

# fab CONNECT her

Future Female  
Innovators In STEAM

 Cofinanciado por  
la Unión Europea



## Escenarios de juegos de rol para obtener una retroalimentación constructiva

Esta actividad te ayuda a desarrollar confianza y capacidad de adaptación a la hora de dar y recibir comentarios constructivos. Al practicar situaciones de la vida real, aprenderás a dar tu opinión de forma respetuosa y a manejar diferentes reacciones de manera eficaz.



## Proceso:

### 1. Prepara el Juego de Rol (5 min)

- Elige una situación en la que se necesite retroalimentación, como por ejemplo:
  - Una mentorizada no cumple con los plazos con frecuencia.
  - Un miembro del equipo tiene un hábito de trabajo poco productivo.
  - Un mentor da retroalimentación vaga y poco clara que confunde a la mentorizada.
- Una persona hace de quien da la retroalimentación y la otra hace de quien la recibe.

### 2. Practicar el Dar y Recibir retroalimentación (10-15 min)

- Persona que da la retroalimentación: Ofrece retroalimentación constructiva de manera clara y respetuosa.
- Persona que recibe la retroalimentación: Reacciona de la manera más natural posible y tome nota de cómo te sientes al recibir la retroalimentación.
- Intercambiad los roles repitiendo el escenario

### 3. Discutir & Reflexionar (10 min)

- En grupo: Compartir qué enfoques os parecieron más eficaces y respetuosos.
- Individualmente: Escribe una breve reflexión sobre cómo sueles reaccionar ante los comentarios y qué estrategias puedes utilizar para mejorar.

### Reflexión

- ¿Cómo cambiaron las respuestas según las diferentes formas de transmitir los comentarios?
- ¿Qué hizo que los comentarios se percibieran como constructivos en lugar de desalentadores?
- ¿Cómo se pueden manejar las reacciones negativas sin perder una relación de mentoría positiva?

Al completar esta actividad, te sentirás más cómoda/o y serás más eficaz a la hora de dar una retroalimentación que inspire el crecimiento sin desanimar.

