TRABAJAR CON OTROS

2
LECCIÓN

AGENDA

- SESIÓN 1
  - Actividad inicial
  - Lo que corresponde en el lugar de trabajo
  - Lo que no corresponde en el lugar de trabajo
- SESIÓN 2
  - Lo que no corresponde en el lugar de trabajo (continuación)
  - Práctica, práctica, práctica
  - Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes identificarán comportamientos positivos en el lugar de trabajo.

Los estudiantes identificarán conductas negativas en el lugar de trabajo y reconocerán que la crítica constructiva puede corregir esos comportamientos.

Los estudiantes practicarán sus habilidades para trabajar bien con sus compañeros de trabajo.

Materiales necesarios

- Sesión 1: Dos aros hula-hula (Parte I)
- Sesión 1: Diccionario (Parte I)

- Sesión 2: Diccionario (Parte I)
- Sesión 2: Una copia de la hoja de actividades "Juegos de roles en el lugar de trabajo" para cada estudiante (Parte II)

SESIÓN 1

Actividad inicial *(3 minutos)*

Pregúnteles: "Si tuvieran que construir un rascacielos, ¿cómo lo harían?". Permita que los estudiantes den respuestas.

Explique que una cosa es cierta: la construcción del Empire State Building y todos los demás rascacielos requieren trabajo en equipo. Diga que esta lección los ayudará a aprender las habilidades que necesitan para cooperar con sus compañeros de trabajo y mantener una actitud positiva en el trabajo.

Parte I Lo que corresponde en el lugar de trabajo *(35 minutos)*

Propósito: los estudiantes identifican la importancia de trabajar juntos, ofrecer y recibir elogios, y asumir responsabilidades en el lugar de trabajo.

1. Los estudiantes aprenden la importancia del trabajo en equipo.

Diga a los estudiantes que, en esta actividad, desarrollarán comportamientos positivos en el lugar de trabajo.

Divida la clase en dos grupos. Entregue a los estudiantes de ambos grupos las siguientes instrucciones:

- Como grupo, su objetivo es subir el aro de hula-hula a la altura de los ojos y luego bajarlo al piso.
- Solo pueden usar el dedo índice para subir y bajar el aro. Ningún otro dedo puede tocar el aro. El dedo índice debe mantenerse plano y no puede engancharse alrededor del aro.
- Pueden hablar mientras juegan. Pueden hacer lo que crean que les permitirá subir y bajar el aro rápidamente.
- Si sueltan el aro, deben comenzar de nuevo.
- El primer equipo en subir y bajar el aro gana.

Haga que los grupos formen dos círculos y mantengan sus manos al nivel de la cintura. Indique que extiendan el dedo índice. Coloque los hula-hula en sus dedos índices. Luego, diga a los grupos que tomen dos o tres minutos para planear cómo lograr el objetivo. Después de que los grupos hayan acordado cómo levantar y bajar el aro, indique que comiencen.

Detenga el juego cuando un equipo haya terminado. Pida al primer equipo que termine que explique cómo hicieron para ganar el juego. Permita que los estudiantes respondan. Guíe a los estudiantes para que comprendan que, aunque hayan tenido muchas estrategias diferentes, todos tuvieron que trabajar juntos y comunicarse de manera efectiva para lograr su objetivo.

Pida a los estudiantes que imaginen que su grupo es el equipo de cocina de un restaurante local. Es la hora del almuerzo, y el restaurante está repleto de personas con hambre que tienen que regresar cuanto antes a trabajar. El jefe está tenso y les grita que se den prisa. ¿Qué podrían hacer en esta situación para que las cosas funcionen sin problemas y de manera eficiente? Permita a los grupos dos o tres minutos para intercambiar ideas sobre los cursos de acción.

Pida a cada grupo que presente una solución. Escriba sus respuestas en la pizarra. Cuando los estudiantes hayan presentado sus ideas, aliéntelos a darse cuenta de que trabajar juntos en el trabajo hace que las cosas funcionen de manera mucho más fluida y efectiva, y mantiene relaciones positivas con los compañeros de trabajo.

Pregunte a los estudiantes si el trabajo en equipo tiene otro resultado. Pídales que reflexionen sobre cómo se sintieron mientras intentaban subir y bajar los aros de hula-hula. Ayúdelos a reflexionar para que reconozcan que se estaban divirtiendo y que trabajar juntos hace que las cosas, incluidos los trabajos, sean más agradables.

2. Los estudiantes reconocen la importancia de los elogios en el lugar de trabajo.

Pida a los estudiantes que imaginen que jugaron un juego increíble de baloncesto, que hicieron todo bien y anotaron muchos puntos, pero nadie los felicitó ni reconoció lo bien que jugaron. ¿Cómo se sentirían?

Señale a los estudiantes que no hacemos las cosas bien solo porque queremos que nos elogien. Las hacemos porque las personas que se respetan a sí mismas siempre dan lo mejor en todo lo que hacen. Sin embargo, es importante destacar que cuando hacemos algo bien, es estupendo que los demás lo noten. Los elogios pueden aumentar nuestro respeto por nosotros mismos. Guíe a los estudiantes para que comprendan que recibir un cumplido en el trabajo puede mostrarles a las personas que son respetadas y que el trabajo que están haciendo es muy apreciado.

3. Los estudiantes reconocen la importancia de la responsabilidad personal en el lugar de trabajo.

Diga a los estudiantes:

> Imaginen que su marca de ropa favorita acaba de hacer una nueva chaqueta que desean.Su mejor amigo ya la tiene. No tienen dinero para comprarla ahora mismo, así que le piden prestada la chaqueta a su amigo por la tarde y la noche. Prometen ser cuidadosos y devolverla al día siguiente. Cuando llegan a casa, están a punto de guardar la chaqueta enel armario cuando accidentalmente se les cae su refresco y ¡lo derraman sobre la chaqueta! Intentan limpiarla, pero es demasiado tarde. Se arruinó. No tienen suficiente dinero para comprar otra y reemplazarla. ¿Qué hacen?

Escriba sus respuestas en la pizarra.

Pida a los estudiantes que especulen sobre los resultados de cada acción que sugirieron. Los estudiantes deben entender que, si eligen mentir, su amigo puede descubrir la verdad y nunca volver a confiar en ellos. Las consecuencias de la honestidad son que el amigo se molestará, pero probablemente lo superará y los perdonará.

Pida a los estudiantes que consideren si se comportan de manera diferente con una persona en la que no confían. (*Las respuestas de los estudiantes podrían incluir que no le cuentan cosas a la persona, que no la tienen en cuenta y que no la respetan*).

Pida a los estudiantes que traduzcan esto al lugar de trabajo. Si sus compañeros de trabajo pensaran de esta manera sobre ellos, ¿cómo sería el trabajo? Guíe a los estudiantes para que comprendan que probablemente no sea un lugar cómodo para trabajar.

Es fundamental desarrollar confianza con las personas con las que trabajamos. En el trabajo, necesitamos credibilidad. Pida a un voluntario que busque la palabra "credibilidad". Credibilidad es confiabilidad. Explique que cuando los estudiantes tienen credibilidad, las personas los respetan y creen en lo que dicen. Pida a los estudiantes que sugieran formas de generar credibilidad o confiabilidad. Escriba las respuestas de los estudiantes en la pizarra. (*Los estudiantes podrían responder: comportarse de manera honesta y sincera, admitir cuando se ha cometido un error o se necesita ayuda, ser amigable*).

Parte II Lo que no corresponde en el lugar de trabajo *(10 minutos)*

Propósito: los estudiantes identifican conductas negativas en el lugar de trabajo y aprenden a generar credibilidad.

1. Los estudiantes predicen comportamientos que son perjudiciales en el lugar de trabajo.

Explique a los estudiantes que ahora examinarán algunos comportamientos que no son aceptables en el lugar de trabajo.

Pida a los estudiantes que prevean cuáles podrían ser algunos de estos comportamientos. Escriba sus respuestas en la pizarra. Guarde esta lista para usar en la sesión 2.

2. Los estudiantes reconocen que los malos modales y la negatividad en el lugar de trabajo son destructivas.

Pida a los estudiantes que definan la frase: "Cosecharás tu siembra". Guíe a los estudiantes para que comprendan que cuando elogian a otras personas y les demuestran respeto, recibirán respeto a cambio. Señale que también significa que, si los estudiantes son irrespetuosos, ese comportamiento se notará y se devolverá también.

Pregunte a los estudiantes cómo puede notarse la falta de respeto en el lugar de trabajo. (*Los estudiantes podrían responder: siendo groseros, demasiado críticos, diciendo chismes y teniendo una mala actitud*).

Para resumir, señale que una de las mejores formas de generar credibilidad es mostrar que somos responsables de nuestras acciones haciéndonos cargo, ya sea que tengan resultados positivos o negativos. A veces, esto significa admitir que cometimos un error, como admitir ante nuestro amigo que arruinamos la chaqueta. Al igual que en esa situación, las probabilidades siempre son mejores al decir la verdad.

SESIÓN 2

Parte I Lo que no corresponde en el lugar de trabajo (continuación) *(20 minutos)*

Propósito: los estudiantes identifican conductas negativas en el lugar de trabajo y aprenden que la crítica constructiva puede corregir esos comportamientos.

1. Los estudiantes revisan qué hacer y qué no hacer en el lugar de trabajo.

Antes de comenzar la clase, escriba las siguientes preguntas en la pizarra:

- ¿Cuántos años tienen?
- ¿Qué les gusta comer?
- ¿Qué hicieron el fin de semana pasado?

Repase brevemente la sesión anterior. Ayúdelos a reconocer la importancia del trabajo en equipo, los elogios, la responsabilidad y de evitar los malos modales y la negatividad.

2. Los estudiantes reconocen el peligro de los chismes en la oficina.

Explique a los estudiantes que hay otro comportamiento en el lugar de trabajo que puede ser destructivo: los chismes. Explique a los estudiantes que harán una dramatización para ver los problemas que pueden causar los chismes.

Divida la clase en grupos de cuatro. Pida un voluntario de cada grupo. Dé a cada voluntario las siguientes instrucciones: "Deben fingir que son invisibles. Pueden ver y oír todo lo que sucede, pero no pueden hacer ni decir nada al respecto".

Dé estas instrucciones a los otros estudiantes: "Su trabajo consiste en hablar sobre el voluntario. Van a analizar las tres preguntas de la pizarra. Si no saben las respuestas, pueden adivinarlas o inventarlas". Recuerde que deben mantener un comportamiento apropiado para la escuela.

Indique a los estudiantes que comiencen.

Después de que cada grupo haya respondido las preguntas sobre el voluntario, pregunte:

- ¿Cuántos de ustedes inventaron respuestas cuando no las sabían?
- Voluntarios, ¿las personas que hablaron sobre ustedes respondieron las preguntas de manera correcta? ¿Cómo se sintieron cuando la gente hablaba de ustedes?

Guíe a los estudiantes para que comprendan que contestar preguntas sobre otras personas puede ser riesgoso. Si dan respuestas incorrectas, es posible que estén difundiendo chismes.

Pida a la clase que defina "chismes". Guíe a los estudiantes para que comprendan que los chismes son rumores acerca de las personas sin su conocimiento que no son necesariamente ciertos o amables. Explique que el simple hecho de transmitir la información que ha escuchado, ya sea verdadera o falsa, es chismear.

Ayude a los estudiantes a reconocer que chismear es una falta de respeto. Pone a la otra persona en una posición indefensa porque no puede corregir la información. A menudo es difícil descifrar la historia real de los chismes, por lo que la información podría ser falsa.

Pida a los estudiantes que piensen en los problemas que pueden causar los chismes en el lugar de trabajo. (*Los estudiantes deberían responder: si alguien siente que no se puede confiar en nosotros, es posible que no nos comparta información importante; si el supervisor y las personas con las que trabajamos no creen que seamos confiables, no recibiremos más información ni oportunidades; los chismes son malos para la moral y la cultura de la oficina; los chismes pueden hacer que sea difícil mantener una actitud positiva*).

3. Los estudiantes revisan su lista de comportamientos deficientes en el lugar de trabajo.

Llame su atención hacia la lista de conductas negativas en la pizarra. Pida que analicen lo que aprendieron sobre malos modales, negatividad, crítica, falta de respeto y chismes.

Señale que el comportamiento positivo en el lugar de trabajo es similar al buen comportamiento en cualquier lugar: las palabras y acciones amables y respetuosas siempre son apropiadas.

4. Los estudiantes aprenden sobre la crítica constructiva.

Pida que describan cómo se sentirían si alguien los criticara constantemente. Guíelos para que reconozcan que ser criticado todo el tiempo puede dañar su autoestima. Explique que hay maneras de hacer una crítica constructiva que realmente ayude a las personas a mejorar en lugar de hacer que se sientan mal consigo mismos y con sus contribuciones.

Presente el siguiente escenario:

> Trabajan en una oficina y una de sus tareas es archivar una pila de documentos. Tienen prisa, entonces arman todos los archivos y colocan los documentos en las carpetas correctas, pero no lo hacen en orden alfabético. Su jefe los encuentra y siente que podrían haber hecho un trabajo más completo. ¿Cómo podría su jefe transmitirles esto?

Asigne 30 segundos para que escriban sus respuestas. Pida a voluntarios que compartan sus respuestas. Escriba las respuestas en la pizarra.

Pregunte: "¿Cuál es la diferencia entre un comentario como ‘¡Esto es terrible! ¿No sabes ordenar alfabéticamente?’ y ‘La próxima vez, ¿podrías ordenar los archivos alfabéticamente por favor?’". Tengan en cuenta que es más útil señalar un comportamiento específico y ofrecer una sugerencia para mejorar lo que quisieran corregir. Señale que esto se llama "crítica constructiva" u "opinión" (feedback).

Pregúnteles qué significa la palabra "constructivo". Si no lo saben, pida a un voluntario que lo busque en el diccionario. Los estudiantes deberían reconocer que "constructivo" significa útil y provechoso. Explique que la crítica constructiva ayuda a una persona a comprender los errores para mejorar la próxima vez.

Señale que la crítica constructiva ayuda a las personas a crecer y mejorar su desempeño en el trabajo. Si bien las personas generalmente no quieren escuchar ninguna crítica, los comentarios constructivos las ayudan a mejorar sin sentirse avergonzadas ni enojadas.

Parte II Práctica, práctica, práctica *(30 minutos)*

Propósito: los estudiantes practican sus habilidades para trabajar bien con sus compañeros de trabajo.

1. Los estudiantes trabajan en grupos para preparar escenarios sobre el lugar de trabajo.

Haga que los estudiantes formen grupos de tres o cuatro.

Explique que interpretarán algunos escenarios sobre cómo trabajar bien con sus compañeros de trabajo. Indíqueles que creen escenarios relevantes o adapten los que se encuentran en la hoja de actividades "Juegos de roles en el lugar de trabajo". Recuerde que deben considerar lo que han aprendido sobre las conductas positivas y negativas en el lugar de trabajo.

2. Los estudiantes presentan sus juegos de roles.

Asigne unos cinco minutos para ensayar sus juegos de roles: luego, pida a cada grupo que realice su juego de roles para la clase.

3. Los estudiantes analizan los juegos de roles.

Cuando hayan terminado la representación, analice los juegos de roles con la clase. Haga las siguientes preguntas:

- ¿Les resultó fácil o difícil manejar estas situaciones?
- ¿En qué pensaron cuando trataron de encontrar las soluciones adecuadas para estas situaciones?
- ¿Qué hicieron bien ustedes o los demás?
- ¿Qué podrían haber hecho mejor ustedes o los demás?

Resuma el ejercicio de roles afirmando que trabajar bien con los demás requiere mucha práctica y paciencia. Recuerde que mantener una buena actitud lo hace más fácil. La gente apreciará su enfoque positivo, y eso dará lugar a más oportunidades, promociones y buenas recomendaciones.

Conclusión *(2 minutos)*

Pida que enumeren comportamientos positivos que mejoren el lugar de trabajo. Obtenga los siguientes puntos clave que se enseñaron en esta lección:

- El trabajo en equipo en el trabajo es importante.
- Usen buenas habilidades de comunicación, incluidos elogios y críticas constructivas, mientras estén en el trabajo.
- Sean responsables de sus acciones. Asuman la responsabilidad tanto de lo malo como de lo bueno.
- Eviten los chismes en el lugar de trabajo.

Evaluación del estudiante

SESIÓN 1

1. Haz una lista de tres maneras en que pueda alentar el trabajo en equipo en el trabajo.
2. Define "credibilidad" y explica qué puedes hacer para obtenerla y mantenerla en el lugar de trabajo.

SESIÓN 2

1. Enumera tres posibles resultados de chismes en el lugar de trabajo.
2. ¿Cuál es la diferencia entre la crítica y la crítica constructiva?
3. Describe a una persona que trabaja correctamente con los demás en el trabajo.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Una cadena es tan fuerte como su eslabón más débil". -Proverbio

Explique a los estudiantes que el lugar de trabajo es similar a un equipo deportivo. Para que cualquier negocio sea un éxito, cada empleado debe dar todo de sí mismo. Discuta con los estudiantes cómo un empleado mediocre baja la moral y afecta la productividad.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Reproduzca algunas de las mejores grabaciones de jazz de Ella Fitzgerald improvisando con Duke Ellington.

Invite a los estudiantes a explicar la creación y la improvisación. Discuta la importancia de la creación en el lugar de trabajo.

Escribir en el diario

Haga que los estudiantes evalúen su día. ¿Qué significa tener un gran día para ellos? ¿Es el día en que reciben una llamada telefónica que han estado esperando, ganado un concurso, obtenido una A en un examen, ido a algún lugar especial o simplemente un día en que nada sale mal?

Haga que los estudiantes discutan qué sería un gran día de trabajo para ellos.

Usar tecnología

Reproduzca la Novena Sinfonía de Beethoven. Explique a los estudiantes que la música clásica implica disciplina y trabajo en equipo. Debata con los estudiantes cómo una orquesta tiene más de 100 músicos: cuerdas, instrumentos de viento, metales y percusión, tocando al unísono bajo la direcciónde un director de orquesta. La Novena Sinfonía también presenta un coro completo de bajos,barítonos, altos y sopranos. Todos deben leer música y cantar sus partes perfectamente.

Invite a los estudiantes a elegir sus partes favoritas de la Novena Sinfonía. Discuta cómo trabajar juntos para crear música es similar a trabajar juntos en el trabajo.

Tarea

Pida a los estudiantes que entrevisten a un miembro de la familia sobre los problemas que tuvo con sus compañeros de trabajo.

Haga que los estudiantes informen sobre cómo los miembros de su familia resolvieron los conflictos que tuvieron en el trabajo.

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que revisen *Ganar gracias al trabajo en equipo: Citas para inspirar el poder del trabajo en equipo* de Katherine Karvelas. Haga que los estudiantes compartan las citas que les parecieron más inspiradoras. Como clase, debata el efecto que las habilidades de trabajo en equipo sólidas pueden tener en la vida, el trabajo y la carrera profesional.

JUEGOS DE ROLES EN EL LUGAR DE TRABAJO

1. Tú y tu compañero de trabajo están almorzando. Otros dos compañeros se sientan con ustedes y comienzan a chismosear sobre otro compañero. Te alientan a que cuentes chismes con ellos. ¿Qué haces?

2. Estás abasteciendo las estanterías con una persona que es nueva en el trabajo. La persona nueva no sabe que las estanterías deben abastecerse alfabéticamente, por lo que lo hace según el tamaño. La persona está orgullosa del trabajo artístico que está haciendo. ¿Qué haces?

3. Tú y tus compañeros de trabajo del restaurante en el que trabajan dedicaron 45 minutos a limpiar la cocina. Tu jefe entra y pregunta enojado por qué la cocina es un desastre. Hay platos en el lavabo y las mesadas deben limpiarse. ¿Qué haces?

4. Tú y un compañero de trabajo se postulan para un ascenso. Ambos son buenos trabajadores, pero tu colega ha estado trabajando aproximadamente seis meses más que tú, por lo que recibe el ascenso. ¿Qué le dices a tu compañero de trabajo?

5. Ya terminaste todas las tareas de tu turno. Estás a punto de preguntarle a tu jefe si puedes irte unos minutos antes. Pero una compañera de trabajo te pide ayuda. Tu colega tiene seis tareas por realizar antes de que termine su turno y no está segura de poder terminar todo. ¿Qué haces?

6. Trabajas en una heladería cerca de tu casa. Una madre con cinco niños pequeños entra y hace un pedido muy complicado. Observas que un compañero de trabajo nuevo se encarga del pedido correctamente y con una sonrisa. ¿Qué haces?

© 2022 OVERCOMING OBSTACLES