

FICHA TRABAJO ACTOS DE DOMINACIÓN

Las técnicas de dominación son parte de mis obsesiones desde hace cinco años. El día en que las conocí, de golpe muchas cosas que llevaban pasándome desde hacía tiempo empezaron a tener sentido. Desde entonces me he dedicado a intentar entenderlas, a entender los contextos en los cuales se expresan, a aprender a no ejercerlas y a intentar encontrar herramientas para defender a los profesionales.

Berit Ås, feminista crítica noruega, política y profesora de psicología social, introdujo las también llamadas técnicas de Hérsker en su manifiesto "Master Supression Techniques", donde describía cuáles son las pautas del comportamiento machista y las técnicas que se usan para menospreciar el papel de la mujer dentro de las tareas de grupo. Aunque estas técnicas se presentaron en el contexto del machismo, también se aplican en otras estructuras y en especialmente en momentos de crisis, cambio, miedos y pobreza emocional y financiera.

Ninguna de nosotros se salva de estar aplicándolas. Todos somos receptores y emisores porque nos hemos educado en un contexto social que se relaciona a través de ellas. Sea en persona o a través de video conferencias. Nuestra cultura se basa a menudo en la dominación, las aplicamos en muchas situaciones diarias, como por ejemplo en situaciones donde no queremos sentirnos culpables por algo que hemos hecho o bien tenemos miedo a dar una imagen negativa de nosotros mismos.

FICHA TRABAJO ACTOS DE DOMINACIÓN

A continuación encontrarás un esquema para reflexionar sobre tu equipo, sobre ti mismo para entrenar en observarlas con el fin de anularlas en los demás y en tu propio comportamiento.

¿Dónde veo estas técnicas?

Piensa en ti, en tu manager y en alguna persona de tu equipo y anota los comportamientos observables que has visto recientemente

1- Ridiculizar. ¿cuándo hay burlas en mi equipo? ¿Quién se burla de quién? ¿cómo la identifico con la comunicación no verbal?

2- Invisibilizar. ¿A quién se ignora en las reuniones? ¿a quién se debe prestar más atención?

3- Ocultación. ¿Cómo eres de transparente sobre el trabajo? ¿Qué información sensible se esconde? ¿Cómo podrías ser más transparente sobre las finanzas?

4- Culpar y avergonzar. ¿A quién se culpa “de todo”? ¿Cómo es tu papel en las reuniones de equipo cuando se avergüenza a alguien?

5- Doble castigo. ¿Cómo con tu lenguaje “encierras” a la gente?
