

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

APLICADA AL AULA DE CLASE



**EJERCICIOS PARA EL DESARROLLO DE LA IE  
EN EL AULA**

Realizado por: Dr. Marcelo Aldaz H.

[marceloald@mixmapil.com](mailto:marceloald@mixmapil.com)

## INTRODUCCION

¡Hola, amiguito!

Te presento este librito realizado especialmente para tí.

El objetivo o porque de este trabajo es para que tu descubras como utilizar tus sentimientos de alegría, de tristeza, de descontento, de aceptación, de molestia por lo que no comprendes o no te gusta, entre otros y cómo lo puedes utilizar en tu beneficio en tu casa, tu barrio, en la escuela, en la iglesia, en todo lado.

Bueno, tu te preguntarás y ¿porque debes descubrir tus sentimientos?

Simplemente porque tu, yo, todos somos personas con sentimientos que debemos aceptar y hasta controlarlos para poder relacionarnos de buena manera con los demás: con nuestros hermanos, hermanas, papá, mamá, tíos, tías, abuelitos, abuelitas, amigos, amigas, vecinos, vecinas, profesores, compañeros... ies decir, con todos y todas las personas que viven a tu alrededor y fuera de él!.

Te invito entonces a trabajar juntos en esta aventura de conocerte y conocer a los demás, para construir un nuevo mañana.

Acompáñame pues en este esfuerzo... No te arrepentirás.

**Marcelo Aldaz Herrera**

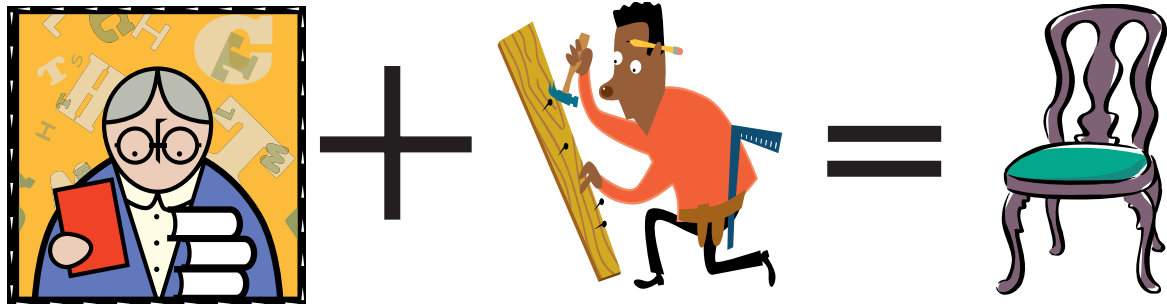
## DEFINICIONES BASICAS

### ¿Qué es inteligencia y para qué sirve?

El carpintero hace una silla; él construye un objeto que sirve a los demás.

Para realizala utilizó primero su cerebro para luego construirla con sus manos. Él tuvo un problema: ¿cómo hacer la silla? Y, utilizó su inteligencia para solucionar el problema... ¡Y construyó la silla!

La inteligencia es una cualidad de nuestro cerebro para resolver problemas o crear nuevas cosas para ser utilizadas por tí y/o los demás.



## UTILIZO MI INTELIGENCIA

Toma tu cuaderno y observa con cuidado. Contesta las preguntas:

¿Cuántas hojas tiene?

---

¿Es nuevo o usado el cuaderno que tienes en tus manos?

---

¿Para que sirve tu cuaderno?

---



---

## ¿Qué es la Inteligencia Emocional y para qué sirve?

En el patio de la escuela, estás jugando a la pelota con tus amigos. En esos momentos Juanita patea la pelota y esta sale a la calle y un carro la pisa y la revienta. ¿Cómo te sientes en ese instante? ¿Feliz? ¿Triste? ¿Furioso? ¿Ni te va ni te viene?.

El poder manejar lo que sientes en ese momento marca la diferencia entre ser positivo o negativo en tu vida... La pelota se puede reponer, pero la alegría de haber compartido con tus amigos y amigas en el juego es importante y no siempre se repite.

Inteligencia Emocional es poder controlar tus emociones para resolver tus problemas de manera pacífica, teniendo un bienestar para ti y para los demás.



## UTILIZO MIS SENTIMIENTOS

Reflexiona acerca de la historia y responde:

¿Cómo te sentirías en un caso parecido al de la historia?

---

---

¿Qué es más importante para ti: la pelota o los momentos que pasas con tus amiguitos y amiguitas?

---

---

## ¿Qué es una competencia y para que sirve?

La competencia es el «saber hacer» una tarea , bien o mal.

Por ejmplo: Cuando tu mamá te pide que le ayudes a arreglar tu cama, ¿Qué piensas tú? ¿La realizas o no...?¿Puedes hacer lo que te pide tu mami?

El realizar o no esta tarea o pedido de tu mamá te hace competente o no para esa actividad: Si lo puedes hacer eres competente si no, simplemente no lo eres.

**OJO:** No tinene nada que ver con que quieras o no hacerlo, sino en que lo puedas hacer o no.

## YO PUEDO AYUDAR



Reflexiona acerca y responde:

Cuando te solicita alguien que lo ayudes, ¿Lo haces o no? ¿Por qué?

---

---

Enumera cinco cosas que puedes hacer sin dificultad

---

---

---

---

## ¿Cuáles son las competencias emocionales?

### COMPETENCIAS PERSONALES

#### Auto conciencia

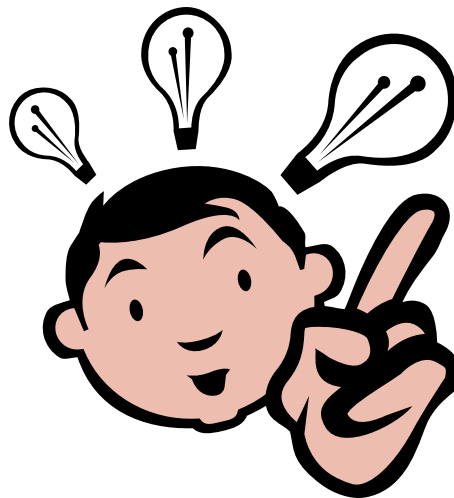
- Conciencia emocional
- Autovaloración
- Autoconfianza o Confianza en sí mismo

#### Auto regulación

- Autocontrol
- Confiabilidad
- Conciencia
- Adaptabilidad
- Innovación

#### Motivación

- Impulso de Logro
- Compromiso
- Iniciativa
- Optimismo



### COMPETENCIAS SOCIALES

#### Empatía

- Comprensión de los otros
- Desarrollar a los otros
- Servicio de orientación
- Potenciar la diversidad
- Conciencia política

#### Habilidades Sociales

- Influencia
- Comunicación
- Manejo de conflictos
- Liderazgo

- Catalización del cambio
- Constructor de lazos
- Colaboración y cooperación
- Capacidades de equipo

## AUTOCONCIENCIA

### 1. Conciencia Emocional

**YO SOY UN NIÑO, SOY UNA NIÑA  
SOY UNA PERSONA...**



Comenta con tus amigos/as lo que observas a tu alrededor.

Responde las preguntas:

¿Alguna vez has pensado quien eres?

¿Has pensado si eres importante y para quién lo eres?

¿Has pensado para qué estas en este mundo?



### RECUERDA

Tu eres un hijo de Dios, un ser vivo, eres hijo de tu papá y tu mamá. Tú posees un nombre y un apellido.

Tú posees una nacionalidad: eres ECUATORIANO.

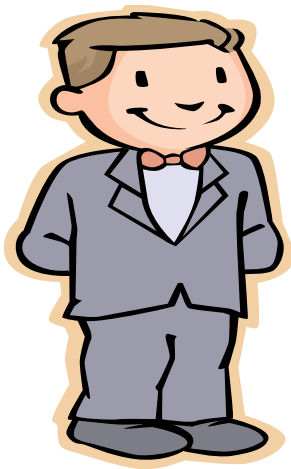
Tú eres importante para tí mismo y para los demás.

Tú vales mucho. Por eso debes cuidarte y prepararte educándote para que seas quien dirija este país desde el lugar donde estés.

Tú vales mucho... Tú eres indispensable en esta vida.

## AUTOCONCIENCIA

### 2. Autovaloración



#### ME GUSTO COMO SOY ¡YO ME AMO...!

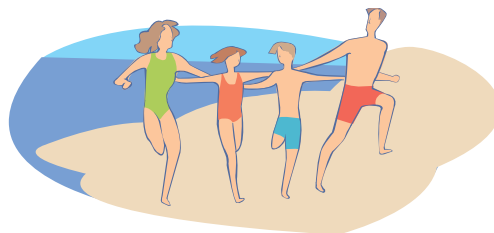
Autovaloración es el concepto de que cuánto vales y aportas tú como persona para tí y los/las demás.

No se refiere a un valor en dinero o en cosas, sino más bien a uno como parte de tí mismo, de tu familia, de tu escuela, de tu barrio o comunidad.

¿Te has puesto a pensar cómo eres tú?

Cómo aportas tú como persona dentro de:

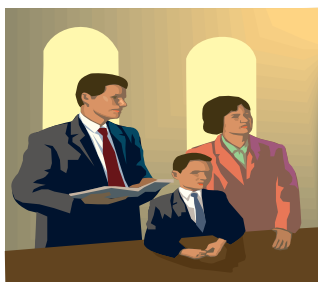
#### 1. La familia



#### 2. La Escuela



#### 3. Tu barrio o comunidad



#### 4. En tu iglesia (Se refiere a cómo participas en la religión que posees o te dieron tus padres)



## AUTOCONCIENCIA

### 3. Confianza en sí mismo



**YO CONFIO EN MI**

**¡YO PUEDO HACER MUCHAS COSAS BONITAS...!**

Tener confianza en uno mismo es valorarse y saber que es capaz de hacer cosas que los demás pueden hacer. Es necesario que confíes en tí.

Tu vales mucho y si te esfuerzas, puedes hacer muchas cosas buenas para tí y los demás

**CONTESTA LAS SIGUIENTES PREGUNTAS**

Cuando te invitan a un cumpleaños, ¿Disfrutas de la fiesta bailando, jugando, contando chistes, declamando o cantando?

---

En la escuela, cuando tienes presentar un trabajo, ¿lo haces con seguridad frente a tus compañeros/as y/o personas extrañas? ¿Porqué?

---

---

Tu eres especial y debes exigir un ambiente de respeto para que puedas desenvolverte con seguridad.



## AUTOREGULACIÓN

### 1. Autocontrol

#### YO CONTROLO MIS EMOCIONES



OBSERVA Y COMENTA EL DIBUJA.

En nuestra vida diaria, muchas veces nos encontramos con situaciones que no nos gustan y hasta a veces nos molestamos tanto que gritamos, zapateamos, lloramos...

El autocontrol es controlar nuestras emociones perturbadoras e impulsos, sin herir a la gente.

En una situación de conflicto o de enfrentamiento con otras personas debemos mantener la calma y realizar lo siguiente:



1. Respirar, respirar y respirar. Contar del 1 al 10, en silencio.
2. Analizar la situación que causó la molestia o disgusto.
3. Buscar las soluciones posibles a la situación que esta causando el problema.
4. Conversar con las personas que tenemos problemas para solucionarlos.
5. En lo posible, debemos ser muy tolerantes con las personas, pues no todos son como quisieramos que sean, ni nosotros somos como ellos quieren que seamos.

Realiza un ejercicio de manejo emocional, tú lo puedes hacer...!

## AUTOREGULACIÓN

### 2. Confiabilidad



**YO HAGO BIEN MIS COSAS  
YO CONFIO EN MI...**

OBSERVA EL DIBUJO Y COMENTA:

¿Qué hace el señor en el camino?

¿A dónde va? ¿Por qué lo hace?

¿Cómo te sientes cuando haces bien las cosas?

¿Cómo te sientes cuando algo te sale mal?

La confiabilidad es que tu tengas estándares de honestidad e integridad en tus pensamietos, sentimientos y acciones.

El lograr que las personas confien en tí es muy importante. La confianza que tiene la gente en tí te dará confianza a tí mismo.

**CONTESTA:**

¿Confías en tí? ¿Por qué?

---



---



---

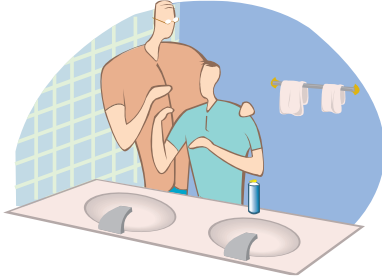


Recuerda que la poca o mucha confianza en tí mismo te hará poco o muy exitoso en tu vida personal, profesional y familiar.

## AUTOREGULACIÓN

### 3. Conciencia

#### YO SOY RESPONSABLE Y RESPETO LO QUE HAGO



La responsabilidad en la casa, el estudio o el trabajo es muy importante.

La persona que se reponsabiliza por sí misma es la que le gusta cuidar de su apariencia personal, su salud, sus estudios, de su familia, de su barrio.

#### OBSERVA Y COMENTA EN EL CLASE



La conciencia se refiere a asumir las responsabilidades de tu propio desempeño como hijo, como estudiante, como amigo o ciudadano.

## AUTOREGULACIÓN

### 4. Adaptabilidad



#### ME GUSTAN LOS CAMBIOS

En la escuela, los profes nos enseñan siempre nuevas cosas.

Lo interesante es que tu puedas aceptar el reto de aprender aquellas cosas nuevas que son parte de tu formación para ser un hombre o una mujer muy productivo.

La adaptabilidad es el manejo de tí mismo en situaciones de cambio. La educación tiene situaciones de cambios permanentes que tu debes asumirlas sin temor.

#### CONTESTA:

¿Te gusta cambiar de actividad o de manera de aprender en el aula de clases?

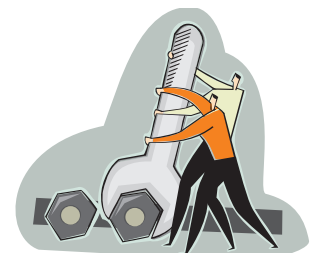
---

De tu forma de ser como persona, ¿Qué cambiarías si pudieras? ¿Por qué?

---

---

El cambio es siempre bueno. Debemos aceptar el cambio como una posibilidad de crecimiento permanente.



## AUTOREGULACIÓN

### 5. Innovación



#### YO SOY INVENTOR

¿A tí te gusta inventar cosas sí o no?  
Yo creo que sí, pues todos somos inventores de muchas cosas.

Vamos a ver si podemos inventar algo contigo. Por ejemplo, a mí me gusta cantar. Yo quiero hacer una nueva canción basada en la canción de «Los pollitos», ¿te acuerdas de ella?. Bien, ahora voy a cambiar su letra:

Los PERRITOS dicen guau, guau, guau. Cuando tienen hambre, cuando siente frío. La PERRITA MADRE busca la comida, pra darles pan, para darles huesos y darles abri-go.... ¿Que te pareció? Ahora, ¿puedes inventar una nueva letra de una canción infantil? Hazlo en las líneas de abajo.

---

---

---

---

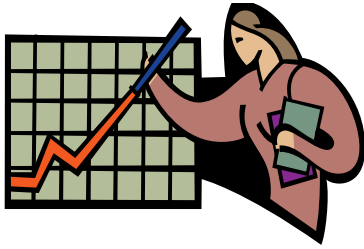
---

La innovación es sentirse cómodo con la nueva información, las nuevas ideas y nuevas situaciones.



## MOTIVACIÓN

### 1. Impulso de logro



**ME GUSTA SER BUENO Y AYUDAR  
PARA QUE LOS DEMÁS LO SEAN  
TAMBIÉN**

¿Te gusta que te feliciten por lo que haces? Si es así es porque te gusta hacer bien las cosas.

Hacer bien las cosas hace que seas bueno en tu vida. Pero no solo tú debes hacer bien las cosas. Debes ayudar a que los demás también lo hagan. Por ejemplo, cuando haces tus deberes, debes realizarlos con tranquilidad y poniendo todo tu esfuerzo para que salga bien hecho. Tu recompensa, una buena nota. La suma de buenas notas te harán ganar el año. Y por supuesto, te feliciten por tu trabajo.

#### CONTESTA:

¿Es o no agradable que te feliciten y que hasta te premien?

---

---

¿Ayudas a que los demás hagan bien un trabajo, sea este de tu casa o de tu escuela? ¿Por qué?

---

---

El impulso de logro es el esfuerzo por mejorar para ser los que alcanzan el éxito en todos los ámbitos de la vida.





## MOTIVACIÓN

### 2. Compromiso



#### ME GUSTA AYUDAR

Una herencia de nuestros padres es la MINKA. ¿Pero que es la MINKA? Es el trabajo en equipo, el trabajo de todos los y las miembros de una familia, barrio o comunidad, para bienestar de ellos

mismos.

¿Pero que tiene que ver la Minka con tu compromiso? Tiene que ver y mucho. El hecho de que ayudes a tus mayores en el trabajo de tu comunidad para tu bien y el de los demás es muy importante.

Siempre debemos trabajar por y para los demás y a su vez ellos trabajarán para tí.

#### CONTESTA:

¿Crees que es necesario trabajar para servir a los demás?

¿Podremos lograr comprometernos todos y todas para cambiar nuestra comunidad en una productiva y de bien estar para todos? ¿Cómo?

El compromiso es estar con las metas de tu familia, escuela, amigos, barrio, etc. y apoyar para que ellas se cumplan.





## MOTIVACIÓN

### 3. Iniciativa



#### ME GUSTA DAR IDEAS

En tu escuela o tu casa hay cosas que hacer. Unas nos gustan, otras no. Pero hay que trabajar para ayudar a nuestra familia, amigos, a vecinos, a todos y los que necesitan de tí.

En tu grupo de amigos y amigas, si te preguntan que hacer en el fin de semana, ¿Se te ocurre algo que hacer?. Ese «algo» es tu iniciativa.

La iniciativa es la posibilidad de reaccionar positivamente ante las oportunidades que te brinda la vida.



#### CONTESTA:

Si te comentan que hay un concurso de pintura y de premio van a dar una beca para estudiar en el extranjero, y tú eres aficionado para la pintura ¿Qué harías?

---



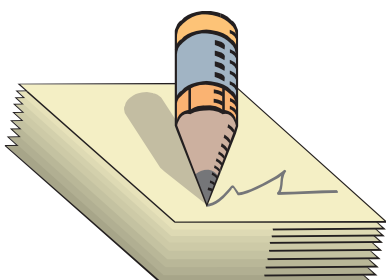
---



---



---



La iniciativa es asumir las oportunidades que te da la vida, es decir Dios, con creatividad; y, que muchas veces no se pueden repetir

## MOTIVACIÓN

### 4. Optimismo

#### YO LUCHO POR LO QUE DESEO

En nuestra vida tenemos ideas que las queremos hacer realidad. Pero no siempre es fácil lograr nuestras metas u objetivos.

Por lo tanto, es necesario que en esos momentos en los que parece que nada sale como quisieramos, replanteemos los caminos para cumplir lo que hemos planificado.



#### CONTESTA

¿Cuánto estás dispuesto a luchar para llegar a cumplir lo que has soñado para mejora tu vida?

---

---



Recuerda que el optimismo es la persistencia en la persecución de lo que queremos realizar o alcanzar, a pesar de los obstáculos y retrocesos que puedan presentarse.



## EMPATÍA

### 1. Comprensión de los otros

#### ME DOY CUENTA DE LO QUE SIENTEN LOS DEMÁS

En la casa con tus papás y tus hermanos o en la escuela con tus compañeros tú vives gran parte de tu niñez.

Por eso, al mirarlos o conversar con ellos sabes lo que están sintiendo y cuáles son las cosas que quieren lograr o alcanzar. Fíjate en tu papi o tu mami. Ellos tienen deseos de alcanzar algo. Esos son sus objetivos.



#### CONTESTA:

¿Cómo se sienten cuando consiguen lo que desean alcanzar?

---

---



Si están contrariados por las necesidades de la casa o el trabajo ¿Qué haces tú para darles aliento para que sigan trabajando para lograr sus objetivos?

---

---

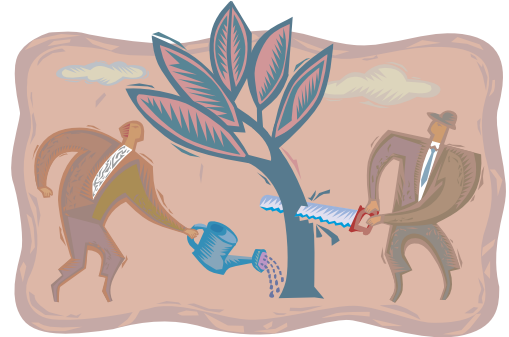
Comprender es darse cuenta de los sentimientos y los sueños de vida de los demás.

## EMPATÍA

### 2. Desarrollar a los otros

#### YO AYUDO A LOS DEMÁS

En nuestra vida diaria, la gente muchas veces necesita y desea que la ayudemos en una u otra actividad en la que esté empeñado en realizar.



Por lo tanto, debes estar atento a que es lo que desean hacer tus papás, hermanos o amigos, para ayudarlos.

Recuerda que debemos ser «proactivos» o lo que es igual «comedidos» en las necesidades de los demás. Si tu ayudas a los demás, te sentirás muy bien por ayudar hacerlo.

#### CONTESTA

¿Te gusta ayudar a las personas? ¿Por qué?

---

---



¿En qué actividad te gusta ayudar a tu papá en la casa?

---

---

El desarrollar a los otros es estar al tanto de las necesidades de los demás y reforzar sus competencias.

## EMPATÍA

### 3. Servicio de orientación

#### YO SIRVO A LOS DEMÁS

El servicio significa ayudar a que los demás solucionen sus necesidades.

Nosotros servimos cuando ayudamos en casa o en la escuela a limpiar el piso, arreglar el jardín, el arreglar un rincón del aula o de la sala de la casa con plantas y flores, etc.



El servir es algo que debe confortarte, alegrarte y hacerte más persona. Recuerda que quién ayuda no es el que es más débil o el más tonto.

Solo la gente superior en su formación de persona ayuda a los demás a que logren sus metas u objetivos.

Cuéntame ¿Qué has hecho para servir a tus familiares y amigos o compañeros de la escuela?

---

---



El servicio a los demás nos edifica como personas.

## EMPATÍA

### 4. Potenciar la diversidad

#### ¿TU Y YO SOMOS IGUALES?



En la naturaleza existimos seres y personas diferentes:

Diferentes en especie. Diferentes en sexo  
Diferentes en raza. Diferentes en manera de pensar, existir y actuar.

La diferencia es marcada entre uno y otro.  
Imagínate si todos seríamos hombres o solo mujeres. O talvez, todos blancos, negros, indios o mestizos.

El ser diferentes nos ayuda a tener diferentes maneras de pensar por lo tanto si trabajamos en equipo, eso nos ayuda a construir nuevas cosas con diferentes opiniones que unidas siempre dan mejores soluciones que si resolviéramos solos nuestros problemas.



¿Crees que es necesario trabajar en equipo respetando las diferencias de cada miembro del mismo? ¿Por qué?

---

---

---

Potenciar la diversidad es cultivar las oportunidades académicas de la familia, la escuela, la sociedad a través de la interacción entre los distintos tipos de personas.

## EMPATÍA

### 5. Conciencia política

#### SÉ LO QUE TE PASA...



Muchas veces en nuestra familia o en la escuela, cuando estamos conversando o simplemente cuando nos quedamos viendo las caras, sabemos lo que está pensando aquella o aquellas personas, o por lo menos nos aproximamos a saber sus sentimientos.

No es que seamos brujos o adivinos. Es que el estar tanto tiempo conviviendo con ellos, nos permite inferir sus pensamientos, sentimientos y reacciones, lo cual es positivo para nuestra relación con los demás. Hay que esforzarnos por interpretar los pensamientos, sentimientos y reacciones de los otros para ayudarlos a crecer como personas.

#### REALIZA ESTE EJERCICIO:

1. En una reunión cualquiera, observa a todos los participantes de ella. Fíjate en su gestos, tono de voz, participación en la reunión... en cualquier reacción.
2. Escribe en un papel los pensamientos, sentimientos u reacciones de cada miembro participante en la reunión.
3. En una siguiente reunión, haz lo mismo que los numerales anteriores.
4. Al término de las mismas reuniones, compara tus notas de cada participante. Observarás, en la mayoría de casos, pensamientos, sentimientos y reacciones coincidentes.

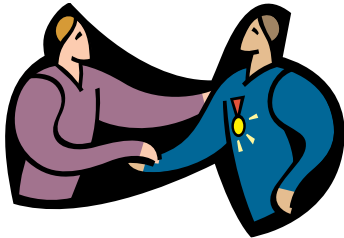
El tener Conciencia Política es ser capaz de leer las corrientes emocionales del equipo de trabajo así como el manejo de las relaciones de sus miembros.



## DESTREZAS SOCIALES

### 1. Influencia

#### MIRA, LO QUE TE DIGO ES ASÍ...



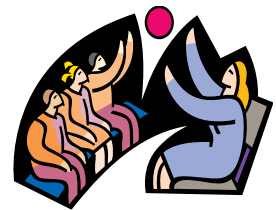
En una relación de comunicación permanente, ya sea de familia entre hermanos o entre compañeros en la escuela, debemos tener la posibilidad de persuadir a la gente hacer bien las cosas.

¿Cómo hacerlo? Pues de varias maneras:

1. Hablando y hablando, pidiendo que los demás hagan las cosas
2. O, haciendo las cosas que hay que hacer y solicitando ayuda.

#### CONTESTA:

¿Que Harías en esta situación?: En la escuela, tu profe hace una fiesta. En ella hay un baile. Todos están sentados. Nadie baila.



La iniciativa es una manera de ser positivos en nuestra vida. Aquella persona con iniciativa sabe lo que quiere y lucha por conseguirlo, con ayuda de sí mismo y la de los demás.



## DESTREZAS SOCIALES

### 2. Comunicación

#### VEN, CONVERSEMOS...



Para saber lo que piensa la otra persona, en la casa o la escuela es bueno siempre encontrar un lugar para conversar de ella y de tí. Recuerda que todos tenemos cosas por decir y nos gusta que nos escuchen.

Luego de escuchar atentamente, si es necesario podemos dar una opinión de lo que el otro piensa, siempre que sea constructiva, para su crecimiento como persona.

#### REALIZA ESTE EJERCICIO:

1. Con un amigo o amiga, busca la posibilidad de conversar de los problemas y necesidades de cada uno.
2. Trata de escuchar con atención, con los oídos, con la mente y el corazón. No interrumpas. Escucha.
3. Luego de que la otra persona habló, si deseas, da una opinión o una solución al problema o necesidad presentado. Esto se llama escucha empática.



El saber expresar nuestros sentimientos con claridad y el que nos escuchen es una manera de relacionarnos con efectividad con los demás.

Hay que escuchar con empatía.

## DESTREZAS SOCIALES

### 3. Manejo de conflictos

#### Pongámonos de acuerdo



En el convivir de las personas existen problemas o dificultades, ya sea porque no se piensa, se siente o actúa igual. Es por ello que existen las discusiones o lo que llamamos, los conflictos. Hay que saber trabajar con los demás, en equipo y no individualmente. Si hay conflicto hay soluciones cercanas a los problemas.

Solo hay que buscarlas y ejecutar las de una manera en que todos salgan satisfechos.

#### CONTESTA:

¿Que harías en esta situación?:

Renato y Solsito están en el comedor sirviéndose el desayuno escolar. De pronto Renato le quita la carne del plato de la niña.



Escribe lo que deberían hacer los niños para que se sientan bien.



Manejar los conflictos es saber negociar y resolver los desacuerdos que se presentan en la familia, la escuela, el barrio o la sociedad.

## DESTREZAS SOCIALES

### 4. Liderazgo

#### Trabajemos juntos.



En nuestra vida diaria, en algún momento hemos liderado algo.

Liderar es la capacidad de inspirar y guiar a las personas en un equipo de trabajo determinado a conseguir los objetivos o metas que ellos tienen.

En la escuela, cuando tu profe te pide que tu seas el jefe de grupo de trabajo en la construcción del Huerto Escolar, ahí el te está solicitando que seas el líder de ese equipo.

Tu puedes ser un líder que impone todo, que hace todo o solicita que hagan las cosas contigo. Eso depende de tí. Recuerda que el equipo de trabajo está pendiente de tu estilo de liderazgo o cómo los diriges.

**CONTESTA:** ¿Has sido líder de algún equipo? ¿Por qué?

---

¿Cómo ayudas a las personas para que ellos también sean líderes en la escuela o el barrio?



---

---

---

## DESTREZAS SOCIALES

### 5. Catalizador de cambios

#### ME GUSTA LOS CAMBIOS



Cuando estamos en la casa o la escuela, siempre buscamos soluciones a nuestras necesidades. El problema es que debemos ponernos de acuerdo con los demás para que ellos también sientan las soluciones como propias.

El ser catalizador de cambios es ponerse en la posición de iniciar o administrar las situaciones nuevas.

**CONTESTA:** ¿Cómo reaccionas cuando debes hacer un deber de matemática con la creación de un juguete para demostrar la respuesta? ¿Te ha pasado? ¿Cumples el reto?

---



---



---



---



Los cambios nos llevan a ser creativos en las soluciones a nuestros problemas.



## DESTREZAS SOCIALES

### 6. Constructor de lazos

#### SOMOS UN EQUIPO



El trabajar con la gente es complicado pues cada uno tiene sus intereses propios. El éxito de un equipo es que los intereses sean de todos y que se ayuden con mucha empatía y afecto.

El ser constructor de lazos es alimentar y reforzar las relaciones con los demás, en la familia, la escuela o la comunidad.

**CONTESTA:** ¿Te gusta trabajar en equipo? ¿Por qué?

---

---

---

¿Cómo podemos mejorar nuestra relación de trabajo con los demás?

---

---

El trabajar en equipo ayuda a que los problemas se solucionen con facilidad. Dos cabezas piensan mejor que una.



## DESTREZAS SOCIALES

### 7. Colaboración y Cooperación

#### MEJOR ES HACERLO JUNTOS



El trabajo en equipo es mejor que hacerlo solo. Tu lo has experimentado cuando haces un proyecto en conjunto de tus compañeros o amigos.

La colaboración y la cooperación significa trabajar con las personas para alcanzar metas compartidas.

#### CONTESTA:

¿Cómo colaboras con tu familia en el trabajo familiar?

---

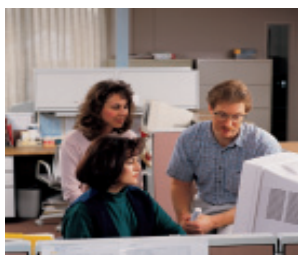
---

¿Cómo colaboras con tus profes y compañeros en la escuela o en el barrio con tus amigos?

---

---

---



La colaboración y cooperación es muy necesario en el trabajo en equipo.





## DESTREZAS SOCIALES

### 8. Capacidades de Equipo

#### ESTE ES MI EQUIPO DE TRABAJO



Trabajar en equipo no es lo mismo que trabajar en grupo. El equipo se complementa para que los logros sean de todos; el equipo trabaja por que solo lo deben hacer, sin estar vinculados estrechamente en potenciar a sus miembros para lograr sus metas u objetivos.

La capacidad de equipo es, talvés la más importante dentro de estas subcompetencias. El trabajo en equipo es capaz de crear sinergia en la producción de metas colectivas. Es decir que todos crecen en el trabajo conjunto, sirviendo cada uno a los demás.

El servicio no es servidumbre, ni es tampoco sinónimo de ser «vivo».

El servicio te hace feliz, pues a más de que trabajas para el equipo, también lo haces para tí.

Recuerda que el trabajo en equipo es servir para ser productivos, para lograr cosas para bien de cada uno de los miembros del equipo y de este en conjunto.



El «Líder» es el mas inteligente emocional del equipo.