

Feedbacks tras la experiencia en el proyecto Fake It Till You Make It

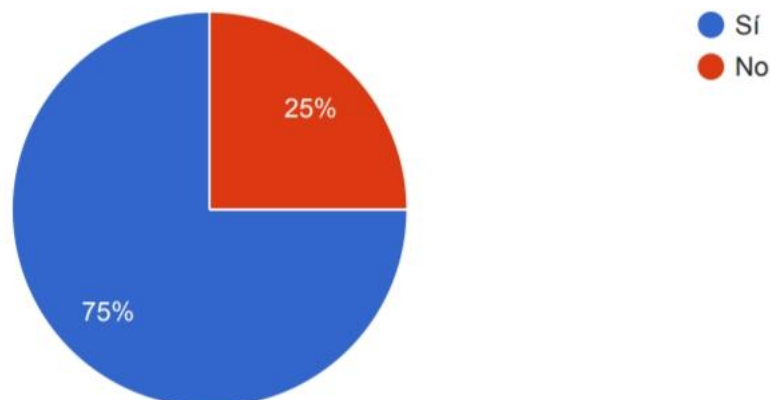
La Agencia para el Empleo de Madrid participó activamente en el proyecto Fake It Till You Make It, desarrollado durante el mes de enero de 2019, involucrando la ciudadanía. En base a dicha experiencia, nos pusimos de nuevo en contacto con 10 de los participantes para que nos contaran cómo les había influenciado dicha oportunidad, tanto a nivel personal como profesional.

La mayor parte de los asistentes tienen un buen recuerdo de la formación recibida, la cual se centraba principalmente en los siguientes ámbitos:

- Entrevistas laborales.
- Improvisación, actuación, expresión corporal y puesta en escena de los miedos.
- Talleres grupales y de autoconocimiento.
- Realizar, mediante la técnica del dibujo, un retrato de otros compañeros.
- Ejercicios de respiración, relajación y meditación.

Tras la realización del taller Fake It durante el período de dos semanas que se impartieron, las recuerdan a nivel emocional como una “experiencia gratificante” donde las clases se impartían siempre con “ilusión, cariño y profesionalidad”, además de tener un “efecto sanador y liberador”.

Como podemos observar en el gráfico que se muestra a continuación, para la gran mayoría de los asistentes supuso un punto de inflexión, tanto en el ámbito profesional y laboral como en lo personal.



Por un lado, a muchos les ofreció una nueva forma de observar y gestionar las emociones a la hora de resolver los conflictos que puedan plantearse; seguridad en sí mismos; un mayor conocimiento personal, permitiéndoles ser conscientes de sus potenciales y capacidades, una inyección de moral; así como el hacerles no prejuzgar a las personas antes de conocerlas a fondo. Por otro lado, algunos casos lo veían como una experiencia personal más que sumar a su lista de vivencias, así como una reafirmación de que trabajar con las emociones es un método que debería ponerse más en práctica.

Los objetivos que les hizo plantearse tras cumplir con la formación estaban enfocados al ámbito laboral y personal:

- Seguir formándose.
- Creer más en uno/a mismo/a y repetir la acción las veces que hagan falta hasta que se alcance la meta fijada.
- Coger seguridad en el día a día y no tener miedo por el qué dirán.
- Eliminar los nervios que genera el enfrentarse a una entrevista, así como buscar ayuda en la gran red de búsqueda de empleo con la que contamos.

A raíz de su participación en esta actividad, les pedimos su opinión en base a su experiencia sobre qué habilidades debería presentar el Mentor Creativo, a lo que respondieron que debía definirse como una “persona creativa que sepa transmitir, gestionar las emociones, dar seguridad, ser empático y conocer el mundo de la orientación laboral”, así como tener “conocimientos sobre el arte dramático”.

Es agradable ver cómo a la gran mayoría les sirvió ser partícipes de esta oportunidad y tienen muy claro que repetirían, sin lugar a dudas, la experiencia que vivieron meses atrás, así como seguir informados de todas las acciones formativas gratuitas que vayan surgiendo.