

## PROGRAMA DE FORMACIÓN ENTORNO LABORAL SALUDABLE: TRABAJO EN EQUIPO, RELACIONES Y MOTIVACIÓN. (2ª edición)

11840/1

### Desarrollo del curso

- Fechas: 28 - 30 de Octubre de 2014
- Horario: de 16:00 a 20:00 horas
- **OBLIGATORIAMENTE para recibir certificado de asistencia de una actividad formativa el alumno tiene que estar inscrito y admitido en Sofos cumpliendo las plazas de matriculación, del 15 de agosto al 15 de octubre de 2014**
- **Así mismo, quien sea admitido a una actividad formativa y no asista, sin comunicarlo previamente, será sancionado durante ese año.**
- Duración: 12 horas
- Lugar: AULAS Nº 3 FACULTAD DE MEDICINA DE ALBACETE DÍAS 28 Y 29 OCTUBRE Y AULA Nº 5 FACULTAD DE MEDICINA DE ALBACETE DÍA 30 OCTUBRE

<http://aplicaciones.sescam.jclm.es/sofos/matriculacion/fichaCurso.jsp?curso=11840&edicion=2>

- Docentes: José González Fernández Licenciado en Psicología Clínica e Industrial, Licenciado en Derecho y Licenciado en Ciencias Políticas y de la Administración Máster en Psicología Clínica y de la Salud Profesor de SR Consultores – Grupo GlobalCESS para el Área de Capacidades Directivas y Gestión de Equipos de Trabajo

### Dirigido a

Actividad dirigida al personal de las Unidades de Geriátría y Medicina Interna (Planta 1ª y 3ª) Hospital Nuestra Señora del Perpetuo Socorro: profesionales de Enfermería (enfermeras y auxiliares) y médicos. Se dará preferencia al personal de plantilla y contratados por orden de bolsa. Si quedan plazas, se admitirá a personal de otras Unidades de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete.

### Objetivo

Que los participantes obtengan el conocimiento necesario sobre el trabajo en equipo, motivación, relaciones interpersonales y que desarrollen habilidades y técnicas para optimizar e implementar los resultados del trabajo grupal y prevenir y afrontar con mayores garantías de éxito las situaciones conflictivas en las relaciones interpersonales dentro del equipo

Aprender§ habilidades de comunicación relacionadas con el trabajo en equipo.

§ Distinguir los roles del equipo.

Tener herramientas para superar las§ dificultades de las relaciones intraequipo.

Cohesión y Motivación grupal.§

Diferenciar entre comportamientos, actitudes, y motivación como elemento§ básico para conseguir la eficiencia en el trabajo en equipo.

Identificar§ la empatía como una herramienta que puede ayudar a identificarse con los miembros

del equipo

Reflexionar sobre los diferentes roles en el equipo y los comportamientos básicos relacionados con sus miembros

Aprender a definir el desarrollo individual de las personas del equipo y conseguir que lo utilicen para la mejora de los objetivos

Relajarse para tranquilizar y mantener la calma, propia y del equipo

Aprender herramientas para cambiar, mejorar o eliminar comportamientos.

Conocer las técnicas a utilizar para tratar con éxito los conflictos dentro del equipo, tanto personales como de relación interpersonal.

Solucionar con éxito las situaciones difíciles y conflictivas que se produzcan en el día a día de las relaciones dentro del equipo.

Aprender a comunicar "la pertenencia al grupo" mediante la identificación del orgullo de pertenecer a la organización.

### **Requisitos**

Actividad dirigida al personal de las Unidades del Área de Pediatría del Complejo Hospitalario: profesionales de Enfermería (enfermeras y auxiliares) y médicos. Se dará preferencia al personal de plantilla y contratados por orden de bolsa. Si quedan plazas, se admitirá a personal de otras Unidades de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete.

### **Contenidos**

#### **1. IMPLEMENTACIÓN DEL EQUIPO DE TRABAJO**

Características del Conflicto y Motivación. Cohesión del equipo. componente ideal del equipo dificultades.

#### **2. COMUNICACIÓN DENTRO DEL EQUIPO**

La comunicación como elemento básico para un buen proceso de relación en el equipo es también un buen comienzo para reflexionar sobre la forma en que nos enfrentamos a los otros y las respuestas que éstos nos dan. En este módulo buscamos conocernos en nuestro proceso comunicador e identificar el porqué de algunas respuestas para poder mejorarlas y corregirlas.

La comunicación interpersonal: aspectos positivos y negativos

Las relaciones cruzadas: comportamientos y actitudes Juegos de Comunicación Asertividad y Empatía Vs Ecpatia La risa y el humor y escucha activa

#### **3. MOTIVACIÓN E INTELIGENCIA EMOCIONAL.**

Conseguir una buena motivación personal (autoestima y automotivación) y conseguir motivar a los otros es un arte que facilita y mejora las relaciones de trabajo. Revisaremos los conceptos que trabajan con la motivación, la autoestima y el estrés para enfrentarnos a ellos y superar positivamente su influencia.

El tiempo y sus prioridades Reestructuración cognitiva.

Manejo del Autoestima. Factores de motivación estrés

La visualización positiva. Relajación Juego de motivación.

#### **4. EL EQUIPO, CONSEGUIR UN DESARROLLO OPTIMO**

Desarrollo individual

Identificar las necesidades y las carencias de los miembros del equipo

Cambiar comportamientos

Enfrentarse a conflictos emocionales

Solucionar con éxito las situaciones difíciles.

#### **5. LAS RELACIONES**

El entorno nos condiciona, valoramos o desvaloramos en función de procesos personales, y eso nos hace relacionarnos de una manera determinada. Si analizamos lo que vemos y lo que es

buscaremos conseguir un entorno positivo y adecuado con menos estrés y más enfocado a objetivos.

La empresa: cómo la vemos, cómo nos gustaría que fuera, cómo nos § Identificar situaciones cotidianas: la culpa y la preocupación § Juego § influye Role § Qué hacer § Cómo influyen los otros § Técnicas Creativas de respuesta § play

## 6. ALGUNAS TÉCNICAS DE RELACIONES INTERPERSONALES

Resolución de § Enfrentarse a las críticas: pasos § conflictos: técnicas

Análisis de casos §

## 7. RESUMEN FINAL

Plan de § Seguimiento § acción

### Metodología

El proceso formativo será eminentemente práctico y participativo

Juegos

Test de autorreflexión

Trabajos en grupo

Presentación de técnicas de ayuda

Práctica de visualización y de relajación

Dinámicas de grupo, puesta en común

### Justificación

La finalidad del trabajo en equipo es que el resultado obtenido sea superior a la suma de los obtenidos individualmente. Implica formar parte de un grupo de personas que comparten un único objetivo y que dirigen sus esfuerzos hacia su consecución, en este sentido las organizaciones de hoy están orientadas al trabajo de alta interacción humana. Nuestras organizaciones hoy son el resultado mismo de la interacción humana. Este curso -taller busca desarrollar una serie de cualidades tendentes a obtener el máximo rendimiento del grupo de trabajo.

Incorporar competencias para trabajar en equipo, fortalecer los espacios de integración grupal con el fin de desarrollar el aprendizaje colaborativo en los equipos de trabajo en la organización

.Desarrollar, ejercitar y mejorar conductas para el trabajo en equipo. Aplicar técnicas para optimizar la calidad del trabajo tales como: Cohesión, Comunicación, Confianza, son instrumentos y herramientas necesarios para implementar el trabajo en equipo, la satisfacción de los propios trabajadores y la obtención de los resultados deseados.

El programa dota a los participantes del cuerpo teórico necesario para poder aprehender los conceptos centrales del trabajo en equipo, la pericia necesaria para poder ponerlos en marcha y diferenciar cuándo es más eficiente el trabajo en equipo o individual.

Con una metodología eminentemente práctica se persigue resolver las dificultades y conflictos que aparecen en la relaciones personales intragrupo, implementando los recursos personales como el entrenamiento en asertividad, reestructuración cognitiva y técnicas de relajación y visualización proyectiva.

CURSO FINANCIADO CON FONDOS INAP

