

COMUNICACIÓN Y TRABAJO DE EQUIPO

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer el trabajo de equipo desarrollando en los y las participantes habilidades para la comunicación interpersonal y competencias relacionales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reconocer las normas que posibilitan una comunicación efectiva y nutritiva.
- Comprender los niveles de contenido y de relación presentes en toda comunicación.
- Desarrollar habilidades de escucha activa como herramienta 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 - ¿Cómo estás y cómo estoy?:** Se realizan diferentes ejercicios de identificación de mis estados emocionales, los estados emocionales presentes en la comunicación y la relación.
- **Ejercicio vivencial 2 - ¿Cómo nos estamos comunicando?:** A través de actividades lúdicas y participativas desarrollaremos algunos de los fundamentos de la comunicación, como los niveles de contenido y de relación o la puntuación de secuencia de hechos, y su impacto en la interacción humana. Además, de la importancia de la escucha como una herramienta para acceder a otros.
- **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 relación Emoción– Comunicación y la importancia de las relaciones interpersonales respetuosas y de la comunicación empática y asertiva en un equipo.

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