de relaciones de pareja sanas.

- e. La rigidez de los roles de género.
- f. El impacto de la violencia en los menores.

#### Contenido temático de las sesiones terapéuticas (en la 2ª fase)

##### Responsabilización



##### Análisis sobre el significado de la masculinidad



##### La comprensión biográfica de la violencia



##### La reconstrucción de formas alternativas de relacionarse



##### Trabajo de habilidades para relaciones respetuosas y equitativas



El Programa está enfocado hacia una **PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LOS HOMBRES**



Exposiciones teóricas sobre Autoestima e Inteligencia Emocional.

**Construyendo la Base**



Ejercicios de Identificación de Patrones y Discusión Grupal.

**Abordando Tipos de Violencia**



Técnicas de Autocontrol y Gestión de la Ira. Ejercicios Prácticos.

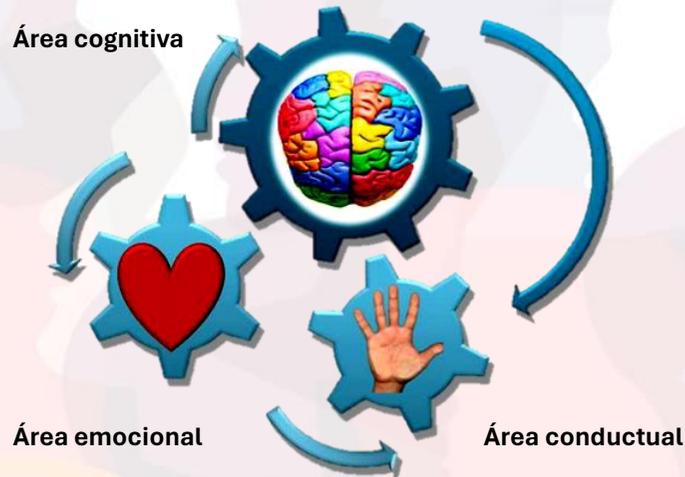
**Controlando las Emociones**



Dinámicas interactivas para fomentar la comunicación positiva hacia relaciones más sanas y equitativas.

**Construyendo Relaciones Saludables**

Durante la intervención se trabaja, transversalmente, a lo largo de los diferentes módulos, las tres áreas aquí descritas.



### ÁREAS EN LAS QUE SE REALIZARÁ LA INTERVENCIÓN DE MANERA TRANSVERSAL

#### ÁREA CONDUCTUAL

Herramientas para salir de situaciones de riesgo a través de distintas técnicas, ("tiempo fuera", de relajación; **en función de las necesidades de cada participante**)

#### ÁREA COGNITIVA

Pensamientos e ideas irracionales.  
**Parar y reflexionar** sobre argumentarios que legitiman la violencia.

#### ÁREA EMOCIONAL

Aprender a identificar correctamente las emociones;  
así como **la capacidad de saber expresarlas adecuadamente**, (incluso las positivas)

### Módulos / Unidades de intervención

Como se había mencionado más arriba, el **PAH** es un programa de intervención con hombres que actúa en la línea de otros programas que se vienen ejecutando con éxito a nivel nacional, como el PRIA-MA. Pero que **destaca por su enfoque innovador**, orientado a favorecer la motivación y participación activa de los hombres atendidos en la correspondiente desconstrucción de roles de género rígidos que provocan la desigualdad entre mujeres y hombres; en base a un plan individualizado para cada uno de los integrantes centrado en sus características y necesidades, fortaleciendo habilidades y recursos

personales de los participantes que ayuden a promover **una identidad masculina desvinculada de la violencia** y basada en el respeto y la equidad, favoreciéndose así la extinción de cualquier tipo de conducta violenta dirigida hacia la mujer.

**El contenido de los módulos previstos estará distribuido en tantas sesiones, individuales y/o grupales**, en función de las necesidades detectadas, y a medida que se vaya atendiendo a cada participante de acuerdo a los resultados en las respectivas evaluaciones iniciales.

No obstante, se adelanta en el siguiente apartado, a modo orientativo el contenido de las unidades a tratar.

#### Evaluación Inicial

Determinando las  
necesidades  
individuales

#### Planificación Sesiones

Basada en las  
evaluaciones

#### Asignación de Sesiones

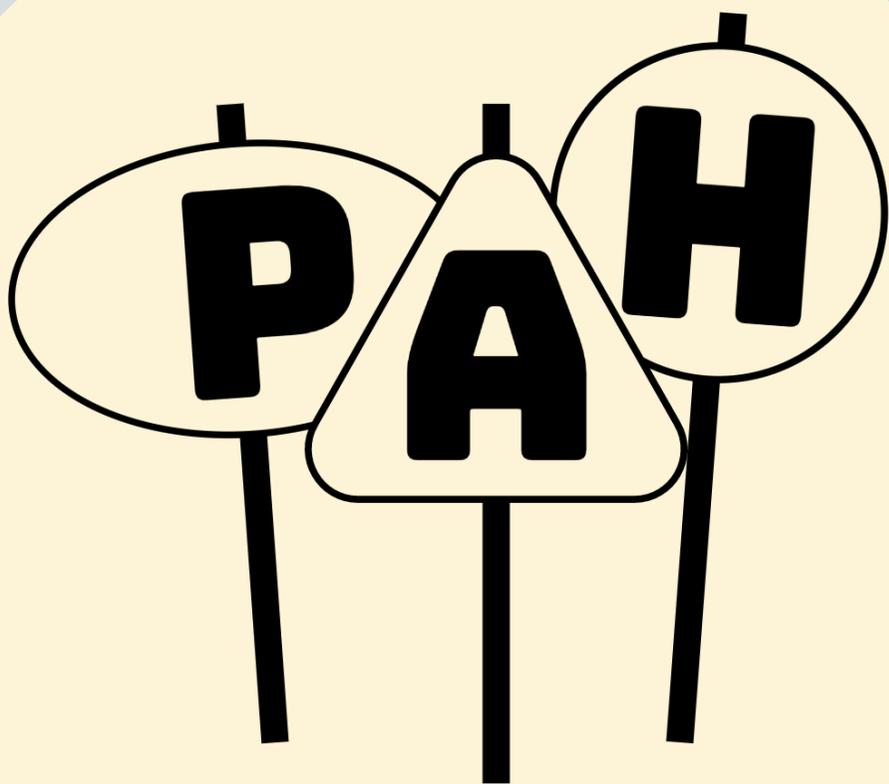
Distribuyendo módulos  
en tantas sesiones según  
necesidades

Considerando  
Sesiones **individuales**  
y/o **grupales**

#### Atención continua

Ajuste según progreso de  
cada participante.  
Adaptando sesiones según  
evaluaciones posteriores

4



MÓDULOS

## 4. MÓDULOS

### **Módulo 1.** Toma de contacto: presentación y motivación al cambio.

- Esclarecer los objetivos del programa.
- Establecer relación entre participantes y el personal.
- Clarificar las normas de funcionamiento y el contrato de participación.

### **Módulo 2.** Educación emocional. Identificación y expresión de emociones propias, tanto positivas como negativas.

- Desarrollo de la conciencia emocional.
- Reflexión crítica del amor romántico y de sus mitos.
- Dependencia emocional en las relaciones de pareja.

### **Módulo 3.** Responsabilización como medio para alcanzar un mayor autocontrol. Análisis de los diferentes mecanismos de defensa.

- Concienciación y reconocimiento de conductas y actitudes violentas.
- Distorsiones cognitivas, pensamientos e ideas irracionales, como posibles legitimadores de la violencia.
- Fomentar el autocontrol sobre la propia vida a través de la asunción de la responsabilidad de sus actos.

### **Módulo 4.** Violencia de Pareja. Principios básicos.

- Conceptos básicos relacionados con la violencia de género.
- Presentación de los principios básicos del programa.

### **Módulo 5.** Violencia física. Control de la ira y estrategias alternativas de resolución de conflictos.

- Exposición del ciclo de la violencia.
- Identificación de emociones y señales cognitivas y conductuales que actúan como detonantes del inicio de la escalada de violencia.
- Entrenamiento en el manejo de emociones negativas, especialmente la ira. Resolución de conflictos mediante enfoques asertivos.

### **Módulo 6.** Violencia psicológica.

- Tipos de violencia psicológica: coacción, amenazas, intimidación, abuso emocional y económico.
- Identificación de este tipo de conductas dentro de la pareja.
- Modificación de las conductas violentas hacia otras más adaptativas y positivas.
- Identificar las diferentes manifestaciones de violencia psicológica ejercida en el ámbito digital, evaluando su extensión, y apoyando a los participantes en la comprensión y fomento de comportamientos respetuosos.

### **Módulo 7.** Violencia sexual.

- Identificación de conductas sexuales inapropiadas en pareja.
- Detección y análisis de los pensamientos que refuerzan estas conductas.
- Sensibilización sobre las consecuencias físicas y emocionales de su pareja.
- Promoción de relaciones sexuales saludables y basadas en el respeto.

### **Módulo 8.** Violencia vicaria. Abuso e instrumentalización de los hijos.

- Concienciación sobre el hecho de que los hijos son víctimas directas de la violencia de género.
- Eliminar la instrumentalización de los hijos como medio de maltrato a la mujer.
- Priorización del bienestar de los menores sobre las necesidades individuales de los miembros de la pareja.

### **Módulo 9.** Estrategias de cambio. Potenciación de factores de protección y reducción de factores de riesgo.

- Variables Personales.
- Variables Situacionales.
- Variables Socioculturales.

### **Módulo 10.** Prevención de reincidencia.

- Reiterar estrategias de prevención de posibles conductas violentas futuras.
- Sintetizar los conocimientos adquiridos a lo largo de todo el programa.

