

Reflexiones acerca del trabajo en equipo y otras competencias atractivas para la empleabilidad

Este material forma parte del espacio educativo desarrollado en la Feria de Empleo UCR 2022, que tiene como fin incorporar las competencias del trabajo en equipo y el trabajo colaborativo como recurso potenciador del futuro laboral de las personas participantes.

PREGUNTAS DE AUTO-REFLEXIÓN

- 1 ¿Por qué las empresas contratan personas con competencias como el trabajo en equipo? ¿Qué aspectos les hacen atractivas?**
- 2 ¿Cuál ha sido nuestra experiencia para desarrollar la habilidad del trabajo en equipo y el trabajo colaborativo?**
- 3 ¿Cuáles son los mitos del trabajo en equipo y el trabajo colaborativo?**
- 4 ¿Qué aprendizajes tengo del trabajo en equipo?**
- 5 ¿Por qué se me hace difícil desarrollar esta habilidad?**

RECOMENDACIONES CLAVES

Las habilidades blandas son destrezas que se adquieren, **no necesariamente son innatas**, debemos conocer y analizar aspectos de nuestra personalidad, nuestra relación con otras personas y la forma en la que resolvemos las circunstancias que se nos presentan.

Un aspecto clave: El **AUTOCONOCIMIENTO** (conocer y reconocer nuestras habilidades y también nuestras áreas de mejora, tomar acción sobre aquello en lo que necesitemos trabajar y buscar acompañamiento profesional cuando sea necesario)

Habilidades para la vida personal-laboral:

Sociales

- Comunicación
- Negociación
- Cooperación
- Relaciones Interpersonales

Cognitivas

- Toma de decisiones
- Solución de problemas
- Capacidad de análisis

Emocionales

- Gestión de las emociones
- Manejo del enojo y la frustración

Facilitadoras: Licda. Sussana Sandoval Sandoval y Máster. Fabiola Fernández Trejos, Oficina de Orientación Universidad de Costa Rica

Sitio web: <http://orientacion.ucr.ac.cr>

Facebook: Oficina de Orientación UCR

Instagram: orientacionucr

Teléfono: 2511-1970