



Capacidades y competencias  
p a r a l a v i d a

trabajo en equipo

UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN HUMANA  
PARA ENFRENTAR LOS RETOS DE LA VIDA



## 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](http://www.feyalegria.org/colombia)  
E-mail: [dinral@feyalegria.org.co](mailto: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

**LA MEJOR MANERA DE MANTENER EL EQUILIBRIO**  
*La mejor manera de mantener el equilibrio*

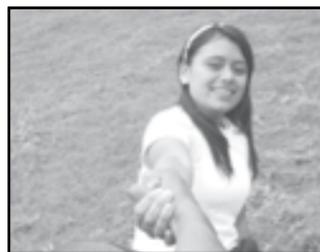
# Unidad dos

**Competencias  
Laborales  
Generales**

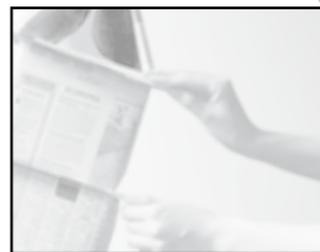
Actividad 1/ Pág.61



Actividad 2/ Pág.67



Actividad 3/ Pág.73



## Concepto relacionado

### La comunicación en el equipo<sup>14</sup>

La comunicación constituye el fundamento de todas las relaciones, por lo tanto es esencial para el funcionamiento de los equipos. La comunicación da vía a conocernos, ponernos de acuerdo, dejar claras nuestras posiciones, manifestar nuestros sentimientos (aún sin hablar), organizar las ideas y otras habilidades necesarias para trabajar en equipo. Sin ella ninguna se desarrollaría a plenitud.

De todos los elementos de la comunicación quizá la más importante sea la escucha activa, pues lleva consigo la atención del mensaje y la debida transmisión al otro de la comprensión del mismo. En ella se demuestra al otro un sincero interés por su mensaje.

### Comunicación efectiva

Se pudiera considerar que una comunicación es efectiva cuando reúne las siguientes características:

-  El mensaje que se desea comunicar llega a la persona o grupos considerados apropiados para recibirlos.
-  La consecuencia de la comunicación es el cambio de conducta esperado en el receptor.
-  No es unilateral, sino que estimula la retroalimentación al mensaje enviado (mensaje de retorno), ya que es igualmente importante saber escuchar, tanto como saber hablar.
-  Existe coherencia entre el lenguaje verbal y el corporal.
-  Se ha escogido el momento, las palabras y la actitud apropiada.

### Comunicación asertiva

El proceso de comunicación visto de forma teórica o para efectos de análisis, pareciera sencillo, pero dicho proceso se ve interferido por variables tales como ruidos durante el envío (tergiversaciones del mensaje) o ruidos personales (rodeos), como inseguridades, timidez, falta de estima, entre otros.

La comunicación asertiva es la respuesta oportuna y directa, que respeta la posición propia y la de los demás, que es honesta y mesurada entre los involucrados. La caracteriza la firmeza al emitir el mensaje y el respeto por el otro a quien se esta dando. Un ejemplo de ella son los mensajes de los niños, que se caracterizan por ser descriptivos en sus percepciones u opiniones, de allí que no hagan juicios o evaluaciones de la conducta de los otros, sólo la describen.

En un equipo este tipo de comunicación promueve las buenas relaciones, el entendimiento entre las personas y el buen manejo de la información al interior del equipo.

## Objetivo de la actividad

-  Ejercitar la comunicación con los integrantes del equipo.

## Evidencia de aprendizaje

-  Gráfico inicial y final del equipo.
-  Torre de papel.

## Duración de la actividad

120 minutos distribuidos de la siguiente manera:

-  5 minutos para conformación de equipos.
-  10 minutos para gráfico de relaciones.
-  20 minutos para diálogo de grupo.
-  60 minutos para construcción de la torre.
-  10 minutos para gráfico final.
-  15 minutos para reflexiones sobre el aprendizaje.

## Recursos didácticos necesarios

-  Hojas blancas
-  Colores
-  Papel periódico
-  Cinta pegante
-  Colbón
-  Tijeras

14. LOREN, Gary. Equipos que funcionan. Madrid. Ediciones Gestión. 2005.

## Instrucciones de la actividad

-  Conformamos equipos de trabajo.
-  Estando reunidos, realizamos de manera individual, un gráfico donde expresamos cómo nos sentimos en relación con cada uno de los miembros del equipo. Nos ubicamos y ubicamos a los demás, indicando por escrito a quién representa cada figura. Podemos motivarnos en temas diferentes como un paseo, un viaje, un trabajo, etc.
-  Con nuestro grupo compartimos las siguientes explicaciones:
  - ¿Dónde se encuentra el autor del dibujo y qué está haciendo?
  - ¿Dónde se encuentran cada uno de los miembros y qué están haciendo?
  - ¿Se le olvidó dibujar a algún integrante?, ¿A quién?
  - ¿Qué compañero se encuentra más lejos del autor en el dibujo?
  - ¿Quién está más cerca?
-  Al interior del grupo tratamos de encontrar relación entre las repuestas de cada uno con la forma en que nos relacionamos, identificamos lo que nos falta como equipo y cuál es nuestra fortaleza. Las respuestas a estas últimas preguntas las socializamos con los demás compañeros.
-  Nos ponemos en disposición para llevar a cabo un ejercicio grupal con el fin de mejorar dicha relación.
-  Grupo por grupo nos sentamos alrededor de una mesa y sin comunicarnos verbalmente, construimos una torre de papel con periódico y cinta o colbón. Los demás estamos alrededor sin interrumpir al grupo en acción. Todos los grupos pasamos y comparamos las creaciones en tamaño y calidad. Cada grupo tiene alrededor de 10 minutos.
-  Respondemos las siguientes preguntas:
  - El producto ¿Puede considerarse una torre?
  - ¿Existió trabajo en equipo?
  - ¿Hubo un líder?
  - ¿Cómo se comunicaron?
  - ¿Qué sentimientos experimentaron?
  - ¿Están conformes con la tarea?
-  Después de hacer un reconocimiento de las fallas en este proceso, nos reunimos con nuestro grupo y elaboramos nuevamente la torre apoyándonos en la comunicación verbal.

-  Comparamos las torres y al finalizar, dialogamos alrededor de las mismas preguntas, resaltando en qué mejoramos.
-  Cerramos haciendo un nuevo gráfico y lo comparamos con el que hicimos inicialmente.

## Reflexiones sobre nuestro aprendizaje

- Identificamos la ganancia individual y de equipo en este ejercicio.
- Escogemos un compañero de cual hayamos aprendido algo y se lo expresaremos verbalmente.

