

FE Y ALEGRÍA COLOMBIA

P. Hernando M. Gálvez Arango S.J.
Director Nacional

Víctor Murillo Urraca.
Director Ejecutivo Nacional

Jaime Benjumea Pamplona
Coordinador General del Proyecto

Marcela del Pilar Morán Calvache
Autora

María Fernanda Vinuesa
Diseño gráfico

Corcas Editores S.A.S.
Impresión

Módulo de Trabajo en equipo
ISBN: 978-958-8365-41-1

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajo sociales y/o comunitarios, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro, está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

© Fe y Alegría Colombia

Carrera 5 No. 34-39
Teléfono 3209360
Fax 2458416
Página web: www.feyalegria.org/colombia
E-mail: dinral@feyalegria.org.co

Primera edición (2009)
Realizado con el apoyo de Alboan y
la Diputación Foral de Bizcaia

Impreso en Bogotá, Colombia. Enero 2013.

Contenido

PRESENTACIÓN	6
INSTRUCTIVO METODOLÓGICO	13
NUESTRO PUNTO DE PARTIDA	17
1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?	17
2. ¿Cómo estamos?	18
3. Nuestro compromiso con el aprendizaje	20
UNIDAD 1. BUSCANDO EQUINERGIA	23
1. Presentación	25
2. Conocemos, practicamos y aprendemos	26
3. Glosario	54
4. Aprendamos más	55
UNIDAD 2. APUNTANDO AL EQUILIBRIO	57
1. Presentación	59
2. Conocemos, practicamos y aprendemos	59
3. Glosario	78
4. Aprendamos más	79
UNIDAD 3. LLEGANDO AL EQUINOCCIO	81
1. Presentación	83
2. Conocemos, practicamos y aprendemos	84
3. Glosario	106
4. Aprendamos más	107
AUTODIAGNÓSTICO DE SALIDA	109

Contenido

¿QUÉ PONE EN RIESGO EL EQUILIBRIO?
¿qué pone en riesgo el equilibrio?

Unidad dos

**Competencias
Laborales
Generales**

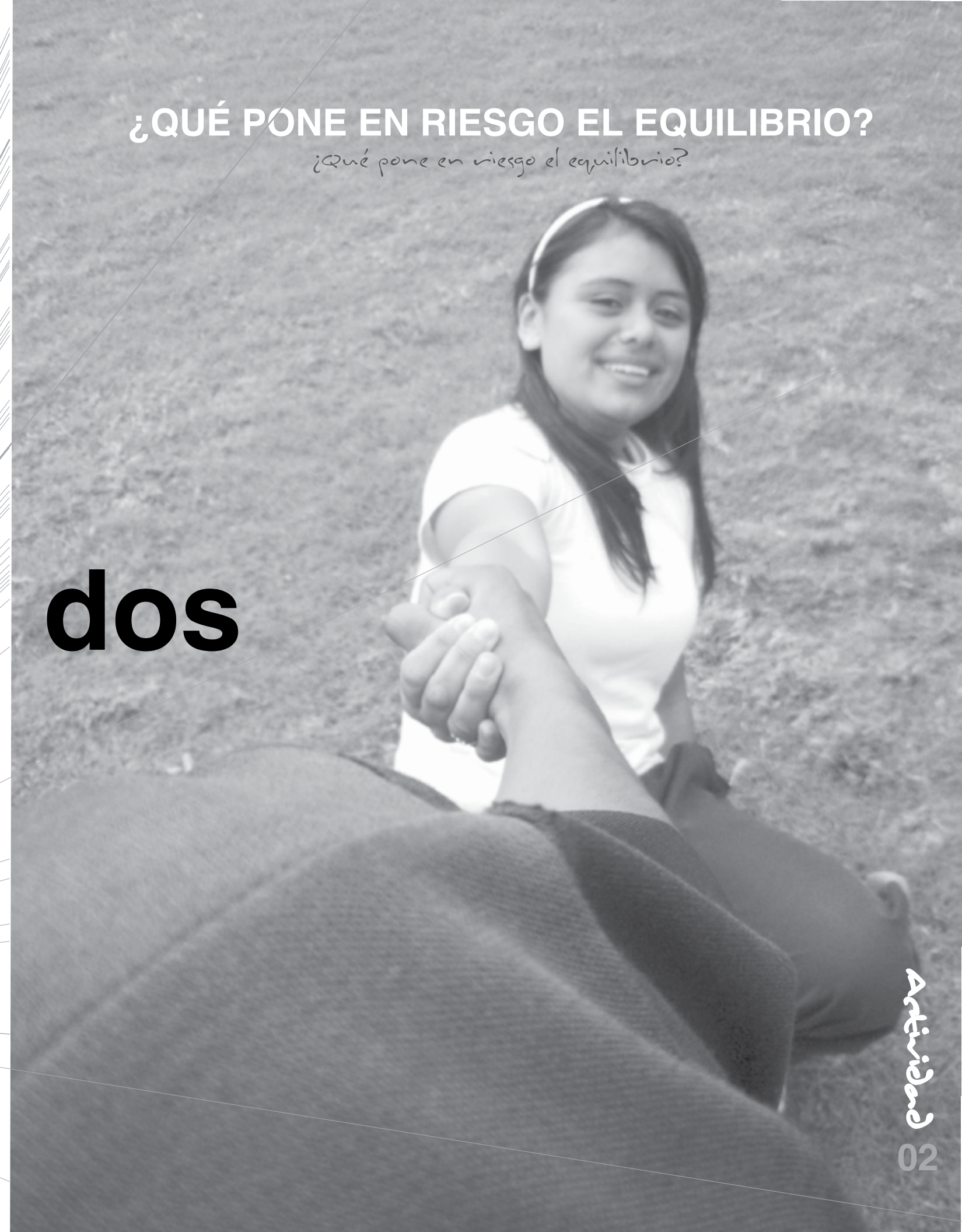
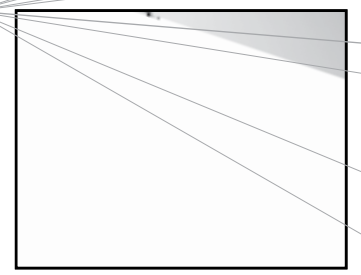
Actividad 1/ Pág.61



Actividad 2/ Pág.67



Actividad 3/ Pág.73



Concepto relacionado

La confianza: principio y fin de un equipo de trabajo

En una relación es esencial poder sentir que si estás al borde del precipicio, habrá alguien que te sostendrá; no te dejará caer

No es fácil que en un equipo logremos llegar a un buen nivel de confianza, a pesar de que es natural que en un ambiente “agradable” libre de presiones podamos expresarnos y actuar más libre y honestamente, también lo natural es no confiar.

Una frase repetida por muchos es: “no confíes ni en tu propia sombra”. Definitivamente esa posición, en el caso de esta competencia, sería nefasta. Sólo quienes empiezan a confiar en otros pueden establecer relaciones de apoyo, colaboración, respeto y buena comunicación, y así apuntar juntos a logros deseados. De lo contrario siempre estaremos pensando que el otro no puede, que está siendo deshonesto, que no quiere trabajar con nosotros. ¿Qué pasaría en nosotros, por ejemplo, si en un trabajo, siempre se estuviera desconfiando de los resultados que vamos a dar? Posiblemente estaríamos siempre indispuestos, nerviosos, incluso enojados; y seguramente la inclinación de nuestro desempeño será negativa.

Es posible que para lograr la confianza en un equipo se necesite llevar un mínimo tiempo y proceso, que inicia desde el conocimiento y aceptación de la diferencia del otro, pasa por reconocer las fortalezas y debilidades de todos los integrantes, la distribución de las responsabilidades de forma equitativa, el cumplimiento de los acuerdos, y termina por llegar al establecimiento de una comunicación clara y asertiva ante las diferentes situaciones.

Por ello la construcción de la confianza debe convertirse en un principio para cualquier equipo de trabajo, sin ese vínculo lo más posible es que sea el fin del mismo.

Objetivo de la actividad

- Reconocer la importancia de construir la confianza para mantener un equipo.

Evidencia de aprendizaje

- Participa reflexivo a partir de cada momento del ejercicio

Duración de la actividad

120 minutos repartidos de la siguiente manera:

- 30 minutos para ejercicio por parejas.
- 50 minutos para ejercicio por grupos.
- 20 minutos para ejercicio de “darse cuenta”.
- 20 minutos para reflexiones sobre el aprendizaje.

Recursos didácticos necesarios

- Música suave.
- Grabadora.
- Vendas para los ojos.
- Espacio amplio.

Instrucciones de la actividad¹³

- Conformamos parejas para realizar seis ejercicios (preferiblemente entre compañeros con los cuales normalmente conformamos grupo de trabajo). La condición es no hablar en ninguno de los momentos.

El facilitador de estos ejercicios debe estar siempre muy atento, y exigir tranquilidad y respeto

13. Adaptación de actividad de comunicación en libro: Juegos creativos para la vida moderna. David. J. Lumen. Argentina. 1997. p 70-71.

Trabajo en equipo

- Un integrante se lanza de espaldas con los ojos cerrados y el otro lo sujeta con las dos manos, repitiendo varias veces el movimiento hasta llegar lo más cerca posible del piso. Luego invertimos los papeles.
 - Un integrante de la pareja se venda los ojos y se deja guiar por su compañero por un camino. Luego invertimos los papeles y repetimos.
 - Llevamos a cabo un recorrido con nuestro guía al lado (es nuestra decisión si queremos sujetarnos de él). Luego, cambiamos los papeles.
 - Nos sentamos frente a frente y con los ojos cerrados sentimos el rostro del otro, explorando sus facciones. Cada uno trata de hacer gestos para que el otro los identifique.
 - De pie y frente a frente, uno se vuelve el espejo del otro ante movimientos físicos que él invente, luego cambiamos los papeles. Posteriormente, cerrando nuestros ojos y con las palmas tocando a nuestro compañero, tratamos de seguir de igual manera sus movimientos. Nuevamente cambiamos el rol.
 - En este punto hacemos una pausa para reflexionar ¿De qué nos damos cuenta y qué ganamos ejercicio tras ejercicio?
- 🕒 Luego, conformamos grupos de trabajo y llevamos a cabo los siguientes ejercicios sin expresarnos verbalmente.
- 🕒 En este ejercicio preferiblemente cada grupo pasa por cada uno de los momentos y los demás observamos su desempeño.
- Cada grupo de pie forma un círculo; y levantamos dentro del círculo a un voluntario que desee desarrollar confianza en el grupo. A este compañero lo arrojamos de lado a lado. Todos los integrantes del grupo en su momento pasamos al centro. Observamos pasar a cada uno de los grupos detenidamente.
 - Permanecemos callados y sin reírnos. Alzamos a un compañero, quien cruza las manos en el pecho, se relaja tanto como sea posible, cierra los ojos y se pone rígido, luego lo mecemos. Posteriormente lo dejamos acostado, sobre las manos de todos. Quienes tengamos menos fuerza lo sostendremos de la cabeza y las piernas, y los más fuertes, los hombros y la espalda. Intentaremos darle un apoyo completo y confortable, sin dejar caer ninguna parte de su cuerpo.
 - Lo haremos como meciendo un bebé. Luego, muy lentamente lo bajamos al suelo, sin causarle molestias. Permitimos que pasen todos los integrantes de los grupos, si es su voluntad hacerlo.
 - En grupo formamos dos líneas separadas 50 centímetros aproximadamente. Nos tomamos de las manos, y los dos extremos también, formando una especie de cadena de bicicleta, sin hablar. Mirando permanentemente los ojos de nuestro compañero del frente, damos pasos haciendo un recorrido de ida y vuelta.
- 🕒 Recogemos los sentimientos y aprendizajes logrados en este ejercicio por grupos. ¿Qué pasó en cada uno de nosotros? ¿Qué pasó en el grupo? Si hubo personas que no lograron realizarlo ¿Qué hicimos para darle confianza? ¿Qué condiciones generaron confianza?

Trabajo en equipo

- 🕒 El último ejercicio de esta parte lo hacemos con todos los integrantes de todos los grupos. Formamos un círculo grande, lo extendemos lo que más podamos hasta casi romperlo. Luego lo hacemos lo más pequeño posible. Sin romper el círculo, nos detenemos y observamos en qué posición está nuestro cuerpo y el de nuestros compañeros.
- 🕒 Nos preguntamos finalmente ¿De qué nos damos cuenta? ¿Qué diferencia hay entre el nivel de confianza, en relación con los otros ejercicios?

Reflexiones sobre nuestro aprendizaje

- Ubicamos en escala de menor a mayor los aprendizajes personales reconocidos a partir de los diferentes momentos del ejercicio.
- Reconocemos la labor de los compañeros que consideramos ganaron mayor confianza en los ejercicios, y por qué nos dimos cuenta.

