

Guía: 10 principios para trabajar mejor juntos



Co-funded by
the European Union



1. Desarrollar resiliencia emocional y adaptabilidad

Centrarse en adaptarse, recuperarse y crecer a través de los desafíos de la vida, en lugar de simplemente resistirse a la presión.



2. Practicar la autorregulación emocional

Gestionar los impulsos y las respuestas emocionales para mantener el equilibrio y tomar decisiones constructivas bajo estrés.



3. Proteger tu privacidad y reputación digital

Gestionar la configuración de privacidad de las cuentas e interactuar en línea de manera reflexiva para proteger la seguridad personal a largo plazo.



4. Comunicarse de forma auténtica y responsable

Publicar con intención y evitar comportamientos dañinos como el ciberacoso o las reacciones impulsivas en línea.



5. Redes sociales de forma estratégica

Mostrar habilidades personales y proyectos creativos en línea para conectar con mentores y oportunidades profesionales.



6. Organizar un entorno de aprendizaje personalizado

Combinar herramientas sencillas de productividad digital para convertir los objetivos en rutinas diarias estructuradas y viables.



7. Colaborar para el apoyo colectivo

Co-crear documentos, intercambiar comentarios y compartir responsabilidades con los compañeros para transformar el esfuerzo individual en trabajo en equipo.



8. Garantizar la accesibilidad digital inclusiva

Adaptar los formatos de aprendizaje para que coincidan con las capacidades individuales, garantizando que el contenido sea utilizable y significativo para todos.



9. Utilizar la IA como un andamiaje para el aprendizaje

Aprovechar las herramientas de IA para simplificar tareas complejas y generar ideas sin sustituir el pensamiento crítico.



10. Dominar las habilidades blandas de empleabilidad

Desarrollar una comunicación clara, el trabajo en equipo y la resolución de problemas para lograr con éxito los objetivos compartidos.