

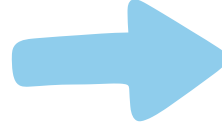
TRABAJO EN EQUIPO Y COMUNICACIÓN EFECTIVA

Los equipos exitosos no solo trabajan juntos, se comunican bien.

¿QUÉ ES EL TRABAJO EN EQUIPO?

1

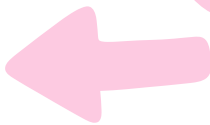
Es la capacidad de colaborar de forma coordinada para alcanzar objetivos comunes, basada en la confianza, roles claros y cohesión grupal.
(Hackman, 2002)



¿QUÉ ES LA COMUNICACIÓN EFECTIVA?

2

Proceso de transmitir ideas y emociones de manera clara, empática y asertiva, asegurando comprensión mutua.
(Robbins & Judge, 2017)



IMPORTANCIA

3

- Mejora el clima laboral
- Reduce conflictos
- Aumenta productividad
(OMS, 2022; Goleman, 1995)



4

PRINCIPIOS DEL TRABAJO EN EQUIPO

- Objetivos claros (Hackman, 2002)
- Roles definidos (Robbins & Judge, 2017)
- Confianza (Goleman, 1995)
- Cooperación (OMS, 2022)



TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN EFECTIVA

5

• Escucha activa

Atención plena, sin interrumpir, confirmando lo entendido.
(Rogers, 1957)

• Comunicación asertiva

Expresar ideas con respeto y claridad, usando mensajes en primera persona.
(Rosenberg, 2003)

• Retroalimentación constructiva

Clara, específica y enfocada en mejorar conductas.
(Stone & Heen, 2014)

• Validación emocional

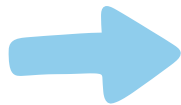
Reconocer emociones sin juzgar, generando confianza.
(Linehan, 1993)



ESTRATEGIAS PRÁCTICAS

Fomentar espacios de diálogo

1



Promueve la participación y confianza. (Edmondson, 1999)



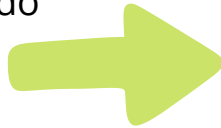
2

Reuniones claras y organizadas

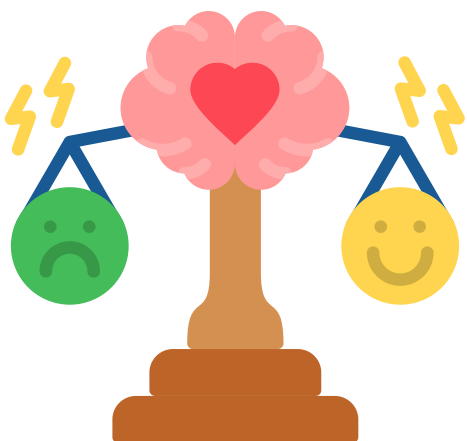
Reduce ambigüedad y mejora coordinación (Hackman, 2002)

Seguridad psicológica

3



• Permite expresar ideas sin miedo (Edmondson, 1999)



4

Regulación emocional

• Gestionar emociones antes de comunicar (Goleman, 1995)

Un buen equipo no es el que evita los problemas, sino el que sabe comunicarse para resolverlos.

Fortalece tu comunicación, fortalece tu equipo