# Apoyo Desafío - Análisis de caso

|  |  |
| --- | --- |
| **Nombre Estudiante** |  |
| **Generación** | Marzo 2024 |

1. Según lo presentado en el caso, los métodos de estudio de Rocío no han sido suficiente, por ello, te solicitamos sugerirle 2 métodos de organización de los revisados en la lectura en el apartado de auto aprendizaje, y justifica la elección.

(**2 Puntos**)

|  |  |
| --- | --- |
| **Método 1** | **Método 2** |
| Resumen(tomar apuntes)  La mente es frágil, sobre todo si son muchas palabras o conceptos nuevos, se deben anotar en forma física o digital para cuando se tengan dudas poder volver a leer ese contenido. | Ejemplos(practicar)  Después de las clases se debe poner en marcha lo aprendido, creando nuevos problemas con ejemplos totalmente creados por uno mismo. |

1. Rocío está claramente frustrada porque no obtiene los resultados que ella espera, por eso, debes sugerirle un paso a paso para que ella pueda identificar su frustración y trabajarla. En este ítem, te debes guiar de la lectura, en el apartado “*Técnicas para gestionar la tolerancia a la frustración*”.

(**2,5 Puntos**)

|  |  |
| --- | --- |
| **Técnicas para gestionar la tolerancia a la frustración** | |
| Paso 1: Reconoce cuando te sientas frustrado | El primer paso es darse cuenta del problema |
| Paso 2: Confía en tu potencial | En ocasiones uno mismo no sabe de lo que es capaz de lograr |
| Paso 3: Conoce tus limitaciones | Todos debemos saber hasta dónde podemos llegar(ejemplo respirar profundo y tomar un break para aclarar ideas) |
| Paso 4: No tomes nada personal | A veces son solo cosas del momento |
| Paso 5: Ajusta tu estrategia | Si no funciona bien replantearla o bien cambiarla |

1. El trabajo en equipo es una dificultad para Rocío. Para apoyarla, deberás completar el siguiente cuadro comparativo declarando las ventajas y desventajas del trabajo en equipo (al menos 4 ventajas y al menos 2 desventajas), que le permitan visualizar a Rocío un panorama general, y luego entrega tus recomendaciones, siguiendo la siguiente pauta:

(**3 Puntos**)

|  |  |
| --- | --- |
| **Ventajas** | **Desventajas** |
| División de trabajo | Temor a la critica |
| Aportar donde tengo mayor experiencia | Posible mal liderazgo |
| Resolver inquietudes | Bajo rendimiento de alguien del equipo |
| Establece estructuras más  flexibles y participativas | Excesivas reuniones pueden resultar improductivas |

|  |
| --- |
| **Recomendaciones:**  Como recomendación puedo agregar que el trabajo en equipo tiene mayores beneficios que desventajas, ya que hay más ideas en el aire y mayor posibilidad de éxito.  Otra recomendación es que se debe seleccionar bien al equipo, para lograr buenos frutos.  Una última recomendación sería planificar bien el trabajo con un cronograma. |

1. La oferta que recibe Rocío es muy tentadora, y solucionaría muchos de sus problemas, sin embargo, es poco ético. Por ello, escribe a Rocío al menos 5 razones por las cuales no debería aceptar este trato teniendo cómo idea principal que esto puede afectar a la industria TI cuando se desempeñe en labores relacionadas.

(**2,5 Puntos**)

|  |  |
| --- | --- |
| **N°** | **Descripción** |
| **1** | Falta de originalidad |
| **2** | No poner en marcha sus conocimientos |
| **3** | No es ético |
| **4** | Se elimina la posibilidad de un buen feedback, para saber como es su avance |
| **5** | Solo se hace daño a su propia persona por mentir |