Treball en equip, creant relacions harmòniques

SESSIÓ 3

PROPÒSIT DEL CURS

Desplegar tot el nostre potencial humà perquè el treball en equip sigui una experiència harmònica i ens permeti treballar amb eficàcia i eficiència.

CONTINGUTS

HABILITATS DE TREBALL EN EQUIP

PÍNDOLES DE CREIXEMENT PERSONAL

HABILITATS DE TREBALL EN EQUIP

PERSONES

RELACIONS

TREBALL EN EQUIP

implica

Desenvolupar HABILITATS PERSONALS (Valors i tipus de personalitat que afavoreixin el propòsit)

Crear RELACIONS (Compatibles Homogènies i heterogènies)

HABILITATS PERSONALS
que afavoreixen el treball en equip

PERSONALITAT
(Trets que afavoreixen treball en equip)

VALORS
(que afavoreixen treball en equip)

CONCLUSIÓ

UN TRET QUE AFAVOREIX LES ALIANCES ÉS:
APRENDRE A CONSTRUIR UN TEMPERAMENT PATRÓ B
(aprendre a domesticar la part animal que tenim dirigeix la Ment inferior)

UN TRET QUE AFAVOREIX LES ALIANCES ÉS:
APPRENDRE A TRANSFORMAR L'EGO AMB EL SER

UN VALOR QUE AFAVOREIX LES ALIANCES ÉS:

RESPECTAR L'ESCALA DE VALORS INDIVIDUALS DE CADASCÚ
de la mateixa manera que ens agrada que respectin la nostra i renunciar a jutjar o criticar el que facin o pensin els altres.

CONCLUSIONS SOBRE LES RELACIONS

Quan les relacions són homogènies i són compatibles diem que s'entenen i és fàcil TREBALLAR EN EQUIP.

Quan les relacions es basen en relacions heterogènies i són compatibles direm que es complementen i es POT TREBALLAR EN EQUIP.

Quan les relacions són homogènies o heterogènies i són incompatibles es fa impossible EL TREBALL EN EQUIP.

Que siguin homogènies o heterogènies no és garantia de la compatibilitat, només facilita la comprensió de la unió.

CONCLUSIONS SOBRE LES RELACIONS

ÉS EL NIVELL DE MADURÈS (CONSCIÈNCIA), ESTRÈS I TRANSFORMACIÓ DEL ENEATIP QUE GARANTEIX LA POSSIBILITAT DE TREBALLAR EN EQUIP DE FORMA VOLUNTÀRIA JA SIGUI AMB RELACIONS COMPATIBLES COM INCOMPATIBLES.

EL CASTELL INTERIOR

7 CAMINS

PER ARRIBAR A

L'AMOR



MAR SERRA

SET CAMINS PER ARRIBAR A L'AMOR

(per aprendre a estimar-nos i estimar els altres sense patir)

INDEX

1. EL PRINCIPI D'AMOR
2. ELS SET CAMINS, LES SET EINES
3. ACCEPTAR
4. ASSUMIR
5. AGRAIR
6. VALORAR
7. RESPECTAR
8. ACTUAR
9. ADAPTAR
10. REFLEXIONS PRÀCTIQUES
11. CONCLUSIONS

CONCLUSIONS SOBRE LES RELACIONS

4 classificacions dels grecs sobre l'Amor?
Quin és aquel amor segons els grecs que ens permet superar el rencor i ser compassius cap a l'altre?
Quins són el 7 camins per arribar a l'amor?
Quines són les 7 renúncies en aquests 7 camins?
Quin sentit té el símbol de la Matriuska que apareix a la portada del llibre?

CONCLUSIONS SOBRE EL LLIBRE

4 classificacions dels grecs sobre l'Amor?

Eros, Strogé, Philia i Agape

AGAPE

CONCLUSIONS SOBRE EL LLIBRE

Quins són el 7 camins per arribar a l'amor?

acceptar

asumir

agrair

valorar

actuar

respectar

adaptar

CONCLUSIONS SOBRE EL LLIBRE

Quines són les 7 renúncies en aquests 7 camins?

Acceptar renunciar a lluitar

Asumir renunciar a culpar

Agrair renunciar a patir

Valorar renunciar a queixar-me

Actuar renunciar a agredir

Respectar renunciar a criticar

Adaptar renunciar a fugir

CONCLUSIONS SOBRE EL LLIBRE

Quin sentit té el símbol de la Matriuska que apareix a la portada del llibre?

Els 7 camins o principis fan imprescindible el desenvolupament de l'autèntic amor i cadascun d'ells está impregnat de la mateixa essència que el principi d'Amor alhora que perquè es doni un es requereix que també es donin els altres.

HISTÒRIES INSPIRADORES DE TREBALL EN EQUIP

https://www.youtube.com/watch?v=ck8Ui7PV6Io

https://youtu.be/7CgPNGl92b8?is=lMoY0cQnAVA0lqhM

HABILITATS DE TREBALL EN EQUIP

3 C DE L'EFICIÈNCIA D'UN EQUIP:

COL·LABORACIÓ

COOPERACIÓ

COHESIÓ

4 S DE LA COHESIÓ:

SIMPATIA

SINÈRGIA

SINTONIA

SINCRONIA

Defineix la col·laboració, cooperació i cohesió. Quina diferencia hi ha entre col·laborar i cooperar?

Dinàmica:

Un dissenyador gràfic que té contractats a diferents treballadors per a realitzar les diferents tasques de il·lustració, disseny de logos, un disseny de webs, redacció de continguts, community manager, SEO...

Quina seria la diferencia si treballa amb col·laboradors o cooperadors?

Col·laboració i cooperació per fer créixer l'equip.

Col·laborar és l'habilitat treballar conjuntament per aconseguir un propòsit comú. No és imprescindible la definició d'un líder. En la col·laboració tots els integrants poden intervenir en totes les parts.

Cooperar és l'habilitat d'obrar individualment dins d'una estructura per aconseguir un propòsit conjunt. Requereix d'algú que lideri els que cooperen. En la cooperació es reparteixen les tasques i cadascú fa només una part.

LA COHESIÓ D'UN EQUIP

La cohesió de l'equip és la connexió interpersonal entre els membres d'un grup que facilita que els membres participin i estiguin motivats per assolir els propòsits establerts.

CONTE DELS OCELLS I L'OCELLOT

https://www.youtube.com/watch?v=226iRoOSIWM

- L'ENEMIC COMÚ és un facilitador natural per a la cohesió.
- Quan un equip només es basa en criticar i intentar abatre l'enemic en comú, l'equip s'omple de negativitat i toxicitat que es pot girar en contra. És important posar energia en construir relacions compatibles.

- Un equip es COHESIONA QUAN HI HA FEELING ENTRE ELS MEMBRES (relacions homogènies i compatibles).

- Es important treballar la disposició a generar relacions humanes harmòniques. Això requereix d'una madurès emocional per part de tots els membres de l'equip que permeten la COHESIÓ VOLUNTÀRIA.

CONTE DELS OCELLS I L'OCELLOT

https://www.youtube.com/watch?v=226iRoOSIWM

- *Un equip hauria de tenir altres motivacions tot i que L'ENEMIC COMÚ és un facilitador per a la cohesió.*
- *Un equip es COHESIONA QUAN HI HA FEELING ENTRE ELS MEMBRES (Aliances habituals, harmonies naturals).*
- *Es important treballar la disposició a generar relacions humanes harmòniques. Això requereix d'una madurès emocional per part de tots els membres de l'equip que permeten la COHESIÓ VOLUNTÀRIA.*

COHESIÓ

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ:

1. *SINÈRGIA*
2. *SINTONIA* +
3. *SINCRONIA* =
4. *SIMPATIA*

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ: SINÈRGIA

La voluntat d’aconseguir un resultat superior gràcies a l’actuació conjunta.

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ: LA SINTONIA

La Sintonia té a veure amb l’actitud d’escolta, confiança i respecte que es tenen per igual els diferents membres d’un equip.

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ: LA SINCRONIA

La Sincronia és la connexió per donar el mateix tipus de resposta a una situació que demanda d’una decisió i una acció conjunta.

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ: LA SIMPATIA

La Simpatia es dona quan la relació entre els membres d’un equip es caracteritza per l’amabilitat, el bon humor i maneres d’actuar semblants , esforçant-nos amb gust perquè així sigui.

ACTIVITAT EN GRUP

LES 4 “S” DE LA COHESIÓ

Analitza cadascuna de les 4 “S” (Sinèrgia, sintonia, sincronia, simpatia) i posa exemples en l’entorn de treball.

PRÀCTIQUES DE LES “4 S” DE LA COHESIÓ:

1. Comptar fins a 20 sense coincidir
2. Passa la frase gestual i verbal
3. Exercici de creativitat
4. Concurs de control de l’humor

PRÀCTIQUES DE LES “4 S” DE LA COHESIÓ:

Exercici de creativitat:

Títol de la sèrie

Slogan

Breu sinopsis



OPORTUNITATS

HABILITATS DE TREBALL EN EQUIP

CREIXEMENT PERSONAL

FINESTRA DE JOHARI

ZONES DE LA PERSONALITAT: El meu comportament és conscient o inconscient per mi/ Els resultats del meu comportament és conscient o inconscient per part dels altres.

Z. OBERTA: jo i l'altre som conscients

Z. OCULTA: jo soc conscient i l'altre inconscient

Z. CEGA: jo soc inconscient i l'altre conscient

Z. DESCONEGUDA: jo i l'altre som inconscients

CONCLUSIÓ

Treballar la zona oculta i la zona cega en qualsevol context personal i professional ens permet trobar oportunitats de desenvolupament i creixement.

KAIROS

Les dificultats poden ser oportunitats d'aprenentatge pendents en el meu Pla pedagògic. Tots tenim assignatures comuns, l'amor a mi i als altres, que es donen en contextos diferents.



Gerardo

Schmedling

“ACEPTOLOGÍA”

“La vida no ens dona el que volem, ens dona el que necessitem.”

“ACEPTOLOGIA”

JUGA A IMAGINAR UNA LLUM BLANCA QUE NEUTRALITZA LES TEVES EMOCIONS I LA DELS ALTRES I CONFIA AMB EL TEU APRENENTATGE: SI PRACTIQUES L’AMOR ET RETORNARÀ AMOR.

GRÀCIES!!!

ELCASTELL INTERIOR
formació i creixement

Acompanyaments/teràpies INDIVIDUALS presencials i online

LOGOTERÀPIA

Activitats El Castell interior

Grupo de WhatsApp

Escanea este código QR con la cámara de WhatsApp para unirte al grupo

ELCASTELL INTERIOR

formació i creixement

www.elcastellinterior.cat

marserra@elcastellinterior.cat

info@elcastellinterior.cat