

IO₃ CURSO DE FORMACIÓN VAMOS

Experto en inclusión laboral y social de los inmigrantes

MÓDULO: 1 COMPETENCIAS SOCIALES & COMUNICACIÓN
Unidad 7_ Estereotipos y prejuicios: Reconocer el sesgo



2019-1-ES01-KA202-065450

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ÍNDICE

Unidad 1 – Resolución de problemas

Unidad 2 – Discurso público

Unidad 3 – Gestión del aula / trabajo en equipo

Unidad 4 – Inteligencia emocional

Unidad 5 – Comunicación horizontal

Unidad 6 – Escucha activa

Unidad 7 – Estereotipos y prejuicios

MÓDULO: 1 COMPETENCIAS SOCIALES & COMUNICACIÓN



Unidad 7: Estereotipos & prejuicios: Reconocer el sesgo

Al final de esta unidad deberías

01

Identificar un estereotipo.

02

Conocer los problemas pero también los beneficios de los estereotipos.

03

Saber relajarse cuando se habla delante de un público.

UNIDAD 7
OBJETIVOS

Estereotipos & prejuicios: Reconocer el sesgo

- Un estereotipo se refiere a la creencia de que ciertos atributos, características y comportamientos son típicos de todos los miembros de un determinado grupo de personas.
- La gente suele categorizar los grupos sociales basándose en los rasgos visibles, que proporcionan la mayor diferenciación entre los grupos de personas (por ejemplo, el color de la piel, el sexo, la edad).
- Los estereotipos suelen construirse a partir de experiencias personales directas o, más comúnmente, de las de otras personas.
- Los medios de comunicación tienen una gran influencia en la formación de estereotipos cuando tenemos pocas oportunidades de intercambio significativo con personas de fuera de nuestro grupo social.

Las ventajas de los estereotipos

- El cerebro humano tiene una tendencia natural a clasificar todo. Nuestro cerebro es bombardeado continuamente con muchos estímulos.
- Por ello, necesitamos un método eficaz para dar sentido a toda esta información, para no sobrecargar nuestro cerebro.
- Clasificar a las personas nos ayuda a navegar por nuestro mundo social de forma más eficiente.
- La categorización social proporciona un sentido de orden y previsibilidad en el que podemos confiar para guiar nuestras interacciones con los demás.



El peligro de una única historia

- Los estereotipos, no son más que historias que se han contado una y otra vez en el tiempo.
- Utilizando las palabras de la escritora Chimamanda Ngozi Adichie, y su charla TED sobre el peligro de las mentiras de una única historia: *“mostrar a la gente como una cosa, como una sola cosa, [...] y eso es en lo que se convierte”*.
- El peligro de los estereotipos no es que sean verdaderos o falsos, positivos o negativos, sino que son incompletos.
- Son, en el mejor de los casos, fragmentos de una realidad percibida; pero una sola historia puede convertirse pronto en la única.
- El problema es que las historias únicas contadas por estereotipos pueden, abrir las puertas a formas de discriminación, defraudación e incluso deshumanización.



Aquí puedes ver el vídeo

Problemas de los estereotipos

▷ Construido socialmente

Algunos estereotipos son generalizaciones informadas sobre un grupo de personas. Muchos estereotipos no son válidos cuando se basan en la raza, la religión o el género. Los estereotipos pueden ser problemáticos y contraproducentes cuando se trabaja con personas diversas.

▷ Arbitrario

Los estereotipos son formas arbitrarias de clasificar a las personas.

Los estereotipos pueden no representar con exactitud las características de un miembro concreto de ese grupo.

▷ Sesgado

Las investigaciones demuestran que creemos que los individuos de un mismo grupo social son más parecidos de lo que realmente son.

También tendemos a exagerar las diferencias entre grupos sociales.

Los investigadores también informan de un sesgo en nuestras categorizaciones de los grupos externos y los grupos internos. Los grupos externos son grupos sociales a los que no nos consideramos pertenecientes. Los grupos internos son los grupos sociales con los que más nos identificamos. Percibimos que los miembros de los grupos externos comparten características similares, pero pensamos que los miembros de los grupos internos tienen características y atributos únicos.

Diferencias en la tendencia a estereotipar

- Los investigadores han demostrado que los individuos con una mayor necesidad de control son más probables a utilizar estereotipos.
- Además, cuando disponemos de recursos mentales limitados para dar sentido a nuestro entorno social, confiamos más en los estereotipos para juzgar y guiar nuestro comportamiento.
- La dependencia de los estereotipos es más pronunciada cuando nos distraemos con otra tarea mentalmente exigente, o cuando estamos bajo estrés emocional o fisiológico.



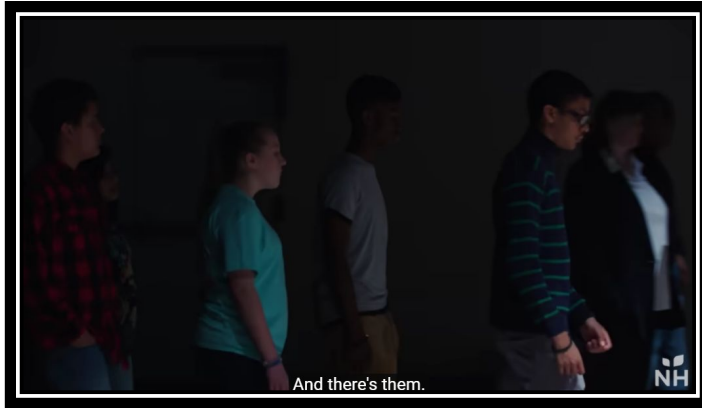
¿Qué hacer entonces cuando surgen los estereotipos y los prejuicios?

- Enfrentarse a los estereotipos y a los prejuicios y reaccionar ante ellos no es una tarea fácil, ya que requiere reflexión, autocrítica y adaptación antes de actuar en la práctica.
- Es difícil admitir que utilizamos estereotipos y prejuicios en nuestra vida cotidiana, de forma consciente o no.
- Este proceso de autorreflexión debería conllevar una serie de preguntas introspectivas, como, por ejemplo: *¿Cuándo utilizo los estereotipos? ¿A qué grupos aplico los estereotipos? ¿En qué contextos? ¿Con quién? ¿Soy objetivo o emocional al juzgar a los demás? ¿Qué mensaje intento transmitir al utilizarlos? Y más.*
- En segundo lugar, es fundamental poder identificar las formas explícitas e implícitas de estereotipos y prejuicios.
- Finalmente, el último paso es desafiarlos considerando empáticamente todas las historias de una persona o un lugar en particular.



Actividad: No ponga a la gente en cajas

- ▶ Mira este vídeo y después hazte las siguientes preguntas:



- ▶ ¿Has sentido alguna vez que alguien te ha puesto en una caja?
- ▶ ¿Qué ha pasado?
- ▶ ¿Te has sentido ofendido?

iGracias!

