

Hojas de Trabajo

Ejercicio: “Mi trabajo Infernal”

Tipo de Empresa

- Desde mi punto de vista: ¿cuál tipo de empresa sería definitivamente la peor?
- ¿En qué tipo de empresas no trabajaría por ningún motivo?
- Precisando: ¿qué sería tan terrible en este tipo de empresas?

Lugar

- ¿Cuál sería mi peor lugar de trabajo?
- ¿Cuáles aspectos serían tan terribles?
- Precisando: ¿cuáles son las razones para cada uno de esos aspectos tan terribles?

Entorno del Trabajo

- ¿Cuál sería el peor entorno de trabajo?
- ¿Cuáles aspectos hacen tan terrible ese entorno?
- Precisando: ¿cuáles son las razones para cada uno de esos aspectos tan terribles?

Hojas de Trabajo

Actividades y áreas de trabajo

- ¿Cuáles actividades y áreas de trabajo serían un verdadero infierno para mí?
- ¿Qué es lo que tendría que hacer todo el día?
- Precizando: ¿Qué es lo que hace tan terribles esas actividades y áreas de trabajo?

Sector

- ¿El trabajar en qué sector sería lo peor para mí?
- Precizando: ¿cuáles son las razones para que sea tan terrible?

Horarios de trabajo

- ¿Cuáles serían los peores horarios de trabajo?
- ¿Por qué serían tan terribles?

Sueldo y beneficios

- ¿Cuál sería la peor constelación de sueldo y beneficios (de manera realista)?
- ¿Qué es lo que lo hace tan terrible?

Colegas

- ¿Cómo sería el peor jefe que me puedo imaginar?

Hojas de Trabajo

- ¿Qué tipo de colegas tengo en mi trabajo infernal?
- ¿Qué hacen exactamente esos colegas, para hacer de mi vida un infierno?
- ¿Qué es exactamente tan terrible en esta situación?
- ¿Cómo serían mis peores colaboradores?

Posibilidades de estructuración

- Si me piden estructurar mi trabajo: ¿qué es lo que me atormentaría y por qué?
- Si me piden trabajar sólo en base a estructuras ya establecidas: ¿qué es lo que me hace sentir menospreciada y/o enjaulada?

Ambiente Laboral

- ¿Cuál es el peor de los trabajos en cuanto a clima laboral?
- ¿Cómo son exactamente las relaciones interpersonales en este clima infernal?
- ¿Qué es lo que lo hace tan terrible?

Posibilidades de desarrollo personal

- ¿Cómo son las posibilidades de desarrollo en un trabajo infernal?

Hojas de Trabajo

- ¿Qué es lo peor que podría imaginar?
- Precisando: ¿cuáles son las razones para que sea tan terrible

Otros

- ¿Qué otros factores influirían para que un puesto de trabajo fuese infernal?
- ¿Qué tipo de trabajo haría tambalear las bases que sustentan mi visión de la vida?
- ¿De qué forma me destruiría?