

## ACTIVIDAD PRACTICA 1

Se requiere el desarrollo en plataforma para un foro de discusión sobre los siguientes casos:

### **Caso 1: Falta de Comunicación en un Equipo Multifuncional**

Contexto: Un equipo multifuncional enfrenta dificultades debido a la falta de comunicación entre sus miembros. Esto afecta la coordinación de tareas, la toma de decisiones y la eficiencia general del equipo.

#### **Desafíos:**

- Identificar las barreras de comunicación.
- Implementar herramientas y protocolos de comunicación efectivos.
- Fomentar un ambiente de trabajo abierto y receptivo.

### **Caso 2: Desafíos en la Integración de Nuevos Miembros al Equipo**

Contexto: La incorporación de nuevos empleados enfrenta obstáculos en términos de integración con el equipo existente. Se observa una falta de cohesión y colaboración entre los miembros.

#### **Desafíos:**

- Evaluar las barreras sociales y culturales.
- Implementar programas de integración y actividades de construcción de equipo.
- Facilitar la comunicación abierta entre nuevos y antiguos miembros.

### **Caso 3: Divergencias en la Estrategia de Marketing de un Producto**

Contexto: El equipo de marketing de una empresa tiene diferencias significativas en la estrategia a seguir para el lanzamiento de un nuevo producto. Esto genera conflictos y afecta la coherencia del mensaje hacia los clientes.

#### **Desafíos:**

- Facilitar sesiones de lluvia de ideas y discusión.
- Encontrar puntos en común y áreas de compromiso.
- Desarrollar una estrategia unificada que refleje las ideas de todos.

### **Caso 4: Conflictos Interpersonales en un Departamento de Ventas**

Contexto: El departamento de ventas experimenta tensiones interpersonales entre los miembros del equipo, afectando la colaboración y el rendimiento general.

#### **Desafíos:**

- Identificar las causas subyacentes de los conflictos.
- Facilitar sesiones de mediación y resolución de conflictos.
- Implementar estrategias para mejorar la cohesión y la colaboración.

### **Caso 5: Problemas de Desempeño en un Proyecto Crucial**

Contexto: Un proyecto crucial enfrenta desafíos de desempeño, con retrasos y problemas en la calidad del trabajo.

Esto amenaza con afectar la reputación de la empresa y la satisfacción del cliente.

### Desafíos:

- Realizar una evaluación exhaustiva del proyecto.
- Identificar los cuellos de botella y las áreas de mejora.
- Implementar medidas correctivas para recuperar el tiempo perdido y mejorar la calidad.

Se requiere que en el desarrollo se puedan hacer réplicas en las respuestas para retroalimentar las decisiones generadas en los foros.

Por otro lado, es importante abordar el tema de la salud mental, ya que es algo que se debe promover con personas que trabajan en los entornos digitales, siendo estos en su mayoría trabajos en solitario, con jornadas extensas y otros factores que podrían considerarse un riesgo para la integridad de una persona que no tiene un adecuado uso de habilidades asociadas al bienestar mental.

Se sugiere revisar el siguiente material audiovisual antes de continuar con la lección:

- Ver el siguiente vídeo en la lección sobre salud mental: <https://youtu.be/wfOHdfqqJTs?si=l499nsNFpS1qTfTV>
- ¿Qué es la salud mental? Ver el siguiente vídeo durante el desarrollo de la lección: <https://youtu.be/3p-5Qe0rDzk?si=TAeKKo8I9KFfOP7H>

- Salud mental en el entorno laboral:  
<https://youtu.be/7qIHg51Shq4?si=D036mhkXDYr5BvRb>

### Salud Mental en el Entorno Laboral Digital:

- **Gestión del Estrés y la Sobrecarga:** La flexibilidad del trabajo digital a veces se asocia con la dificultad para establecer límites entre la vida laboral y personal. Esto puede dar lugar a una mayor carga de trabajo y estrés. Fomentar prácticas de gestión del tiempo y apoyar el equilibrio entre trabajo y vida personal es esencial.
- **Conexión y Sentido de Pertenencia:** En el trabajo remoto, los empleados pueden sentirse aislados. Fomentar la conexión a través de reuniones virtuales regulares, actividades de equipo y canales de comunicación abiertos contribuye al sentido de pertenencia y bienestar emocional.
- **Reconocimiento y Feedback Positivo:** La falta de interacciones cara a cara puede limitar las oportunidades de reconocimiento. Proporcionar feedback positivo y reconocimiento de logros, incluso en entornos digitales, fortalece la moral y la salud mental.
- **Apoyo Psicológico y Recursos:** Proporcionar acceso a recursos de apoyo psicológico, como asesoramiento en línea o programas de bienestar mental, demuestra un compromiso con la salud mental de los empleados. Crear un entorno donde buscar ayuda sea alentado y aceptado es esencial.

Se sugiere hacer lectura de los siguientes documentos en la lección:

- Sánchez, J. (2010). Estrés laboral. Revista Hidrogénesis, 8(2), 55-63. <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Estr%C3%A9s%20laboral.pdf>
- Atalaya, M. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. Industrial data, 4(2), 25-36. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/industria/article/view/6754/5992>