

## AUTOCONOCIMIENTO Y TRABAJO EN EQUIPO



Es un taller experiencial, dinámico e intenso, planteado, diseñado y construido desde el crecimiento personal, desde el autoconocimiento y desde la autoconciencia.

Partimos de la idea de que “ser LIDER” es “ser YO”. Sin disociaciones y sin falsas separaciones entre “yo como ser humano, yo como persona y yo como profesional”.

### OBJETIVO

Facilitar un espacio físico y temporal, intenso, **entretenido** y **participativo**, para reflexionar sobre la propia imagen y la que se tiene de los demás, y de esta manera replantearse, mejorar, y potenciar un camino de autoconocimiento y aceptación propia y ajena, que abran nuevas vías de desarrollo en la relación con los demás, pues *sólo podemos dar aquello que tenemos*.

### COMO FUNCIONA

Mediante una **dinámica grupal interactiva, participativa e interpretativa**, que conlleva movimiento físico, reflexión, escucha activa, análisis y exposición concisa, planteamos un trabajo introspectivo y profundo para abordar cuestiones como...  
¿Qué rasgos definen mi carácter?  
¿Cómo es mi personalidad primal?  
¿Cuáles son los fundamentos de mí pensar, de mi sentir y de mi hacer?

### A QUIEN VA DIRIGIDO

- A todo empresario y Directivo que desee “refrescar y dinamizar” en sus colaboradores las bases efectivas del trabajo en equipo y el liderazgo formal e informal.
- Las personas con posición de responsabilidad directiva.
- Miembros de equipos de trabajo y de departamentos.

### LUGAR Y DURACIÓN

Posibilidad de realizarlo *In Company* o en sala externa.

Actividad de 3 horas, que puede ser tratada de manera independiente o integrarse como actividad en Jornada o evento de empresa.

### APRENDIZAJE

Al finalizar el taller los participantes habrán experimentado:

- Análisis introspectivo
- No juzgar
- Aceptar
- No etiquetar
- Cuestionarse las bases
- Huir de lo cognitivo
- Buscar la confianza y la transparencia
- Comunicación interpersonal
- Escucha pasiva
- Salir de la zona de confort
- Plantear y abrir nuevos horizontes
- Cuestionarse aspectos anteriormente dados como “ciertos”.

### MAS INFORMACIÓN

Teléfono: 93 321 10 74 e-mail: [sede21@sede21.com](mailto:sede21@sede21.com) Avda. Diagonal 442, 3º-2ª, 08006 Barcelona  
Actividad susceptible de ser bonificada