



Team Building

Dinâmicas planificadas para fortalecer equipos de trabalho e melhorar o seu funcionamento



CONCEPTO

Que é o Team Building?

O Team Building é o conxunto de dinámicas e actividades planificadas que teñen como finalidade mellorar o funcionamento dun equipo de traballo, fortalecendo as relacións interpersonais e aumentando a eficacia do grupo.

📌 👉 No é so xogar: é unha ferramenta de intervención grupal

Obxectivos no ámbito profesional

- Mellorar o clima laboral
- Favorecer a cohesión do equipo
- Potenciar a comunicación
- Xestionar conflitos
- Aumentar a motivación

Metas dun Team Building

Os obxectivos deben ser claros e adaptados ao grupo:



Comunicación

Mellorar a comunicación interna



Confianza

Fomentar a confianza entre compañeiros



Cooperación

Desenvolver o traballo cooperativo



Resolución

Traballar a resolución de problemas



Cando facer Team Building?

Incorporación de novo personal

Facilitar a integración do equipo

1

2

Mellora do rendemento

Mellorar as relacións e a eficacia no traballo

3

Cambios organizativos

Adaptarse a novas estruturas

4

Baixa motivación

Revitalizar o compromiso do equipo

5

Resolución de conflitos

Mellorar a xestión de conflitos



O Team Building no é un premio, é unha estratexia de mellora



TIPOLOGÍA

Tipos de Team Building

Segundo o obxectivo

- Comunicación
- Confianza
- Liderazgo
- Cooperación
- Xestión de estrés
- Creatividade

Segundo o espacio

- Interior (aula, sala)
- Exterior (parque, praia)
- Medio natural

Segundo a intensidade

- Baixa (reflexivos)
- Media (retos cooperativos)
- Alta (aventura, movemento)

Claves dun bo Team Building

Unha actividade eficaz debe cumprir estes principios:

1

Obxectivo común

Ter unha meta compartida por todo o grupo

2

Participación total

Requerir a participación de todos os membros

3

Inclusión

Evitar a exclusión de algún participante

4

Cooperación

Fomentar o traballo conxunto e colaborativo

5

Seguridade

Ser segura e adaptada ás capacidades

6

Reflexión

Incluir unha reflexión final sobre a experiencia

O papel do guía/dinamizador

 O guía crea o contexto, o grupo crea a experiencia

01

Analizar

Analizar previamente a empresa e o equipo

03

Explicar

Explicar normas claras e comprensibles

05

Xestionar

Gestionar conflitos se aparecen

02

Diseñar

Diseñar actividades adaptadas ao grupo

04

Motivar

Motivar e observar durante a actividade

06

Facilitar

Facilitar a reflexión final do grupo

AVALIACIÓN

Avaliación dun Team Building

Aspectos a observar

- Comunicación
- Participación
- Cooperación
- Liderazgo
- Actitude
- Resolución de problemas

Ferramentas

- Observación directa
- Rexistro de incidencias
- Autoavaliación
- Debate final



A importancia da reflexión final

O Team Building non remata coa actividade, senon coa reflexión:



Que pasó?

Describir a experiencia vivida



Como nos organizamos?

Analizar a dinámica grupal



Que dificultades surdiron?

Identificar os retos encontrados



Que aprendimos?

Extraer conclusións e aprendizaxes



Como o aplicamos?

Transferir ao traballo diario

Team Building

Unha ferramenta estratéxica para construír equipos máis fortes,
cohesionados e eficaces

Ferramenta

De intervención grupal profesional

Obxectivos

Claros e adaptados ao grupo

