

11. Sales con una amiga y os encontráis a unos colegas. Os tomáis unas copas juntos y cuando vais a pagar ella dice que te invita. ¿Qué haces?

- a) Ni hablar. A tí no te mantiene ninguna mujer, y menos te hace esa jugada delante de tus colegas.
- b) Le dices que vale, y se lo agradeces.
- c) Ésta me invita porque lo que quiere en realidad es un rollito conmigo.
- d) Se lo agradeces. Ves que es una chica que se preocupa de que estés a gusto, y eso la hace más atractiva a tus ojos.
- e) Decides que sí, que vale, pero le insistes que en el próximo bar invitas tú.

12. Tu pareja te recuerda que este sábado hablais quedado en ir a una ciudad cercana para ir de compras, ya que ambos necesitáis ropa. ¿Qué haces?

- a) Te inventas una excusa para no ir.
- b) La acercas en el coche y quedas a una hora para ir a recojerla. Aprovechas y vas a ver unas cosillas a la tienda de informática.
- c) Haces un plan para ese día con tus amigotes. Después cuando te enseña lo que te ha comprado le dices que no te gusta y que además se ha gastado mucho dinero. Que lo descambie.
- d) Vas con ella y en la primera tienda te compras todo lo que necesitas y le dices que la esperas en el bar leyendo el periódico.
- e) No te gusta mucho ir de compras pero te hace falta renovar tu vestuario.

13. Un amigo te cuenta un chiste machista ¿Qué haces?

- a) Te ríes y le cuentas tú otro.
- b) Te ríes y le dices que se ha pasado un poco.
- c) Le cuentas tú otro que consideras "feminista".
- d) Te vas y lo dejas con la palabra en la boca.
- e) Vas a buscar a otro amigo para contárselo.

#### Puntuaciones:

Pregunta 1: a)0 b)-1 c)1 d)0 e)0

Pregunta 2: a)-1 b)0 c)1 d)0 e)-1

Pregunta 3: a)-1 b)-1 c)-1 d)1 e)0

Pregunta 4: a)0 b)-1 c)1 d)-1 e)0

Pregunta 5: a)-1 b)1 c)-1 d)-1 e)0

Pregunta 6: a)0 b)-1 c)0 d)-1 e)1

Pregunta 7: a)1 b)0 c)0 d)-1 e)-1

Pregunta 8: a)-1 b)-1 c)-1 d)1 e)-1

Pregunta 9: a)-1 b)-1 c)1 d)0 e)-1

Pregunta 10: a)-1 b)0 c)-1 d)1 e)0

Pregunta 11: a)-1 b)1 c)-1 d)0 e)0

Pregunta 12: a)0 b)0 c)-1 d)0 e)1

Pregunta 13: a)-1 b)0 c)-1 d)1 e)-1

#### ¿Qué tipo de hombre eres?

**De menos 13 a 5.** Vas de macho por la vida. Valora si eso es lo mejor para tí. Desde luego muchas mujeres y hombres no quieren tener nada que ver contigo. Suelen ser bastante previsible y aburrido en tus comentarios. Escuchas menos que un tabique. Cada vez te aguanta menos gente. No eres una persona agradable con la que encontrarse. La falta de originalidad y sensibilidad en tus comentarios hacen de tí una persona bastante burda. Tras esa fachada de fortaleza se esconde una persona insegura, dependiente, y asustada que necesita constantemente ir de macho por la vida para demostrar que eres ¿alguien?.

**De 6 a 9.** Has iniciado el camino para despojarte del machismo, pero aun tienes dudas al respecto. No engañas a nadie yendo de suavón por la vida, la gente conoce tus vetas machistas, aunque también valora tus cambios hacia actitudes igualitarias. Animo, puedes mejorar Sé valiente y deja atrás tu machismo. Serás más feliz y libre que hasta el momento.

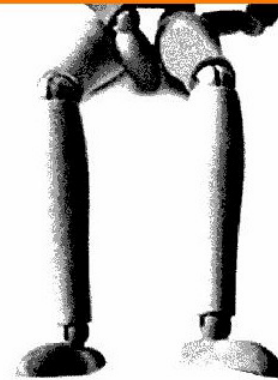
**De 10 a 13.** No estás solo. Hay muchos hombres, que como tú, pasan de ir de machote por la vida. Sabes que el cambio hacia actitudes igualitarias con las mujeres y con los hombres te beneficia; es por ello que día a día lo demuestras poniéndolo en práctica. De todas formas no te engañes, quedan muchas cosas por cambiar y tú lo sabes. Felicidades por mantenerte alerta ante el machismo, sabes que así eres más libre y feliz y tus relaciones con las mujeres y con los hombres ha mejorado.

*Si no te satisface tu puntuación y quieres mejorarla, ponte en contacto con nosotros.*

Departamento de Hombres por la Igualdad – Delegación de Igualdad y Salud  
Ayuntamiento de Jerez de la Frontera. C/ Cristal, s/n  
Tfno.: 956 14 99 46  
hombres.sygenero@aytojerez.es • www.hombresigualdad.com

  
**Ayuntamiento de Jerez**  
Igualdad y Salud

# DE HOMBRE A HOMBRE CHEQUEA TU MACHISMO



**365 DIAS  
CONTRA LA VIOLENCIA  
¡DA LA CARA!**



**Advertencia:** Las Autoridades sanitarias advierten que realizar este chequeo no producirá merma, encogimiento ó disminución de los genitales masculinos externos.

Hombre, a continuación tienes una serie de preguntas para que chequees tu machismo. Es interesante que conozcas qué tipo de hombre eres. Si quieres descubrir tu nivel de machismo, marca cada respuesta con un círculo, suma tus puntos y luego lee las descripciones que están tras las preguntas.

¡Atención! Este test no es válido si no se aplica el criterio de fiabilidad en el mismo; que consiste en que los resultados sean cotejados por una mujer y/o tu pareja.

#### 1. Tu pareja te dice que va a quedar el viernes por la tarde con sus amistades de cuando estudiaba en la escuela para ir a cenar. ¿Qué haces?

- a) Le dices que tú habías pensado plantearle también ir ese mismo día a cenar, que aplice lo de sus amistades para otra ocasión.
- b) Le prohíbes que vaya. No te gusta que salga con otra gente. Si te quiere a tí, no debe salir con nadie más.
- c) Le dices que vale, que se divierta, que tú ya tendrás tus planes.
- d) Le dices que lo pase muy bien, pero luego continuamente le recuerdas que ese día vas a estar muy aburrido y muy solito, que vas a sufrir mucho sin ella.
- e) Dices que hay rumores de que en ese restaurante los alimentos son transgénicos, las condiciones de higiene son pésimas, incluso que el personal está en condiciones de semiesclavitud. Le dices que no te parece bien que contribuya a ese sistema de explotación.

#### 2. Tu nueva jefa es mujer. ¿Cómo lo tomas?

- a) Te genera indignación, porque consideras que las mujeres no están para mandar, que son demasiado sensibles y terminan llorando. Seguro que es una feminista trepa.
- b) Piensas que seguro es más sensible, y que te va a tratar con más cariño y te va a corregir menos.
- c) Te es indiferente, consideras que no ha habido nunca una mujer en ese puesto, que puede ser positiva la visión que de al trabajo.
- d) Estupendo. Te consideras un hombre con experiencia y veteranía. Seguro que ella sabrá apreciarlo.
- e) Sientes morbo. Si es guapa, intentarás ligártela, y si no lo es, lo simularás para que ella se sienta halagada.

#### 3. Cuando una mujer dice no a mantener relaciones sexuales...¿Qué quiere decir?

- a) Las cosas van bien, debo seguir probando. Éstas son las que me gustan, se resisten pero están deseando enrollarse conmigo.
- b) Seguro que es lesbiana y me ha estado calentando para nada.
- c) Sigues insistiendo, el "no" en las mujeres siempre es un "quizás". Su represión es debida a su educación tradicional y ella necesita un hombre como tú para que la libere de sus represiones.
- d) No. Y con eso basta. No tengo derecho a solicitar ninguna explicación.
- e) Que si te quisiera de verdad, no tendría tantas dudas. Comienzas a gimotear como un gatito diciéndole que le esperarás hasta que esté preparada.

#### 4. Tu pareja se pone ropa que tú consideras muy provocativa...¿Qué haces?

- a) Le dices a tu pareja que hay mucho tío salido por ahí, que si va con esa ropa la van a estar incordiando todo el rato, que por su bien es mejor que se ponga otra cosa más discreta.
- b) Le dices que por su culpa, no vas a tener más remedio que partírte la cara con todo el mundo que la vaya mirando por la calle.
- c) Que se ponga lo que le de la gana. Tienes claro que si te gusta a tí le gusta a otra gente.
- d) Pensaría que es culpa de ella si alguien le dice algo, porque con esa ropita toda persona que se precie se excitaría. En el fondo a ella le gusta ir provocando, buscando rollo.
- e) Le dices que le amas con todo tu corazón, que temes perderla si va vestida de esa forma tan atractiva, que gracias por haberse puesto esa ropa pensando en tí, que te encantaría que reservara ese traje para una cena romántica los dos solos al borde de la playa.

#### 5. A tu pareja le sale una oportunidad de mejorar en su trabajo, si bien eso significa menos tiempo para estar juntos y dedicarse a las tareas domésticas ¿Qué haces?

- a) Le dices que si ella toma esa decisión, va a ser responsable de que tú pierdas parte del tiempo libre que dedicas a tus hobbies (jugar al fútbol con sus colegas, etc.)
- b) Es su decisión y tú debes estar ahí para apoyarla.

- c) Le dices que para tí es una decisión innecesaria, que económicamente tú puedes sustentar la familia, que para qué se va a meter ella en esos líos si contigo no le falta de nada.
- d) Le dices que bien, que de acuerdo, pero luego no colaboras ni participas en las tareas domésticas y le echas en cara a ella que desde que está trabajando las cosas no van bien.
- e) Le regalas un maletín de cuero con sus iniciales, y le dices que te parece estupendo siempre que no dejes de hacerle ese aroquito con leche que tanto le gusta. Además es un buen motivo para una celebración y una noche de pasión.

#### 6. Es el cumpleaños de tu pareja, y quieres comprarle un regalo. ¿Qué haces?

- a) Le dices a una amiga que te ayude a elegirle un regalo, tú no sabes qué le puede gustar, las mujeres se conocen mejor entre ellas.
- b) Le compras una olla rápida para que pase menos tiempo en la cocina, porque sabes que a ella le encanta cocinar.
- c) Le das el dinero para que ella se compre lo que quiera.
- d) Le regalas un viaje para dos personas para ver la Final de la Copa de Europa en la que juega tu equipo favorito.
- e) Le regalas un bono para unos baños árabes con masaje para ella sola, porque sabes que le encanta.

#### 7. Una mujer te dice que eres machista. ¿Qué haces?

- a) Escuchas y reflexionas sobre ello.
- b) Te enfadas con ella. Le dices que no te conoce para decirte eso. Estás harto de que se generalice y de que siempre se mire con lupa lo que dice un hombre.
- c) Le dices que quizá sea verdad, pero que es culpa de la educación machista que te han dado, que el machismo también te hace sufrir y te perjudica.
- d) Le acusas de ser una histérica y una amargada de la vida.
- e) Le dices que su problema es que no encuentra ningún hombre que la quiera. Que lo que le hace falta es un buen rollo.

#### 8. Tu pareja está cortando delante de otras parejas amigas anécdotas sobre tu forma de limpiar el cuarto de baño. ¿Qué haces?

- a) Te rebelas y le dices que ya está bien de cachondeo, que se calle la boquita.
- b) Te haces el mártir y buscas aliados en los otros hombres.
- c) Te pones muy serio y cortante durante toda la noche, cuando tu pareja te dice qué te pasa tú dices que nada. Es una manera tuya de castigarla.
- d) Le das la razón a tu pareja, la verdad es que no se te da muy bien limpiar el cuarto de baño.
- e) Decides que ya no vas a limpiar más el cuarto de baño, que antes estabas dispuesto a aprender, pero que ahora después del cachondeo a tu costa ya no te da la gana.

#### 9. El bebé llora a media noche. ¿Qué haces?

- a) No lo escuchas porque tú roncas más fuerte.
- b) Despiertas a tu pareja para avisarle, ya que tú estás muy cansado de estar todo el día trabajando y además, mañana te espera un día muy duro.
- c) Te levantas. Es lo menos que puedes hacer considerando que ella llevó al bebé dentro nueve meses.
- d) Lanzas una moneda para ver quién debe ir a atenderlo.
- e) Lo dejas llorar y te haces el dormido. Ya se cansará o se despertará tu pareja.

#### 10. Estás viendo una película en la televisión. En la escena final el protagonista (un gran tipo), le pide a la chica que lo deje todo y se vaya con él, pero ella no quiere abandonar su vida para seguirlo. ¿Qué piensas?

- a) Que él debería llevársela a la fuerza. La chica tiene mala cabeza pero la sentará con un poco de paciencia.
- b) Él tiene razón queriendo llevársela pero no tiene los suficientes recursos para convencerla.
- c) Seguro que ella tiene un amor secreto y no se quiere ir por eso.
- d) Es decisión de ella. Además debe ser difícil dejarlo todo de repente.
- e) La chica está demostrando con su actitud que no lo quiere suficiente. Si le quisiera de verdad lo dejaría todo.

