

## ¡Pétalo como equipo!

### Juntos somos mejores!

¡Hola, bienvenidos a nuestro tutorial sobre TRABAJO EN EQUIPO!

Un buen trabajo en equipo es fundamental para alcanzar los objetivos porque ¡juntos somos mejores! Bueno, es cierto que eso no siempre es fácil. Sin embargo, superar las dificultades es una experiencia de aprendizaje a partir de la cual podéis mejorar vuestras habilidades sociales.



Aquí está todo lo necesario para convertirse en un GRAN jugador en equipo:

#### Confianza

Para trabajar en equipo, debéis CONFIAR los unos en los otros. Todo el mundo debe sentirse cómodo y escuchado cuando habla y da su opinión. Si queréis conseguir vuestro objetivo, tenéis que aprender a entenderos mutuamente.

#### Comprensión

COMPRENDER significa compartir aquello que os gusta y aquello que queréis mejorar del trabajo que estáis haciendo juntos. Todos tenéis diferentes intereses, competencias y necesidades, y si el equipo es consciente de esto, os será más fácil crear algo significativo, innovador y exitoso. ¡Váis a petarlo juntos!





## Escucha activa

Por todo esto, ¡debeís comunicaros bien! ¿Cómo? Con la ESCUCHA ACTIVA: no es solamente escuchar sino prestar atención a los demás. ¿Por qué lo que nos cuentan es importante para ellos? ¿A qué se refieren exactamente? Si no estás completamente seguro, pídeles que sean más específicos. Pregúntales: ¿Lo que tu quieres decir es...?

## Hablando claro

Y finalmente: HABLAR CLARO. No es solo decir palabras, sino hacerse escuchar y hacerse entender. Cuando quieres que los demás te escuchen, levantar la voz o hablar en exceso no siempre ayuda. Tampoco, hablar rápido o permanecer en silencio.

Tratar de expresaros de una manera que los otros os puedan entender, poniendo ejemplos que ilustren lo queréis decir. ¡Compartir vuestros sentimientos, sensaciones y puntos de vista! Tener en cuenta las opiniones y sentimientos de los demás, tratar de encontrar puntos en común. Aseguraros de que los demás se sienten cómodos y escuchados cuando hablan. Mostrarles aprecio y respeto.

El trabajo en equipo evita que os quedéis atascados, ayuda a ver más allá de los problemas y atascos. Ayuda a encontrar alternativas o ideas nuevas.

¿Tu compañero o compañera piensa diferente y ve cosas que tú no ves? ¡Genial! ¡Vosotros os complementáis a las mil maravillas!

Al trabajar juntos, aprendéis a generar confianza, a comprender la complejidad de los problemas, a escuchar y decir lo que pensáis. ¡Felicidades! ¡Tu confianza en ti mismo está creciendo! Necesitarás estas habilidades a lo largo de tu vida. ¡Así que reúnete con tu equipo y poneros manos a la obra!

