

Construyendo Confianza: Empatía y Relaciones Sólidas en el Trabajo

Desarrollo Personal y Competencias Emocionales | Empatía y relaciones interpersonales | Aprendizaje Colaborativo

Descripción

Este plan de clase está diseñado para adultos en educación para el trabajo y tiene como propósito fundamental crear un clima de confianza en el aula a través del desarrollo de habilidades de empatía y relaciones interpersonales. Los estudiantes aprenderán a expresar sus necesidades, preocupaciones y problemas en un ambiente seguro y respetuoso, fortaleciendo su autoestima y autonomía. Este aprendizaje es vital para mejorar la comunicación y la colaboración en cualquier entorno laboral, facilitando la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

La metodología de Aprendizaje Colaborativo fomenta la interacción activa y el apoyo mutuo entre los participantes, permitiendo que cada uno aporte desde su experiencia y perspectiva. Con este plan, los estudiantes desarrollarán competencias emocionales que les ayudarán a construir relaciones laborales basadas en la comprensión y el respeto, mejorando así su desempeño profesional y bienestar personal.

Objetivos de Aprendizaje

- Expresar de manera clara y respetuosa sus necesidades, preocupaciones y problemas dentro del grupo.
- Identificar y practicar estrategias para fortalecer la autoestima y la autonomía personal.
- Demostrar habilidades de empatía para comprender y respetar las perspectivas de otros compañeros.
- Colaborar activamente en grupos pequeños para construir un ambiente de confianza y respeto mutuo.

Recursos Necesarios

- Hojas de papel (1 por participante para actividades de reflexión y mapas mentales).
- Marcadores o bolígrafos de colores (al menos 1 por estudiante).
- Cartulinas para cada grupo (3-4 por sesión para actividades grupales).
- Proyector o pantalla para videos y presentaciones breves.
- Video corto introductorio sobre confianza y empatía (3-5 minutos).
- Reloj o cronómetro para control de tiempos.
- Espacio adecuado para trabajo en grupos pequeños y plenaria.

Requisitos Previos

- Habilidades básicas de comunicación verbal y escucha activa.

- Experiencia previa mínima en trabajo colaborativo o en grupos.
- Disposición para participar y compartir experiencias personales en un ambiente de respeto.
- Conocimiento previo sobre la importancia de las relaciones interpersonales en el trabajo.

Actividades

Plan de Clase: Crear un Clima de Confianza

Sesión 1: Abriendo Espacios para la Expresión Personal

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Presentar el objetivo de crear un clima de confianza y motivar a los estudiantes a compartir sus experiencias y emociones para fortalecer la comunicación.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Saluda y invita a los estudiantes a pensar en una ocasión en que se sintieron cómodos para expresar una preocupación o necesidad en un grupo. Pregunta: "¿Qué facilitó que pudieras expresarte con confianza?"
- **Estudiantes:** Comparten brevemente en plenaria (máximo 2 minutos cada uno) sus experiencias.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un video corto (3 minutos) que ilustra cómo la confianza mejora las relaciones laborales y el bienestar personal.
- **Estudiantes:** Observan el video y reflexionan sobre su importancia.

Contextualización:

- **Docente:** Explica cómo crear un clima de confianza es clave para que todos puedan expresar sus necesidades y sentirse valorados en el trabajo y en la vida diaria.
- **Estudiantes:** Relacionan la explicación con sus contextos personales y laborales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se introduce el tema mediante la reflexión grupal y actividades en grupos pequeños para conocer necesidades y preocupaciones personales.

• Actividad 1: "Mi Espacio Seguro"

- **Objetivo:** Expresar necesidades y preocupaciones en un entorno de confianza.
- **Instrucciones:** El docente divide a los estudiantes en grupos de 4. Cada participante comparte una necesidad o preocupación personal o laboral que le gustaría expresar con respeto y sin juicio.

- **Organización:** Grupos de 4 personas.
- **Producto:** Lista grupal de necesidades comunes que se escriben en una cartulina.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Observa que todos participen, fomenta el respeto y la escucha activa; pregunta: "¿Cómo se sintieron al compartir?"

• **Actividad 2: "Fortaleciendo la Autoestima"**

- **Objetivo:** Identificar fortalezas personales para aumentar la autonomía y autoestima.
- **Instrucciones:** En el mismo grupo, cada participante escribe en su hoja tres cualidades o habilidades propias que le ayudan a sentirse seguro. Luego, comparten y el grupo complementa con observaciones positivas.
- **Organización:** Grupos de 4 personas.
- **Producto:** Papel con lista de fortalezas personales y feedback positivo del grupo.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita que se mantenga un ambiente positivo, resalta la importancia del reconocimiento mutuo.

• **Actividad 3: "Acuerdos para la Confianza"**

- **Objetivo:** Construir normas grupales para mantener un clima de confianza y respeto.
- **Instrucciones:** Cada grupo elabora 3 acuerdos para asegurar que todos se sientan seguros para expresarse, luego los comparte en plenaria.
- **Organización:** Grupos de 4 personas y plenaria.
- **Producto:** Cartulina con acuerdos grupales y exposición breve en plenaria.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol del docente:** Anima la participación y sintetiza acuerdos comunes para toda la clase.

Diferenciación: Para quienes terminan antes, se les invita a preparar una breve reflexión escrita sobre cómo podrían aplicar los acuerdos en su entorno laboral. Para quienes requieren apoyo, se ofrece guía individual para expresar sus ideas o se les asigna un rol de escucha activa.

Transición: El docente conecta la sesión con la siguiente mostrando cómo la confianza se construye día a día, y en la próxima sesión explorarán más a fondo la empatía como herramienta clave.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Cada estudiante escribe en una tarjeta una palabra que represente lo más importante que aprendió hoy.
- **Reflexión metacognitiva:** El docente pregunta:
 - ¿Cómo me sentí al compartir mis necesidades y fortalezas?
 - ¿Qué puedo hacer para aportar a un ambiente de confianza?

- **Retroalimentación:** El docente reconoce los aportes y el clima positivo generado.
- **Transferencia:** Se anticipa que en la siguiente sesión se profundizará en la empatía y escucha activa.
- **Tarea:** Invitar a practicar durante la semana expresar una necesidad o preocupación respetuosamente en algún ámbito personal o laboral y observar la reacción.

Sesión 2: Empatía y Escucha Activa para Profundizar la Confianza

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Reconectar con la experiencia previa y motivar para practicar la empatía como base para la confianza.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que en parejas compartan brevemente cómo les fue con la tarea de expresar una necesidad o preocupación.
- **Estudiantes:** Comparten en parejas durante 5 minutos.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una situación laboral común donde la falta de empatía genera conflictos.
- **Estudiantes:** Analizan brevemente la situación y comentan posibles soluciones.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la empatía es la habilidad para entender y respetar los sentimientos y necesidades del otro, esencial para crear un clima de confianza.
- **Estudiantes:** Reflexionan sobre la importancia de esta habilidad en sus vidas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Actividad 1: "Escucha Activa en Acción"

- **Objetivo:** Practicar la escucha activa para comprender mejor a los otros.
- **Instrucciones:** En parejas, un estudiante comparte una experiencia personal relacionada con una preocupación laboral y el otro practica la escucha activa, demostrando comprensión y validación sin interrumpir.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Feedback verbal entre compañeros sobre cómo se sintieron escuchados.
- **Tiempo:** 20 minutos (10 minutos por turno).
- **Rol del docente:** Observa y ofrece retroalimentación para mejorar la escucha activa.

Actividad 2: "Historias desde la Empatía"

- **Objetivo:** Desarrollar empatía al ponerse en el lugar del otro.

- **Instrucciones:** En grupos de 3-4, cada participante relata una situación difícil y los demás describen cómo creen que se sintió y qué necesitaba esa persona.
- **Organización:** Grupos de 3-4 personas.
- **Producto:** Lista de emociones y necesidades identificadas, escrita en cartulina.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita que las interpretaciones sean respetuosas y basadas en lo escuchado.

• **Actividad 3: "Compromisos Empáticos"**

- **Objetivo:** Establecer compromisos personales para aplicar la empatía y la escucha activa.
- **Instrucciones:** Cada estudiante redacta un compromiso personal sobre cómo practicará la empatía en su entorno laboral o familiar.
- **Organización:** Individual y luego compartido en plenaria.
- **Producto:** Cartulina o tarjeta con compromiso personal.
- **Tiempo:** 5 minutos.
- **Rol del docente:** Invita a compartir voluntariamente y reconoce la importancia de los compromisos.

Diferenciación: Estudiantes con mayor facilidad pueden preparar un pequeño role play para mostrar técnicas de escucha activa. Quienes necesiten apoyo, pueden recibir preguntas guía para expresar sus emociones.

Transición: El docente enlaza esta sesión con la siguiente, donde se abordará cómo manejar conflictos desde un clima de confianza y respeto.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Ronda rápida donde cada estudiante dice una palabra que refleje lo que aprendió sobre empatía.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Cómo me ayudó escuchar activamente a comprender mejor a mi compañero?
 - ¿Qué puedo hacer para mejorar mi empatía en el trabajo?
- **Retroalimentación:** El docente enfatiza los avances y la importancia del compromiso para el clima grupal.
- **Transferencia:** Se invita a aplicar la escucha activa en interacciones reales durante la semana.
- **Tarea:** Observar una situación en su entorno donde la falta de empatía genere tensión y preparar un breve relato para compartir en la próxima sesión.

Sesión 3: Resolución de Conflictos con Respeto y Autonomía

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Vincular la empatía y la confianza con la capacidad para manejar conflictos de manera autónoma y respetuosa.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que algunos estudiantes compartan la situación observada sobre falta de empatía y tensión que prepararon como tarea.
- **Estudiantes:** Comparten y escuchan atentamente.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Plantea la pregunta: "¿Cómo podríamos resolver este conflicto para que todas las personas se sientan respetadas?"
- **Estudiantes:** Responden y generan ideas iniciales.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la autonomía y autoestima fortalecida permite manejar conflictos con respeto y que el clima de confianza facilita esta resolución.
- **Estudiantes:** Relacionan esta explicación con sus propias experiencias.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

• Actividad 1: "Análisis de Caso de Conflicto"

- **Objetivo:** Identificar elementos que afectan la confianza y la empatía en un conflicto laboral.
- **Instrucciones:** El docente presenta un caso escrito corto donde hay un conflicto típico en el trabajo, divide la clase en grupos de 4 para analizar causas, emociones implicadas y posibles soluciones respetuosas.
- **Organización:** Grupos de 4 personas.
- **Producto:** Mapa mental o esquema en cartulina que muestre análisis y propuestas.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Orienta, pregunta: "¿Qué emociones están presentes?", "¿Qué se podría hacer para que todos se sientan escuchados?"

• Actividad 2: "Role Play: Resolviendo Conflictos"

- **Objetivo:** Practicar habilidades para resolver conflictos con autonomía y respeto.
- **Instrucciones:** Los grupos representan el conflicto y su solución con base en el análisis previo, usando diálogos que reflejen empatía y respeto.
- **Organización:** Grupos de 4 personas y luego plenaria.
- **Producto:** Presentación breve de role play.
- **Tiempo:** 15 minutos (10 para preparación, 5 para presentaciones).
- **Rol del docente:** Modera las presentaciones, ofrece retroalimentación enfocada en la expresión de necesidades, empatía y autonomía.

• Actividad 3: "Compromiso Personal de Resolución"

- **Objetivo:** Fortalecer la autonomía y responsabilidad personal para manejar conflictos.
- **Instrucciones:** Individualmente, cada estudiante escribe en una hoja un compromiso concreto para actuar respetuosamente ante futuros conflictos.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Hoja con compromiso personal.
- **Tiempo:** 5 minutos.
- **Rol del docente:** Invita a compartir voluntariamente y reconoce los compromisos.

Diferenciación: Quienes finalizan antes pueden ayudar a otros compañeros a preparar el role play o diseñar una lista de frases empáticas para conflictos. Los que requieren apoyo pueden recibir ejemplos o preguntas guía para formular sus compromisos.

Transición: El docente conecta con la última sesión que consolidará todo lo aprendido en un ambiente de confianza y respeto.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Ronda rápida donde cada estudiante menciona una palabra o frase que describa cómo manejará un conflicto.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué aprendí hoy sobre la resolución de conflictos?
 - ¿Cómo puedo aplicar lo que aprendí para fortalecer mi autonomía?
- **Retroalimentación:** El docente valora la participación y refuerza la importancia del respeto y la autonomía.
- **Transferencia:** Invita a poner en práctica los compromisos y observar resultados.
- **Tarea:** Aplicar un compromiso de resolución de conflicto en su entorno laboral o personal y preparar un breve informe para la sesión final.

Sesión 4: Consolidando un Clima de Confianza y Autonomía

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Revisar experiencias aplicando lo aprendido y preparar la construcción colectiva del clima de confianza.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que algunos estudiantes compartan brevemente su experiencia aplicando un compromiso en su entorno.
- **Estudiantes:** Comparten y escuchan.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Refiere cómo el compartir y respetar fortalece la confianza.
- **Estudiantes:** Se preparan para la actividad principal colaborativa.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que construirán un mural o mapa colectivo que refleje el clima de confianza ideal para su grupo.
- **Estudiantes:** Se motivan para participar activamente.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

• **Actividad 1: "Mapa Colectivo del Clima de Confianza"**

- **Objetivo:** Integrar aprendizajes para definir características y acciones que fomentan la confianza y el respeto.
- **Instrucciones:** En grupos de 4, los estudiantes elaboran un mapa mental o mural con palabras, dibujos y frases que representen un clima de confianza y cómo mantenerlo.
- **Organización:** Grupos de 4 personas.
- **Producto:** Mural o cartel colectivo.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita que se integren ideas de autoestima, empatía, escucha activa y resolución de conflictos.

• **Actividad 2: "Presentación y Reflexión Colectiva"**

- **Objetivo:** Compartir y reflexionar sobre el clima de confianza construido.
- **Instrucciones:** Cada grupo presenta su mapa y el docente guía una reflexión sobre los puntos comunes, retos y compromisos para mantener el clima.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Reflexión grupal y acuerdos finales.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Modera, sintetiza y refuerza la importancia del respeto y la autonomía.

Diferenciación: Estudiantes con mayor facilidad pueden apoyar en la síntesis de acuerdos o en diseñar frases motivadoras para el mural. Quienes necesitan apoyo pueden expresarse con dibujos o palabras clave.

Transición: El docente concluye enfatizando que el clima de confianza es un compromiso diario y que cada uno es responsable de mantenerlo.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Cada estudiante dice una acción concreta que realizará para aportar al clima de confianza.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué he aprendido sobre mi capacidad para expresar mis necesidades y fortalecer mi autoestima?

- ¿Cómo puedo seguir construyendo un ambiente de respeto y confianza en mi entorno?
- **Retroalimentación:** El docente felicita el esfuerzo colectivo y anima a mantener los compromisos.
- **Transferencia:** Se sugiere aplicar lo aprendido en cualquier espacio laboral o personal y mantener la práctica constante.
- **Tarea final:** Invitar a reflexionar y escribir un breve autoevaluación sobre su crecimiento en la confianza y relaciones interpersonales, para compartir en una próxima reunión o entrega.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Inicio de la sesión 1 con la pregunta sobre experiencias previas de confianza y expresión.
- **Formativa:** Durante las actividades colaborativas en todas las sesiones (observación, preguntas guía, retroalimentación continua).
- **Sumativa:** En la sesión 4, mediante la presentación del mapa colectivo y la reflexión final, además de la autoevaluación escrita como tarea final.

Criterios de evaluación:

- Expresa necesidades y preocupaciones de forma clara y respetuosa (objetivo 1).
- Identifica y utiliza fortalezas personales para la autoestima y autonomía (objetivo 2).
- Demuestra habilidades empáticas y escucha activa en interacciones grupales (objetivo 3).
- Participa colaborativamente en la construcción de un clima de confianza y respeto (objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación directa de participación y habilidades sociales.
- Rúbrica para evaluar presentaciones y compromisos personales.
- Portafolio con productos generados: listas, compromisos escritos, mapas mentales y autoevaluación.
- Autoevaluación y coevaluación para reflexionar sobre el propio aprendizaje y el de compañeros.

Evidencias de aprendizaje:

- Listas grupales de necesidades y fortalezas personales.
- Compromisos personales escritos para aplicar empatía y resolución de conflictos.
- Mapas mentales y murales colectivos que reflejan el clima de confianza.
- Participación activa en role plays y discusiones grupales.
- Autoevaluaciones escritas que demuestran reflexión y crecimiento.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la Fase de Inicio

En nuestro día a día, ya sea en el trabajo, en la familia o en la comunidad, la confianza es la base que sostiene nuestras relaciones. Para quienes están en proceso de formación para el trabajo, crear un ambiente donde podamos expresarnos con libertad y ser escuchados sin juicio es fundamental para nuestro bienestar y para el éxito colectivo. Actualmente, en muchos espacios laborales y sociales, las personas enfrentan retos como la inseguridad, la falta de comunicación efectiva y la desconfianza, lo que puede generar conflictos y limitar el crecimiento personal y profesional. Por ejemplo, en el entorno laboral, un compañero que no confía en otro puede evitar compartir información importante, lo que afecta el trabajo en equipo y la productividad. Además, en tiempos recientes, con los cambios en la forma de trabajar, como el trabajo remoto o híbrido, se ha vuelto aún más necesario fortalecer la empatía y la confianza para mantener relaciones sólidas y un ambiente positivo.

En esta primera sesión, los invitamos a reflexionar sobre sus propias experiencias y sentimientos en relación con la confianza y la empatía. Este espacio está pensado para que puedan expresar sus necesidades, preocupaciones y problemas, sabiendo que serán escuchados con respeto y comprensión. Al fortalecer su autoestima y autonomía, juntos construiremos un clima de confianza que beneficiará no solo su aprendizaje sino también su vida personal y laboral.

Desarrollo - Rubrica

Rúbrica para Evaluar el Proceso de Aprendizaje: Construyendo Confianza, Empatía y Relaciones Sólidas en el Trabajo

Esta rúbrica está diseñada para medir el progreso de adultos en educación para el trabajo en el desarrollo de habilidades para expresar necesidades y preocupaciones, fortalecer la autoestima y autonomía, y fomentar un ambiente de comprensión y respeto, durante las 4 sesiones de 1 hora cada una.

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Satisfactorio (2)	Necesita Mejorar (1)
Expresión de necesidades, preocupaciones y problemas	Comunica sus ideas y emociones con claridad y confianza, aportando ejemplos concretos y participando activamente en discusiones grupales.	Expresa sus ideas y emociones con claridad en la mayoría de las ocasiones, aunque con alguna dificultad para profundizar o compartir en grupo.	Se expresa de forma limitada o poco clara, requiere apoyo para identificar y compartir sus necesidades o preocupaciones.	Evita expresar sus necesidades o preocupaciones, muestra poca participación o resistencia al diálogo.

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Satisfactorio (2)	Necesita Mejorar (1)
Fortalecimiento de la autoestima	Muestra confianza en sí mismo y reconoce sus fortalezas y áreas de mejora con actitud positiva y proactiva.	Reconoce sus fortalezas y desafíos, pero con menor seguridad o consistencia en su actitud.	Muestra dificultad para identificar sus fortalezas y suele enfocarse en las limitaciones.	Muestra baja autoestima, inseguridad o autocrítica negativa persistente.
Autonomía en el aprendizaje y la toma de decisiones	Demuestra iniciativa para resolver problemas y tomar decisiones dentro del grupo, aportando soluciones y asumiendo responsabilidades.	Toma decisiones con cierta independencia, pero requiere apoyo o confirmación del grupo o facilitador.	Muestra dependencia para la toma de decisiones y requiere guía constante.	No participa en la toma de decisiones ni muestra iniciativa para actuar de forma autónoma.
Comprensión y respeto hacia otros participantes	Escucha activamente, valida opiniones diferentes y contribuye a un clima respetuoso y empático en todas las sesiones.	Generalmente muestra respeto y comprensión, aunque en ocasiones puede mostrar falta de atención o tolerancia.	Muestra comportamientos irrespetuosos o dificultad para aceptar puntos de vista diferentes ocasionalmente.	Manifiesta actitudes negativas o falta de respeto hacia otros participantes de forma recurrente.
Participación en actividades colaborativas	Participa activamente en todas las actividades grupales, fomenta la colaboración y apoya a sus compañeros.	Participa en la mayoría de actividades, aunque con menor iniciativa para apoyar o colaborar.	Participa de forma limitada o pasiva en actividades grupales.	No participa o dificulta la dinámica grupal.

Desarrollo - Rubrica

Rúbrica para Evaluar el Proceso de Aprendizaje: Construyendo Confianza

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	En proceso (1)
------------------	----------------------	------------------	----------------------	-----------------------

Expresión de necesidades, preocupaciones y problemas	Participa activamente expresando sus necesidades y preocupaciones con claridad y respeto, fomentando el diálogo colaborativo.	Comparte sus necesidades y preocupaciones de manera clara, pero con menor frecuencia o profundidad.	Se expresa de forma limitada o con dificultad para comunicar sus necesidades y preocupaciones.	No logra expresar sus necesidades ni preocupaciones durante las actividades.
Fortalecimiento de la autoestima	Demuestra confianza en sí mismo, reconoce sus fortalezas y contribuye positivamente al grupo.	Muestra confianza moderada y reconoce algunas fortalezas personales.	Presenta inseguridad al participar y tiene dificultad para identificar fortalezas propias.	No evidencia confianza ni reconocimiento de habilidades personales.
Autonomía en la participación	Asume iniciativa para contribuir y resolver problemas dentro del grupo, mostrando independencia.	Participa con apoyo, pero muestra cierta capacidad para actuar de forma autónoma.	Depende frecuentemente de indicaciones para participar o resolver tareas.	No muestra autonomía ni interés en participar activamente.
Comprensión y respeto hacia los demás	Escucha activamente y respeta opiniones diferentes, promoviendo un ambiente colaborativo y empático.	Generalmente muestra respeto y comprensión hacia otros, con pocas excepciones.	A veces presenta dificultades para aceptar y respetar puntos de vista distintos.	No muestra respeto ni comprensión hacia las opiniones o emociones de los demás.
Colaboración y trabajo en equipo	Contribuye consistentemente, apoya a compañeros y fomenta la cooperación para alcanzar objetivos comunes.	Participa en el equipo, aunque en ocasiones requiere motivación para colaborar plenamente.	Contribuye de forma limitada y a veces dificulta la dinámica grupal.	No participa ni coopera con el grupo durante las actividades.

Cierre - Retroalimentar

Estrategias de Retroalimentación para el Cierre

Para el plan de clase "Construyendo Confianza: Empatía y Relaciones Sólidas en el Trabajo", las estrategias de retroalimentación al cierre deben ser constructivas, específicas, y alineadas con los objetivos de aprendizaje, enfocándose en que los participantes expresen sus necesidades, preocupaciones y problemas, y fortalezcan su autoestima y autonomía en un ambiente de respeto y comprensión. A continuación, se proponen varias estrategias adecuadas para adultos en educación para el trabajo, considerando la duración total del plan y la metodología de

- **Retroalimentación en Ronda de Cierre Compartido:**

- Al finalizar cada sesión, organizar una ronda donde cada participante comparta brevemente qué aprendió acerca de expresar sus necesidades o cómo se sintió al fortalecer la autonomía.
- El docente modera y ofrece comentarios específicos, reconociendo esfuerzos y aportaciones clave, resaltando ejemplos concretos de respeto y comprensión entre compañeros.
- Duración sugerida: 10 minutos por sesión.

- **Uso de Preguntas Guiadas para la Reflexión:**

- Proponer preguntas concretas para que los participantes reflexionen y compartan, por ejemplo:
 - ¿Qué estrategia te ayudó más a expresar tus necesidades hoy?
 - ¿Cómo puedes aplicar lo aprendido para mejorar la confianza en tu lugar de trabajo?
 - ¿Qué actitud de respeto y empatía observaste en tus compañeros que te gustaría replicar?
- El docente responde resaltando fortalezas individuales y grupales, y sugiere áreas de mejora de forma positiva y empática.
- Duración: 10 minutos.

- **Feedback en Pequeños Grupos de Apoyo:**

- Dividir a los participantes en grupos de 3-4 para que intercambien comentarios sobre cómo cada uno expresó sus necesidades o manejó una situación difícil durante la sesión.
- Fomentar un ambiente de respeto donde se destaque lo positivo y se propongan sugerencias concretas para mejorar.
- El docente circula para facilitar, asegurando que la retroalimentación sea constructiva y específica.
- Duración: 15 minutos.

- **Registro de Logros y Compromisos Personales:**

- Invitar a cada participante a escribir en una hoja o cuaderno un logro personal relacionado con la sesión y un compromiso para continuar fortaleciendo su autoestima y autonomía.
- El docente puede leer algunos ejemplos en voz alta, destacando el progreso y animando a mantener una actitud de respeto y comprensión.
- Esta actividad promueve la autoevaluación y el seguimiento personal.
- Duración: 10 minutos.

- **Evaluación Formativa a través de Auto y Coevaluación:**

- Al concluir la última sesión, aplicar una breve evaluación donde cada participante valore su propio avance y el de sus compañeros en habilidades de empatía, expresión de necesidades y construcción de confianza.
- Utilizar una escala simple (por ejemplo: Excelente, Bueno, A mejorar) y pedir ejemplos específicos para justificar la valoración.

- El docente retroalimenta con énfasis en el desarrollo continuo y el respeto mutuo.
- Duración: 15 minutos.

Estas estrategias aseguran un cierre dinámico, participativo y orientado a la consolidación de aprendizajes en un ambiente colaborativo y respetuoso, reforzando la autoestima y la autonomía de los adultos en formación.