



¿FORMAS PARTE DE UN EQUIPO Y ACTÚAS COMO SI ESTUVIERAS EN UN GRUPO?

Un equipo es un conjunto de personas que se organizan de una forma determinada para lograr un objetivo común.



EL EXPERTO

Una de las claves que identifica a los equipos, y a su vez sirve para diferenciarlo de lo que consideramos grupo, es **la relación de sus componentes con el objetivo**, con lo que se pretende conseguir. ¿Os suena eso de: "todos para uno y uno para todos"? Aquí, cada individuo se identifica como miembro de un todo (Pertinencia), al tiempo que su individualidad se pone en valor, adquiere importancia, como parte imprescindible de ese todo (Individuación).

Es decir, **en un equipo, el todo es más que la suma de las partes.**

Cuando se habla de "trabajo en equipo", es muy habitual que se confunda con el "trabajo en grupo". Aunque de las **diferencias entre trabajar en grupo y hacerlo en equipo** trata el vídeo del presente Newsletter, te presentamos aquí un breve cuadro/resumen de los principales aspectos que lo diferencian.

TRABAJO INDIVIDUAL	TRABAJO EN GRUPO	TRABAJO EN EQUIPO
Finalidad personal	Un solo fin común	Con meta definida
No hay distribución	Distribución por partes	Distribución por capacidades
Atender al todo	Cada cual su parte	Comunicación de todos
No hay figura de coordinador	Con o sin líder	Con líder siempre
Autoevaluación	Evaluación individual	Evaluación conjunta
Compromiso individual	Sin nivel de compromiso	Compromiso personal con el resultado de todos
A veces, sin conclusiones	Conclusiones personales	Conclusiones grupales
Todo para uno	Cada cual hace lo suyo	Todos son responsables
Todo para el mismo	Generalistas	Especialistas
Sin discusión, decisión	Discuten de todo y nada	Discuten del objeto de la tarea
Trato con uno mismo	Sin valores de integración	Existe práctica de valores

Una forma muy eficaz de entender **el trabajo en equipo** es verlo como un **organismo vivo que funciona como un sistema**. Pongamos como ejemplo al cuerpo humano. Desde el punto de vista biológico, el cuerpo humano es un sistema, un conjunto de órganos al servicio de un fin (mantenerse vivo y sano), por lo que los órganos muy diferentes tienen cierta homogeneidad funcional. O sea, diferentes integrantes se ponen al servicio de ese fin que permite pervivir al ser vivo en el que están integrados. ¿Os imagináis que un órgano del cuerpo decidiera ir por libre? Automáticamente enfermaríamos.

En un equipo también hay diferentes integrantes (personas) que conforman el sistema, **integrantes que cumplen labores distintas y totalmente necesarias** para la pervivencia del sistema. ¿Os imagináis que un miembro del equipo decidiera ir por libre? Ponle tú nombre a lo que pasaría.

Ahora que tenemos claro qué es un equipo, y qué significa trabajar en equipo, veamos cuáles **son las bases sobre las que se sustenta**:

- **Comunicación:** si un equipo no se comunica no es un equipo, por lo que es necesario hablar y hablar para compartir y mejorar. Hay que atender a la comunicación oral, escrita y gestual.
- **Confianza:** Hay que partir de un precepto: los demás, en principio, tienen tan buenas intenciones como nosotros. De otro modo partiremos de un prejuicio, y no es buen arranque. Delegar en otro es confiar en él y tener la seguridad de su capacidad para realizar la tarea. Así, los resultados que obtenemos estarán a la altura de nuestra confianza.
- **Control:** lo que no se evalúa, se devalúa; pero una evaluación obsesiva lleva a la desmotivación y al abandono. Hay que nivelar resultados con satisfacción personal: ¿cómo vamos nosotros? ¿cómo va la tarea?
- **Cohesión:** Es la atracción que proporciona el pertenecer a un equipo, apunta a la satisfacción del sentimiento de pertenencia que todo ser humano necesita ver satisfecho. Es la red de relaciones explícitas entre los miembros de un equipo. Todo esto facilita la unidad de criterios, cosa imprescindible en un equipo.

— **Comprensión:** Es saberse poner en el lugar del otro (empatía). En un equipo, nuestras diferencias deben ser nuestro orgullo. Debemos gestionar nuestras emociones para ser capaces de gestionar las ajenas. Comprendo para que comprendan y me comprendan.

Ya sabemos en qué pilares se sustenta el trabajo en equipo. Bien, pasemos ahora a hablar brevemente de algunos de **los problemas que puede conllevar**, de sus riesgos. Os presentamos 3 de los más cotidianos:

- Lo primero que se nos viene a la mente son las **discusiones eternas** que además no giran en torno al tema en concreto. Alguien del equipo deberá asumir el rol de **moderador**.
- ¿Recuerdas la tendencia que tenemos a **confundir el grupo con el equipo**? Quien dentro del equipo no lo tenga claro (o no quiera tenerlo claro) corre el riesgo de caer en el parasitismo: es el famoso "hazlo tú, que yo miro y además tú lo haces mejor" ¿Te suena?
- ¿Cómo **conseguir la libertad y la autonomía** que un equipo necesita para trabajar? Ya lo hemos dicho: habla, comenta las necesidades del equipo con quien corresponda.

Sin embargo, a pesar de los posibles problemas que conlleva el trabajo en equipo, es muy evidente a lo largo de la historia que **la mejor manera de trabajar y estar personalmente satisfechos de lo que hacemos, es hacerlo en equipo** sintiéndose miembro de pleno derecho de él.

Para acabar, os proponemos una reflexión que no es nuestra, pero que aceptamos con espíritu de trabajo en equipo:

"El talento gana partidos, pero el trabajo en equipo y la inteligencia ganan campeonatos"

Michael Jordan



Francisco Javier Castilla
Psicólogo especialista
en desarrollo personal

EN QUÉ TE BENEFICIA EL TRABAJO EN EQUIPO

En los equipos podemos observar que sus miembros desarrollan comportamientos que los mantienen como un sistema social que funciona.

Algunos de los evidentes beneficios de trabajar en equipo son:

- ✓ Favorece las relaciones interpersonales.
- ✓ Contribuye a armonizar las disensiones del equipo.
- ✓ Alienta la participación de todos, y no sólo de unos pocos.
- ✓ Demuestra solidaridad, al aceptar las ideas de los demás.
- ✓ Ayuda a alcanzar estándares de realización más elevados y favorece su evaluación



AUTOANÁLIZATE

¿Hasta qué punto trabajas en equipo?

1. Ofreces nuevas ideas y proporcionas soluciones a las dificultades del equipo.

- Casi nunca (1 punto)
- A veces (2 puntos)
- A menudo (3 puntos)

2. Te interesas por las ideas de otros y las desarrollas.

- Casi nunca (1 punto)
- A veces (2 puntos)
- A menudo (3 puntos)

3. Ofreces información relevante y hechos contrastados.

- Casi nunca (1 punto)
- A veces (2 puntos)
- A menudo (3 puntos)

4. Evalúas los resultados del equipo

- Casi nunca (1 punto)
- A veces (2 puntos)
- A menudo (3 puntos)

5. Intentas coordinar las actividades de los miembros y clarificar las aportaciones de éstos.

- Casi nunca (1 punto)
- A veces (2 puntos)
- A menudo (3 puntos)

SUMA LOS PUNTOS DE TUS RESPUESTAS



De 0 a 5 puntos

De 6 a 10 puntos

De 11 a 15 puntos

Seguramente funcionas en el equipo como si fuera un grupo, donde cada cual hace lo que puede y cree que le corresponde, y respecto al resultado del trabajo... y pues ya se verá cuando acabemos. Con la ayuda de este newsletter trata de clarificar dónde estás y qué se espera de ti.

Tienes espíritu de trabajo en equipo, pero te falta llevarlo a la práctica con constancia y naturalidad. Trata de expresar todo tu potencial en las actividades de equipo, procurando ser más proactivo respecto a ti mismo/a.

Tienes experiencia a la hora de trabajar en equipo, y no te cuesta poner en activo tus habilidades al respecto. La responsabilidad de llevar a buen puerto las tareas compartidas en equipo, seguro hacen que seas valorado, y por lo tanto constituyes un valor añadido para el equipo.

PLAN DE ACCIÓN

Puedes disfrutar del trabajo en equipo aplicando las siguientes acciones concretas. Para que realmente funcionen, las hemos organizado en un periodo de un mes. Así podrás practicarlas y afianzarlas. Además, están ordenadas según su complejidad e implicación, de menor a mayor. Registra los beneficios obtenidos tras realizar cada una de ellas y **comprueba tu evolución**.

PASO 1

Del 12 al 19 de septiembre

PASO 2

Del 20 al 27 de septiembre

PASO 3

Del 28 de septiembre al 5 de octubre

PASO 4

Del 6 al 11 de octubre

SEPTIEMBRE						
		12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
OCTUBRE						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11			

Si reflejas por escrito los beneficios de cada acción, obtendrás un "diario" que te ayudará a ser consciente de cómo tus acciones van en tu propio beneficio y en el de los que te rodean.

DESCARGAR CUADERNO DE BITÁCORA



¿QUÉ DICE LA RED?

 [El trabajo en equipo no tiene límites](#)

 [Beneficios del trabajo en equipo](#)

 [¿Qué es el trabajo en equipo?](#)

 [Características del trabajo en equipo](#)

 [Motivar al equipo](#)

Pulsa en **¡PARTICIPA!**, responde a las preguntas de cada Reto y conseguirás:



Recibir, cada mes, una palabra de las doce que componen la **Frase oculta**, cuyo descubrimiento te permitirá optar a un regalo muy especial, y



Entrar en el sorteo trimestral de una **Experiencia para dos personas**

¡PARTICIPA!



[Bases de participación](#) | [Contacto](#)

