

# 5 Consejos para prevenir y reducir el sesgo de género

Documento traducido por #AprendoEnCasa en el marco de colaboración entre la oficina regional del David Rockefeller Center for Latin American Studies y la Fundación Reimagina.

*Todos llevamos prejuicios basados en el género; a lo largo de nuestras vidas recibimos mensajes diarios sobre lo que se espera de los diferentes géneros. Estos prejuicios se enraízan y a menudo es imposible deshacerse completamente de ellos. Sin embargo, si podemos ser más conscientes de nuestros prejuicios, tenemos una mejor oportunidad de contrarrestarlos.*

*Utilice estos consejos y sugerencias para entender y abordar este sesgo junto con sus hijos.*

## 1. REVISE SUS PROPIOS PREJUICIOS

### Por qué

Todos llevamos prejuicios basados en el género; a lo largo de nuestras vidas recibimos mensajes diarios sobre lo que se espera de hombres y mujeres. Estos prejuicios se enraízan y a menudo es imposible deshacerse completamente de ellos. Sin embargo, si podemos ser más conscientes de nuestros prejuicios, tenemos una mejor oportunidad de contrarrestarlos.

## Cómo

Analice en profundidad cómo los prejuicios pueden estar afectando sus actitudes o acciones. Tenga en cuenta que las relaciones, el lenguaje y los comportamientos que le son naturales pueden dejar en evidencia su prejuicio. Piense en las conclusiones a las que usted llega sobre cómo los niños o niñas deben vestirse, actuar, pensar y sentir.

## Pruebe lo siguiente:

- **Practique luchar contra los estereotipos.** Exponer nuestros cerebros a imágenes que contradicen los estereotipos pueden efectivamente disminuir nuestros prejuicios implícitos e inconscientes. Busque imágenes que no se ajusten a los estereotipos de género tradicionales –mujeres que realizan trabajos en la construcción u hombres en puestos de cuidadores– y colóquelas en lugares que vea a menudo en casa o en el trabajo, por ejemplo, guárdelas en el teléfono o utilícelas como protector de pantalla.
- **Cuide sus palabras.** Nuestro lenguaje deja en evidencia nuestras expectativas basadas en el género. Por ejemplo, cuando comentamos lo lindas que se ven las muchachas o lo fuerte que son los muchachos, estamos exteriorizando mensajes sobre nuestras expectativas para los/las jóvenes, basadas en su género. Tenga cuidado con hacer declaraciones que comiencen con aseveraciones como “todas las niñas” o “todos los niños”.
- **Haga un seguimiento con un amigo o familiar.** Necesitamos de retroalimentación, ya que todos estamos algo ciegos respecto de nuestros prejuicios. Hable con amigos cercanos y miembros de su familia sobre sus propios prejuicios de género y pregúnteles si usted está expresando prejuicios de este tipo de los que usted pueda no estar consciente. Pida a los niños que le hagan rendir cuenta, para que usted pueda contar con retroalimentación en caso de estar modelando estereotipos o expresando prejuicios. Modelar esta apertura y estar dispuesto a admitir prejuicios envía un mensaje poderoso a los niños sobre la naturaleza de los prejuicios y cómo se contrarrestan. Puede ser, por supuesto, muy difícil recibir este tipo de retroalimentación de parte de nuestros hijos u otros seres queridos, pero es una parte clave de ejercer una paternidad responsable y moral.

## 2. COMPROMETA A SUS HIJOS E HIJAS A HACER DE SU HOGAR UNA ZONA LIBRE DE PREJUICIOS

### Por qué

Desde una edad muy temprana, los chicos notan diferencias entre las niñas y los niños, las cuales pueden desencadenar en una comprensión estrecha del concepto de género. Los padres y cuidadores pueden dar forma a un entendimiento más saludable sobre el género, cultivando prácticas familiares que amplíen el sentido que los niños tienen sobre los roles de género y alertarlos sobre los prejuicios.

### Cómo

Desarrolle rutinas y hábitos en su familia, con el aporte de sus hijos, que ayuden a contrarrestar y prevenir prejuicios y estereotipos. Cree relaciones fuertes y confiables con sus hijos para que sea más fácil para ellos hacerle preguntas incómodas relacionadas con el género. Cuando los niños hagan preguntas sobre diferencias, hágales saber que usted agradece la pregunta, y conteste con un lenguaje sincero y honesto.

### Pruebe lo siguiente:

- **Combine.** Establezca proactivamente las conversaciones con sus hijos sobre cómo se dividen las responsabilidades en su familia. Hable sobre lo que es justo y equilibrado, en lugar de hacer suposiciones sobre quién hace qué basado en el género. Cree un circuito de tareas para que todos tengan la oportunidad de participar en todos los tipos de deberes. Esté dispuesto a modelar un comportamiento que no se ajuste a los estereotipos de género y muestre a los niños que usted puede salir de su propia zona de confort.
- **Háganse rendir cuenta mutuamente.** Pregúnteles periódicamente a los niños si piensan que sus prácticas familiares están de cualquier manera sesgadas por el género. ¿Existen expectativas diferentes para mujeres y hombres dentro de la familia? Si es así, ¿por qué? Cuando los niños identifiquen prejuicios o inequidades en casa, discutan posibles soluciones en conjunto con ellos.
- **Cuente su historia.** Comparta con sus hijos ejemplos de momentos en los que ha experimentado prejuicios debido a su género. Hable con ellos acerca de las veces que ha

sentido que le han tratado injustamente o de las veces que ha tomado una posición contraria a los prejuicios e injusticias de género.

Compartir sus historias abre la puerta para que ellos compartan las suyas.

- **Ampliar sus horizontes.** Proporcione a sus hijos libros, juegos, programas de televisión, películas, arte, etc. que muestren a personas de diversos orígenes raciales y culturales demostrando roles de género no tradicionales; imágenes que es posible que no vean en los medios de comunicación. Exponga tanto a niños como a niñas a una variedad de actividades. No sólo supongamos, por ejemplo, que a los niños les gustarán los deportes y a las niñas les gustará el ballet. Pida a las niñas que se imaginen como senadoras, directoras de equipos deportivos y líderes empresariales y pida a los niños que se imaginen como directores de cuidado infantil y coreógrafos de baile. Facilite la interacción de los niños con grupos de género mixtos y el desarrollo de amistades entre géneros.

### 3. AYUDE A LOS NIÑOS A DESECHAR ESTEREOTIPOS

#### Por qué

Los niños a menudo no son conscientes de los prejuicios y estereotipos de género que enfrentan cada día; prejuicios y estereotipos que pueden moldear poderosamente sus puntos de vista sobre el género. Los niños necesitan aprender de los adultos presentes en sus vidas sobre cómo reconocer el prejuicio en sí mismos y en otros, cómo hablar constructivamente con otros acerca de los prejuicios y cómo evitar ser influenciados por estereotipos.

#### Cómo

Esté alerta y preparado para explicar a los niños por qué los prejuicios son dañinos, de maneras que puedan entender y apreciarlo, aportando a los niños estrategias para responder a los prejuicios y estereotipos de una manera apropiada para su etapa de desarrollo.

#### Pruebe lo siguiente:

- **Pregúntele a los niños lo que piensan.** Los niños son excelentes para identificar imágenes injustas, de sí mismos y de otros, ya sea en la escuela, en el vecindario o en los medios de comunicación.

Cree una lista de estereotipos de género que ambos reconozcan o hayan escuchado. Identifíquelos cuando esté viendo la televisión, escuchando una canción o comprando ropa juntos.

Hable con ellos acerca de cómo estos estereotipos los hacen sentir. Si ve un prejuicio o estereotipo que sus hijos no ven, señáleselos. Establezca claramente la conexión: “El anuncio muestra que las niñas se preocupan más de su aspecto que de la escuela. Eso no parece justo”.

- **Ayude a los niños a dar la primera respuesta.** Discuta junto con los niños las estrategias para responder a los estereotipos que enfrentan en sus interacciones diarias. Hablen juntos sobre las palabras que pueden usar para hablar y cómo esas palabras pueden ser diferentes cuando hablan con un amigo, un extraño o un maestro, por ejemplo. Practique diferentes respuestas y realice juegos de rol que ayuden a los niños a encontrar las palabras correctas. Ayude a los niños a identificar quiénes podrían ser sus aliados cuando necesiten más ayuda para abordar una interacción difícil.
- **Cuestione su jerga.** Cuando escuche a los niños usar términos para describir a niños o niñas que reflejan prejuicios, pídeles que consideren lo que significan las palabras y qué mensajes podrían enviar tales palabras.



## 4. NO DEJE QUE LOS “CHICOS SEAN CHICOS”

### Por qué

Frecuentemente los estereotipos y comentarios degradantes de los niños sobre las niñas no son controlados. A menudo, tanto los adultos como los compañeros de los chicos no saben cómo intervenir cuando los niños hacen comentarios degradantes sobre las niñas y suelen temer ser ignorados o ridiculizados. Sin embargo, excusar estos comportamientos diciendo que los “chicos son chicos”, envía el mensaje de que esos comportamientos son aceptables.

### Cómo

Tome tiempo para ponderar cómo intervenir cuando los niños están degradando a las niñas e interceda inmediatamente si usted observa o escucha estos comportamientos.

### Pruebe lo siguiente:

- **Hable sobre el verdadero honor y fortaleza.** Señálele a los niños la falsa bravuconería detrás de degradar a las niñas y el verdadero valor y fortaleza de desafiar a compañeros cuando denigren a las niñas en general o dividan a las niñas en “niñas buenas” y “niñas malas”. Comente las palabras denigrantes que se usan comúnmente para describir a las niñas y por qué son ofensivas, incluso cuando se usan “en broma” o sarcásticamente. Discuta estrategias con los niños para hablar con sus pares sobre esta denigración, de manera de evitar que sean ridiculizados o rechazados.
- **Permita que los niños se expresen con sinceridad.** Anímelos a hablar sobre vulnerabilidades y preocupaciones, y valore abiertamente cuando lo hagan. Incentive y reconozca sus expresiones de empatía y cuidado, especialmente respecto de las niñas y otras personas que sean diferentes.
- **Enseñe a los niños a valorar y a defender a las niñas y las mujeres.** Ayude a los niños a entender su responsabilidad en la lucha contra los prejuicios y estereotipos de género. Refuerce la noción de que ser un aliado de las niñas y las mujeres significa no sólo evitar degradarlas, sino que también intervenir cuando los demás lo hagan. Demuéstreles que apoya y aprecia a las mujeres en su vida.

## 5. DESARROLLE LAS HABILIDADES DE LIDERAZGO Y DE AUTOESTIMA DE LAS NIÑAS

### Por qué

Demasiadas niñas deben lidiar, específicamente, con prejuicios sobre su capacidad de liderazgo.

Tal vez la mejor manera de que las niñas contrarresten sus imágenes negativas sobre su propia capacidad de liderazgo y la de otras niñas, es que se perciban como líderes eficaces.

### Cómo

Exponga a las niñas a varios ejemplos atractivos de liderazgo y ayúdeles a desarrollar las habilidades y la confianza que necesitan para convertirse en líderes en una amplia variedad de campos. Muy frecuentemente, las niñas evitan posiciones de liderazgo porque no se sienten seguras respecto de habilidades tales como hablar en público o porque temen que sus compañeros las rechazarán. Muchas niñas temen parecer mandonas.

### Intente lo siguiente:

- **Vincule a las niñas con oportunidades de liderazgo que sean significativas para ellas.** Discuta con las niñas sobre variados tipos de liderazgo y explore con ellas cómo sus intereses y pasiones se alinean con dichos tipos. Muéstrelas imágenes de niñas y mujeres en una serie de cargos de liderazgo, como el de científico principal en la reciente misión a Plutón.
- **Ayude a las niñas a desarrollar habilidades de liderazgo específicas.** Brinde a las niñas oportunidades de practicar hablar en público, participar en los procesos de toma de decisiones, trabajar en equipo y dar y recibir retroalimentación. Invítelas a practicar estas habilidades en las decisiones que su familia tome, por ejemplo, o anímelas a tomar medidas para enfrentar los problemas que les preocupen en sus escuelas y comunidades.
- **Hable con las niñas acerca de sus temores.** Entable conversaciones con las niñas sobre las cosas que ellas sienten que les impiden tomar mayor liderazgo. Explíqueles que está bien sentirse nerviosas o preocupadas acerca de cómo serán percibidas o las reacciones que pueden tener cuando ejerzan roles de liderazgo. Explore con las niñas varias estrategias para lidiar con la desaprobación y la crítica. Discuta con las niñas cómo podrían involucrar a sus compañeros, para que éstos sean sus partidarios y aliados cuando se enfrenten a situaciones de desaprobación.

- **Incentive a las niñas a ejercer liderazgo, en colaboración con diversos grupos de niñas.**

La colaboración y el trabajo en equipo son habilidades esenciales para el liderazgo en el lugar de trabajo en la actualidad, ayudando a desarrollar conciencia social y habilidades para resolver problemas, poner cosas en perspectiva, además de otras habilidades clave. Trabajar en grupos racial y económicamente diversos puede enriquecer la comprensión de las niñas sobre las distintas culturas, exponerlas a una amplia gama de estilos y habilidades de liderazgo y permitirles extraer diversos tipos de sabiduría cultural en materia de liderazgo.

---

## RESUMEN

**Para:** Padres y Cuidadores

**Edades:** Escuela intermedia y secundaria

**Tipo:** Consejos

---



Laboratorio de  
**aprendizajes**

**#AprendoEnCasa**  
[www.aprendoencasa.org](http://www.aprendoencasa.org)

Organizan:



HARVARD UNIVERSITY  
**DAVID ROCKEFELLER CENTER  
FOR LATIN AMERICAN STUDIES**  
CHILE REGIONAL OFFICE

Colabora:

**BHP** | **Foundation**