

Guía de ayuda para la elección profesional no sexista



Quiero
ser jueza...

...¡y yo
enfermero!

DIVERSIDAD
ACTIVA



FONDO
SOCIAL
EUROPEO

eQual



Edita: Agrupación de Desarrollo del Proyecto "Diversidad Activa". Iniciativa Equal

DIVERSIDAD
ACTIVA

eQual



Diseño y Maquetación: UNDERGRAF S.L.
Redacción: DELFO, Desarrollo Laboral y Formación, S.L.
Impreso en España - Printed in Spain

1. QUÉ ES LA DIVERSIFICACIÓN PROFESIONAL Y EN QUÉ TE INFLUYE

2. “EL, ELLA, YO”.Género y Sexo

3. ¿INFLUYE SER HOMBRE O MUJER A LA HORA DE ELEGIR UNA PROFESIÓN O PARA TRABAJAR?

4. ¿CÓMO PUEDO DECIDIR BIEN?

Conociéndome...espejito, espejito quién es más....
Huyendo de estereotipos y prejuicios
Alerta con los errores al decidir

5. DECIDIRÉ....DESPUÉS DE CONOCER”

6. ALGUNAS RECOMENDACIONES

7. DÓNDE ACUDIR



QUÉ ES LA DIVERSIFICACIÓN PROFESIONAL Y EN QUÉ TE INFLUYE

Esta guía intentará ayudarte a reflexionar para que puedas tomar una decisión madura y libre a la hora de elegir lo que quieres estudiar y en lo que quieres trabajar.

¿Te has planteado estudiar una profesión que tradicionalmente ha sido desempeñada por el otro sexo? ¿Qué crees que opinaría la gente que te rodea?

A veces nos dejamos influir por las opiniones de las demás personas, pero estudiar o trabajar en lo que nos gusta es mucho más gratificante y también nos permitirá poder desarrollarnos más como profesionales.

Cuando hablamos de tener en cuenta la “diversificación profesional” nos referimos a conocer todas las posibilidades que el mercado laboral ofrece, observar los cambios y las nuevas profesiones que están surgiendo y, finalmente, tomar una decisión sin dejarnos influir por el hecho de ser hombres o mujeres.

Esperamos que esta guía pueda servirte para tu presente y tu futuro. Podrás realizar ejercicios que te ayudarán a reflexionar y aclarar un poco tus ideas. Los consejos pueden ayudarte pero al final la decisión está en tus manos. Por cierto, tu colaboración y tus ganas de participar son imprescindibles, ya que esta guía ha sido escrita para ti.



“EL, ELLA, YO”. Género y sexo

Sexo y género son cuestiones que nos influyen a todas las personas y forman parte de nuestra vida cotidiana.

Cuando hablamos de **sexo** nos estamos refiriendo a todo lo que proviene de nuestra anatomía y que forma parte de nuestra naturaleza. Por ejemplo, los genitales son distintos en los hombres que en las mujeres.

Al hablar de **género** hacemos referencia a todos aquellos aspectos sociales y culturales generados también a través de nuestra educación y que nos influyen de manera consciente o inconscientemente dentro de nuestros comportamientos. No son parte de nuestra naturaleza sino que han sido formados a través de experiencias, opiniones, creencias e ideologías. Por ejemplo, cuando a un niño se le dice:

“**No llores porque esas cosas son de niñas**” y algunos comentarios similares, veréis que la sociedad está dando un papel al niño y otro distinto a la niña. En este caso, se percibe y se imagina que ellos expresan sus sentimientos de forma diferente a las niñas y que además los primeros tienen que ser “física y emocionalmente más fuertes” y las segundas “más débiles”. Sin embargo, llorar es una forma de expresar sentimientos. El ser humano necesita llorar, ya sea para expresar alegría cuando vemos una película por ejemplo o para mostrar nuestra pena cuando ha fallecido un familiar.

“Sólo los chicos pueden cambiar una bombilla” o “poner un enchufe”. Desde hace muchos años la educación de los chicos y de las chicas ha sido muy diferente. A cada uno se les preparaba para lo que se creía que debían ser las profesiones y tareas a las que dedicarse cuando fueran personas adultas. Por ese motivo, por ejemplo, el padre enseñaba a sus hijos a arreglar el coche, cambiar una bombilla, un enchufe, etc y la madre daba lecciones a su hija sobre cómo cambiar un pañal.

¿Esto quiere decir que los hombres y mujeres nacemos ya con más habilidad para una cosa que otra? No, simplemente hemos aprendido unas cosas y otras no; por ese motivo luego puede ser que tengamos más habilidad o destreza para realizar determinadas actividades.

Ejercicio

Busca otros ejemplos de mensajes de género que hayas recibido o hayas oído a tu alrededor:

Ejemplo “los niños no juegan con muñecas” ...



¿Te ha sido fácil encontrar estos mensajes?. Dedicar un tiempo a pensar si las afirmaciones que has escrito tienen alguna explicación o justificación más allá de lo puramente cultural.

Lee atentamente las siguientes historias e intenta identificar en cada caso quién es "A" y "B" ¿Un hombre o una mujer? ¿Por qué? ¿Podría ser a la inversa de lo que has decidido? ¿Por qué?

1. **"A"** se levanta todos los días a primera hora de la mañana. Despierta a sus hijos, les prepara el desayuno, hace las camas, les viste y les lleva al colegio. Posteriormente se va a desempeñar su trabajo como Auxiliar Administrativo en una gran multinacional, donde tiene una reducción de jornada para poder atender mejor a sus hijos. La pareja de **"A"**, **"B"** trabaja en la misma multinacional ocupando un puesto en gerencia, lo que implica viajar constantemente. Cuando **"A"** sale al mediodía, va a casa, prepara la comida y come, aprovecha para realizar alguna tarea doméstica como poner una lavadora, tender o planchar algo de ropa. Luego recoge a sus hijos de la escuela y les lleva a sus actividades extraescolares.
2. **"A"** está estudiando 4º de secundaria. Por las mañanas se levanta recoge su cama, desayuna y se va al instituto. Cuando vuelve su madre ha preparado la comida, come, duerme la siesta, estudia un poco y se va con amigos y amigas. Vuelve por la noche, cena y ve un rato la tele antes de acostarse.

3. "A" trabaja en el sector de la ingeniería y tiene un alto éxito profesional. Actualmente se encuentra trabajando en un proyecto que le impide pasar mucho tiempo en casa, pero la realidad es que esto no es una gran preocupación, puesto que su pareja se encarga del cuidado de las hijas y de las tareas domésticas.
4. Dos personas comparten piso en Madrid, ya que han venido para estudiar la carrera a esta ciudad. Habitualmente "A" tiene muchos enfrentamientos con "B", casi siempre por los mismos motivos, y es que "B" no colabora absolutamente en ninguna de las tareas domésticas, y no sólo eso sino que además el desorden es una de sus características principales.
"A" no puede soportarlo más, porque se encarga del cuidado de las zonas comunes y "B" aparte de no ayudar, no hace más que ensuciar. "A" ha decidido dejar de limpiar todo, pero la secuencia de hechos siempre es la misma. Al final cuando todo está demasiado sucio, lo limpia porque no puede vivir entre tanta suciedad.



Recuerda

A las personas se nos atribuyen creencias, actitudes, comportamientos, valores, normas sociales... por el hecho de ser mujeres o ser hombres y esto definirá gran parte de nuestra identidad.

Las ideas asociadas al género se han ido transformando con el paso del tiempo y en nuestras manos está ir cambiando todo aquello con lo que no estemos de acuerdo.



¿INFLUYE SER HOMBRE O MUJER A LA HORA DE ELEGIR UNA PROFESIÓN O PARA TRABAJAR?

Si pensáis en las distintas profesiones y las personas que realizan las mismas, veréis que en unas hay un mayor número de mujeres que las desarrollan que de hombres y a la inversa.

Por ejemplo: todavía existen más hombres que mujeres trabajando en la construcción, la ingeniería, tecnología y ciencia, mientras que más mujeres trabajan en profesiones relacionadas con la educación, la sanidad y el ámbito social.

Históricamente, las mujeres han estado relacionadas y vinculadas hacia tareas dentro del hogar, mientras que los hombres solían realizar un trabajo fuera del mismo.

No sólo a través de la historia, sino también en la actualidad existe el efecto denominado: **“división sexual del trabajo”**. Esta situación consiste en la separación de la realización de determinadas tareas y trabajos para cada uno de los géneros. Esta separación tiene su raíz en toda esa serie de imágenes y creencias que hemos visto en el apartado anterior .

Aunque te parezca increíble, y como anécdota te mostramos un modelo de contrato que se realizaba a las maestras a principios del siglo pasado.

Sector Enseñanza

DOCUMENTO HISTÓRICO

Contrato de Maestras en 1923

Este es un acuerdo entre la señorita..... maestra, y el Consejo de Educación de la Escuela..... por la cual la señorita..... de septiembre de 1923. El Consejo de Educación acuerda pagar a la señorita..... la cantidad de (\$75) mensuales.

La señorita..... acuerda:

- 1.- No casarse. Este contrato queda automáticamente anulado y sin efecto si la maestra se casa.
- 2.- No andar en compañía de hombres.
- 3.- Estar en su casa entre las 8:00 de la tarde y las 6:00 de la mañana, a menos que sea para atender función escolar.
- 4.- No pasearse por heladerías del centro de la ciudad.
- 5.- No abandonar la ciudad bajo ningún concepto sin permiso del presidente del Consejo de Delegados.
- 6.- No fumar cigarrillos. Este contrato quedará automáticamente anulado y sin efecto si se encontrara a la maestra fumando.
- 7.- No beber cerveza, vino ni whisky. Este contrato quedará automáticamente anulado y sin efecto si se encuentra a la maestra bebiendo cerveza, vino y whisky.
- 8.- No viajar en coche o automóvil con ningún hombre excepto su hermano o su padre.
- 9.- No vestir ropas de colores brillantes.
- 10.- No teñirse el pelo.
- 11.- Usar al menos dos enaguas.
- 12.- No usar vestidos que queden o más de cinco centímetros por encima de los tobillos.
- 13.- Mantener limpia el aula:
 - a) Barrer el suelo al menos una vez al día.
 - b) Fregar el suelo del aula al menos una vez por semana con agua caliente.
 - c) Limpiar la pizarra al menos una vez al día.
 - d) Encender el fuego a las 7:00, de modo que la habitación esté caliente a las 8:00 cuando lleguen los niños.
- 14.- No usar polvos faciales, no maquillarse ni pintarse los labios.



CSI - CSIF



Incluso, ya no sólo en el caso del mercado laboral, quizás en estos momentos te resulte muy lejano, sino que también en la realización de las elecciones de los distintos estudios y de las carreras universitarias se viene produciendo el proceso de separación que hemos mencionado anteriormente.

¿Sabías qué...

En el Hogar:

- ◆ Las mujeres dedican cuatro horas y cuarenta y cinco minutos a las tareas del hogar frente a las dos horas y ocho minutos que dedican los hombres a las tareas domésticas (1)

En la Formación:

- ◆ En los Ciclos formativos de Grado Medio, el porcentaje de hombres supera al de mujeres en 10 puntos, mientras que en el Grado Superior apenas hay diferencia ya que se requiere el Bachillerato y son más las mujeres que tienen estos estudios. Las diferencias por sexo y rama profesional son muy significativas. Las ramas con presencia mayoritariamente femenina son Textil, Confección, Piel, Sanidad, Química, Imagen Personal, Comercio y Marketing, tanto en Grado Medio como en Grado Superior.

(1) Encuesta de Población Activa del Instituto Nacional de Estadística (2005)

En el mercado laboral:

- ◆ Según el Instituto estadístico europeo (Eurostat) en el 2006 la brecha salarial, es decir, la diferencia entre sueldos de mujeres y de hombres en los mismos puestos laborales de la UE está en el 15%. Cuando un empleado cobra 100 en un puesto, su compañera igual en categoría sólo se gana 85.

Y para terminar con un buen dato: según la EPA (Encuesta de población activa del 2005) la tasa de actividad femenina continúa creciendo y en el último trimestre de dicho año se sitúa en el 46,4%.

Estamos hablando de estudios y de trabajos, pero vamos a dedicar un tiempo a pensar en las tareas y actividades diarias.

Ejercicio

Rodea con un círculo la respuesta que consideres más adecuada, contestando siempre a la siguiente cuestión ¿Quién crees que puede realizar las siguientes actividades y tareas?

1.-Cambiar una bombilla de una habitación de la casa	ÉL	ELLA	LOS DOS
2.-Lavar a una persona mayor enferma	ÉL	ELLA	LOS DOS
3.-Realizar la compra de alimentos para la casa	ÉL	ELLA	LOS DOS
4.-Cambiar el aceite del coche	ÉL	ELLA	LOS DOS
5.-Llevar una caja con la vajilla	ÉL	ELLA	LOS DOS
6.-Sacar al perro para dar un paseo	ÉL	ELLA	LOS DOS
7.-Ir a buscar a los niños-as al colegio	ÉL	ELLA	LOS DOS
8.-Comprar una caja de preservativos	ÉL	ELLA	LOS DOS
9.-Chatear en Internet	ÉL	ELLA	LOS DOS
10.-Buscar una dirección en un callejero	ÉL	ELLA	LOS DOS

Debate en grupo los resultados que hayas obtenido después de rellenar el cuadro anterior. ¿Has visto algunas de las cuestiones que mencionábamos con anterioridad? ¿Crees que toda vía hay división sexual en el trabajo y en las tareas y actividades diarias?



LAS COSAS ESTÁN CAMBIANDO...

Gracias a la ayuda y el trabajo de hombres y mujeres las cosas están cambiando. Cada vez es más frecuente ver a mujeres trabajando como taxistas, conductoras de autobús, policías, entrenadoras deportivas e, incluso, en la construcción... Tampoco extraña tanto ya, ver a hombres acompañando a personas mayores por la calle o trabajando en actividades de animación infantil.

Por ejemplo: ¿Has oído hablar de profesiones que realicen las mujeres actualmente como estibadora, minera, percebeira, bombera, técnica en riesgos medioambientales, piloto? En estas y en otras muchas profesiones la mujer está ya presente, aunque todavía minoritariamente.

Si te preguntas qué funciones realiza una estibadora, es aquella mujer que tiene como tarea el aparcamiento de los barcos y buques en instalaciones portuarias.

El trabajo de las mujeres mineras en Asturias es un ejemplo de cambios; no sólo se dedican a las labores de administración, sino que desempeñan funciones de extracción de minerales en cada una de las explotaciones mineras.

Busca ejemplos que conozcas donde mujeres y hombres realicen actividades que tradicionalmente han sido desempeñadas por el sexo opuesto

Mujeres trabajando como:

Hombres trabajando como:

Ejercicio

Lee con atención los siguientes ejemplos de personas que en su día tomaron una decisión sin dejarse influir por prejuicios ni estereotipos.



El caso de...:

Hola. Mi nombre es Ana, tengo 35 años y soy la conductora de un autobús escolar. Desde que era pequeña me gustaban mucho los coches, me llamaban la atención los anuncios en la tele y me gustaba fijarme en las marcas por la calle. Cuando me saqué el carné a los 20 años me di cuenta que me encantaba conducir. Me acuerdo que discutía mucho con mis amigos cuando oía eso de que “las mujeres no saben conducir”

Aprovechando una época que me quedé en paro, me apunté a un curso de “conductora de autobús” de la Comunidad de Madrid tras el cual me saqué el carné especial. La verdad es que, al principio, vi que había que estudiar un montón de cosas que estaban relacionadas con mecánica y que yo no tenía ni idea, pero un amigo me echó una mano y, poco a poco, le fui cogiendo el tranquillo. Ahora me encanta todo lo que tenga que ver con los motores.

Tuve que pasar varios exámenes prácticos y teóricos y muchos nervios. Sin embargo, después de todo el esfuerzo creo que ha merecido la pena y me gusta el trabajo. Se necesita que la persona esté atenta y tenga unos buenos reflejos.

Cuando dije en mi familia que había escogido como futuro este trabajo se sorprendieron; pero me apoyaron desde el primer momento. Un día leí un anuncio en un periódico y me presente a la entrevista. Tuve que realizar una ruta escolar y después de todo conseguí el trabajo.

Ahora llevo a un total de 50 niños y niñas de distintas edades en una ruta escolar. Llevo ya tres años. Me gusta mi trabajo y espero que pueda continuar haciéndolo durante mucho tiempo.

El caso de...

Hola soy Pedro. Soy el mayor de cuatro chicos y desde bien pequeño he tenido que ayudar a mi madre en casa y cuidar de mis hermanos. La verdad es que se me daba bien eso de cambiar pañales, dar biberones y entretener a mis hermanillos. La gente me decía eso de: “que buena mano tienes para los niños...”

Cuando empecé el Instituto no tenía claro qué estudiar. Quería que fuese algo que me hiciera disfrutar. En casa me aconsejaban sobre profesiones donde se gana bastante dinero o que tenían en ese momento muchas salidas profesionales; a mí esos trabajos no me gustaban.

No tengo claro en qué momento me decidí, creo que fue un día hablando con mi tutor del Instituto sobre mis gustos y preferencias. La verdad es que hasta entonces, aunque las niñas y niños me gustaban y se me daban bien, nunca había pensado que ése sería mi futuro profesional. Creo, que en el fondo, me daba miedo que la gente pensara cosas raras de mi...

Cuando acabé el Bachillerato estudié el Ciclo de Grado Superior de “Educador/a Infantil” y, hoy en día, trabajo en una Escuela Infantil en la clase de un año. La verdad es que soy el único “profe” chico y, al principio se extrañaban las madres y los padres, pero ahora ya todo el mundo se ha acostumbrado.

Yo sólo puedo decir que nunca me he arrepentido de haber estudiado y trabajar en lo que siempre me ha gustado.



En definitiva piensa que el trabajo es una actividad que efectuamos a lo largo de nuestra vida y, por supuesto, es importante que ésta nos guste y nos motive. A la hora de tomar decisiones laborales y, como paso previo al elegir los estudios, tendríamos que tener como única influencia nuestras preferencias, olvidándonos de todas aquellas presiones para ejercer trabajos “propios” de hombres o mujeres.

Recuerda

No hay trabajos para hombres o para mujeres. El desarrollo del trabajo depende de las capacidades, habilidades, actitudes y motivaciones de cada persona.

¿CÓMO PUEDO DECIDIR BIEN?

Cuando hablamos de la toma de decisiones, nos estamos refiriendo a la realización de la elección de una opción entre varias posibilidades.

Todas las personas vamos realizando elecciones a lo largo de nuestra vida, algunas son más relevantes que otras. Desde elegir qué ropa me voy a poner hoy hasta decidir qué estudiar pensando ya en mi futuro profesional.

Cuando elegimos siempre hay estrategias o conocimientos que nos pueden ayudar a tomar esa decisión. Si conoces todas las posibilidades podrás tomar tu decisión desde el saber, con la seguridad de haber elegido bien.

Pero además de conocer todas las opciones es igual de importante conocer las propias posibilidades. Una buena toma de decisiones siempre partirá del autoconocimiento, de la valoración de los propios puntos fuertes y débiles.

Por tanto, cuando conoces tus posibilidades y tus gustos tienes más probabilidades de realizar una adecuada toma de decisiones. Luego, sólo queda huir de los prejuicios y estereotipos y tener cuidado con algunas formas de pensamiento distorsionadas que, a veces nos juegan malas pasadas.



Conociéndome: espejito, espejito quién es más....

¿En qué se parecen Madonna, Pau Gasol, Madame Curie, Pedro Duque, Agatha Christie y Gandhi...?

Todas estas personas han destacado en aquello que mejor sabían hacer. Cada persona de la lista anterior es tremendamente inteligente. Han destacado por un tipo de inteligencia diferente (musical, cinético-corporal, lógico-matemática, interpersonal...etc).

La elección de unos estudios y luego de una profesión exige un ejercicio íntimo y personal de observación de uno mismo o de una misma. ¿Qué se te da bien? ¿Qué te gusta?

¡Quién sabe! A lo mejor tú eres esa persona que descubrirá la vacuna contra el SIDA, o que revolucionará el mundo de la música o eres la próxima medalla de oro de las olimpiadas 2.016 o quien comercialice esa energía alternativa al petróleo que tanta falta nos hace, o quien consiga reconstruir la capa de Ozono, o quien encuentre la solución a la pobreza de África, quien elimine las guerras, quien evite los incendios... como ves... ¡Hay tantas cosas por hacer!. Tú o alguien de tu edad dedicará su vida a cualquiera de estas opciones. Todas son importantes. Insistimos: ¿Qué se te da bien? ¿Qué te gusta?

GUÍA DE AUTOAPLICACIÓN DE DIVERSIFICACIÓN PROFESIONAL

Destaco...	Me gusta...	Opciones...
Lectura, escritura, narración de historias, memorización de fechas. (Inteligencia lingüística)	Leer, escribir, contar cuentos, hablar, memorizar, hacer puzzles	Periodismo, narrativa, poesía, historia, derecho, biblioteconomía...
Matemáticas, razonamiento, lógica, resolución de problemas, pautas. (Inteligencia Lógico-matemática)	Resolver problemas, cuestionar, trabajar con números, experimentar	Informática, análisis de sistemas, ingenierías, ...
Lectura de mapas, gráficos, dibujando, laberintos, puzzles, imaginando cosas, visualizando. (Inteligencia visoespacial)	Diseñar, dibujar, construir, crear, soñar despierto, mirar dibujos	Aeronáutica, cartografía, fotografía, estética, arquitectura, diseño, cocina...
Atletismo, danza, arte dramático, trabajos manuales, utilización de herramientas. (Inteligencia cinético-corporal)	Moverse, tocar y hablar, lenguaje corporal	Baile, atletismo, artesanía, cirugía, electromecánica, trabajos de precisión...
Cantar, reconocer sonidos, recordar melodías, ritmos. (Inteligencia musical)	Cantar, tararear, tocar un instrumento, escuchar música.	Música, composición musical, críticas musicales...
Entendiendo a la gente, liderando, organizando, comunicando, resolviendo conflictos, vendiendo. (Inteligencia interpersonal)	Tener amigos, hablar con la gente, juntarse con gente.	Política, venta, trabajos en equipo, mediación, educación...
Entendiéndome a mí mismo, reconociendo mis puntos fuertes y mis debilidades, estableciendo objetivos. (Inteligencia intrapersonal)	Trabajar solo, reflexionar, seguir mis intereses	Filosofía, psicología, ...
Entendiendo la naturaleza, haciendo distinciones, identificando la flora y la fauna (Inteligencia natural)	Participar en la naturaleza, hacer distinciones.	Veterinaria, biología, jardinería, botánica, cuidado o crianza de animales...



Como has visto en la tabla anterior, hoy en día, hablamos de inteligencias múltiples. A todas las personas se nos dan mejor unas cosas que otras, y de la misma forma nos gustan más unas cosas que otras.

La persona que se conoce a sí misma tiene la capacidad de observarse por dentro y por fuera, lo que siente y lo que hace. Así irá descubriendo sus capacidades y limitaciones.

Ejercicio

Te proponemos que añadas una fila a la tabla “en primera persona”.

Yo destaco

- ◆ _____
- ◆ _____
- ◆ _____

A mi me gusta

- ◆ _____
- ◆ _____
- ◆ _____

Mis opciones profesionales son:

- ◆ _____
- ◆ _____
- ◆ _____



Recuerda

Conocerse permite optar y saber si las decisiones que se van a tomar son las adecuadas o no.

Huyendo de estereotipos y prejuicios.

A la hora de tomar una decisión es fundamental tener claro que ésta no esté basada en ideas estereotipadas o prejuicios.

Estereotipos :

Son ideas, creencias o pensamientos que un grupo humano hace sobre otras personas o grupos. La gente estereotipa cuando dicen que todas las personas de una nacionalidad, religión, etnia o género específico son "tacañas/os", "conservadoras/es", "criminales," o "débiles".

Los estereotipos se generan en la sociedad, en la escuela, en los medios de comunicación, en casa...y no corresponden con la realidad. Creamos una etiqueta y establecemos una generalización dando una imagen equivocada de la persona o del grupo.

A veces utilizamos los estereotipos para sentirnos superiores o inferiores a otras personas, y en otras ocasiones los utilizamos para disculpar nuestros propios defectos "¿qué puedo hacer yo, si todo el mundo es así?"

Los estereotipos se pueden cambiar, modificar, transformar y es importante no tenerlos en cuenta cuando realicemos nuestras decisiones dentro del ámbito personal o profesional.



Prejuicios:

El prejuicio consiste en la evaluación positiva o negativa de un grupo social y de las personas que lo componen. Es la parte emocional (lo que sentimos) y se producen cuando actuamos, cuando ya elaboramos un juicio de un grupo o de una persona; se forman después de la creación de estereotipos.

Discriminación:

Es la conducta que niega el tratamiento de igualdad entre personas o entre grupos. Al discriminar reconocemos y actuamos en función de ella.

Las personas discriminan cuando actúan según sus prejuicios o estereotipos. La separación o el rechazo dentro del ámbito laboral hacia un género u otro es un tipo de discriminación. Cuando vemos un anuncio de periódico dirigido exclusivamente a hombres o mujeres, se produce ese tipo de discriminación negativa. Se cierran las puertas hacia una persona sólo por el hecho de ser hombre o ser mujer, aunque la persona esté igualmente capacitada para el puesto de trabajo, en el caso de la discriminación de género.

Ejercicio

A continuación verás unos ejemplos sobre la relación entre estereotipo, prejuicio y discriminación. Léelos con atención y busca otros ejemplos de discriminación dentro del ámbito laboral.

1. Una mujer va a buscar trabajo a una obra de construcción.

ESTEREOTIPO	PREJUICIO	DISCRIMINACIÓN
¿Qué pienso?	¿Qué siento?	¿Qué hago?
No va a poder cargar con los sacos de cemento y va a entorpecer el trabajo: "las chicas no tienen fuerza"	Inseguridad Desconfianza	No contratarle

2. Un hombre acude a una entrevista para trabajar como "canguro".

ESTEREOTIPO	PREJUICIO	DISCRIMINACIÓN
¿Qué pienso?	¿Qué siento?	¿Qué hago?
No va a cuidar bien de mi hijo. No sabrá cambiarle el pañal: "a los chicos no se les dan bien los bebés"	Inseguridad Desconfianza	No contratarle



Recuerda

Para poder decidir es fundamental primero preguntarse cuáles son nuestras prioridades y qué significado tienen éstas, al margen de lo que piensen otras personas o de los estereotipos y prejuicios que puedan existir.



Alerta con los errores al decidir

No cabe duda de que tomar una decisión y además, saber que es acertada, es bastante difícil. Sin embargo, a veces la complicación es consecuencia más de nuestra forma de pensar, que realmente de la decisión en sí.

Nuestro pensamiento también condiciona la elección de una profesión o unos estudios determinados. El hecho de ver un vaso medio lleno o medio vacío depende de cómo lo estamos mirando (nuestro estado de ánimo, nuestra tendencia vitalista y positiva o catastrofista y negativa de vivir), más que de la realidad (el vaso, en cualquier caso, está a la mitad de su capacidad). Por eso es muy importante que analicemos nuestros pensamientos, sobre todo, si estos van a determinar la elección de nuestro futuro. Todas las personas cometemos errores en nuestros pensamientos. Hasta le han puesto nombre: *pensamientos distorsionados*: Estos son algunos ejemplos para que tomes nota:

- ◆ **Pensamientos dicotómicos:** *“En este mundo tan competitivo o se es el mejor o mejor no intentarlo”.*

La vida está llena de matices. Las decisiones no tienen que ser todo o nada, blanco o negro. Es bueno tener expectativas altas y perseguirlas. Sin embargo, no dejes de intentar algo que realmente te guste y se te da bien por miedo al fracaso.

- ◆ **Sobregeneralización:** *“He suspendido matemáticas y lengua. Está claro. No sirvo para nada.”*

Este tipo de error en el pensamiento es totalitario y deja poco margen a que las cosas cambien. Expresiones del tipo *“todo”* lo hago mal, *“nunca”* me comprenden, *“siempre”* pasa lo mismo, etc..., cierran la puerta a cualquier intento y no reflejan la realidad. Analiza: es imposible que *“no sirvas para nada”*. Todo el mundo sirve para algo. (Y esto no es una sobregeneralización. Es un hecho). Busca.

- ◆ **Los debería:** *“Debería ser médico. Es una tradición en mi familia: mi abuelo, mi madre, mi hermano lo son”* o *“Debería olvidarme de ser militar y buscar algo más femenino”*.

Cuánto daño nos han hecho y nos siguen haciendo los *“debería”*! Esta forma estanca y rígida de ver la vida impide que cada persona se comporte y decida como PERSONA. Estas normas marcan cómo deben ser las cosas y cómo debemos sentir, pensar y comportarnos, sin embargo, las personas son como son y no como se cree que deberían ser.

- ◆ **Visión catastrofista:** *“¿...y si después de estudiar tanto no encuentro trabajo? ¿Y si nadie me contrata? ¿Y si no lo consigo?”*.

Frena esta escalada de pensamientos negativos y aplícate el cuento de *“la peor gestión es la que no se hace”* o, en este caso, *“la peor decisión es la que no se toma”*: obsérvate, analiza las opciones, decide, esfuérzate y consíguelo.



“DECIDIRÉ...DESPUÉS DE CONOCER”

Ya sólo te queda un paso antes de tomar una decisión sobre tu futuro profesional: observar y conocer el mercado laboral.

Y antes de empezar tu tarea de búsqueda de información es recomendable que tengas en cuenta una serie de aspectos:

El mundo laboral no es algo estanco. Es una **realidad cambiante** en la que continuamente aparecen nuevos puestos y se transforman las tareas y procedimientos de trabajo de los ya existentes.

No olvides que, como hemos visto, **los trabajos no tienen género**. Hay que arriesgarse y atreverse a trabajar en aquello que nos guste, no haciendo caso de los estereotipos existentes.

Hoy en día existe una **alta movilidad laboral**, lo que implica que, la mayoría de las personas cambien varias veces de trabajo y de empresa a lo largo de su vida .

Por tanto, realizar unos estudios a una determinada edad o un trabajo concreto y pensar que esa es “ la decisión para toda a vida” es un error. El trabajo y la formación son actividades que cambian y se transforman con el paso del tiempo al igual que nuestros gustos y preferencias.

Ejercicio

Lee con atención la clasificación de familias profesionales que te proponemos a continuación y elige las dos que más concuerden con tus intereses. Posteriormente, selecciona dentro de esas familias dos posibles puestos de trabajo que te gustaría desempeñar en un futuro.

Interés por la familia profesional

1 _____

2 _____

Interés por los puestos de trabajo

1 _____

2 _____

◆ Profesiones que requieren habilidades técnicas y manuales

Interés por el trabajo manual, la actividad física, manejar objetos palpables, producir o reparar cosas, hacer algo práctico.

◆ Profesiones de artesanía creativa

Interés por la actividad creativa y original, con sentido de la estética y fantasía. Afán de crear algo “propio”, por dar forma a los objetos de manera artística y creativa.

◆ Profesiones técnicas y científicas

Interés por cuestiones técnicas y científicas, por el ¿cómo? y ¿por qué? de las cosas, por cálculos, investigaciones y mediciones exactas.



- ◆ **Profesiones en las que se preparan alimentos**
Interés por la preparación de alimentos, manutención y actividades organizativas correspondientes.
- ◆ **Profesiones relacionadas con la salud y el bienestar**
Interés por la sanidad, por el cuidado del cuerpo, por la instauración de hábitos de vida saludables.
- ◆ **Labores agropecuarias**
Interés por la naturaleza, por la atención de animales, plantas, flores, árboles. Preferencia por trabajo al aire libre y en la naturaleza.
- ◆ **Profesiones de comercio y negocio**
Interés por las labores de compraventa, por las relaciones comerciales, orientación hacia resultados visibles y concretos.
- ◆ **Profesiones en el sector administrativo**
Preferencia por sistematizar y ordenar datos, por actividades en el terreno de la administración financiera y contabilidad ejecutivas, ordenadas y sistemáticas; deseo de reunir y ordenar datos.
- ◆ **Trabajo literario y en humanidades**
Interés por las actividades de carácter teórico, intelectual, filosófico y reflexivo. También orientación lingüística e interés hacia actividades de redacción y traducción. Curiosidad por el ¿cómo? y ¿por qué? de las cosas; actitud imaginativa ante el sentido de la existencia humana.
- ◆ **Trabajo socioeducativo, pedagógico y asistencia social**
Interés por atender y ayudar a personas que lo necesitan así como por los procesos de enseñanza-aprendizaje.

¿? Sabías qué...

En la Unión Europea se habla de “Yacimientos de Empleo”. Es un término muy descriptivo que hace referencia a sectores laborales en los que se agrupan los empleos con más salidas en el mercado laboral.

<p>A. Servicios de la Vida Diaria</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Servicios a domicilio 2. Atención a la infancia 3. Nuevas tecnologías de información y de comunicación 4. Ayudas a jóvenes con dificultades de inserción 	<p>B. Servicios Para la Mejora de la Calidad de Vida</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Mejora de la vivienda 6. Seguridad 7. Transportes colectivos locales 8. Aprovechamiento de los espacios públicos urbanos 9. Comercios de proximidad
<p>Nuevos Yacimientos de Empleo de la Unión Europea</p>	
<p>C. Servicios Culturales y de Ocio</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Turismo 11. Sector audiovisual 12. Patrimonio cultural 13. Desarrollo cultural local 	<p>D. Servicios de Medio Ambiente</p> <ol style="list-style-type: none"> 14. Tratamiento de residuos 15. Gestión del agua 16. Protección y mantenimiento de las zonas naturales 17. Regulación y control de la contaminación e instalaciones correspondientes



ALGUNAS RECOMENDACIONES

Partir de una situación de igualdad reportará ventajas a los dos géneros y te influirá de forma positiva ayudándote a encontrar un mayor bienestar.

- ◆ Cree en tus posibilidades, preferencias y gustos. De esta manera conseguirás estar a gusto con tus decisiones y te permitirá desarrollarte en el ámbito personal y profesional.
- ◆ No te dejes llevar por las opiniones de otras personas, piensa por ti y aprende a conocerte.
- ◆ Recuerda que los trabajos no tienen género masculino o femenino, lo importante son las habilidades y conocimientos que tengas para desarrollarlos de forma eficaz.
- ◆ Mira a tu alrededor, observa, pregunta e indaga que alternativas se te ofrecen para estudiar y trabajar antes de tomar una decisión.
- ◆ Los cambios no tienen porque ser siempre muy grandes, sino que se van tejiendo poco a poco y a través de nuestras pequeñas aportaciones. **EN TUS MANOS ESTÁ.**

DÓNDE ACUDIR...

Internet es un recurso muy útil a la hora de buscar información sobre itinerarios formativos, becas, trabajos, etc

www.mtas.es/mujer Instituto de la Mujer. En esta página podrás encontrar información relativa a estadísticas relacionadas con temas de género, políticas de igualdad, legislación, programas del Instituto, medios de comunicación, publicaciones, centros de información y documentación...

www.mec.es En esta página encontrarás las distintas opciones de estudios y de formación dentro del territorio español. También podrás encontrar estudios relacionados con educación y con deportes, así como concursos de oposiciones y convocatorias de becas.

www.inem.es Esta página corresponde al Instituto Nacional de Empleo y en ella se reflejan convocatorias de cursos, listado de estudios y profesiones junto a las estadísticas relacionadas con el mercado laboral.

www.injuve.mtas.es En esta página dedicada al Instituto de la Juventud podrás observar estadísticas, estudios y recursos relacionados con la Juventud.



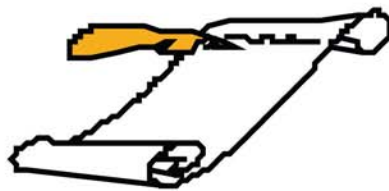
www.madrid.org En esta página hay información relacionada con el Ayuntamiento de Madrid y con enlaces a la Comunidad de Madrid. Hay una conexión con otra página dedicada a Juventud en la que podrás observar datos y recursos útiles junto con una guía de recursos para mujeres.
<http://www.madrid.org/inforjoven>

<http://www.plandeformacion.es> En esta página vinculada a la Junta de Andalucía podrás encontrar distintos datos relacionados con la Unión Europea y el Mercado laboral y sus distintas posibilidades.

<http://www.eryica.org> En esta página en la que podrás practicar tu inglés verás reflejada toda la información de la Agencia Europea de información y asesoramiento de Jóvenes.

<http://www.madrimasd.org/empleo/ServicioEstrategiaProfesional/default.asp>
Esta página de Internet te ayudará a conocer diversas orientaciones académicas y facilitará tus decisiones en el campo de la formación y el empleo.

NOTAS



DIVERSIDAD
ACTIVA



FONDO
SOCIAL
EUROPEO

eQual



COORDINADORA ESPAÑOLA PARA
EL LOBBY EUROPEO DE MUJERES



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS



Ayuntamiento de Alcorcón



CONCEJALÍA DE MUJER E IGUALDAD

AMECOOP
Asociación de Mujeres Empresarias
de Cooperativas



FUNDACIÓN CAROLINA

ataem
ASOCIACIÓN DE TRABAJADORAS
AUTÓNOMAS E EMPREENDEDORAS DE MUJERES



amesal
ASOCIACIÓN DE MUJERES EMPRESARIAS DE
ESPAÑA (ASOCIACIÓN DE LA COMISIÓN DE MUJERES)