

# Gestionar el tiempo con piezas Lego - El Mundo Castellón al Día - 21/04/2018

LA ÚLTIMA SOCIEDAD

**Técnicas innovadoras.** La UJI ofrece un taller en el EspaiTec destinado a empresarios y personas que ostenten puestos de liderazgo para enseñarles a gestionar el tiempo con la técnica 'Lego Serious Play', que utiliza las conocidas piezas de ocho esquinas de Lego para que tracen un plan de acción que les ayude a mejorar su calidad de vida y a reducir el estrés.



LA UNIVERSIDAD DE CASTELLÓN OFRECE UN TALLER PARA QUE LOS EMPRESARIOS APRENDAN TÉCNICAS QUE AUMENTEN LA PRODUCTIVIDAD EN SUS TRABAJOS

'LEGO SERIOUS PLAY' PASO A PASO

**Plantear una pregunta.** La cuestión ha de estar relacionada con el tema y el objetivo que se necesite alcanzar.

**Construir.** A medida que se van planteando las preguntas, se elabora un modelo concreto con las piezas de lego.

**Contar.** Cada persona creará un modelo propio que obedecerá a sus preguntas, inquietudes y respuestas encontradas.

**Reflexionar.** Después de construir el modelo queda a la vista todo el proceso realizado, lo que permite contemplar el resultado obtenido y reflexionar sobre él.

**Laura Sanchis Castellón**  
La gestión del tiempo en el ámbito laboral es crucial para lograr la productividad de las empresas y el bienestar de los trabajadores. Conocer y aprender las técnicas para gestionar este factor se convierte en la clave para el correcto desarrollo de la actividad empresarial y algo que estas empresas necesitan controlar e inculcar a su personal.

Por ello, el Parque Científico, Tecnológico y Empresarial de la Universitat Jaume I de Castellón impartió este jueves el taller 'El señor del tiempo con Lego Serious Play' sobre la gestión del tiempo en el ambiente empresarial para mejorar la productividad de los trabajadores y mejorar su calidad de vida.

Laura Fidalgo, socia fundadora de Concierta, la empresa organizadora del taller, explicó que «es un taller totalmente interactivo en el que los participantes crean su plan de acción personal para incrementar su productividad y mejorar su calidad de vida personal, a la vez que vivir con menos estrés y avanzar hacia la consecución de los objetivos fijados».

El taller, que formaba parte de un ciclo de talleres, charlas y jornadas

sobre habilidades empresariales, estaba dedicado tanto a las pequeñas y medianas empresas como a las grandes corporaciones y estaba orientado a profesionales y personas en puestos de liderazgo en empresas con algún factor de innovación. En él participaron empresas instaladas y vinculadas a EspaiTec y firmas del Club de Empresas Castellón Global Program, además de personal vinculado a grupos de investigación de la UJI.

Lego Serious Play es la técnica que utilizó el taller del EspaiTec y que también usan empresas como Coca-Cola Microsoft u Orange. Se trata de una herramienta que convierte un juego en un proceso en el que los participantes «son guiados a través de una serie de preguntas para sondear cada vez más profundo, to-

do a través de proceso de encuentro, comunicación y resolución de problemas», en este caso sobre cómo gestionar el tiempo.

Esta técnica se basa en principios como el uso de metáforas (que facilita la comunicación y los pensamientos inconscientes), el pensamiento 3D (que favorece la creación de ideas), la confianza, el compromiso o la diversión.

A la vez que el juego va avanzando, el participante va construyendo unos modelos basados en sus propias percepciones sobre el área en la que se está trabajando. A partir de estas construcciones se va modelando un plan de acción personalizado y el «jugador» explica al resto el porqué de sus elecciones, contribuyendo así a enriquecer la visión de los demás a la vez que descubre nuevos puntos de vista.

Según explicó Fidalgo, en el actual modelo laboral se ha generalizado el interés por abordar esta problemática, formando a empresarios y emprende-



dores con «técnicas con las que aprender nuevas formas de gestionar el tiempo a nivel profesional», pero también persona. A esto, añadió que las personas que encuentran dificultad en gestionar su tiempo son propensas a sufrir los peores efectos del estrés y la insatisfacción, lo que conlleva que no puedan desarrollar su potencial en la vida laboral».

La finalidad de 'El señor del tiempo con Lego Serious Play' es que los participantes aprendan a gestionar su tiempo para mejorar la productividad, reducir los niveles de estrés y crear vínculos con el resto de empresas participantes.

Con este innovador método, la encargada de llevar a cabo el taller, concluyó reflexionando sobre la verdadera clave para lograr este objetivo: «La mayoría de las personas gastan

más tiempo y energías en hablar de los problemas que en afrontarlos. El secreto de la gestión del tiempo está en el proceso, en llevar a cabo los objetivos, proyectos, y planes de acción. No hay que buscar fuera lo que ya tenemos dentro. Para poder llevar tu propio plan de acción, conseguir los objetivos y administrar con éxito el tiempo no hay que perder nunca la atención».



HAY MÁS CONCIENCIA EN MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL TRABAJADOR