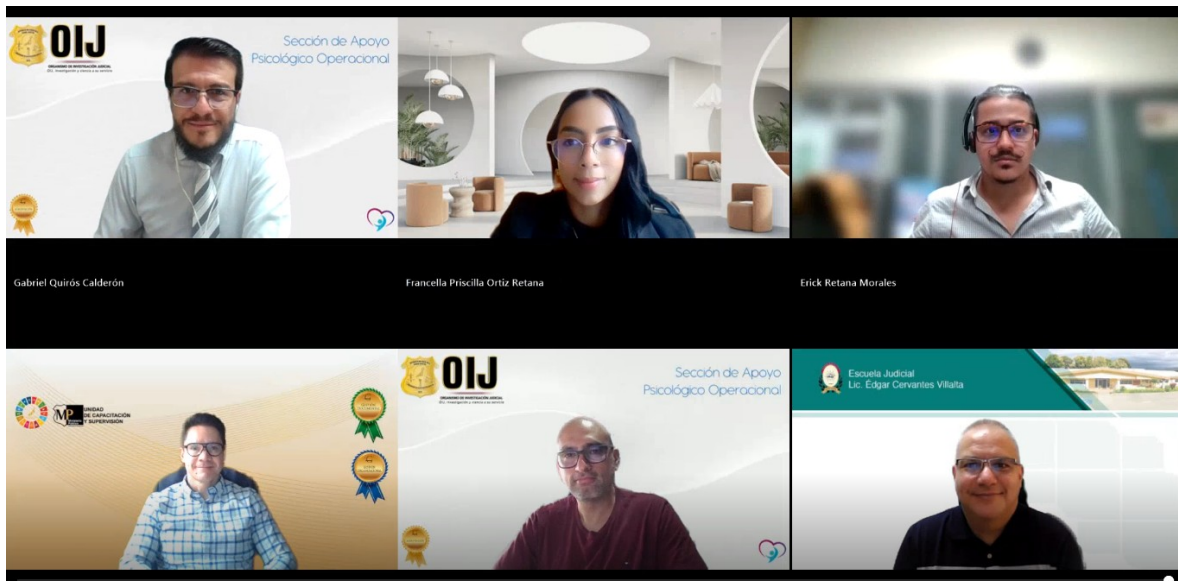


Colectivo de hombres por la igualdad de género

Minuta reunión 13 de mayo 2025



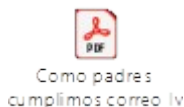
Reunión realizada por medio de la plataforma Microsoft Teams.

Participantes: Cristian Mora Viquez, Gabriel Quirós Calderón, Edgar Barquero Ramírez, Mauricio Maroto Castro, Randall D' Gracia Espinoza, Erick Retana Morales, Luis Humberto Villalobos Oviedo, Francella Ortiz Retana.

Ausentes con justificación: José Pablo Hernández González, Óscar Arroyo, Gabriel Salas Gutiérrez.

Ausentes sin justificación: Adán Carmona, Jesús Chaves Mora, César Alberto González Granados, Pablo Álvarez Arias.

1. Respecto al interés de aumentar la participación de los compañeros judiciales de los diferentes ámbitos en el curso “ Como padres cumplimos” se informa que Xinia solicitó a Ivannia Navarro un informe de matrícula del curso del 01 de enero al 9 de mayo. En el informe recibido se indica que se inscribieron y aprobaron el curso en ese periodo 54 personas: 43 hombres y 11 mujeres.



2. Respecto al taller “Nuevas masculinidades: construyendo quien puedo ser” Se informa que se han realizado las siguientes acciones con la intención de ir conformando el grupo que va a participar:
 - Se envió información a integrantes del Colectivo solicitando colaboración para que se divulgue en sus lugares de trabajo. A su vez, Edgar y Luis Humberto solicitaron el diseño del curso y se les remitió.
 - Luis Humberto gestionó en la Escuela Judicial el diseño de una invitación que remitió a todo el personal judicial, al personal de Ciudad Judicial y a las Unidades de Capacitación. El plazo límite de inscripción es el 30 de mayo.



Taller con perspectiva de igualdad de género

Fecha límite de inscripción: 30 mayo

Modalidad: Presencial.

Estrategia de convocatoria: Contacto directo y/o solicitud a jefatura.

Población meta: Funcionarios judiciales interesados en la temática

Confirmación de personas participantes: Correo electrónico magueroo@poder-judicial.go.cr

Objetivo general: Reflexionar sobre los mitos, estereotipos y arquetipos de la masculinidad hegemónica para construir una nueva expresión.

Facilitadores: Integrantes del Colectivo de hombres por la igualdad de género.

Lugar del taller: Tercer piso de la Corte.

Quien se inscriba debe contar con visto bueno de la jefatura y comprometerse a cumplir con al menos 4 de las 6 sesiones.

Fechas y horas: Jueves 21-28 de agosto y 4-11-18-25 de setiembre de 1:30 a 4:30.

Organiza la Secretaría Técnica de Género

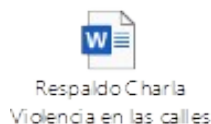
- Xinia envió invitación para que compañeros del I, II y III circuito judicial de San José que se unieron a la charla que ofreció Cristian, participaran de estos talleres. Uno respondió positivamente y se gestionó permiso con jefatura de quien aún no se ha obtenido respuesta.
- Hay que continuar buscando compañeros que puedan participar.

Gabriel Quirós sugiere reiterar las invitaciones a los compañeros de Archivo Criminal que se matricularon el año pasado, pero no pudieron asistir, para que tengan la oportunidad de unirse en esta ocasión.

3. Sobre la Red de hombres, se informa que se recibió la programación de charlas la cual fue remitida a los Comités de Género para su divulgación en los circuitos y al Departamento de Prensa y Comunicación.

Charla	Modalidad	Fecha, hora, lugar	Facilitación
Charla "Construcción de masculinidades para la igualdad y la No violencia: Inducción".	Virtual	4 de abril. Hora: 2:00 - 3:30pm	M. Sc. Pablo Ramírez Solano Universidad estatal a Distancia (UNED)
Charla "Masculinidades, comunicación y desarrollo de capacidades para el diálogo y la negociación"	Virtual	9 de mayo. Hora: 2:00 – 3:30pm Enlace: Unirse a la reunión ahora	Lic. Fernando Balsevicius Uquillas Psicólogo Instituto WEM
Día Nacional de la Salud Masculina: Cuidado, autocuidado y salud mental.	Presencial	3 de junio. Hora: 9:00am - 11:30am Lugar: Por definir	Red de Hombres por la Igualdad de Género del Sector Público
Charla: "Masculinidades y prevención del suicidio"	Virtual	10 de junio. Hora: 2:00 - 3:30pm Enlace: Unirse a la reunión ahora	Dr. Dagoberto Solano Marín. Caja Costarricense de Seguro Social.
Foro: "Paternidades conscientes y corresponsabilidad en los cuidados: Más allá del proveedor"	Virtual	13 de junio 10:am – 11:30am Enlace: Unirse a la reunión ahora	M.Sc. Luis Álvaro Calderón Retana. Instituto WEM
Charla: "Masculinidades respetuosas de los derechos humanos"	Virtual	24 de junio 10:00am – 11:30am Enlace: Unirse a la reunión ahora	Dr. Rodrigo Jimenez Sandoval Fundación Justicia y Género
Charla: Masculinidades y seguridad psicológica en el ambiente de trabajo.	Virtual	5 de setiembre 2:00-3:30pm Enlace: Unirse a la reunión ahora	M. Sc. Alexander Trigueros Rodríguez. Unidad de Género. Ministerio de Justicia y Paz.
Mesa de trabajo: "Tejiendo caminos": Experiencias de mujeres que facilitan procesos de construcción de masculinidades para la igualdad y la no violencia con grupos de hombres. Pautas y desafíos.	Presencial	30 de octubre 8:30 – 3:00pm Colegio de Trabajo Social	Red de Hombres por la Igualdad de Género del Sector Público Red Nacional de Unidades de Género
Charla: Masculinidades y eliminación del hostigamiento sexual en el empleo.	Virtual	6 de noviembre. 10:00am – 11:30am Enlace: Unirse a la reunión ahora	Licda. María Fernanda Valverde Díaz. Abogada. Universidad de Costa Rica

4. Sobre la charla que impartió Cristian, denominada *Violencia en las calles y masculinidades: ¿ser hombre es un factor de riesgo para la violencia*. Se realizó la primera en fecha miércoles 19 de marzo, donde se unieron 88 personas: 50 mujeres y 38 hombres.



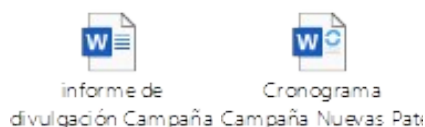
Con respecto a la charla que Cristian desarrolló el día 6 de marzo dirigida personal de la Caja Costarricense del Seguro Social, denominada: “Masculinidades y factores de riesgo psicosocial en la adolescencia”. Participaron 250 personas.



5. Gabriel Salas remitió un documento para generar encuestas y recopilar la información que fue una de las recomendaciones señaladas en la reunión anterior para que quienes participan tengan la oportunidad de hacer sugerencias.



6. Se informa que las campañas sobre Nuevas paternidades, Muertes Violentas y Suicidios, fueron remitidas al Departamento de Prensa y Comunicación. La primera se divulgó se publicó el 24, 26 y 28 de marzo y se replicará en junio y octubre. La tercera está programada para divulgar el 26, 28 y 30 de mayo y la segunda el 14, 16 y 18 de julio.



7. Sobre el curso convocado por INAMU e impartido por el Instituto WEM se consultó a los compañeros sobre su experiencia. Luis Humberto, Venancio y Juan Diego respondieron resaltando la importancia del taller y aclarando que no se establecieron compromisos formales que deba cumplir el Poder Judicial.

Varios

8. A raíz de una encuesta que la SAPSO realizó con investigadores del OIJ, Cristian ofrecerá dos talleres denominados “Paternidad: lo que los policías callamos” que se realizarán el 2 y el 26 de junio en el salón del servidor judicial, ambas de 1:30 a 4:00 p.m. El correo con la invitación se remitió el 2 de mayo.



invitación taller
presencial_Paternidad

Cristian agrega que se envió una primera encuesta por correo electrónico para conocer el interés en participar del taller. En total, respondieron 170 y 138 manifestaron su interés. Dado que la actividad se realizará en San José, el primer paso fue enviar la invitación a las personas que laboran en esa provincia. Posteriormente, se valorará cómo extender la convocatoria a otras zonas del país.

A este momento 30 compañeros confirmaron asistencia el 2 de junio y hay 9 inscritos para el 26.

Para contextualizar el contenido del taller, se tomará como referencia la serie de Netflix “Adolescencia” que explora temas de adolescencia y relaciones familiares.

El taller está dirigido principalmente a funcionarios policiales y se centrará en la relación afectiva entre padres e hijos. Se abordarán cómo ciertas emociones, especialmente el enojo, pueden dificultar los vínculos afectivos con los hijos e hijas.

Se profundizará además en cómo funciona el cerebro en distintas etapas del desarrollo, para romper con la idea de que los niños y adolescentes piensan y reaccionan como adultos en miniatura.

También se reflexionará sobre cómo muchos hombres reproducen patrones emocionales de su propia infancia ("mi papá no fue afectivo, por eso me cuesta serlo") y cómo eso impacta en su forma de relacionarse con sus hijos hoy.

El objetivo es invitar a los participantes a pensar:

- ¿Cómo hubiéramos querido que fueran nuestros padres con nosotros?
- ¿Cómo estamos siendo nosotros con nuestros hijos hoy?
- ¿Qué significa ser un padre presente en la actualidad?

9. El espacio formativo correspondió a Gabriel quien invitó a reflexionar sobre cinco emociones clave: miedo, afecto, tristeza, enojo y alegría, subrayando que no solo deben ser reconocidas, sino también gestionadas adecuadamente, ya que esto tiene un impacto importante en nuestras relaciones y bienestar.

Francella consultó sobre técnicas más allá de la conocida “regla de los 3 segundos”. Gabriel respondió que no hay una receta única, ya que la gestión emocional es muy personal y contextual, similar a una dieta: lo que funciona para una persona puede no funcionar para otra. Algunas personas reaccionan con llanto al enojo, otras con gritos, y cada experiencia es distinta.

Gabriel recomienda el Mindfulness y respiración consciente. También mencionó la técnica 4x4x4, que consiste en inhalar, sostener, exhalar y volver a sostener durante 4 segundos cada fase, aumentando progresivamente hasta 10 segundos.

Edgar expresó la importancia de la meditación activa, que son técnicas que se pueden aplicar incluso en movimiento o durante actividades cotidianas. También la técnica utilizada por personas trabajadoras sociales, donde se guía al niño a respirar siguiendo los dedos de una mano.

Cristian menciona el agua fría y estímulos físicos: algunos se regulan emocionalmente con agua fría o incluso sumergiendo el rostro, por el efecto del frío en el sistema nervioso. A su vez, también resulta importante la distracción cognitiva que consiste en cambiar el foco de pensamiento para interrumpir un ciclo de enojo. Además, el tiempo fuera con referencia deportiva, el cual es útil especialmente con personas afines al deporte, como en el basquetbol, donde se entiende como un momento para detenerse, reflexionar y replantear.

Finalmente, se coincidió en que la clave está en identificar lo que funciona para cada persona, según su historia, contexto y recursos. No todas las personas tienen las mismas herramientas ni interpretan igual las recomendaciones, por lo que la gestión emocional requiere auto conocerse y experimentar.