

sky4.0



Soft skills in Industry4.0

Hacia el éxito

INDUSTRY 4.0 lecciones de formación: QR NoteBook



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.
Project N°: 2018-1-PL01-KA202-051081

SOCIOS



INOVA+ - Portugal

www.inova.business



Aviation Vallley - Poland

www.dolinalotnicza.pl



Talent driven culture.

QSR - Talent Driven Culture - Portugal

www.qsr.consulting



INNpuls Sp. z o.o. - Poland

www.innpuls.pl



Aerospace Cluster Association - Turkey

www.hukd.org.tr



The Machine Tool Institute - Spain

www.imh.eus



The Technical University of Madrid - Spain

www.upm.es

ÍNDICE

Mapa de aprendizaje: Lección 1.....	3
Mapa de aprendizaje: Lección 2.....	7
Mapa de aprendizaje: Lección 3.....	10
Mapa de aprendizaje: Lección 4.....	13
Mapa de aprendizaje: Lección 5.....	15
Mapa de aprendizaje: Lección 6.....	17
Mapa de aprendizaje: Lección 7.....	19
Mapa de aprendizaje: Lección 8.....	22
Mapa de aprendizaje: Lección 9.....	25
Mapa de aprendizaje: Lección 10.....	28
Mapa de aprendizaje: Lección 11.....	30
Mapa de aprendizaje: Lección 12.....	32
Mapa de aprendizaje: Lección 13.....	34
Mapa de aprendizaje: Lección 14.....	35
Mapa de aprendizaje: Lección 15.....	37
Mapa de aprendizaje: Lección 16.....	39
Mapa de aprendizaje: Lección 17.....	41
Mapa de aprendizaje: Lección 18.....	42
Mapa de aprendizaje: Lección 19.....	43
Mapa de aprendizaje: Lección 20.....	44
Mapa de aprendizaje: Lección 21.....	46
Mapa de aprendizaje: Lección 22.....	48
Mapa de aprendizaje: Lección 23.....	49
Mapa de aprendizaje: Lección 24.....	50
Mapa de aprendizaje: Lección 25.....	51



Mapa de aprendizaje

Lección 1

Público Objetivo: Futuros trabajadores

Objetivo: Industria 4.0 y nuevas oportunidades laborales

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Conozca la historia de la revolución industrial hasta que llegue a la industria 4.0;

Comprender qué es la 4ª Revolución Industrial: las principales características y demandas;

Responder las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son las ventajas de la industria 4.0 y por qué es necesaria en el mercado laboral?
- ¿Por qué debería seguir el cambio del mercado?
- ¿Por qué generar rentabilidad y aumentar mi potencial?



Resumen

La industria, tal como la conocemos hoy, ha sufrido varias transformaciones a lo largo de los siglos.

Para poder comprender cómo surgió la Industria 4.0, debemos mirar la historia que hay detrás y comprender el camino recorrido. A la historia del crecimiento de las empresas, y la creación del concepto de administración, asociamos cuartas fases distintas

La primera revolución:

La Primera Revolución se trató del vapor que impulsaba nuestras fábricas. Debido a la mecanización, los talleres y artesanías locales dieron lugar a las grandes estructuras industriales y agrícolas. Era la fase del carbón como fuente de energía y del hierro como materia prima. Y el sector textil ha crecido con la creación del telar.

La segunda revolución:

La segunda revolución se refería al modelo de producción en masa y al surgimiento de la energía eléctrica. El carbón dio paso al acero. Nació la electricidad. Se transformaron los transportes (aparecieron el coche y el avión), así como los medios de comunicación (el teléfono). No solo disminuyó la distancia entre personas, sino también la posibilidad de contacto e intercambio de productos. La industria de la guerra ha crecido y con ella se intensificó la transformación del hierro en acero, desarrollando su propia tecnología metalúrgica. El capitalismo industrial dio paso al capitalismo financiero

La tercera revolución industrial:

Para entonces, las empresas crecían de manera abrupta y desorganizada y era necesario crear mecanismos que reemplazaran la improvisación y permitieran una mayor eficiencia y productividad.

Este escenario creó espacio para la tercera revolución industrial. En ese momento, surgieron los sistemas impulsados por computadora, que iniciaron una revolución digital que incluyó la computación central, la computación personal e Internet.

La cuarta revolución:

Cada una de estas tres primeras revoluciones industriales representó un cambio profundo y condujo a una nueva industria con nuevas demandas y necesidades: la industria 4.0, que transformó la forma en que las personas viven, trabajan y se comunican.

Hoy vivimos en un mundo nuevo con una combinación de tecnologías que agrega precisión, eficiencia, productividad y servicio al cliente personalizado a las empresas y la industria de formas sin precedentes.

El nuevo modelo que caracteriza a esta Cuarta Revolución Industrial se trata de conectividad y una oportunidad para cambiar radicalmente la forma en que la industria responde a las necesidades de la sociedad. Se trata de la llegada de la máquina.

Hoy vivimos en una era donde domina la fusión conceptual de tecnologías. Esta unión acorta la frontera entre los sistemas físico, digital y humano.

Esto es posible debido a:

- 1) La creciente evolución de la potencia informática (mayor velocidad y capacidad para procesar información).

2) Mejora de los sistemas de comunicación.

3) Innovación de software.

4) Tecnologías como:

- Móvil,
- Computación en la nube,
- Analítica,
- Automatización,
- Inteligencia artificial (IA),
- Internet de las cosas (IoT),
- Impresión 3d,
- Robots autónomos,
- Realidad virtual y aumentada (AR / VR).

Si bien, en el pasado, la información se leía esencialmente mediante sensores, ahora es posible leer, procesar, almacenar y analizar datos. Haciendo mucho más fácil el intercambio de información entre máquinas y humanos.

Las necesidades del consumidor individual vienen a controlar el proceso de producción, por lo tanto, la calidad y la nueva escala de producción. El monitoreo en tiempo real de la producción comienza a ser algo real.

La adaptabilidad y la capacidad de superar los desafíos que plantea el mercado juegan un papel fundamental.

Pensando "fuera de la caja", así como la necesidad de integrar múltiples soluciones en lugar de solo una, mejora la innovación.

El paradigma cambió y la gran mayoría de funciones alcanzaron potencial tecnológico para la automatización, lo que resultó en un cambio importante en la fuerza laboral.

Sin embargo, la máquina y la inteligencia artificial no son el hombre del saco.

Es verdad que el Foro Económico Mundial dice que el 35% de las competencias corporativas desaparecerá. Va aún más lejos y dice que en particular 75 millones de profesiones actuales se extinguirán, muchas más se reinventarán y muchos millones de trabajadores en todo el mundo tendrán que aprender nuevas formas de trabajar, reemplazar herramientas de trabajo, aprender nuevas habilidades, en otras palabras:

Mejorando y reciclandose a sí mismos.

Pero, ¿por qué es esto algo malo?

Todo lo contrario: el hombre sigue siendo un activo profesional importante, que desempeña un papel importante en la gestión de la tecnología.

Lo que cambiará es cómo el trabajador debe posicionarse para mostrar valor de manera efectiva.

Al mejorar y reciclarse, el trabajador pone en práctica sus habilidades en esta era digital, no solo mostrando su valor personal, sino también evolucionando y creciendo profesionalmente, aceptando nuevos desafíos y oportunidades.

La tecnología nunca será una buena inversión si no se asocia con las habilidades adecuadas.

En realidad, la tecnología en sí no es buena ni mala ... ¡su uso sí lo es! De hecho, los rápidos cambios motivados por la nueva relación entre máquina e individuo, rompieron fronteras entre la realidad virtual y el mundo real, y crearon una red social donde se comunican entre sí, generando productividad y crecimiento personal.

Como resultado de esta exitosa unión:

- La empresa se vuelve más eficiente, competitiva y aumenta las ganancias.
- El trabajador se vuelve más efectivo, aumenta la productividad y mejora su desempeño, lo que posiblemente se verá reflejado en la consecución de un salario más alto.
- El mercado laboral mejorará la formación de los recursos humanos, la cooperación entre los actores implicados, el apoyo a la financiación y la inversión y la internacionalización.

Ejercicio

¡Ahora lo invitamos a aprender más sobre la industria 4.0 y las oportunidades laborales investigando sobre el tema! Para ayudarlo a comenzar, encuentre aquí algunas páginas en línea:

- <https://www.weforum.org/focus/fourth-industrial-revolution>
- <https://www2.deloitte.com/us/en/insights/focus/industry-4-0.html>



Mapa de aprendizaje

Lección 2

Público Objetivo: Futuros trabajadores

Objetivo: Industria 4.0 y nuevas oportunidades laborales

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

A lo largo de esta lección, aprenderá cuáles son las habilidades y competencias clave requeridas para futuros trabajos en la industria 4.0.

Comprenderá la demanda actual del mercado y cuál será su puesto como futuro trabajador.

Finalmente, aprenderá sobre la importancia de las habilidades blandas.



Resumen

A veces, la Industria 4.0 se ve como una tormenta.

El mercado laboral se contrae ante la necesidad de cambio, al no poder mantenerse al día con la constante evolución de la tecnología. Por otro lado, el trabajador no comprende su papel ni cómo seguir esta evolución, cómo convertirse en protagonista y no solo en agente pasivo, que observa la evolución. Wadia Ait Hamza, responsable de Global Shapers en el Foro Económico Mundial, reflejó en su discurso la necesidad de ir de la mano. También habló sobre el papel de los jóvenes en este proceso, defendiendo que son uno de los fuertes vectores del cambio tan anunciado: "Si [las empresas] no están escuchando a los jóvenes, no están escuchando a sus futuros competidores, empleados o clientes".

Como vimos en la primera lección, el profesional de la industria 4.0 tiene, ahora, el papel más importante, llenar el vacío en el nuevo escenario laboral, un escenario completamente rediseñado por la tecnología. En las llamadas empresas tecnológicas (como en otras también) la competencia es fuerte, tanto empresarial como

profesionalmente, por lo que para mantenerse y prosperar, las empresas sienten la necesidad no solo de mantenerse al día con el cambio sino de crecer junto a él.

Así, confían en la cultura que transmite la industria 4.0, una cultura que apunta a la innovación y la conciliación entre el presente y el futuro.

Por tanto, es necesario adaptarse, afrontando los constantes retos. Sea valiente, resistente y perseverante. Y este es el retrato del profesional de la industria 4.0. Un trabajador de alto rendimiento que cree que lo digital va mucho más allá de la tecnología. Que confía en un proceso continuo y dinámico y en una evolución sostenida que comienza en la conciencia individual y finaliza en la incorporación de la innovación en la estrategia corporativa.

Para eso es necesario:

- Ser capaz de asumir riesgos potenciando el espíritu curioso y la capacidad individual de reinventarse y trabajar en equipo para mejorar este mismo proceso.
- Adoptar una actitud emprendedora, asumiendo riesgos y responsabilidades.
- Hacerlo realidad, fomentando la autonomía, la iniciativa y la responsabilidad individual.
- Ponerse a prueba a través de la estimulación cognitiva.
- Poder aportar algunos "pensamientos fuera de lo establecido".

De esta forma, nos damos cuenta de que no basta con que el profesional sea competente, sea continuamente productivo. No basta con tener las habilidades técnicas que se nos exigieron el primer día que comenzamos a desempeñar la función para la que fuimos contratados. Continuamente necesitamos aprender, cambiar estrategias y aplicar nuevas herramientas. Nos enfrentamos a un cambio en cada objetivo que nos planteamos, y para poder afrontarlo debemos ser capaces de prepararnos y anticiparnos.

El enfoque de la industria 4.0 es la innovación. Basados en el aprendizaje a lo largo de toda la vida, los futuros trabajos requerirán un día a día atractivo y constructivo, interactivo y práctico, basado en una relación continua entre el hombre y la máquina.

Entonces, las habilidades importantes para el futuro del trabajo incluyen:

- Preparación para el trabajo,
- Habilidades interpersonales (soft skills) y conocimientos técnicos.

Las empresas dan más herramientas, pero también exigen una mayor rentabilidad. Por lo tanto, corresponde a cada trabajador construir una marca personal que lo diferencie y le permita competir en el mercado global. No es solo la empresa la que necesita sobresalir, sino que sus trabajadores también deben sentir la presión de cambiar, la creciente necesidad de aprender, más y mejor.

Para encajar en este nuevo mercado, debes tener:

Pensamiento analítico: ser capaz de analizar un problema en todas sus perspectivas, descomponerlo y probar nuevas soluciones.

Adaptabilidad al cambio: reinventar y reestructurar. Ser capaz de adaptarse a situaciones inesperadas.

Flexibilidad cognitiva: la capacidad de cambiar lo que está pensando e incluso cómo lo está pensando. Está repensando y procesando nuevas estrategias.

Pensamiento crítico: la capacidad de interpretar, analizar, evaluar, hacer inferencias, explicar y aclarar significados.

Iniciativa: del pensamiento a la acción, de la idea a la palabra: ¡eso es iniciativa! La capacidad de usar su juicio para tomar sus propias decisiones y cambios.

Curiosidad intelectual: desarrollar una forma de pensar que estimule la creatividad y la originalidad.

Mente abierta: ser capaz de aceptar críticas de otros y poder juzgar tu propio trabajo para mejorarlo.

Mente comprensiva: poder comprender lo que está haciendo y no solo memorizar la teoría.

Ejercicio

Ahora ha llegado el momento de dibujar tu propio retrato como futuro trabajador.

Acepte el desafío y cree su narrativa personal, basada en las habilidades que acaba de aprender.

- ¿Cuáles domina?
- ¿Cómo los demuestra en su vida diaria?
- ¿Sus redes sociales retratan al trabajador que quiere ser?
- ¿Y su currículo?



Mapa de aprendizaje

Lección 3

Público Objetivo: Futuros trabajadores

Objetivo: Industria 4.0 y nuevas oportunidades laborales

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

A lo largo de esta lección, aprenderá la diferencia entre las habilidades duras y blandas.

Comprenderá el papel de ambos grupos de habilidades en la Industria 4.0 y su importancia complementaria.

Finalmente, aprenderá sobre la importancia de trabajar en sus habilidades blandas para tener éxito en la Industria 4.0.



Resumen

¡El siglo XXI estuvo marcado por la creación y el establecimiento de una economía global con negocios internacionales, comunicaciones de larga distancia y equipos digitales dispersos por todo el mundo! Además, vemos un esfuerzo conjunto para educar a nuestras sociedades y principalmente a nuestra generación más joven, quienes se convertirán en nuestros futuros líderes e inventores. Ese esfuerzo se refleja en el creciente número de personas que cursan estudios universitarios y programas de formación.

Debido a todo eso, ahora somos testigos de un mercado altamente competitivo, lleno de personas extremadamente calificadas y más que ingresan cada año nuevo. Entonces, con

un grupo tan grande de personas talentosas y calificadas, ¿qué buscan los empleadores?
¿Y cómo puedes diferenciarte?

Obviamente, los conocimientos técnicos siguen siendo imprescindibles, ¡sin embargo, hoy en día eso no es suficiente! La industria 4.0 dio un giro aún mayor a nuestro “mundo al alza”, ya que con la introducción de la máquina en nuestras empresas, muchas de las tareas simples y repetitivas ya no serán realizadas por humanos.

¿Te suena amenazador? No se preocupe, las máquinas no están aquí para reemplazarnos, sino para facilitar nuestro trabajo dejándonos espacio para realizar tareas más complejas y poner en práctica nuestra singularidad: ¡las **habilidades blandas** “o **interpersonales**!

Mientras que las **habilidades duras** corresponden a las habilidades y conocimientos técnicos específicos que pueden definirse, enseñarse y medirse formalmente, las **habilidades blandas** son una combinación de habilidades interpersonales, características de personalidad e inteligencia emocional. Y aunque aparecen máquinas cada vez más complejas con varias habilidades técnicas, ¡las habilidades blandas son exclusivas de la humanidad!

La importancia de las habilidades blandas en el mercado laboral es cada día mayor, y la mayoría de las empresas reconocen su valor al evaluar las habilidades blandas del candidato junto con las calificaciones técnicas y la experiencia laboral. Según el Informe del Foro Económico Mundial (2020), donde se entrevistó a los principales líderes empresariales del mundo sobre las habilidades clave del futuro de los empleos, las habilidades más importantes para hacer frente a esta nueva era tecnológica son: pensamiento crítico, resolución de problemas, resiliencia y cambio. adaptabilidad, eso es las habilidades blandas!

Ahora puede estar pensando: "Oh, no, no invertí en mis habilidades sociales durante la escuela / universidad, nunca me pondré al día con las demandas del mercado". Si así fuera, ¡deténgase ahora mismo! ¡Todavía tienes mucho tiempo para trabajar en tus habilidades sociales!

A diferencia de las habilidades duras en las que podemos estudiar y ser evaluados sobre nuestra experiencia, las habilidades blandas no se pueden medir ni enseñar formalmente como estamos acostumbrados. El proceso de desarrollo de habilidades blandas se basa en un viaje personal de autoconocimiento, donde necesitamos comprender nuestras actitudes y comportamientos para aprender de manera efectiva y evolucionar hacia nuestra mejor versión.

En las próximas lecciones, lo guiaremos a lo largo de este viaje y lo ayudaremos a desarrollar su pensamiento analítico, adaptabilidad al cambio, iniciativa, pensamiento crítico, flexibilidad cognitiva y curiosidad intelectual, resumiendo, ¡sus habilidades blandas!

No será sencillo, pero ya tienes toda la capacidad de cambiar, la única pregunta es: ¿Estás preparado para el desafío?



Ejercicio

Ahora te invitamos a conocer más sobre la importancia de las habilidades blandas en la era tecnológica de la Industria 4.0 escuchando los siguientes podcasts:

- <https://open.spotify.com/show/7JdzZemLUM74yW9ZxY97IX?si=x2a6tapkT8iDMu4x7dTmRA&nd=1>
- <https://open.spotify.com/show/7bK6tQ5RdkfXqv9uXTCNyO?si=a313e3210a054ec5>

<https://open.spotify.com/show/OzkdDTquiudx6pecDGlgV8?si=d279d30eb44e456f>



Mapa de aprendizaje

Lección 4

Público objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar y mejorar sus habilidades en pensamiento analítico

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

¿Alguna vez has tenido en cuenta cuántas decisiones tomamos en promedio en un solo día? Nuestras vidas están repletas de un torrente constante de decisiones. La mayoría son rutinarias, pero algunas son tan importantes que pueden impactarte durante el tiempo que queda de tu vida.

Tu mejor herramienta para estar adecuadamente preparado para este flujo de decisiones es desarrollar y mejorar sus habilidades de pensamiento analítico. A través de este curso, te invitamos a responder a la siguiente pregunta: **¿cómo puedo mejorar mi pensamiento analítico y ser más confiable en mis decisiones?**

En esta primera lección, los objetivos son sentar las bases para una comprensión adecuada del concepto de Pensamiento Analítico y la discusión de los comportamientos y características de las personas que exhiben el pensamiento analítico. Podemos decir que la lección 4 trata sobre los comportamientos. Comprenderás el concepto y trabajarás para identificar qué comportamientos denotan una alta competencia de pensamiento analítico. Y al final de la lección, evaluará su punto de partida de pensamiento analítico a través de un cuestionario.



Resumen: Definición e importancia del concepto – Medición de su nivel inicial

En el contexto de la Industria aeronáutica y la futura Industria 4.0, el pensamiento analítico se define como "la capacidad de comprender una situación, desgregándola en pequeñas partes o identificando sus implicaciones paso a paso". Incluye la capacidad de organizar sistemáticamente las partes de un problema o situación, hacer comparaciones entre diferentes elementos o aspectos y establecer prioridades racionales. También

incluye la comprensión de las secuencias temporales y las relaciones causa-efecto de las acciones".

Aunque existe una tendencia a pensar en la aplicación del pensamiento analítico sólo a problemas matemáticos o científicos, **es ampliamente utilizado en todas las áreas del conocimiento e incluso en la vida cotidiana.**

La clave del pensamiento analítico es dividir los problemas complejos en partes pequeñas, más simples y fáciles de analizar y resolver. Una de las principales ventajas de su aplicación es que evita bloqueos ya que siempre nos ayuda a avanzar, ya sea recogiendo información útil, descartando hipótesis o llegando a una conclusión.

El buen pensamiento analítico rara vez viene naturalmente. Implica tanto recursos cognitivos como motivación personal. Por ello, te invitamos a identificar los comportamientos que se deben desarrollar para ser alguien que aplica el pensamiento analítico. Comprueba si aplicas el pensamiento analítico en tu vida diaria y **evalúa cuál es tu punto de partida en términos de características y comportamientos de pensamiento analítico.**

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 5

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar y mejorar sus habilidades en pensamiento analítico

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

En la lección 5, el objetivo es desarrollar y mejorar su pensamiento analítico mediante el ejercicio de otras habilidades básicas que permiten un pensamiento analítico adecuado: **relevancia, inferencia, decisión y serenidad**. Al mismo tiempo, durante esta lección, aprenderá acerca de los vagabundos psicológicos para el pensamiento analítico (sesgos cognitivos y errores de pensamiento común); y cómo superarlos detectando sus propios sesgos de pensamiento analítico y otros errores de pensamiento o falacias relacionados con otras personas.



Resumen: Lo que necesito para desarrollar mi Pensamiento Analítico

Varios autores han identificado características, habilidades o destrezas que son comunes a quienes exhiben pensamiento analítico. En este paso estarás ejerciendo los siguientes.

Determinar la relevancia. Una de las partes más difíciles del pensamiento analítico es averiguar qué es importante y discernir lo más relevante, significativo e importante para su consideración. En muchos escenarios, se le presentará información que puede parecer valiosa, pero puede llegar a ser solo un punto de datos menor a tener en cuenta. Considere si una fuente de información es lógicamente relevante para el tema que se está discutiendo. ¿Es realmente útil e imparcial, o es simplemente distraer de un punto más pertinente?

Inferencia. La información no siempre viene con un resumen que explica exactamente lo que significa. Los pensadores analíticos necesitan evaluar la información y sacar conclusiones basadas en datos sin procesar. La inferencia es la capacidad de extrapolar el significado de los datos y descubrir resultados potenciales al evaluar un escenario. También es importante entender la diferencia entre la inferencia y las suposiciones.

Decisión y serenidad. La decisión combina una serie de habilidades diferentes: la capacidad de poner las cosas en perspectiva, de sopesar las opciones, de evaluar toda la información relevante y, lo que es crucial, de anticipar las consecuencias, buenas y malas. Además, la serenidad es una cualidad que en la vorágine de la vida contemporánea esconde la clave del éxito y la victoria, es decir, tener la serenidad suficiente para poder leer el contexto en el que nos movemos y fijar los objetivos a largo plazo.

Observación y Auto-observación. La observación es una de las primeras habilidades de pensamiento analítico que aprendemos cuando éramos niños- es nuestra capacidad de percibir y entender el mundo que nos rodea. La observación cuidadosa incluye nuestra capacidad de documentar detalles y recopilar datos a través de nuestros sentidos. Nuestras observaciones eventualmente conducirán a una visión y una comprensión más profunda del mundo. "Observarse a sí mismo es el punto de partida necesario para cualquier cambio real". (James Flaherty). Usted necesita ser capaz de ver o ser consciente de alerta y abiertamente de sus pensamientos, emociones y estados de ánimo con el fin de verlos como lo que son. La auto-observación es la capacidad clave para identificar y combatir nuestros sesgos irracionales.

Para mejorar nuestro Pensamiento Analítico también necesitamos luchar contra las principales rupturas y obstáculos para desarrollar el pensamiento analítico: **sesgos cognitivos y falacias**.

Identificación del sesgo cognitivo. Los sesgos cognitivos son una colección de formas defectuosas de pensar que aparentemente están conectadas al cerebro humano. El sesgo cognitivo se refiere a un "error sistemático" en el proceso de pensamiento. Tales sesgos a menudo están conectados a una heurística, que es esencialmente un atajo mental. El más generalizado y perjudicial, probablemente sería el sesgo de confirmación. Ese es el efecto que nos lleva a buscar evidencia que confirme lo que ya pensamos o sospechamos. Recuerde, somos cognitivamente perezosos.

Consciente de los errores de pensamiento común. Los pensadores analíticos no permiten que su lógica y razonamiento se nublen de ilusiones y conceptos erróneos. Son conscientes de las falacias lógicas comunes, que son errores de razonamiento que a menudo se cuelan en argumentos y debates. Para mejorar su pensamiento analítico, es importante aprender a reconocer falacias en sus propios argumentos y los de los demás.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 6

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar y mejorar sus habilidades en pensamiento analítico

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

En la última lección, el objetivo es brindarle herramientas para cambiar y mejorar su habilidad de pensamiento analítico. Aprenderá cómo las creencias y las emociones se relacionan con el pensamiento analítico y cómo pueden utilizarse como palanca para cambiar. Aplicará los principios del **TREC (Terapia Racional Emotiva Conductual)** para hacer realidad el cambio y la mejora.

“No hay mal momento para tomar la decisión correcta” – Dalton McGuinty (Former Canada Prime Minister)



Resumen: Es hora de cambiar tu comportamiento!

La idea central del **TREC (Terapia Racional Emotiva Conductual)** es que nuestras emociones y comportamientos (cómo nos sentimos y actuamos) están fuertemente influenciados por cómo pensamos. Por lo tanto, cambiar nuestro pensamiento puede ser una forma muy poderosa de cambiar nuestras emociones y comportamientos. En este paso, aplicará los principios TREC como un instrumento para cambiar el comportamiento y mejorar sus habilidades blandas.

A pesar de los sesgos cognitivos y los errores de pensamiento relacionados con las personas, existe otra barrera para el pensamiento analítico aún más importante. El gran problema de pensar es: **no queremos pensar**.

Cuando no queremos pensar en ciertas cosas, actuamos en contra de ellas e inhibimos la aparición de preguntas en nuestra mente. Para evitar pensar evitamos las preguntas. Cuando no hacemos preguntas que son relevantes, las situaciones confusas continúan confundiéndonos y no preguntamos por qué. Los problemas siguen sin resolverse incluso cuando todos están de acuerdo en que existen. Es posible que no pueda cambiar la suposición irracional de otras personas. Pero acabamos de aprender que podemos cambiar nuestros propios comportamientos irracionales.

También las emociones juegan un papel importante. Cuando la emoción es intensa no hay razonamiento que valga en ese preciso momento; no importa lo bien argumentado que esté. La autorregulación se refiere a la capacidad de gestionar o canalizar las emociones de forma adecuada. El verdadero desafío para la autorregulación surge de situaciones y emociones no deseadas, como en los casos de estrés; normalmente lo rechazamos o bloqueamos.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 7

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrolle su adaptabilidad al cambio.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Stephen Hawking dijo el día que la inteligencia es la capacidad de adaptarse al cambio. Esta idea nunca ha tenido tanto sentido. Actualmente estamos atravesando tiempos difíciles. El tipo de calificaciones requeridas ha ido cambiando y el papel de las máquinas se ha fortalecido. El mercado laboral tiene nuevas demandas y las personas que quieren destacarse necesitan reinventarse para mantenerse al día con los cambios.

En esta primera lección, lo invitamos a responder la siguiente pregunta: **¿cuán adaptable soy para cambiar?**

A menudo, cuando piensas que para cambiar tienes que romper las reglas, realmente nos asusta. Sin embargo, la verdad es que antes de que puedas romperlos, solo tienes que conocerlos muy bien y entender cómo puedes maximizarlos primero, para poder mejorarte a ti mismo. Darse cuenta de que el cambio no siempre es negativo no es solo el primer paso, sino el más importante.

Entonces, en esta lección te explicamos lo importante que es ser capaz de adaptarte frente al cambio. Definimos el concepto, te invitamos a descubrir cómo puedes medir la soft skill y demostrar tu capacidad de cambio.

¿Sientes curiosidad? ¡Así que avanza con nosotros en este desafío!

Resumen

1º paso: Definición e importancia del concepto

Cuando intentamos encontrar una definición simple de la habilidad blanda, encontramos mucha información. Tanto, que a veces se hace difícil restringirlo, de una forma práctica que incluya la importancia del soft skill.

De hecho, la adaptabilidad requiere enfoques diferentes. Por un lado, tenemos el mercado. La velocidad del cambio tecnológico. La creciente necesidad de estar constantemente en la cima. Por otro, tenemos diferentes individuos, con diferentes habilidades, diferentes niveles de educación y diferentes habilidades para aprender de buenas o malas experiencias. Mientras creamos una definición, debemos considerar cómo el individuo puede y debe adaptarse a las condiciones cambiantes en su lugar de trabajo, y cómo uno adapta la información mientras aprende, para que se vuelva más personal, más relevante para ellos. Entonces, el individuo puede ver que el cambio conduce al éxito, que la adaptación requiere voluntad y que se puede aprender y desarrollar.

Por lo tanto, la mejor definición será la capacidad de adaptarse y tener éxito, prosperando en nuevos desafíos como los cambios económicos estructurales y el uso de nuevas tecnologías.

Hoy el mercado pide adaptabilidad, y esta demanda incluye a los empleados. Factores como la adaptabilidad, la buena comunicación y la perseverancia necesaria se vuelven fundamentales para el éxito.

2º paso: medir la habilidad blanda

Al vivir en un mundo de desafíos, riesgos e inestabilidad, puede enfrentar muchas situaciones fuera de su zona de confort, por lo que debe comprender cómo puede integrarse, cómo responde normalmente y, lo más importante, si ya lo ha hecho. tener la capacidad de facilitar el cambio.

De hecho, para hacer frente al cambio, a menudo necesitamos utilizar una nueva forma de pensar, así como nuevas herramientas y estrategias. Es posible, incluso cuando no se sienta cómodo para tomar decisiones rápidas, trabajar en sí mismo, aprender a adaptarse a entornos desafiantes.

Cuanto más sepa su respuesta, mejor se preparará para los cambios repentinos.

Naciste en la era digital. Acompaña el crecimiento de la tecnología, mientras tú mismo has ido creciendo y progresando a nivel personal y académico. Te das cuenta de que al usar la tecnología, lograrás mejores resultados. ¡Y sabes hacerlo como nadie!

Cuando miramos algunas de las características de tu generación, puede parecer que te limitan, pero lo cierto es que te preparan para una evolución constante, es decir, para el cambio.



3º paso: demostrar la capacidad de cambiar

Ya lo hemos mencionado: los tiempos están cambiando y se están adaptando a ese mismo cambio. Adaptación familiar y adaptación al contexto del mercado laboral. Individualmente, necesitamos romper paradigmas anteriores y desafiar límites.

Y estas características, tan necesarias para el mercado, empiezan a buscarse desde el primer contacto. Es desde la primera entrevista de trabajo que tenemos que poder abandonar los viejos métodos y ser capaces de innovar, fuera de la caja.

Por otro lado, contaremos con un reclutador vigilante, consciente de nuestra forma de cuestionar y responder, principalmente de nuestra forma de pensar en cada desafío que se nos proponga.

Todos somos diferentes, y por eso no podemos decir que hayamos encontrado la receta correcta, sin embargo, conocemos algunas estrategias, que pueden ayudarte a eliminar tus propias limitaciones y poder superar tus límites personales.

Para eso, necesitará utilizar algunos mecanismos de soporte, como:

1. Comparta experiencias que demuestren su flexibilidad
2. Haga hincapié en la confianza
3. Estar a la altura de los desafíos
4. Motívate a aprender continuamente
5. Adoptar la tecnología emergente
6. Sugerir alternativas
7. Anticípese al cambio

Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 8

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrolle su adaptabilidad al cambio.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Winston Churchill dijo que nunca llegaremos a nuestro destino si nos detenemos y arrojamos piedras a cada perro que ladra, y aunque tenía razón en lo que dijo, la verdad es que la gente tiende a resistirse al cambio. Pero esas son estrategias y herramientas para afrontarlo. En esta lección te proponemos no solo trabajar sobre ti mismo, iniciando un viaje de autoconocimiento y reflexión personal, que te permita marcarte metas personales y desarrollar nuevas herramientas y estrategias. Pero también, para entender el cambio, trabajar en la adaptabilidad.



Resumen



Autoconocimiento: apóyame

Si para algunas personas estamos viviendo el peor momento de la historia, para otras la realidad es bastante diferente. No es que consideren que el mercado actual sea menos desafiante, pero, quizás por esa misma razón, son capaces de enfrentar el cambio y convertir los desafíos en oportunidades.

Entonces, lo importante será comenzar por comprender quién es usted y cómo se posiciona frente al cambio. Tenga en cuenta que su propósito puede cambiar con el tiempo y que solo significa crecimiento y desarrollo.

Debe comenzar por hacerse las siguientes preguntas: • ¿Cuál fue mi primera reacción al cambio?

- ¿Por qué reaccioné de esta manera?
- ¿Puedo cambiar la forma en que reaccioné?
- ¿Qué condiciones deben existir para que yo pierda el miedo al cambio?

Al responder estas preguntas, me estoy preparando para cambiar, dándome cuenta de qué estrategias y herramientas son adecuadas para mí y comprendiendo que las estrategias que funcionaron en el pasado no necesariamente funcionan en el futuro y, finalmente, qué herramientas se adaptan mejor a cada situación que pueda ocurrir.

No todas las herramientas son adecuadas para usted; de hecho, existen estrategias clave que funcionan para casi todos, pero no siempre funcionan para usted. Por lo tanto, para tener éxito en encontrar los mecanismos adecuados para usted, debe:

- Anticípese a su actitud.
- Invierta en la necesidad de cambiar.
- Sea capaz de motivarse para aprender.



Comprender el cambio: trabajar en la adaptabilidad

Ya te has dado cuenta de que para seguir el cambio y anticiparlo, debes saber que normalmente reaccionas ante situaciones que están fuera de tu control. Te trabajas tú mismo como un rompecabezas, que comienzas por llenar su esqueleto, y solo entonces las piezas lo integran.

Tú mismo eres como un rompecabezas. Tienes una estructura que te guía y guía tus metas. Un esqueleto que soporta todo el sistema, todas tus acciones e incluso tus planes. En ese esqueleto, todos tendrán un lugar. Desde los planes que hace hasta los desafíos que puede enfrentar, incluidas las estrategias que utilizará para convertirlos en oportunidades.

Haciendo esto, podrá anticipar el cambio. ¿Cómo? Porque entiendes cuándo debería suceder. Alineas la estrategia, los planes, tus comportamientos y el contexto mismo.

Empiezas a creer en el cambio, incorporándolo a tu estilo de vida y dándote cuenta de que es la única constante en tu vida profesional.

Actualmente vivimos en un mundo cambiante. Ya fue antes de la pandemia. Las calificaciones son y cambiarán. Trabajos que están y se extinguirán. E incluso las habilidades que no existían ahora son cruciales para el mercado. El Foro Económico Mundial nos dice que desaparecerán unos 75 millones de puestos de trabajo actuales, pero en paralelo, prevé la creación de 133 millones de nuevos puestos de trabajo.

El resultado final de esta ecuación es, de hecho, bastante positivo, dejando al individuo - usted - la posibilidad de crecer en y con el mercado. Entonces necesitará animarse a desarrollar nuevos mecanismos de cambio, aprender nuevas técnicas, aplicar nuevas herramientas. Necesita desarrollar su propia capacidad de cambio convirtiéndose en su entrenador personal.

1. El primer paso es darse cuenta de cuáles son los requisitos de esta habilidad blanda. Y podemos resumirlos de la siguiente manera:
 - Flexibilidad de roles.
 - Resolver de forma creativa los problemas atípicos, mal definidos y complejos.
 - Manejo de situaciones laborales inciertas / impredecibles.
 - Aprendizaje de nuevas tareas, tecnologías y procedimientos.
 - Demostrar adaptabilidad interpersonal.
2. Luego, debemos utilizar los mecanismos mencionados anteriormente, junto con otras estrategias para lograr un cambio exitoso. Las estrategias son:
 - Conciencia de la necesidad de cambiar.
 - Deseo de participar y apoyar el cambio.
 - Conocimiento de cómo cambiar.
 - Capacidad para implementar cambios en el día a día.
 - Refuerzo para mantener el cambio en su lugar.



Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de [Noodle Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 9

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrolle su adaptabilidad al cambio.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Finalmente estás llegando al tramo final de tu viaje.

Ya cumplió todos los objetivos y conocía todas las estrategias. Ahora es el momento de ponerlos en práctica mejorando tu adaptabilidad.

Recuerda las palabras de Oprah Winfrey: *“el mayor descubrimiento de todos los tiempos es que una persona puede cambiar su futuro simplemente cambiando su actitud”* y ponerse manos a la obra.



Resumen



Mejorar la adaptabilidad al cambio

Utilizando los datos de PORDATA (Base de datos de Portugal contemporáneo), encontramos que, en promedio, trabajamos 31,4 horas a la semana en la UE. De hecho, la mayoría de nosotros pasamos la mayor parte de nuestras horas de caminata en el trabajo. Sin embargo, según una investigación de Deloitte, hasta el 88% de las personas carecen de pasión por su trabajo y nunca alcanzan su máximo potencial.

Si preguntamos por qué, nos encontramos con que una de las principales razones mencionadas en el estudio no se trata de apostar por el potencial del individuo, aunque a menudo es la incapacidad del empleado para adaptarse a nuevas situaciones.

Hoy en día, los lugares de trabajo son multigeneracionales, multiculturales, menos predecibles y más individualistas, por lo que la dificultad para mantener las adaptaciones suele ser mayor.

Pronto entrarás al mercado laboral. En tu maletín o cartera llevas el peso de una considerable cantidad de años de estudio, que te han convertido en una persona de pensamiento crítico, capaz de afrontar nuevos retos y con muchas ganas de desarrollar tus habilidades profesionales. Sin embargo, entras en este nuevo viaje con la inexperiencia de quienes aún no conocen el mercado.

Sin embargo, comienzas con una ventaja: comienzas de cero, aprovechando todas las cosas buenas que tu generación tiene para ofrecer y de las que hemos hablado antes. Y a medida que se vuelva más adaptable, mejor aprovechará las oportunidades.

El cambio y la incertidumbre serán parte de tu futuro, pero puedes prepararte ahora mejorando tu adaptabilidad.

Como nos dimos cuenta al contestar la pregunta anterior, el cambio no termina en el momento en que se realiza. Cada uno de nosotros está obligado a luchar contra nosotros mismos, contra la constante necesidad de volver a la costumbre. La mejora del cambio se basa, por tanto, en una lucha constante contra la previsibilidad, en la búsqueda diaria de mantener los niveles de creatividad, centrándose en ajustar el proceso y no solo el producto en sí.

Pero para mejorar nuestra actitud ante el cambio, no basta con volver al proceso que aprendiste antes luchando con tu propia resistencia. Sin embargo, es necesario volver a estrategias personales que te hagan personas más adaptativas.

Como puedes hacer eso? .

- Desafíate constantemente a salir de tu zona de confort: si todos los viernes tienes una reunión semanal con tu maestro para discutir el progreso realizado

durante la semana, ¿por qué no intentar cambiar el plan para esa reunión? Básicamente, el objetivo será proponerse pequeños cambios.

- Practique con situaciones cotidianas de “estado bajo”: no solo en su lugar de trabajo, sino principalmente fuera de él. Comience con la vida cotidiana y trate de no repetirse nunca. Es un reto que si se hace con regularidad pasará a formar parte de ti.
- Analice los cambios pasados: recuerde su actitud hacia los cambios anteriores y los resultados de esos cambios. Tenga el coraje de examinarse a sí mismo profundamente y determinar qué hay detrás de los éxitos pasados.
- Manténgase resistente, use emociones positivas y module sus reacciones emocionales.
- Haga su plan de desarrollo personal. Tenga el valor de hacerse las preguntas difíciles: ¿qué me propongo lograr? ¿Cómo me propongo lograrlo? Cuales son mis limitaciones? Elaborar un plan de mejora y valorar los pequeños logros.

Este no es el final de tu camino.

Es el comienzo.

Acepta el desafío y no olvides que con solo cambiar tu actitud, ¡puedes cambiar tu futuro!

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 10

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Conocer la importancia de desarrollar una habilidad como la INICIATIVA.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Barack Obama dijo una vez que “cuando lo logramos, lo logramos por nuestra iniciativa individual, pero también porque hacemos las cosas juntos”, Víctor Hugo también dijo que “Iniciativa es hacer lo correcto sin que se lo digan”. Podríamos mostrar muchas otras citas que hablan de iniciativa, porque es una de las competencias más importantes que debemos desarrollar si queremos tener éxito no solo en nuestra vida profesional sino también en la personal.

No podemos estar esperando que otros nos digan qué hacer y mientras esperamos no hacer nada. La iniciativa es una cuestión de responsabilidad. La responsabilidad es la capacidad de dar respuestas, pero respuestas que dependen de nosotros mismos. Por eso la Iniciativa es algo que depende de nosotros.

El mercado nos está haciendo dar un paso adelante si queremos tener éxito. Los gerentes siempre son personas demandantes no solo con un alto nivel en conocimientos técnicos sino también con INICIATIVA, personas que nunca paran de aprender, preguntar, investigar, cuestionar casi todo.

En esta primera lección, lo invitamos a explorar el concepto y la importancia de la iniciativa. ¿Te unes a nosotros?



Resumen



Definición e importancia del concepto

Cuando intentamos encontrar una definición simple de iniciativa, encontramos mucha información. Tanto, que a veces se hace difícil restringirlo, de una forma práctica que incluya la importancia del soft skill.

De hecho, la iniciativa requiere diferentes enfoques. Mostrar iniciativa personal, a partir de ahora IP, significa ser emprendedor, proactivo y persistente. Tenga en cuenta que pensamos en IP como comportamiento. Las personas exhiben una clase de comportamiento que llamamos iniciativa personal. Abordaremos el tema de la personalidad a continuación. En la actualidad, basta con concebir nuestro uso de IP como comportamiento activo.

Iniciarse por sí mismo implica que una persona hace algo sin que se le diga, sin recibir una instrucción explícita o sin un requisito de rol explícito. Por lo tanto, IP es la búsqueda de metas auto establecidas en contraste con las metas asignadas.

La iniciativa tiene que ver con la combinación de 3 puntos clave: perseverancia, proactividad y autoconfianza.

¿Quieres saber más sobre esta habilidad blanda? Ven y sumérgete en este concepto. Aprenderás y disfrutarás.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 11



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Conocer la importancia de desarrollar una habilidad como la INICIATIVA.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección/lesson

Barack Obama dijo una vez que “cuando lo logramos, lo logramos por nuestra iniciativa individual, pero también porque hacemos las cosas juntos”, Víctor Hugo también dijo que “Iniciativa es hacer lo correcto sin que se lo digan”. Podríamos mostrar muchas otras citas que hablan de iniciativa, porque es una de las competencias más importantes que debemos desarrollar si queremos tener éxito no solo en nuestra vida profesional sino también en la personal.

No podemos estar esperando que otros nos digan qué hacer y mientras esperamos no hacer nada. La iniciativa es una cuestión de responsabilidad. La responsabilidad es la capacidad de dar respuestas, pero respuestas que dependen de nosotros mismos. Por eso la Iniciativa es algo que depende de nosotros.

El mercado nos está haciendo dar un paso adelante si queremos tener éxito. Los gerentes siempre son personas demandantes no solo con un alto nivel en conocimientos técnicos sino también con INICIATIVA, personas que nunca paran de aprender, preguntar, investigar, cuestionar casi todo.

Después de comprender el concepto de iniciativa, en esta lección exploraremos y entenderemos sus vagabundos psicológicos.



Resumen



Frenos y obstáculos. Las trampas psicológicas para ser considerado una persona con INICIATIVA

No cabe duda de que la subjetividad de las personas juega un papel importante en la definición y el establecimiento de nuestros objetivos. Sin embargo, existen algunos problemas psicológicos que a veces pueden distraernos.

La investigación muestra que, inconscientemente, desarrollamos rutinas o heurísticas para hacer frente a la complejidad inherente a la mayoría de las decisiones que tomamos, y de alguna manera se puede considerar el trabajo orientado a resultados en una de estas decisiones. Algunas toman la forma de percepciones sensoriales erróneas, otras toman la forma de daño, otras parecen anomalías irracionales en nuestro pensamiento. Pero lo que los hace tan peligrosos es que son invisibles; no los reconocemos antes de que sea demasiado tarde.

Incluso cuando no es posible liberar la mente de estos defectos, podemos aprender a comprenderlos y contrarrestarlos.

¿Me acompañas en este viaje? Ve y sumérgete en este concepto

Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 12



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Conocer la importancia de desarrollar una habilidad como la INICIATIVA.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Barack Obama dijo una vez que “cuando lo logramos, lo logramos por nuestra iniciativa individual, pero también porque hacemos las cosas juntos”, Víctor Hugo también dijo que “Iniciativa es hacer lo correcto sin que se lo digan”. Podríamos mostrar muchas otras citas que hablan de iniciativa, porque es una de las competencias más importantes que debemos desarrollar si queremos tener éxito no solo en nuestra vida profesional sino también en la personal.

No podemos estar esperando que otros nos digan qué hacer y mientras esperamos no hacer nada. La iniciativa es una cuestión de responsabilidad. La responsabilidad es la capacidad de dar respuestas, pero respuestas que dependen de nosotros mismos. Por eso la Iniciativa es algo que depende de nosotros.

El mercado nos está haciendo dar un paso adelante si queremos tener éxito. Los gerentes siempre son personas demandantes no solo con un alto nivel en conocimientos técnicos sino también con INICIATIVA, personas que nunca paran de aprender, preguntar, investigar, cuestionar casi todo.

En la lección final, es hora de entender cómo podemos superar los obstáculos a nuestra Iniciativa, ¿está listo? ¡Vamos!



Resumen



Cómo superar nuestros obstáculos. Nuestras creencias y su relación con INICIATIVA

Una creencia es un sentimiento de certeza sobre el significado de algo. Es una afirmación personal que creemos verdadera.

Las creencias, que en muchos casos son subconscientes, afectan nuestra percepción de nosotros mismos, de los demás y de las cosas y situaciones que nos rodean. Muchas personas tienden a pensar que sus creencias son universalmente verdaderas y esperan que otras personas las compartan. No se dan cuenta de que su sistema de creencias y valores es algo exclusivamente personal y muchas veces difiere de los demás. No vivimos la realidad en sí, sino una percepción intelectual de ella. Eso hace de la vida una fuente constante de esperanza y ricas alternativas o una fuente inevitable de sufrimiento. Nuestra experiencia, tal como la vivimos, depende más de la representación y desarrollo de nuestro mapa mental que del territorio "real" en sí. Por tanto, el mapa no es el territorio.

Nuestro sistema de creencias y valores nos ayuda a dar sentido y coherencia al mundo tal como lo vemos y al que estamos profundamente vinculados. Cuestionar una de nuestras creencias puede desequilibrar todo el sistema, ya que puede afectar de alguna manera otras creencias relacionadas con ella. Y, por regla general, somos muy reacios a modificar nuestras creencias.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 13



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Definición del concepto básico de las habilidades blandas y las fases por las que pasa la persona para organizar el pensamiento..

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

El pensamiento crítico es pensar en tu pensamiento mientras piensas para mejorar tu pensamiento.

En esta lección nos centraremos en presentarle el concepto de Pensamiento Crítico, qué tipo de preguntas deben hacerse y cuáles son las fases que deben seguirse para convertirse en un pensamiento crítico.



Resumen



Definición e importancia del concepto

El pensamiento crítico es la disposición a enfrentar objeciones a las propias creencias, a adoptar una actitud escéptica no solo hacia puntos de vista opuestos a los nuestros, sino también hacia nuestro propio sentido común, es decir, hacia puntos de vista que nos parecen obviamente correctos. Se basa en el razonamiento lógico, la capacidad de trabajar con conceptos, la conciencia de perspectivas y puntos de vista propios y ajenos, y el pensamiento sistémico. Incluye las habilidades componentes de analizar argumentos, evaluar correctamente las declaraciones, hacer inferencias mediante el uso de razonamiento inductivo o deductivo, juzgar o evaluar y tomar decisiones o resolver problemas.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 14



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Comprender los beneficios de tener la capacidad de Pensamiento Crítico en la vida.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

El mundo ha estado cambiando y con el mundo, las demandas laborales y los roles también han cambiado. Las máquinas se están apoderando de la mayoría de las oportunidades laborales. Las empresas empiezan a utilizar IA (Inteligencia Artificial) y con el nuevo mundo se está volviendo más popular en cada paso. Si desea encontrar un lugar en este mundo, debe mejorar sus habilidades blandas y el pensamiento crítico es crucial.

¿Suenan interesantes? Luego, pasemos al breve resumen a continuación.



Resumen



Beneficios del pensamiento crítico

El pensamiento crítico viene con sus beneficios. Aquellos están siguiendo pero no limitado; menos errores en la toma de decisiones y menos falacias lógicas (falso dilema o falsa dicotomía), potenciando la creatividad, fomentando la curiosidad, etc. Sin embargo, siempre existe el riesgo de obtener demasiada información que es importante evitar.

Debido a que el pensamiento crítico le da la capacidad de mejorar y evaluar la situación, es necesario aprender a evitar demasiada información o información innecesaria.

Los consejos a considerar para evitar la sobrecarga:

1. Lecturas proporcionadas por tutores,
2. Considere el propósito de la lectura,
3. Priorice su lectura,
4. Usa la biblioteca de la universidad.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 15



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Prepararte para convertirte en un pensador crítico.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

"No podemos resolver problemas con el mismo pensamiento que usamos cuando los creamos".

El pensamiento es una respuesta inconsciente cuando hay una situación, sin embargo, el pensamiento crítico es una respuesta consciente que necesita entrenamiento de la mente. Es difícil entrenar la mente que se utiliza para reaccionar inconscientemente, por lo que en esta lección te ayudaremos a desarrollar esta habilidad mediante varios ejercicios.



Resumen



Convertirse en un pensamiento crítico

¿Cómo podemos convertirnos en pensadores críticos? Para responder a esta pregunta, se deben conocer las principales características de un pensador crítico: hacer preguntas, evaluar argumentos, admitir falta de comprensión, tener curiosidad, analizar problemas, encontrar nuevas soluciones, analizar interpretaciones y afirmaciones, escuchar con atención y dar la retroalimentación adecuada. , buscando evidencia, rechazando información incorrecta, comparando creencias, formulando ideas centrales, etc.

(Herasymenko, L., Muravska, S., Radul, S., & Pidlubna, O. (2019). *Developing Future Pilots 'Critical Thinking Skills en el marco del inglés de aviación. Revista rumana para la educación multidimensional / Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala, 11.*) Teniendo en cuenta todas las características enumeradas anteriormente, podemos hacer otra pregunta: "¿Qué mentalidad se debe adoptar para el cambio?" Vea a continuación un video con un ejemplo:

<https://www.youtube.com/watch?v=yrPb41hzYdw>

¿Estás listo para cambiar y organizar tu pensamiento?

Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 16



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Comprenda la relación entre el pensamiento crítico y la resolución de problemas y aplíquela a su proceso de pensamiento.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

Para tener una mejor comprensión del pensamiento crítico, se puede utilizar un estudio de resolución de problemas, ya que es un ejercicio de resolución de problemas en sí mismo.

La resolución de problemas es un apoyo esencial para el Pensamiento Crítico y en esta lección aprenderemos a usar metodologías de resolución de problemas para mejorar nuestro proceso de Pensamiento Crítico.



Resumen



Método ideal de resolución de problemas

El objetivo del pensamiento crítico es resolver problemas de forma eficaz mediante el razonamiento. Es la capacidad de reconocer dificultades o complicaciones, identificar una posible solución y hacer un seguimiento para asegurarse de que tuvieron éxito.

La resolución de problemas puede ser un proceso eficaz si tiene en cuenta los pasos y las estrategias fundamentales.

Pensamos críticamente y con una mentalidad de resolución de problemas cuando:

- Confíe en la razón en lugar de la emoción,
- Evaluar una amplia gama de puntos de vista y perspectivas,
- Mantener una mente abierta a interpretaciones alternativas,

- Aceptar nueva evidencia, explicaciones y hallazgos,
- Están dispuestos a reevaluar la información,
- Puede dejar de lado los prejuicios y prejuicios personales,
- Considere todas las posibilidades razonables,
- Evite los juicios apresurados.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de Aprendizaje

Lección 17



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Analicemos más profundamente nuestra forma de pensar.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

Nuestro cerebro tiende a utilizar atajos al tomar decisiones. Tratamos de resolver problemas usando nuestra intuición y presentimientos en lugar del pensamiento racional. Según los hallazgos de Daniel Kahneman, ganador del premio Nobel en 2002, principalmente tomamos decisiones de manera rápida, lo que es la base de un sistema erróneo, llamado sistema heurístico de toma de decisiones.

Su flexibilidad cognitiva es uno de los elementos que están mejorando su tasa de éxito al tomar decisiones racionales. En esta lección veremos cómo funciona nuestro cerebro cuando se enfrenta a problemas y aprenderemos sobre nuestras reacciones a la resolución de problemas.



Resumen



Conocer nuestra forma de pensar

La mayoría de nuestras decisiones las toma el llamado "sistema 1", que es rápido, inconsciente, automático e intuitivo. Sin embargo, hay situaciones en las que nuestro cerebro cambia repentinamente de una forma de pensar inconsciente a una consciente: el llamado "sistema 2". Aquí puede encontrar más información sobre por qué y cómo expandir nuestro sistema de pensamiento racional y cómo los patrones de nuestra percepción nos impiden encontrar soluciones. ¡Aprenda a pensar y actuar de una manera diferente y tome conciencia de los hábitos de pensamiento!

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 18

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Superando los patrones de nuestra percepción

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

Intente resolver un pequeño ejercicio presentado en la película a continuación. Para hacerlo tendrás que demostrar cómo funciona la flexibilidad cognitiva en la práctica. Te verás obligado a superar los patrones de tu percepción. Gracias a este ejercicio, verá que a veces podemos quedarnos atrapados dentro de los límites de nuestro pensamiento rígido.



Resumen



Aprenda sobre nuestro cerebro y nuestros hábitos.

A nuestro cerebro le gustan los hábitos. Gracias a los hábitos nos sentimos seguros porque estamos siguiendo un camino neurobiológico que ya ha sido bien desarrollado por nuestras acciones anteriores. La pregunta es si podemos encontrar suficiente fuerza interior para contrarrestar los atajos en el pensamiento que están involucrados por los hábitos. Todo esto va en contra de una de las emociones humanas más poderosas: la tendencia a querer sentirse seguro.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 19

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Deshazte del efecto de anclaje.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

Intente resolver este problema: *un anciano dejó 17 camellos a sus 3 hijos en su testamento. Decidió que la mitad de los camellos fueran para el hijo mayor, una tercera parte para el segundo hijo y una novena parte para el menor.*



Resumen



Más información sobre el efecto de anclaje

Al evaluar y tomar una decisión, tenemos la tendencia a ceñirnos a la información inicial. En consecuencia, estamos tratando de encontrar la solución a nuestros problemas en estrecha relación con la información ya percibida, mientras nos olvidamos de otras posibles soluciones.

Esta tendencia, denominada efecto anclaje, está en la raíz de la rigidez flexible que dificulta que la mente desvíe la atención para encontrar soluciones creativas. La información inicial adquirida por nuestro cerebro está influyendo mucho en nuestros juicios futuros.

Consulte la siguiente película para ver varias formas de resolver el problema del camello. Verás que es posible superar el efecto anclaje.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 20



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Mejora tu concentración mientras escuchas.

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de las lecciones

Escuchamos a los demás para aprender algo nuevo, para mirar algo que ya sabemos desde un ángulo diferente o para comprender los sentimientos y expectativas de alguien. Escuchar es indispensable para la comunicación, pero el hecho es que, por lo general, no usamos plenamente nuestras habilidades para escuchar. ¡Practiquemos cómo desarrollar estas habilidades!



Resumen



Aprenda sobre la escucha activa

Mientras escuchamos a otras personas, a veces perdemos la concentración. Esto sucede cuando nos viene a la mente el primer pensamiento que no está relacionado con lo que dice el hablante. Por ejemplo, durante una discusión, cuando te dices a ti mismo (por supuesto, no en voz alta) "tiene una forma extraña de hablar", generalmente este es el primer paso para comenzar a imaginar pensamientos posteriores y, en consecuencia, te desvías del proceso de escuchando. Te invitamos a hacer uso de esta película y a entrenar tus habilidades de concentración durante la escucha:

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Siguiente paso: aprender sobre la comunicación interpersonal

Una vez que dominamos nuestro comportamiento interno, podemos observar el proceso dinámico de la comunicación interpersonal. Con suerte, estamos listos para ayudar a otros a desarrollar sus habilidades de flexibilidad cognitiva.

Aprenda a utilizar las herramientas adecuadas: palabras, frases y preguntas que se utilizan en un diálogo. De esta manera, mejore sus habilidades interpersonales y sea un miembro más eficaz del equipo.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 21



Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar su Curiosidad Intelectual

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

La evolución nos convirtió en las mejores máquinas de aprendizaje, y las mejores máquinas de aprendizaje deben estar aceitadas por la curiosidad. Es el bono de exploración incorporado de nuestra naturaleza. Hemos evolucionado para dejar los caminos trillados, probar cosas, distraernos y, en general, parecer que estamos perdiendo el tiempo: tal vez estemos perdiendo el tiempo hoy, pero los algoritmos de aprendizaje en nuestro cerebro saben que algo que aprendimos hoy por casualidad. será útil mañana!

Por lo tanto, la curiosidad es con frecuencia el motor que impulsa el aprendizaje y los logros. Como la curiosidad es algo que no se puede enseñar, no se puede exigir en el programa de estudios. No se puede probar fácilmente. Pero es una chispa que se puede encender. Es algo que se puede nutrir.

En la siguiente lección, lo invitamos a poner su “curiosidad” bajo el microscopio y comenzar a investigar su propia naturaleza.

Además, use todas sus habilidades y las herramientas proporcionadas por las lecciones, para aumentar su curiosidad y convertirse en un mejor aprendiz, ¡y potencialmente en el mejor futuro trabajador del sector aeroespacial / aeronáutico!



Resumen: ¡Empecemos! Introducción a la curiosidad intelectual

¡La curiosidad es un regalo incomparable que nos otorga la naturaleza! Ha guiado a la raza humana a través de los mayores inventos y ha estado dentro de los impulsos generales de evolución de nuestro cerebro.

Sin embargo, la curiosidad de cada persona se expresa de diferentes maneras hacia varios contextos, por lo que es importante, en primer lugar, comprender que cada persona es única. Por lo tanto, lo desafiamos a seguir el primer capítulo de la lección de Moodle y ver dónde se encuentra su curiosidad.

Ejercicio: *Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).*



Mapa de aprendizaje

Lección 22

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar su Curiosidad Intelectual

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

En esta lección, intentaremos llevar la curiosidad al siguiente nivel.

¡Exploremos algunos de los beneficios de la curiosidad y las diferentes perspectivas de la curiosidad y finalmente veamos cuán CURIOSO eres en realidad!



Resumen



¿Realmente necesito ser "curioso"...?

Lo quieras o no, ¡eres curioso por naturaleza! Se sabe que las personas curiosas hacen una gran cantidad de preguntas espontáneas, leen en profundidad, examinan imágenes interesantes, manipulan objetos interesantes, investigan cómo piensan, sienten y se comportan otras personas, toman riesgos para adquirir nuevas experiencias y persisten en tareas desafiantes. ¿Suena familiar? ¡Eso es porque ya los haces en tu vida diaria! Quizás no por una cosa en específico, pero en general.

Sin embargo, a estas alturas ya ha entendido que la curiosidad se expresa de muchas formas diferentes para diferentes personas. Entonces, ¿qué tal si hacemos una autoevaluación y sacamos el mejor partido de su propio superpoder?

Exercise: For more information, we invite you to assist Moodle course [here](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 23

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar su Curiosidad Intelectual

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

"¿Por qué no tengo tanta curiosidad como me gustaría?"

En esta lección, el objetivo es ver cómo puede volverse más curioso al explorar herramientas que lo ayuden a practicar la identificación intelectual de sentimientos, pensamientos y actitudes.



Resumen



¿Qué me retiene?

No siempre nos desempeñamos al 100% en todo, ¡y de ninguna manera se supone que lo hagamos! Como exploró y descubrió anteriormente, su curiosidad es única y, por lo tanto, debe apreciar sus fortalezas y mejorar aún más sus campos de potencial. Habiendo pasado por el estado de autoevaluación, ahora lo desafiamos a analizar su propia persona y "salir" de sí mismo para ver las cosas objetivamente:

Cómo te comportas, qué sientes, ves, haces, etc., serán algunas de las preguntas que analizarás en los ejercicios de este capítulo, ¡para así tener una visión holística de tu-yo-curioso!

Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 24

Público Objetivo: Futuros trabajadores.

Objetivo: Desarrollar su Curiosidad Intelectual

Recursos didácticos: Vídeo de apoyo; Libro de Aprendizaje; QR NoteBook; curso Moodle



Objetivos de la lección

El cambio real solo puede llegar a través de planes de actividades detallados que intervendrán con aspectos programados en la vida diaria. El objetivo principal de esta lección es concentrarse en ejercicios que establecerán un plan "saludable" para usted, para iniciar un plan de cambio de comportamiento fructífero y comprometido.



Resumen



¡Manos a la obra, es hora de cambiar!

Entonces, ahora imagina lo que sucederá si reúnes todos tus superpoderes de curiosidad en torno a tus objetivos. Llegará el momento en que avanzarás a un ritmo nunca antes imaginado y conquistarás nuevos conocimientos, ¡incluso serás un innovador! ¡Para lograr tales hazañas, algunos de sus comportamientos deben optimizarse para ser la mejor versión de usted! En este capítulo final, lo armaremos con herramientas estratégicas que pueden organizar sus acciones en torno a sus objetivos.

Ejercicio: Para más información te invitamos a asistir al curso de Moodle [Aquí](#).



Mapa de aprendizaje

Lección 25



Público Objetivo: Futuros trabajadores

Objetivo: Industria 4.0 y nuevas oportunidades laborales

Recursos didácticos: Libro de Aprendizaje; QR NoteBook;



Objetivos de la lección

¡Llegamos a la última lección! Con esta lección pretendemos que concretes los aprendizajes logrados, comprendiendo que debes introducirlos en su vida diaria.

Para eso, se le proporcionará un plan de aprendizaje diario que aplicado será el vehículo para llevar a cabo el trabajo realizado.



Resumen

Ahora ha terminado su aprendizaje al completar la última lección de este curso.

Sin embargo, como habrás notado, el camino no termina con la consecución de un solo objetivo. En el desafío encontrarás la oportunidad de crecer, de conocerte más, de usar cada vez más la tecnología. Si te sientes capaz de buscar siempre tu mejor versión, encontrarás oportunidades que te harán excepcional.

Pero como también aprendiste, todo aprendizaje implica exigencias. Ensayos y errores que te acercarán a la excelencia. Por tanto, debes acompañar el cambio. No huyas de lo que te asusta, más bien mira en ti mismo los mecanismos que te harán remangarte y aprender.

El mundo en sí mismo es un desafío. No fue la tecnología lo que lo hizo cambiar. Fue el que vino antes que tú y quería más. Fueron los que se dieron cuenta de que al aumentar sus propios estándares exigentes, nunca se atreverían a producir algo que se considerara mediocre.

No olvides que, para crecer, no basta con realizar las tareas diarias. Tienes que trabajar en tus habilidades sociales y mejorarlas continuamente.

Date cuenta de que esto es lo que se espera de ti. Lo que podrá aprender continuamente, cómo se verá a sí mismo, capaz de salir de la caja. No evite el cambio, intente anticiparlo. Estudio: usted mismo y el mercado.

Como dijo Steve Jobs, “tu tiempo es limitado, así que no lo desperdicias viviendo la vida de otra persona. (...) Ten el valor de seguir tu corazón y tu intuición. Ellos ya saben en quién quieres convertirte.

Para ayudarlo a continuar su viaje hacia el futuro, hemos delineado un camino en X pasos. Construimos la primera parte, pero debes ser capaz de ponerla en práctica. Disciplina y recuerda que debes trabajar en tu desempeño todos los días. Si hace esto, podrá disfrutar fácilmente de su éxito. ¡Buen trabajo!

Ejercicio

- Diseña tu proyecto de futuro (percibe tus metas: puedes aplicarlo a una tarea o una meta).
- Visualice su desempeño ideal (comprenda lo que necesita para lograr lo que se propuso y comprenda cómo se sentirá al final cuando haya completado su plan).
- Organícese, considerando lo que ha diseñado. Resuma sus prioridades y administre su tiempo.
- Aprender. Estudia tanto como puedas. Lea sobre su mercado. Comprenda sus requisitos, pero también sus novedades. Trabaja en tus habilidades leyendo, estudiando y escuchando. Por error, logramos ganar muchas veces. Recuerde que Coca-cola, por ejemplo, apareció por una producción deficiente de lo que debería haber sido un medicamento.
- Y finalmente, libérate de la racionalización y la distracción (debes ser capaz de relajar tu pensamiento y para eso recuerda: ¡las excusas son el enemigo! Concéntrate para dar rienda suelta a tu creatividad). No olvides darle un buen uso a la tecnología, trabajar en ella de forma inteligente, para simplificar tu día a día.

Todo esto lo llevará a ser mejor si se disciplina y se motiva continuamente.

¡Esta es una era de desafíos, pero es un desafío en el que se basa el éxito!