

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, com-partir sobre el estado actual de cada participante y sobre las expectativas sobre la Jorna-da. 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 co-municación 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 im-pacto en la interacción humana. Además, de la importancia de la escucha como una he-rramienta para acceder a otros.
- Círculo de cierre: Para terminar, se realiza una ronda de retroalimentación de la activi-dad, de forma libre, en donde los y las participantes puedan comentar su parecer y des-tacar 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 participati-vas. De forma general, la metodología pretende generar un espacio donde uno vive una expe-riencia humana a través de dinámicas de grupo o técnicas terapéuticas que fomentan el con-tactar consigo y con el otro, el compartir, el escuchar, el expresar, el sentir e intercambiar. Tam-bién, pretende ser un espacio de reflexión en el cual los y las participantes comparten so-bre la relación Emoción– Comunicación y la importancia de las relaciones interpersonales res-petuosas y de la comunicación empática y asertiva en un equipo.

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