

# Unidad 3: Nosotros y los demás

IES Número 1

Curso: 2024/2025

Materia: Formación y Orientación Personal y Profesional

Profesor: Carlos Gómez Barge

# Índice

1. El valor de un equipo
2. Negociación y mediación de conflictos
3. El liderazgo
4. La organización del trabajo en equipo
5. Nuestro yo digital en la red

# 1. El valor de un equipo

Estamos rodeados de **equipos**, rodeados de grupos de personas que trabajan eficientemente de manera conjunta, complementándose entre ellas y con propósito de alcanzar un objetivo común.

¿Qué equipos conocéis? ¿Quiénes intervienen? ¿Cuál es su objetivo?

# 1. El valor de un equipo

## 1.1. Formar un buen equipo

Formar un buen equipo puede ser complicado. Es necesario complementarse y ayudarse unos a otros para trabajar juntos en la misma dirección.

¿Problemas? Egos, ambiciones individuales...

# 1. El valor de un equipo

## 1.1. Formar un buen equipo

A la hora de conformar un equipo es importante acordar entre todos las siguientes cinco preguntas:

1. ¿Cuál es el objetivo del equipo?
2. ¿Cuánto tiempo durará el equipo?
3. ¿Cuál debe ser su tamaño y cómo se elegirán sus miembros?
4. ¿Qué función desempeñará cada miembro y qué se espera de él?
5. ¿Cómo se tomarán las decisiones?

Si se consigue una **respuesta común** para cada una de estas cinco preguntas, quiere decir que se ha conseguido formar un buen equipo.

# 1. El valor de un equipo

## 1.2. Cómo jugar bien en equipo

Una vez conformado un equipo es importante tener claro una serie de aspectos que aseguren el éxito del mismo.

- 1. Expresar tus propias ideas.** Emplea un lenguaje verbal y no verbal adecuado.
- 2. Media en los conflictos.** Procura facilitar el diálogo.
- 3. Escucha a los demás.** Empatiza con ellos.
- 4. Inspira confianza.** Tus compañeros confiarán en ti si cumples con las tareas encomendadas en tiempo y forma.
- 5. Respeta a los demás.** Si tu respetas, ellos te respetarán (llamarlos por su nombre, mantener el contacto visual, mostrar interés por lo que nos cuentan...)

## 2. Negociación y mediación de conflictos

La **negociación** es el proceso por el que dos o más personas tratan de superar de manera pacífica sus diferencias para llegar a un acuerdo.

## 2. Negociación y mediación de conflictos

### 2.1. El proceso de negociación

Negociar puede ser complicado porque exige ceder parte de nuestras pretensiones y de nuestra perspectiva sobre las cosas y que el otro haga lo propio para acercar posturas y alcanzar acuerdos.

Tres aspectos clave para conseguirlo:

**Aportar un punto de visto fresco y nuevo**, ya que en ocasiones es fácil obcecarse con algo. Son necesarias nuevas ideas.

**Empatía, comprender la perspectiva del “otro”** con el fin de saber por qué piensa diferente.

**Recordar qué está en juego**. Es importante recordar qué es lo que tenemos en común, esto es, qué ponemos en riesgo con nuestro enfrentamiento.

## 2. Negociación y mediación de conflictos

### 2.2. La mediación, el arbitraje y la conciliación

Cuando dos partes se enfrascan en una disputa y no consiguen llegar a ningún tipo de acuerdo, quizás sea positivo solicitar a una tercera persona (aceptada por todos), que intervenga. Según su grado de implicación:

#### Mediación

La tercera persona interviene en la negociación tratando de impulsar el diálogo. No realiza propuestas concretas.

#### Conciliación

Mismas funciones que mediador, pero, realiza propuestas concretas.

#### Arbitraje

Persona externa al conflicto que, después de haber escuchado a las partes, impone una solución de obligado cumplimiento.

### 3. El liderazgo

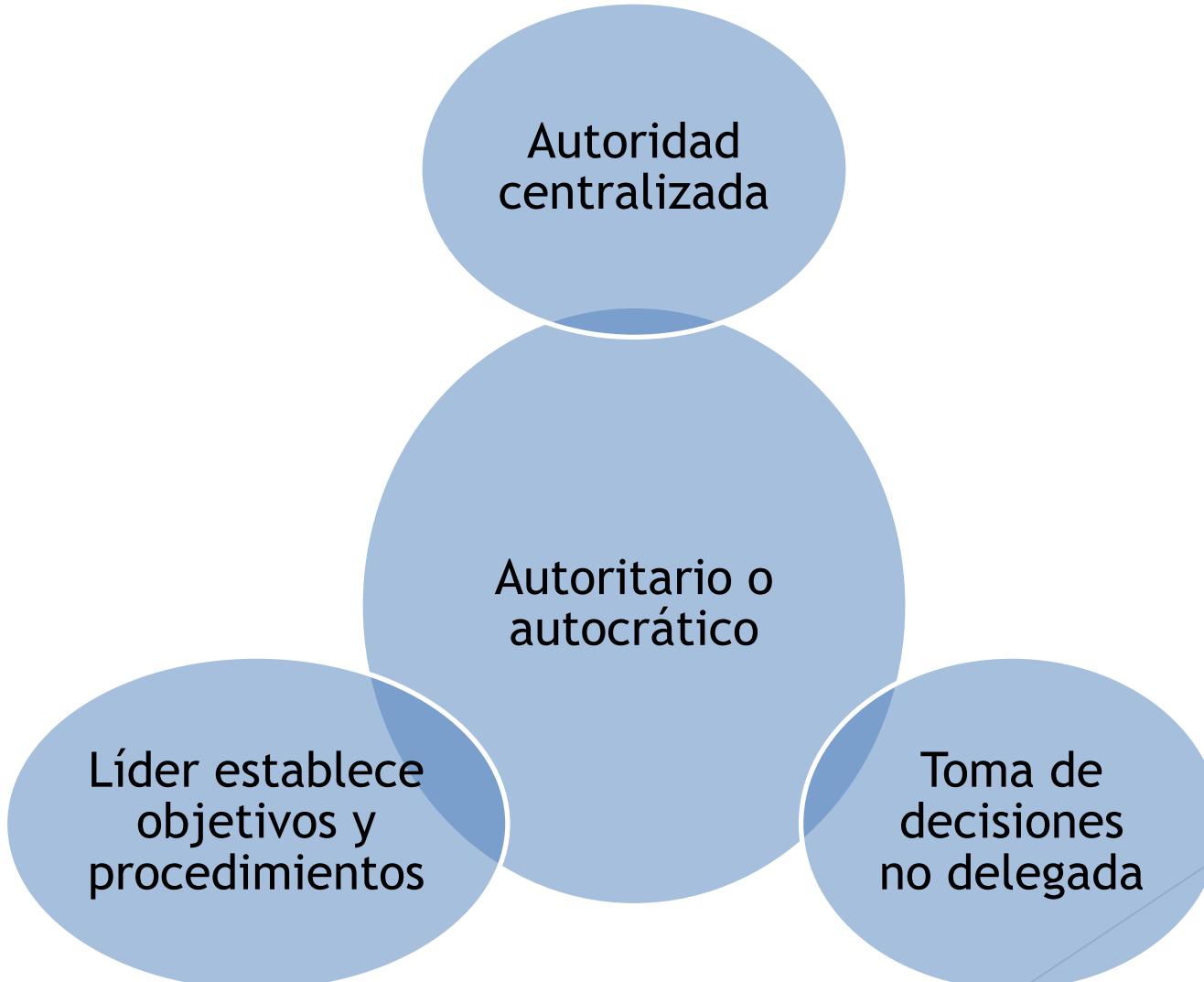
Liderazgo: Capacidad o habilidad que tiene una persona para influir, inducir, animar o motivar a otro para llevar a cabo unos determinados objetivos y por voluntad propia.

Estilos de liderazgo:

- a. Liderazgo autoritario o autocrático
- b. Liderazgo democrático
- c. Liderazgo paternalista
- d. Liderazgo transaccional

### 3. El liderazgo

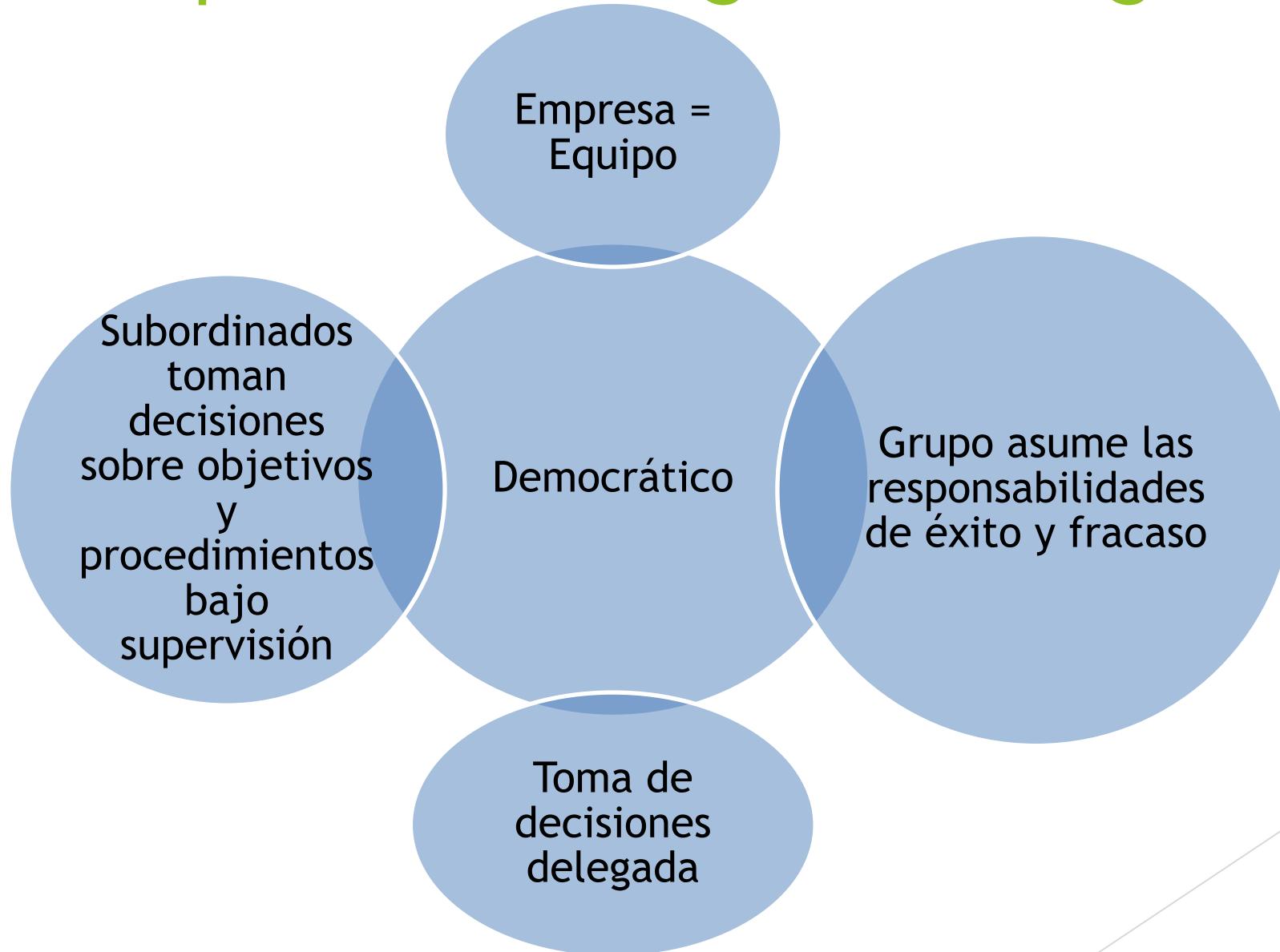
#### 3.1. Tipos de liderazgo. Liderazgo autoritario



Simeone: “Creo en el orden, antes que nada y por encima de todo”

### 3. El liderazgo

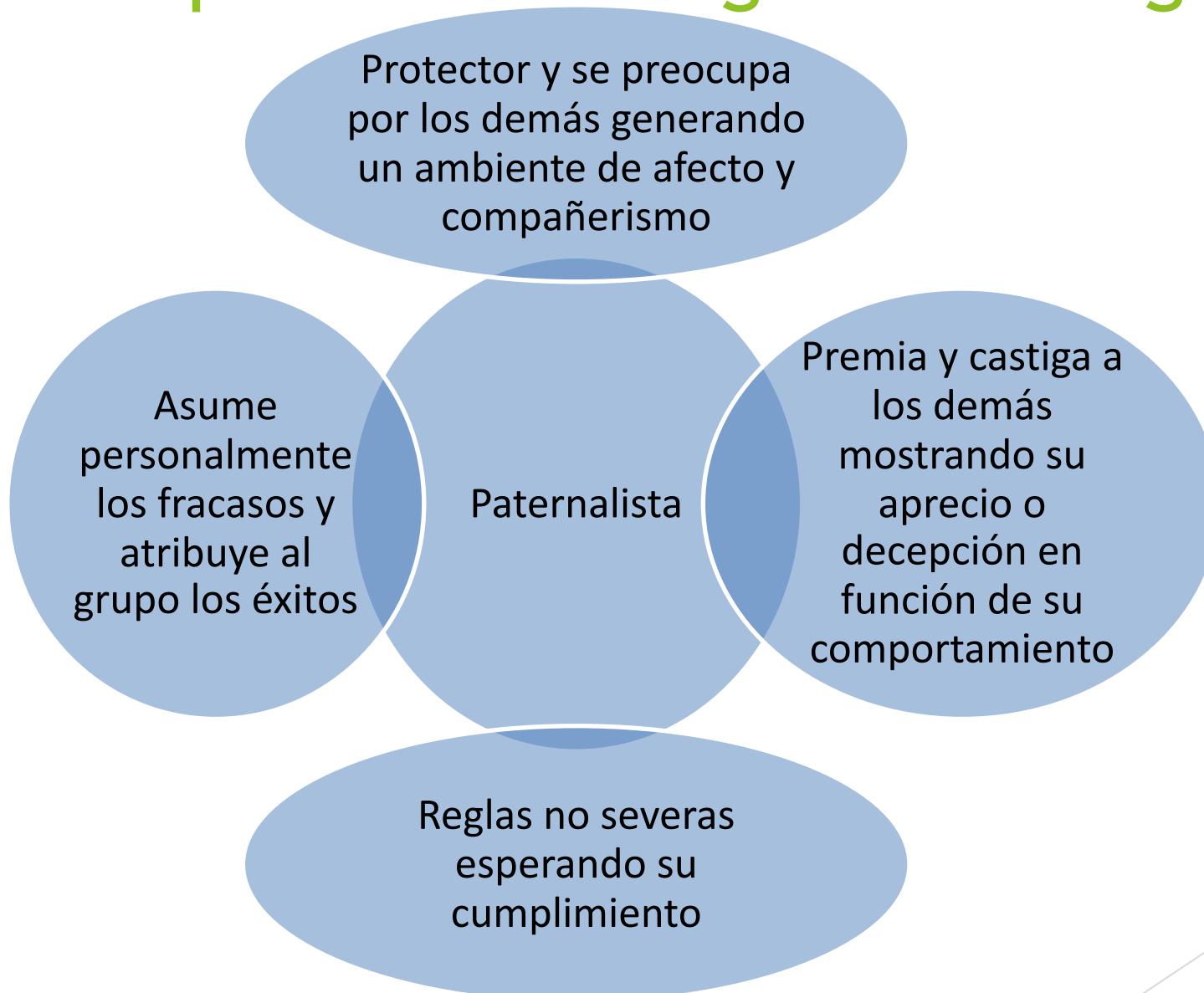
#### 3.1. Tipos de liderazgo. Liderazgo autoritario



Zidane: “Si hay algo que sirve para crear equipo es la participación y dar valor a todos”

### 3. El liderazgo

#### 3.1. Tipos de liderazgo. Liderazgo paternalista



Ancelotti: “A los futbolistas hay que cuidarlos y ayudarles a desarrollarse y a madurar, confianza y lealtad, compartir los éxitos y recuperarnos juntos de las decepciones”

### 3. El liderazgo

#### 3.1. Tipos de liderazgo. Liderazgo transaccional



Xavi: “Cuando analizamos a los equipos más cohesionados, vemos que todos ellos integrado un sistema de normas internas”.

## 4. La organización del trabajo en equipo

Una vez conformado el equipo, el siguiente paso es organizar el trabajo. Aparece la figura del **director de proyectos**.

El director de proyectos o *project manager* es la persona encargada de dirigir un equipo para llevar a cabo un proyecto.

Para ser un buen director, necesitamos de un **método de gestión de proyectos** que nos permita organizar y coordinar de forma eficiente el trabajo de todos.

Un método de gestión de proyectos es el conjunto de herramientas y técnicas que vamos a utilizar para organizar el trabajo de nuestro equipo y conseguir el objetivo propuesto.

## 4. La organización del trabajo en equipo

La forma tradicional de dirigir proyectos consistía en tener planes fijos, asignar tareas y plazos, de forma rígida y controlada, hasta tener el proyecto terminado.

Frente lo tradicional han surgido las **metodologías ágiles de gestión de proyectos**. Dichos métodos innovadores buscan:

# 4. La organización del trabajo en equipo

Simplificar

Si tenemos un proyecto complejo, debemos dividirlo en tareas más sencillas.

Autonomía

Cada miembro del equipo tiene libertad para completar su tarea. Sentido de la responsabilidad.

Transparencia

Plena visibilidad sobre lo que está haciendo cada uno.  
Objetivo: Detectar problemas y cuellos de botella.

Flexibilidad

Capacidad para adaptar el proyecto a las circunstancias cambiantes.

Mejora incremental

Es importante conseguir un primer producto que vayamos mejorando en función del *feedback* del cliente.

## 4. La organización del trabajo en equipo

Caso práctico grupal:

Habéis recibido un importante proyecto: ¡realizar el anuario de vuestra promoción!

- a) Determinar las especificaciones (las características completas que os gustaría que incluyera).
- b) Dividir el trabajo en tareas.
- c) Identificar las tareas que tienen prelación, es decir, cuáles han de estar terminadas para que otras puedan comenzar.
- d) Ejemplificar cada una de las cinco características de la gestión ágil aplicadas a este supuesto.

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.1. Las herramientas digitales

Las **herramientas digitales** para la interacción con otras personas suelen estar referidas a aplicaciones informáticas que mejoran la comunicación entre los individuos.

El empleo de herramientas digitales es considerado un elemento necesario y de uso cotidiano, tanto para el desarrollo personal como profesional, fomentando el talento en la investigación.

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.2. Las huellas digitales

En el entorno virtual las **huellas digitales** son imposibles de evitar. Con ello hacemos referencia al rastro que dejamos en internet y que se produce cuando navegamos, usamos nuestras redes sociales o realizamos cualquier actividad en línea.

Las huellas digitales más comunes son:

- Navegando en sitios web y haciendo compras on-line.
- Interactuando en redes sociales.
- Cuando descargamos aplicaciones.
- Cuando realizamos llamadas con aplicaciones como Skype o FaceTime.
- Si tenemos activados los servicios de geolocalización de nuestros dispositivos.

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.2. La reputación digital

Por su parte, la **reputación digital** hace referencia al prestigio de una persona o empresa en internet. Es importante controlar su gestión.

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.3. El control de nuestra huella digital

La gran mayoría de las empresas comprobarán tu nombre en la red para tener alguna información adicional de ti cuando seas adulto.

- El primer paso para saber qué información aparece en línea de nosotros es buscarla.
- Configurar la privacidad de tus redes sociales. Verifica aquellas publicaciones de otros en las que estás etiquetado.
- Antes de subir material a la red o enviarlo a través de ella, recuerda que es posible que permanezca en ella mucho tiempo y fuera de tu control.

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.3. El control de nuestra huella digital

**¿Cómo es vuestro uso de las  
redes sociales?**

## 5. Nuestro yo digital en la red

### 5.4. La privacidad de nuestros datos digitales

Entre los principales mecanismos para proteger nuestros datos:

- Utilizar **contraseñas seguras** (contraseñas única y compleja).
- Instalar un **cortafuegos** (bloquea los accesos no autorizados) y un **antivirus** (evitar que programas no deseados se instalen en tu dispositivo).
- Actualiza tu sistema operativo.