



REFERENCIAL DO CURSO EASY

MÓDULO 3.

O MECANISMO DE “ABANDONAR” OS ESTEREÓTIPOS

Editora

Wanda Baranowska
Universidade de Lodz, Polónia

Autores

Wanda Baranowska, Małgorzata Kosiorek, Ewa Kos
Universidade de Lodz, Polónia

Graça Gonçalves, Marcia Silva, Guilherme Bastos
AidLearn, Consultoria em Recursos Humanos, Lda., Portugal

Mette Gabrielsen, Nerma Dedic Palomino Aedo, Charlotte Birkebæk Truelsen
HF&VUC FYN, Dinamarca

Teresa Papagiannopoulou, Lampros Vasileios
Olympic Training and Consulting, Grécia

Andreea Emina Panaitescu
AESD, Roménia



Revisores/as

Justyna Sztobryn- Bochomulska
Polónia

Sílvia Luís
Portugal

Spyros Zafeiropoulos
Grécia

Steen Henningsen
Dinamarca

Identidade visual

Wanda Baranowska, Universidade de Lodz
Debora Pena, Graça Gonçalves & Márcia Silva, AidLearn, Consultoria
em Recursos Humanos, Lda.

O Referencial do Curso EASY é gratuito para Download!

O **Referencial do Curso EASY** foi desenvolvido no âmbito do **Projeto EASY**, uma Parceria Estratégica Erasmus+ KA2 para a Educação de Adultos, e está licenciado sob Creative Commons. Licença Internacional Atribuição-Não Comercial-Compartilhamento pela mesma Licença 4.0.



Índice

3.1. CATEGORIZAÇÃO SOCIAL	4
3.2. ABANDONAR OS ESTEREÓTIPOS	5

Nota:

São utilizados muitos termos especializados nos módulos, pelo que, sempre que um termo é utilizado pela primeira vez, o aprendente encontrará a sua **definição** ou **sinónimo** adotado no projeto “EASY” sublinhado a cor.

3.1. CATEGORIZAÇÃO SOCIAL

Os estereótipos são crenças generalizadas sobre membros de determinados grupos que podem influenciar a forma como percebemos os outros e tomamos decisões em relação a eles. Baseiam-se frequentemente na **categorização**.

“categorização”

é um processo mental em que as pessoas agrupam objetos, pessoas, situações ou fenómenos com base nas suas semelhanças e diferenças

Quando as **pessoas categorizam**, criam uma espécie de modelo que nos ajuda a compreender o mundo, a **organizar a informação e a tomar decisões rápidas**. A categorização pode ser o resultado de uma forma simplista com que a mente organiza a informação. Quando as pessoas são categorizadas em determinados grupos, as

caraterísticas gerais são por vezes utilizadas para avaliar ou descrever o grupo como um todo, o que pode levar a simplificações e conclusões erradas sobre as pessoas que compõem a categoria (Hentschel 2019).

Os estereótipos são, portanto, crenças simplificadas, por vezes exageradas, que as pessoas têm sobre membros de determinados grupos sociais. São frequentemente criados através da categorização das pessoas com base nas **caraterísticas que atribuímos a um determinado grupo**. As **“três grandes” caraterísticas pelas quais se faz a categorização (agrupamento) das pessoas** com base na informação social são **o género, a raça e a idade**. Por conseguinte, na maioria das vezes, dividimos a sociedade em mulheres, homens (agora também, por exemplo, não binários) e idosos e jovens, mas evitamos dividir-nos abertamente em grupos raciais, dados os danos sociais comprovados do racismo.

Os mecanismos neurais subjacentes à categorização social não são totalmente compreendidos, mas a investigação sugere que os estereótipos e as atitudes podem moldar a forma como percebemos e processamos a informação social (Stolier, Freeman, 2016).

3.2. “ABANDONAR” OS ESTEREÓTIPOS

Todos nós somos suscetíveis a reações estereotipadas em relação aos outros, mas é importante estarmos conscientes delas e tentarmos ultrapassá-las. Inibir reações relacionadas com estereótipos é um pré-requisito para uma sociedade harmoniosa. No entanto, pouco se sabe sobre os pressupostos e a eficácia deste processo. Ainda assim, parece que a contenção do pensamento estereotipado e, com ele, da ação, pode ser um desafio menor do que é comumente reconhecido (Rodríguez-García 2016).

Quando se pensa em inibir as reações associadas à ação estereotipada, vale a pena recordar que, embora existam muitas razões pelas quais os estereótipos persistem (Fiske, 1998), há uma em particular que domina a teoria psicológica contemporânea. Reagir com base em estereótipos poupa às pessoas o trabalho de pensar profundamente sobre os outros. Com base em décadas de investigação, foi demonstrado que a utilização de estereótipos permite poupar (isto é, melhorar) aspetos fundamentais do funcionamento sociocognitivo das pessoas (Macrae, 2000). Ao conceber qualquer tipo de ação para combater o pensamento estereotipado, vale a pena ter isto em mente.

A análise da literatura indica que, até à data, a questão da inibição das reações relacionadas com os estereótipos continua a ser pouco explorada cientificamente e pouco compreendida. A maior parte da investigação académica realizada até à data parece ter-se centrado na tentativa de explicar como os pensamentos estereotipados podem ser suprimidos (Macrae, 1994; Monteith, Sherman e Devine, 1998). Menos proeminente na literatura é o trabalho que examina a supressão intencional de atos baseados em estereótipos (mas ver Bartholow, Dickter e Sestir, 2006) ou ações que alteram estereótipos (Diamond, 2013; Friedman e Miyake, 2004).

A investigação sobre como reduzir a ameaça dos estereótipos identifica uma série de métodos (Bartholow, Dickter e Sestir, 2006) - sendo o mais óbvio mudar o estereótipo. Em última análise, esta seria uma forma de enfraquecer completamente o problema de uma vez por todas. Infelizmente, mudar os estereótipos leva tempo. No entanto, existem técnicas que ajudam a mitigar os efeitos do pensamento estereotipado.

Por conseguinte, parece importante conhecer os mecanismos que podem ajudar a evitar as respostas estereotipadas. Estes mecanismos incluem

- 1) **Tomar consciência dos nossos próprios preconceitos:**
Compreender que toda a gente pode ter/tem certos preconceitos ajuda a controlar a sua influência no nosso pensamento e nas nossas ações.
- 2) **Abertura à experiência:**
A aquisição de conhecimentos e experiências de diferentes fontes pode ajudar a quebrar estereótipos. O contacto com pessoas de grupos diferentes pode dissipar estereótipos e mudar a nossa perspetiva sobre eles.
- 3) **Evitar a generalização:**
Compreender que cada pessoa é única e não deve ser julgada com base nos estereótipos do seu grupo.
- 4) **Trabalhar a empatia:**
Tentar compreender a perspetiva dos outros pode ajudar a evitar os estereótipos. A compaixão e a empatia podem reduzir a tendência para se agarrar a preconceitos e ao pensamento esquemático.
- 5) **Pensamento crítico:**
Fazer perguntas a si próprio e analisar os estereótipos pode ajudá-lo a compreender porque é que essas crenças existem e porque é que são falsas ou prejudiciais.
- 6) **Conversa e comunicação aberta:**
Partilhar pontos de vista e falar com pessoas de grupos diferentes pode ajudar a quebrar estereótipos e a construir uma melhor compreensão.

A “resposta” educativa aos mecanismos acima mencionados é trabalhar no sentido de consciencializar os aprendentes **de que toda a gente tem alguns preconceitos, os estereótipos fazem parte da cultura e do ambiente**, mas podem e devem ser trabalhados (Bian, 2017). O processo de mudança não pode dizer respeito apenas às crianças e aos jovens. Observando a estrutura etária da população europeia (cerca de 60 % são pessoas em idade ativa entre os 15 e os 64 anos), podemos assumir que **“abandonar” os estereótipos no pensamento e na ação deve ser uma atividade desta mesma faixa etária**, que é e será ao mesmo tempo a base, livre de estereótipos, da socialização das gerações subsequentes.

Como é que isto pode ser feito?

- **Educação através da experiência**

A organização de workshops, excursões ou reuniões com diferentes grupos sociais pode ajudar a quebrar estereótipos através do contacto direto e da aprendizagem.

- **Desenvolver a empatia**

É fundamental trabalhar no desenvolvimento de competências de empatia. Os exercícios que ajudam a compreender a perspetiva dos outros podem ser muito eficazes. Podem ser utilizados jogos de simulação ou cenários para ajudar os jovens e os adultos a ver determinadas situações de diferentes perspetivas.

- **Desenvolver o pensamento crítico**

Ensinar a analisar a informação com que nos deparamos. Por exemplo, durante a leitura de artigos ou ao ver as notícias, é útil fazer perguntas e considerar diferentes pontos de vista.

- **Conversas e debates**

Criar um espaço para uma discussão aberta sobre estereótipos e preconceitos pode ser muito valioso.

Permite às pessoas partilharem as suas experiências e ajudarem-se mutuamente a compreender a diversidade.

- **Promover a diversidade**

Destacar o valor da diversidade e promover uma atitude de abertura às diferenças pode ser fundamental. É útil organizar e apoiar eventos culturais e educativos em que diferentes grupos possam apresentar a sua cultura e tradições.

- **Incentivar a ação**

Incentivar atividades sociais ou de voluntariado onde se possa encontrar/trabalhar com diferentes grupos sociais pode ser uma excelente oportunidade para quebrar estereótipos através da ação e da cooperação.

- **Projetos de aprendizagem criativos**

Realizar tarefas ou projetos centrados na diversidade e na quebra de estereótipos como, por exemplo, entrevistas com pessoas de diferentes grupos sociais.

- **Exemplos de mudanças positivas**

Debater histórias de sucesso em que as pessoas quebraram estereótipos e mostraram como isso contribuiu para o seu desenvolvimento e compreensão dos outros.

Vale a pena recordar que a **formação para quebrar os estereótipos exige paciência e trabalho constante**. A chave é criar um ambiente, um ambiente de participação social que promova a abertura, a compreensão e o respeito pela diversidade. A criação de um ambiente que promova a abertura requer empenho e tempo, mas pode trazer enormes benefícios, como uma maior compreensão, cooperação e respeito entre pessoas com diferentes origens e de diferentes grupos sociais (Durante, 2017).

Os principais fatores que apoiam a criação de um ambiente que promove a abertura, a compreensão e o respeito pela diversidade são (Hentschel, 2019):

Informação e educação, desenvolvimento da consciencialização do público: Divulgação de informação sobre as diferenças culturais, sociais e étnicas. Explicar a importância do respeito pela diversidade e as consequências dos preconceitos e do pensamento estereotipado.

Criação de um espaço seguro: Criar um espaço na escola, no local de trabalho, na comunidade do bairro onde as pessoas se sintam seguras e dispostas a exprimir as suas opiniões e experiências.

Respeitar a diversidade: Promover a diversidade entre staff, aprendentes ou a comunidade. Valorizar a diversidade nas equipas e organizações, contribuindo assim para uma troca de experiências mais rica.

Comunicação aberta: Incentivar a comunicação aberta e sincera. Organizar reuniões, debates, workshops onde as pessoas possam partilhar as suas experiências e pensamentos sobre a diversidade.

Promover a colaboração: Criar oportunidades de colaboração entre diferentes grupos comunitários. Projetos ou eventos conjuntos podem promover a ligação e a compreensão.

Promover o respeito e a tolerância: Sublinhar a importância do respeito e da tolerância para com todos, independentemente das crenças ou da filiação num grupo.



Liderança baseada em valores: Os líderes, seja na escola, no local de trabalho ou na comunidade, devem dar o exemplo de abertura e respeito pela diversidade. Isto pode motivar os outros a terem atitudes semelhantes.

Ensino de soft skills: O ensino de soft skills, como a empatia, a abertura a outras perspetivas ou a resolução de conflitos. Estas competências são cruciais para criar um ambiente social aberto.

Monitorização e resposta: Monitorização regular do ambiente e das reações das pessoas à diversidade. Reações fortes e ações corretivas em caso de incidentes de intolerância, pensamento estereotipado (Charlesworth, 2021).

Resumo

A categorização e a estereotipia são mecanismos intimamente relacionados para agrupar, descrever e julgar as pessoas, que podem influenciar o aparecimento de preconceitos e discriminações que quebram a ordem social.

Embora ainda não conheçamos os mecanismos neurológicos para inibir as reações associadas à estereotipia, sabemos que é possível alterar essas reações, especialmente através da utilização de técnicas educativas desenvolvidas e testadas por investigadores e profissionais.

Trabalhar para quebrar os estereótipos é um processo que requer tempo, empenho e apoio contínuo. Uma combinação de diferentes métodos pode ser a chave para um ensino eficaz e para promover a abertura e o respeito pela diversidade.

Bibliografia citada

- Bian, L., Leslie, S.-J., Cimpian, A. (2017). Gender stereotypes about intellectual ability emerge early and influence children's interests. *Science*, 355 (6323), pp. 389-391. DOI: 10.1126/science.aah6524.
- Błuszkowski J. (2003), *Stereotypy narodowe w świadomości Polaków*, Elipsa, Warszawa, p. 57.
- Charlesworth, T. E. S., Yang, V., Mann, T. C., Kurdi, B., & Banaji, M. R. (2021). Gender Stereotypes in Natural Language: Word Embeddings Show Robust Consistency Across Child and Adult Language Corpora of More Than 65 Million Words. *Psychological Science*, 32(2), 218–240. <https://doi.org/10.1177/0956797620963619>.
- Durante F., Tablante C. B., Fiske S. T. (2017). Poor but warm, rich but cold (and competent): Social classes in the stereotype content model. *Journal of Social Issues*, 73(1), 138–157. <https://doi.org/10.1111/josi.12208>
- Fiske, S. T. (1998). Stereotyping, prejudice, and discrimination. In D.T. Gilbert, S.T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 357–411). New York: McGraw-Hill.
- Hentschel T, Heilman ME and Peus CV (2019) The Multiple Dimensions of Gender Stereotypes: A Current Look at Men's and Women's Characterizations of Others and Themselves. *Front. Psychol.* 10:11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00011>
- Kraus M. W., Park J. W., Tan J. J. (2017). Signs of social class: The experience of economic inequality in everyday life. *Perspectives on Psychological Science*, 12(3), 422–435. <https://doi.org/10.31234/osf.io/qy9ea>.
- Macrae, C. N., & Bodenhausen, G. V. (2000). Social cognition: Thinking categorically about others. *Annual Review of Psychology*, 51, 93–120.
- Monteith, M. J., Sherman, J. W., & Devine, P. G. (1998). Suppression as a stereotype control strategy. *Personality and Social Psychology Review*, 2, 63–82.
- Rodríguez-García, D., Solana-Solana, M., & Lubbers, M. J. (2016). Preference and prejudice: Does intermarriage erode negative ethno-racial attitudes between groups in Spain? *Ethnicities*, 16(4), 521–546. <https://doi.org/10.1177/1468796816638404>
- Schmalor, A., Cheung, B.Y., Heine, S.J. (2021), Exploring people's thoughts about the causes of ethnic stereotypes. *PLoS ONE* 16(1): e0245517. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245517>
- Stolier, R., M., Freeman, J. B. (2016), Chapter 7 - The Neuroscience of Social Vision, in: Editor(s): John R. Absher, Jasmin Cloutier, *Neuroimaging Personality, Social Cognition, and Character*, Academic Press, 2016, Pages 139-157, ISBN 9780128009352, <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800935-2.00007-5>