

# CAPACITACIONES PARA FORTALECER EQUIPOS

## COLABORACIÓN Y TRABAJO DE EQUIPO

### OBJETIVO GENERAL

Fomentar el trabajo colaborativo al interior de los equipos de trabajo a través de herramientas relacionales y comunicacionales.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los efectos de la competencia y la cooperación para la convivencia.
- Reconocer la importancia de la interdependencia positiva, como pilar fundamental del trabajo cooperativo.
- Desarrollar habilidades reflexivas y comunicativas que permitan un mayor bienestar del equipo de trabajo.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- Círculo de inclusión: Se realiza un primer círculo para saber cómo llegan al taller, compartir sobre el estado actual de cada participante y sobre las expectativas sobre la Jornada. Luego, se presentan los objetivos del día.
- Ejercicio vivencial 1- ¿Competencia para la sobrevivencia, y cooperación para la convivencia?: Se realizan diferentes ejercicios que nos permitirán identificar cuáles son los efectos de la competencia y cuáles son los efectos de la cooperación en torno a la convivencia y el bienestar del equipo de trabajo.
- Ejercicio 2- Desafíos cooperativos: En una dinámica de juegos y desafíos cooperativos pondremos a prueba todas las habilidades comunicacionales y relacionales que les permitirán alcanzar los propósitos que se planteen dentro del desarrollo de la actividad.
- Círculo de cierre: Para terminar, se realiza una ronda de retroalimentación de la actividad, de forma libre, en donde los y las participantes puedan comentar su parecer y destacar cuáles han sido sus aprendizajes y que es lo que más le ha gustado y servido.

### METODOLOGÍA

Las actividades que se realizan en el taller son principalmente vivenciales, lúdicas y participativas. De forma general, la metodología pretende generar un espacio donde uno vive una experiencia humana a través de dinámicas de grupo o técnicas terapéuticas que fomentan el contactar consigo y con el otro, el compartir, el escuchar, el expresar, el sentir e intercambiar. También, pretende ser un espacio de reflexión en el cual los y las participantes comparten sobre la importancia de la cooperación y del desarrollo de lazos interpersonales de confianza y de cohesión en un equipo.

**IMPARTE** - Aaron Trajtmann, Psicólogo, investigación y formación en competencias relacionales, docente Universitario con magíster en Intervención Psicosocial de y postgrado en Expresión, comunicación, lenguaje e interculturalidad.