

# MÓDULOS FORMATIVOS

# PREGUNTAS DE EVALUACIÓN



## MÓDULO 1 – ANTIFRAGILIDAD

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ANTIFRAGILIDAD (MÓDULO I)

Por favor, califique su nivel de acuerdo del 1 al 3 con las siguientes afirmaciones marcando la casilla correspondiente con una cruz.

**1 – Acuerdo bajo / 2 – Acuerdo moderado / 3 – Acuerdo fuerte**

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ANTIFRAGILIDAD	L	M	S
La antifragilidad se basa principalmente en adquirir el mayor grado posible de autosuficiencia en la gestión de la propia carrera para reducir al máximo la dependencia de otras personas.			
La antifragilidad se basa en el aprendizaje a lo largo de toda la vida como medio para cultivar un conjunto de habilidades diversas y adaptarse a los cambios continuos del mercado.			
La autorreflexión es esencial para determinar sus prioridades y examinar críticamente sus pensamientos y comportamientos para tomar decisiones coherentes con sus verdaderos intereses y aspiraciones.			
La capacidad de actuar por iniciativa propia, incluso cuando no se está seguro del resultado, y de aprender de la propia experiencia es el sello distintivo de la antifragilidad.			
La experimentación y la búsqueda de nuevas experiencias deben estar sujetas a una rigurosa planificación previa para aumentar la antifragilidad.			
La mejor manera de desarrollar una carrera con éxito es lograr un alto nivel de especialización en una profesión en particular.			
El fracaso es uno de los componentes más importantes del proceso de aprendizaje orientado a la construcción de una mentalidad antifrágil.			



## RESULTADOS DE LA PUNTUACIÓN

Una vez finalizada la prueba, suma los puntos por respuesta (puntos de puntuación de la sección de consulta) para obtener la puntuación total de cada participante.

RESULTADOS DE LA PUNTUACIÓN			
CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ANTIFRAGILIDAD	L	M	S
La antifragilidad se basa principalmente en adquirir el mayor grado posible de autosuficiencia en la gestión de la propia carrera para reducir al máximo la dependencia de otras personas.	3	2	1
La antifragilidad se basa en el aprendizaje a lo largo de toda la vida como medio para cultivar un conjunto de habilidades diversas y adaptarse a los cambios continuos del mercado.	1	2	3
La autorreflexión es esencial para determinar sus prioridades y examinar críticamente sus pensamientos y comportamientos para tomar decisiones coherentes con sus verdaderos intereses y aspiraciones.	1	2	3
La capacidad de actuar por iniciativa propia, incluso cuando no se está seguro del resultado, y de aprender de la propia experiencia es el sello distintivo de la antifragilidad.	1	2	3
La experimentación y la búsqueda de nuevas experiencias deben estar sujetas a una rigurosa planificación previa para aumentar la antifragilidad.	3	2	1
La mejor manera de desarrollar una carrera exitosa es lograr un alto nivel de especialización en una profesión en particular.	3	2	1
El fracaso es uno de los componentes más importantes del proceso de aprendizaje orientado a la construcción de una mentalidad antifrágil.	1	2	3

## INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

**PUNTUACIÓN 15-21:** Grado razonable de comprensión de los principios de antifragilidad.

**PUNTUACIÓN 08-14:** Comprensión limitada de los principios de la antifragilidad.

**PUNTUACIÓN 01-07:** Baja comprensión de los principios de la Antifragilidad.

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ellos.



Co-funded by  
the European Union

# Construcción de la mentalidad

## Preguntas de evaluación

### A- El acrónimo V.U.C.A caracteriza:

1. Un universo pasado
2. Un universo predecible
3. Un universo impredecible

### B- La expresión V.U.C.A proviene de:

1. El mundo científico
2. El mundo religioso
3. El mundo militar

### C- El origen del concepto V.U.C.A es:

1. Inglés
2. Francés
3. Americano

### D- ¿Cómo se relaciona el desarrollo de una mentalidad con una carrera?

1. Ayuda a desarrollar y apoyar una carrera con éxito
2. Reduce el número de oportunidades de trabajo
3. Dificulta el desarrollo profesional

### E- ¿Cómo afecta una "mentalidad fija" a las oportunidades de crecimiento personal?

1. Limita el crecimiento personal
2. Promueve el crecimiento personal
3. No afecta el crecimiento personal



**F- ¿Cómo afecta una "mentalidad de crecimiento" al desarrollo de las habilidades básicas de las personas según Dweck (2015)?**

1. La gente cree que las habilidades son innatas e inmutables.
2. La gente cree que las habilidades básicas se pueden desarrollar a través de la dedicación y el trabajo duro.
3. La gente cree que el cerebro y el talento son los únicos factores del éxito.

**G- ¿Qué mentalidad debemos adoptar para enfrentarnos de manera efectiva al mundo V.U.C.A?**

1. Una mentalidad fija que se aplica a todas las situaciones.
2. Una mentalidad que ayuda a evaluar nuestra vida, nuestra carrera y a crear oportunidades para el éxito profesional.
3. Una mentalidad que se centra solo en los logros actuales.



# IKIGAI

## Preguntas de evaluación

**1- Ikigai es un concepto traducido como 'una razón de ser' de...?**

- 1. Japonés
- 2. Chino
- 3. Italiano

**2- ¿De cuántos elementos se compone el Ikigai?**

- 1. Tres
- 2. Cinco
- 3. Cuatro

**3- ¿Se podría hacer referencia al elemento IKIGAI sobre "Lo que amas"?**

- 1. Vocación
- 2. Misión
- 3. Pasión

**4- ¿Podría referirse al elemento IKIGAI sobre "En qué eres bueno"?**

- 1. Vocación
- 2. Misión
- 3. Pasión

**5- ¿Podría referirse al elemento IKIGAI sobre "Lo que el mundo necesita"?**

- 1. Vocación
- 2. Misión
- 3. Pasión

**6- ¿Podría referirse al elemento IKIGAI sobre "Por qué te pueden pagar"?**

- 1. Pasión
- 2. Vocación



### 3. Profesión

#### 7- El elemento IKIGAI 'Lo que amas' se trata de las actividades que ....

1. Abarca tus talentos, habilidades y destrezas naturales
2. Aporta un profundo sentido de alegría y significado
3. Refiérase a comprender las necesidades de su comunidad, sociedad

#### 8- El elemento IKIGAI 'Lo que se te da bien' se refiere a las actividades que....

1. Abarca tus talentos, habilidades y destrezas naturales
2. Aporta un profundo sentido de alegría y significado
3. Refiérase a comprender las necesidades de su comunidad, sociedad

#### 9- El elemento IKIGAI 'Lo que el mundo necesita' se refiere a las actividades que....

1. Abarca tus talentos, habilidades y destrezas naturales
2. Aporta un profundo sentido de alegría y significado
3. Refiérase a comprender las necesidades de su comunidad, sociedad

#### 10- ¿Por qué el Ikigai es relevante para la orientación profesional?

1. Porque es elegante y está de moda
2. Porque es divertido y atractivo
3. Porque apoya a los participantes a tomar decisiones informadas que se alineen con su propósito personal.



# Consejos de orientación laboral

## Preguntas de evaluación

**A- ¿Cuántos elementos componen la alianza de trabajo?**

1. 3 elementos
2. 4 elementos
3. 5 elementos

**B- Los métodos constructivistas sociales utilizan principalmente:**

1. Pruebas
2. Cuestionarios
3. Metáforas

**C- "Patchwork® de Talentos y Transiciones" es un método socio-constructivista utilizado en la orientación laboral cuyo autor es:**

1. Albert Bandura
2. Marcos Savickas
3. David Bourne

**D- ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor el papel de la inteligencia artificial en la orientación laboral?**

1. Ayuda a las personas a identificar sus fortalezas y debilidades.
2. Orienta a las personas en la elección de una profesión específica.
3. Reemplaza la toma de decisiones humanas en la elección de carrera.

**E- ¿Qué papel juega la inteligencia artificial en la orientación laboral?**

1. Identificación de habilidades, análisis del mercado laboral y correspondencia de habilidades con los puestos de trabajo.
2. Contratación directa para puestos de trabajo
3. Creación de nuevas profesiones



# Enfoques pedagógicos de la orientación laboral

## Preguntas de evaluación

- 1. ¿Cuál es el enfoque principal del Coaching Profesional Basado en Fortalezas?**
  - a. Explorando las debilidades
  - b. Examinar las fortalezas o cualidades de una persona**
  - c. Identificación de oportunidades de empleo
- 2. ¿Qué encuesta se utiliza en la orientación laboral basada en valores?**
  - a. Indicador de Valores de Vida en Acción**
  - b. Indicador de tipo Myers-Briggs
  - c. Indicador de Holland
- 3. ¿Cuál es el objetivo del Asesoramiento Basado en Objetivos en la Orientación Laboral?**
  - a. Identificar intereses personales
  - b. Centrarse en las experiencias pasadas
  - c. Establecer objetivos específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos concretos (SMART)**
- 4. ¿En qué consiste la orientación laboral multicultural?**
  - a. Enfocándose solo en los mercados laborales locales
  - b. Proporcionar orientación a personas de diversos orígenes culturales**
  - c. Ignorar las diferencias culturales



5. **¿A qué se refiere el término "Casualidad" en la Teoría de la Casualidad Planificada de Krumboltz?**
  - un. Ser rígido en la elección de carrera
  - b. Dejarse llevar por la corriente y explorar la curiosidad**
  - c. Evitar aplicaciones del mundo real
  
6. **¿Cuál de los siguientes es un aspecto crucial de la Psicología Positiva en la Orientación Laboral?**
  - a. Centrarse en las debilidades
  - b. Destacar los aspectos positivos y el control**
  - c. Ignorar las fortalezas del cliente
  
7. **¿Cuál es una consideración clave en el diseño de situaciones de orientación laboral en línea accesibles y basadas en la empatía?**
  - a. Ignorar los comentarios de los clientes
  - b. Generar confianza y garantizar que el cliente se sienta escuchado y comprendido**
  - c. Usar solo comunicación basada en texto
  
8. **¿Qué es esencial para una orientación laboral multicultural eficaz?**
  - a. Tratar a todos por igual, independientemente de su origen
  - b. Reconocer y comprender los contextos culturales únicos de cada individuo.**
  - c. Centrarse únicamente en las calificaciones académicas
  
9. **¿Qué ofrece el sitio web de Hofstede Insight?**
  - a. Información sobre competencias técnicas
  - b. Comparación de las diferencias culturales entre países**
  - c. Ofertas de empleo
  
10. **¿Cuál es la importancia de las herramientas tecnológicas en la orientación laboral según la presentación?**
  - a. Reemplazar por completo la interacción humana
  - b. Mejorar y apoyar el proceso de orientación**
  - c. Limitar el alcance de las opciones de carrera

