



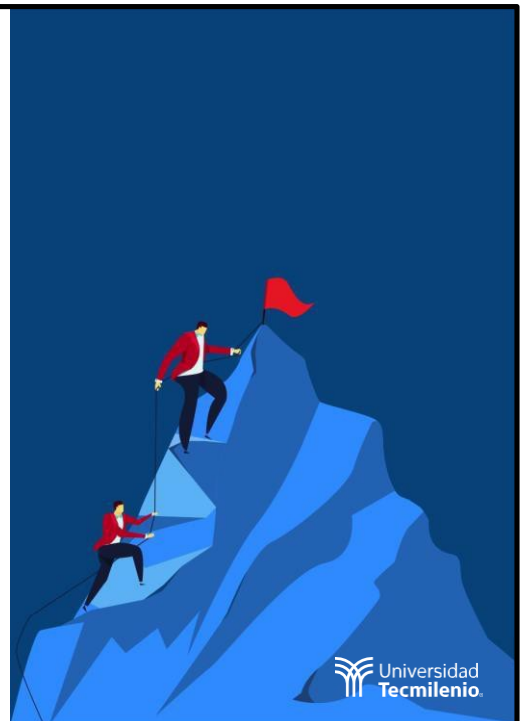
## LÍDERES CON PROPÓSITO



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio



## Reflexión del módulo anterior



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio



3



## Programa: Líderes con propósito

-   
1. Sentido y propósito de vida
-   
2. El líder que quiero ser
-   
**3. Soy el líder de mi equipo**
-   
4. Bienestar y desempeño
-   
5. Gestión del cambio y adaptación a la tecnología

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



4

# MÓDULO 3.

## SOY EL LÍDER DE MI EQUIPO



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

5

## Competencia

Desarrolla habilidades de comunicación, manejo emocional y trabajo en equipo para mejorar el liderazgo.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

6



## Temas

- 1 La comunicación y los estilos de aprendizaje
- 2 El manejo emocional
- 3 Soy parte de un equipo
- 4 La personalidad
- 5 El conflicto

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



7

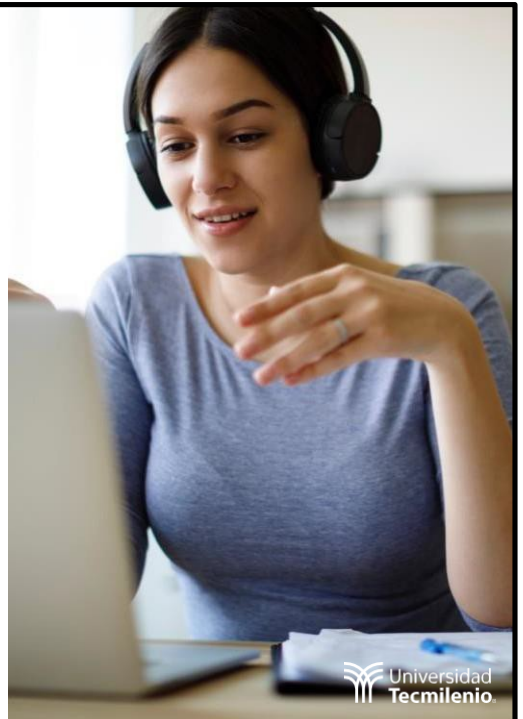


## ¿Cómo aprenderé?

El diseño de este programa contempla la explicación de temas que se relacionan con tus prácticas y actividades laborales. En cada uno de ellos podrás encontrar lo siguiente:

1. Explicaciones
2. Dinámicas
3. Lecturas
4. Videos

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



8

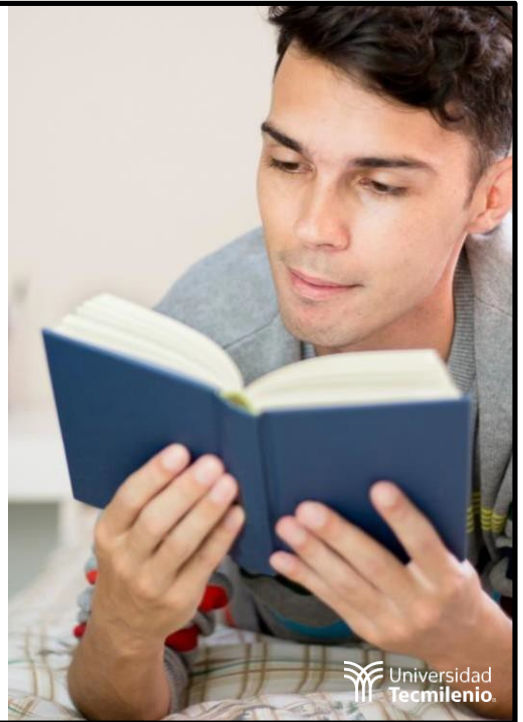


## ¿Cómo aprenderé?

Cursarás este módulo por medio de una plataforma de aprendizaje, en la cual encontrarás los contenidos del programa; estarás en contacto con tu expositor y tus compañeros, y además tendrás sesiones sincrónicas semanales en tiempo real.

Esperamos que lo que hemos preparado para ti te convierta y reafirme como un excelente líder transformacional.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



Universidad  
Tecmilenio

9

## Conectando con nuestra cultura

La cultura de una empresa se define por la forma en la que somos y actuamos dentro del ambiente laboral.

¿Cuál es la cultura en BARA?



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

10



## Sentido de responsabilidad



¿Por qué es importante?	¿Cómo lo vivo?	Algunos ejemplos
Los resultados de BARA dependen de que todos cumplamos con nuestros compromisos.	Me esfuerzo para <b>cumplir mis compromisos</b> .	Si tengo que quedarme unos minutos más después de mi turno para terminar tareas que he comprometido lo hago.
Hay que dar seguimiento e informar de manera transparente sobre nuestros avances.	Me esfuerzo para <b>cumplir mis compromisos</b> .	Si no puedo terminar algo a tiempo pido ayuda a mis compañeros, lo importante es cumplir la tarea.
Todos debemos responsabilizarnos de los resultados de nuestro trabajo.	<b>Me hago cargo</b> de mis acciones y sus resultados.	Si me e equivocado con algo doy la cara y asumo las consecuencias.
Damos el máximo y exigimos lo mismo a los demás.	<b>Pido explicaciones</b> cuando alguien no está dando el 100% en el trabajo.	Si veo que un compañero llega muchas veces tarde a su turno, hablo con él abiertamente y le pido explicaciones con respeto.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



11



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



12



# TEMA 1.

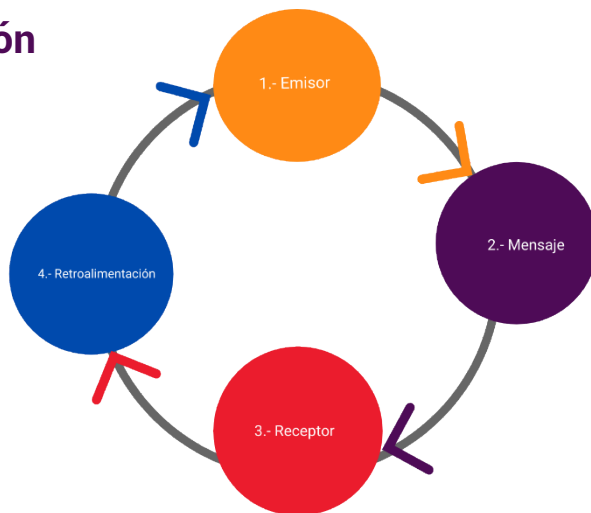
## LA COMUNICACIÓN Y LOS ESTILOS DE APRENDIZAJE



1.1

### Componentes de la comunicación

Recordemos que la comunicación es un **proceso** que se realiza entre **dos o más personas** para manifestar **sentimientos, emociones, pensamientos**, etc.

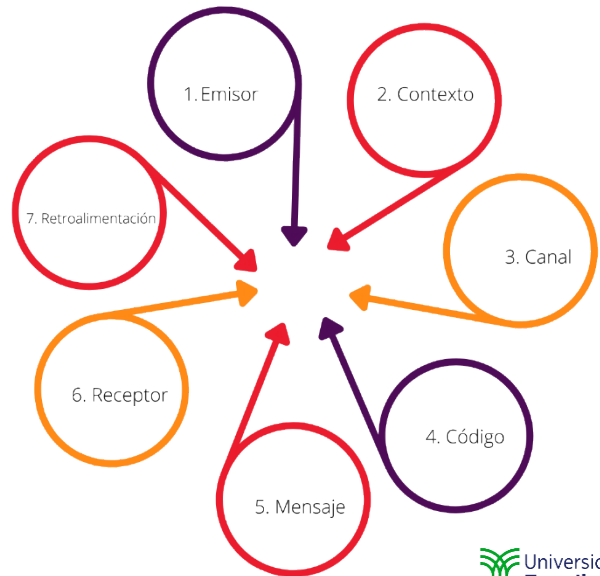




## Componentes adicionales de la comunicación

Existen componentes adicionales de la comunicación que influyen en la **percepción** del mensaje:

1. **Contexto:** la situación (formal o informal).
2. **Medio:** la forma verbal, no verbal y electrónica.
3. **Código:** el lenguaje o idioma utilizado en el mensaje.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

15



## Dinámica 1

Derechos asertivos

10 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

16





1.2

## Estilos de aprendizaje



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio

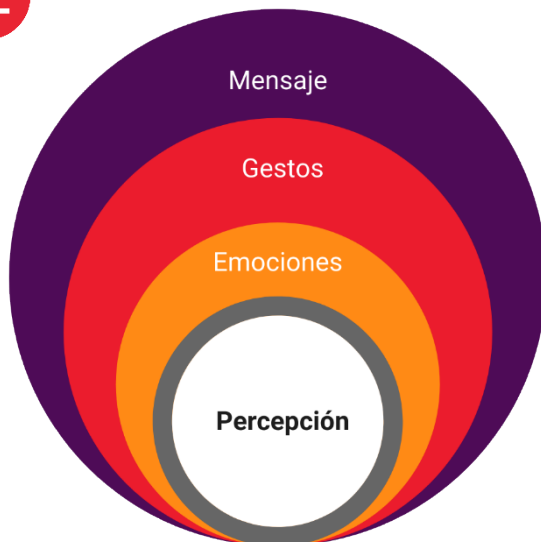
Universidad  
Tecmilenio

17



1.3

## ¿Cómo me comunico con los demás?



“El ser humano se manifiesta de forma global, se afirma en cada **gesto**, mostrando en cada expresión sus **emociones**, su **percepción** y el **mensaje** que quiere transmitir”.

(Sebastián, 2001).

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

18



## Dinámica 2

Idioma, lenguaje y expresión

10 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



19

## TEMA 2. EL MANEJO EMOCIONAL

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



20



2.1

## ¿Qué son las emociones?

¿Qué ves?

¿Qué observas?

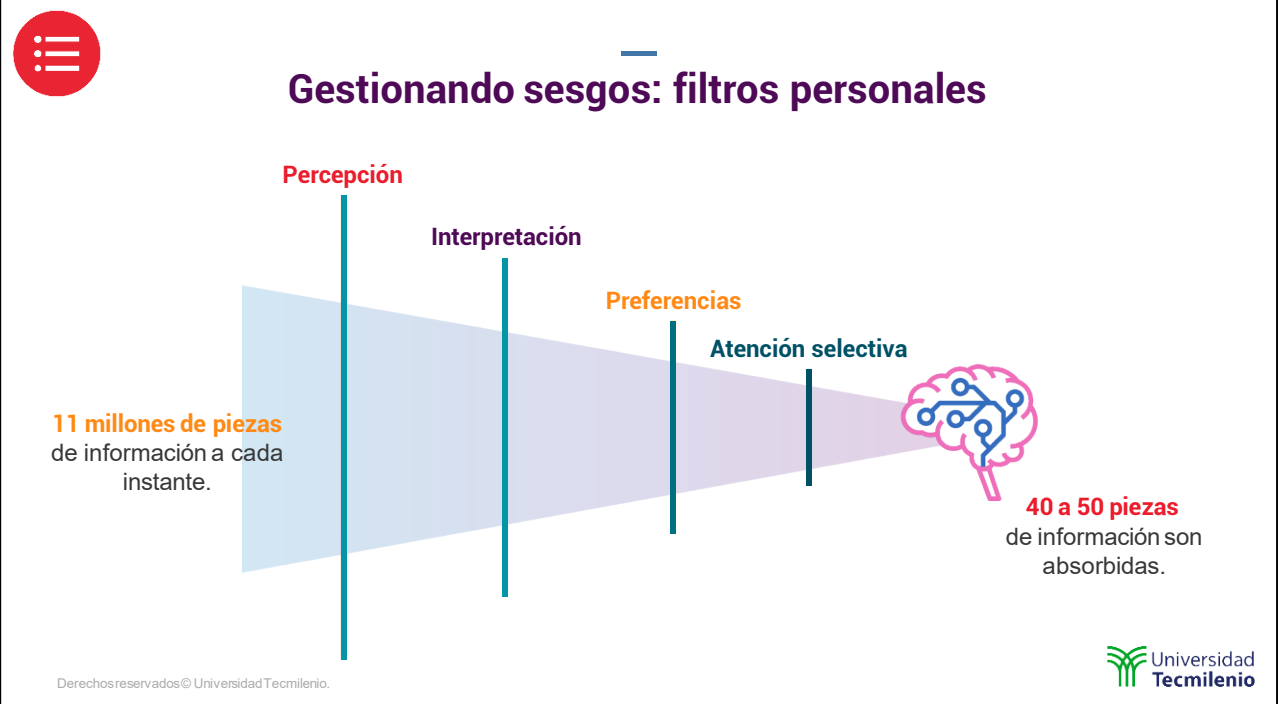
¿Cómo percibes las emociones que observas?

¿Qué emociones se manifiestan?

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



21



## Gestionando sesgos: filtros personales

Percepción

Interpretación


Preferencias

Atención selectiva

11 millones de piezas de información a cada instante.

40 a 50 piezas de información son absorbidas.

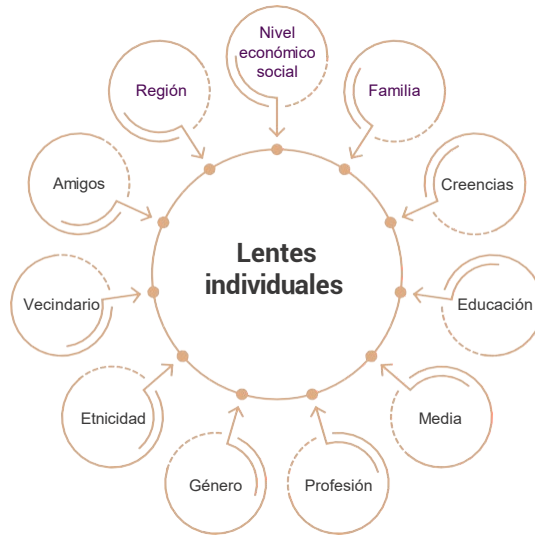
Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



22



## Gestionando sesgos: filtros personales



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



23



## Manejo consciente del sesgo



El líder inclusivo:

**Se asegura de detenerse para pensar antes de hablar,** con el fin de evitar las respuestas automáticas que emitimos como consecuencia de experiencias previas, de filtros personales o de la cultura.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



24



## Reconociendo privilegios

Un privilegio puede definirse como:  
El derecho, inmunidad o beneficio vivido por alguien en detrimento de los demás.

- **"Tengo porque tengo":** edad, sexo biológico, color de piel u orientación sexual.
- **Los "construyo":** espiritualidad, profesión o experiencia.
- **Mezcla de los anteriores:** clase económica, educación y salud mental y física.

25



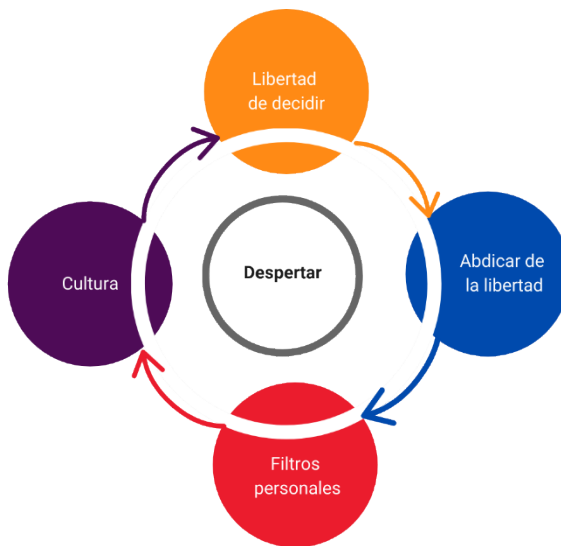
## Reconociendo privilegios

Cuando reconocemos nuestros privilegios **somos capaces de actuar como aliados**, mover barreras intencionalmente y promover un ambiente más inclusivo.

26



## Gestionando sesgos y reconociendo privilegios



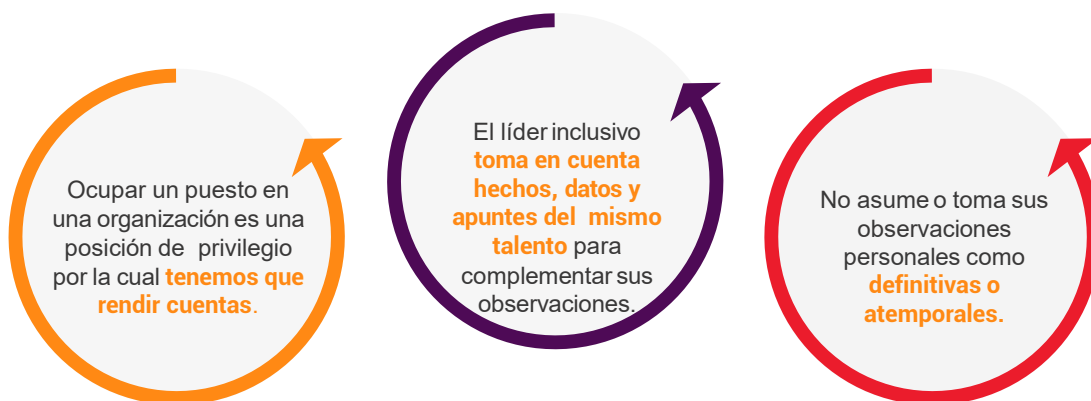
Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



27



## Los privilegios y el líder



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



28



## Reconocer privilegios

**¡Yo permito,  
yo promuevo!**



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio

29



## Dinámica 3

Se busca

8 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio

30



## Dinámica 4

Reconocer mi propio carácter

8 minutos

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad Tecmilenio.

31



2.2

## Cómo se originan y actúan nuestros pensamientos



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Los pensamientos son una **función del cerebro**, en donde se expresan **ideas** que se generan para **resolver** una tarea o un **problema**.

Universidad Tecmilenio.

32





## Dinámica 5

Yo me expreso

8 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio.

33

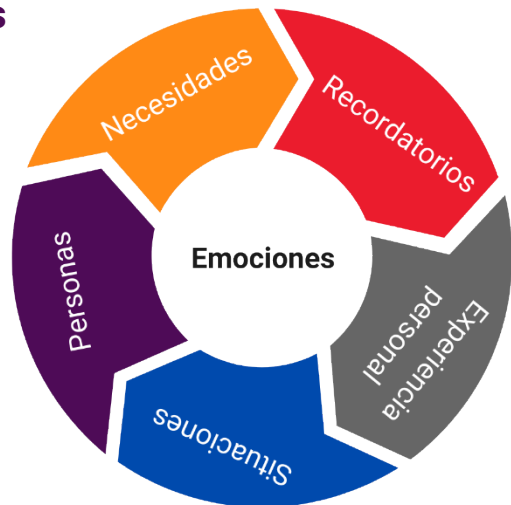


2.3

## Control y manejo de emociones

Las **emociones** están diseñadas para:

- Atender **necesidades**.
- **Recordar** amenazas o lo placentero.
- Asociar situaciones y personas de acuerdo con **la experiencia personal**.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio.

34



## Reacciones emocionales

Las personas **reaccionamos** de muchas formas y algunas de ellas son equivocadas.

Por ejemplo, cuando alguien no opina igual que nosotros puede provocar un **descontrol emocional** identificado como ansiedad o ira.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

35



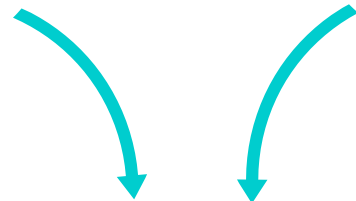
## Conductas emocionales

La **conducta** afectada por la **emoción** se manifiesta de tres maneras:

1. **Conducta agresiva**
2. **Conducta asertiva**
3. **Conducta sumisa**

**Conducta**

**Emoción**



- Conducta **agresiva**
- Conducta **asertiva**
- Conducta **sumisa**

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

36



## Conductas emocionales

**Agresivo:** ofende, se impone a la fuerza, juega al “yo gano - tú pierdes” y no escucha sugerencias.

**Asertivo:** habla con efectividad y propiedad, expone sus ideas de forma lógica y sin contradicciones y juega al “yo gano - tú ganas”.

**Sumiso:** evita hablar, se apega solamente a lo que dicen los demás y no defiende sus puntos de vista.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio

37

## TEMA 3. SOY PARTE DE UN EQUIPO



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio

38



3.1

## Grupo y equipo

### Grupo

Conjunto de personas que se reúnen para **compartir algo** en común.



vs

### Equipo

Conjunto de personas que se unen para **compartir un nombre, historia, misión, metas y expectativas** en común.



La diferencia:  
Su grado de independencia y cohesión.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



39



## Grupo

Un **grupo** es un conjunto de personas que tienen funciones similares y comparten el mismo entorno, pero que realizan sus tareas de forma **individual**, sin que el trabajo de uno dependa del otro.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



40



## Grupo

1. Baja proactividad.
2. Individualismo.
3. Confianza ocasional.
4. Competencia.
5. Pertenencia baja.
6. Resolución baja, ya que se evita el conflicto.
7. Aportación solamente de ideas y se tiende a la crítica.
8. Foco en no perder.





## Equipo

Un **equipo** es un conjunto de personas que aportan sus conocimientos para lograr un mismo **objetivo**, basándose en la **ayuda equitativa** de quienes lo forman.

 Universidad  
Tecmilenio



## Equipo

1. Contribución y proactividad.
2. Interdependencia.
3. Confianza.
4. Cooperación.
5. Pertenencia.
6. Resolución de conflictos en equipo.
7. Aportación de talento.
8. Foco en el aprendizaje.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



Universidad  
Tecmilenio

43



## Reflexión

¿Cómo lideras tu **Tienda**?

Ahora que conoces la definición de un **grupo** y un **equipo**, ¿cómo participan tus colaboradores?

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

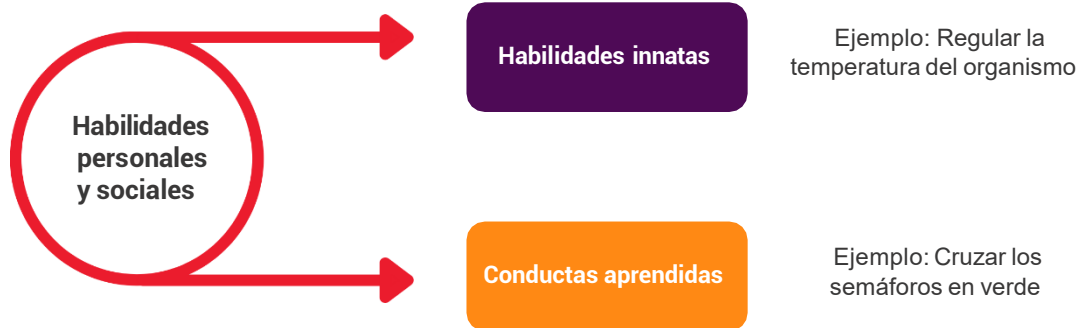
Universidad  
Tecmilenio

44



3.2

## Habilidades personales para mi trabajo en equipo



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



45



## Dinámica 6

Mi novela de vida en el trabajo

20 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

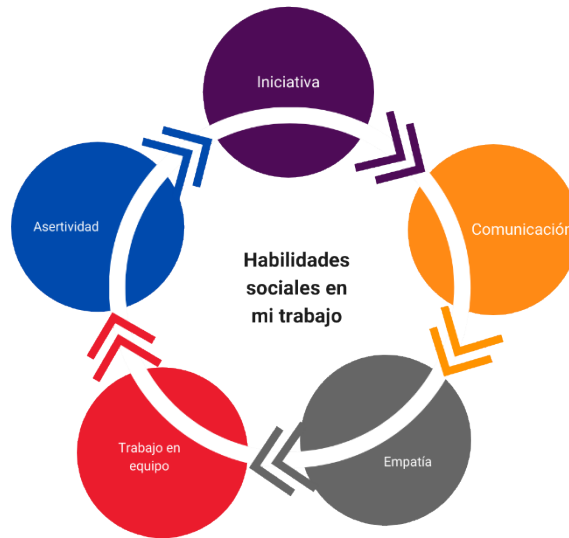


46



3.3

## Habilidades sociales para mi trabajo en equipo



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

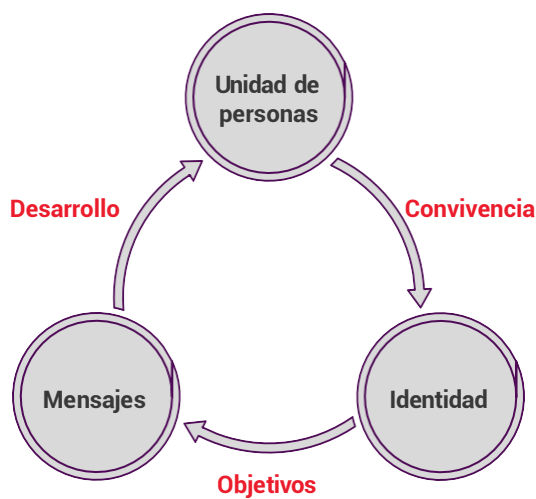
Universidad  
Tecmilenio

47



3.4

## Comunicación grupal



Ocurre cuando las personas conforman una **unidad** prácticamente identificable y realizan transferencias de **mensajes** para la interacción, convivencia y **desarrollo** del grupo en busca del cumplimiento de sus **objetivos**.

(Méndez, 2011).

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

48





## Dinámica 7

El himno en el equipo

10 minutos 

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio.

49

## TEMA 4. LA PERSONALIDAD



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

 Universidad  
Tecmilenio.

50

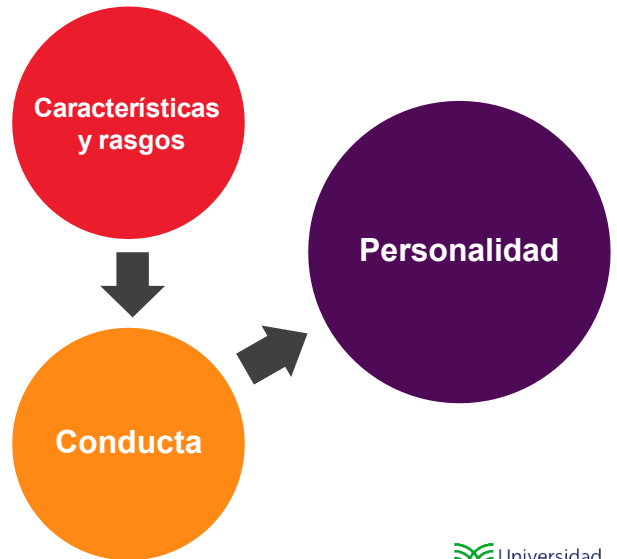


4.1

## Qué es la personalidad

Es el **conjunto de cualidades** que constituyen a la persona.

(Real Academia Española, s.f.)



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

51



4.2

## Atributos de la personalidad



### 1. Los procesos cognitivos

percepción, memoria, razonamiento, etc.



### 2. Los procesos conativos

motivación, voluntad, intereses, etc.



### 3. Los procesos emocionales

ansiedad, miedo, amor, tristeza, etc.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

52



4.3

## Rasgos de la personalidad



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



53



## Rasgos de la personalidad

La personalidad es la **suma de los factores** cognitivos, motivacionales y emocionales.

- ¿Cuál es la **característica** más fuerte que identificas en tu personalidad?
- ¿Qué puedes hacer para controlar tu personalidad al comunicarte con tu equipo?


Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



54



55




5.1

## El conflicto y las emociones

La personalidad y las emociones son parte de nosotros.

Al **convivir** con otros, nos enfrentamos a los siguientes **retos**:



Retos de la convivencia

Trabajar con otros

Acordar

Negociar

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad Tecmilenio

56



## Impactos y lesiones del conflicto



Impactos negativos



La impotencia o la polarización



Lesiones emocionales e interpersonales

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



57



## El problema

Lo que llamamos **problema** no lleva consigo **ninguna** carga emocional implícita ni es un choque de percepciones subjetivas.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



58



## Dinámica 8

Experiencias por compartir

15 minutos

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

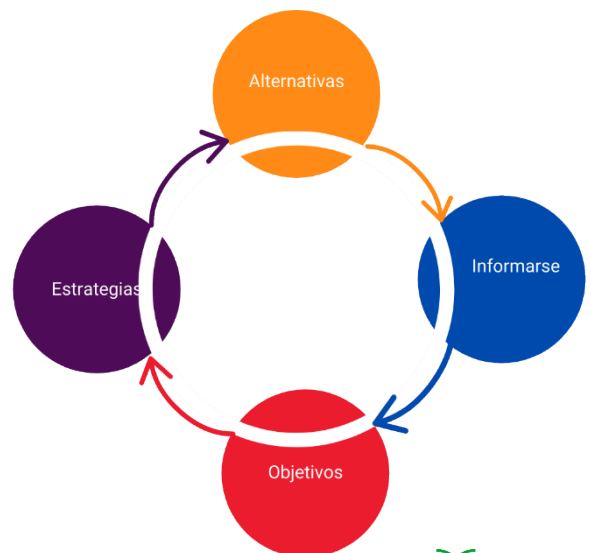
Universidad Tecmilenio

59



## Pasos para manejar el conflicto

1. **Informarse:** obtén la información de las partes en conflicto.
2. **Objetivos:** analiza si las partes compiten o cooperan; si pesa más el problema o las personas; si existe una fuerte tensión emocional o no. A partir de ello, se fijan los objetivos que deben ser **concretos y alcanzables**.
3. **Estrategias:** de tipo general y acciones de tipo específico.
4. Buscar **alternativas**.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad Tecmilenio

60



5.3

## Comunicación y conflicto

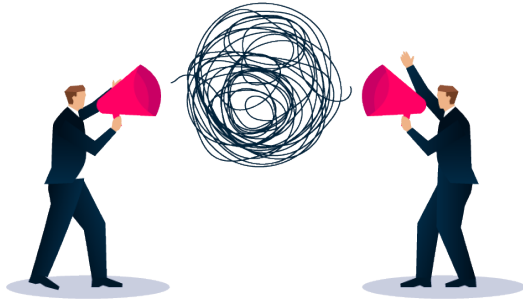
En ocasiones, la mala comunicación se convierte en un conflicto.

### Ejemplo:

Le preguntas a uno de los encargados de la Tienda que dónde está el **ATA de actividades**; tienes prisa y no está en el corcho, a lo que el encargado te responde: **"Ahí está"**, pero tú volteas alrededor y no ves nada.

Este tipo de respuestas provoca **pérdidas de tiempo, molestias y fricciones** que podrían evitarse al ser más precisos en la comunicación.

La comunicación efectiva para el ejemplo sería: **"La dejé al lado del corcho"**.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

61



## Acciones de comunicación para solucionar el conflicto

1. **Escuchar** las peticiones del otro.
2. Repetir las **palabras clave** de lo que deseas señalar.
3. Repetir en forma de **pregunta** la petición de lo que quieres negociar.
4. Hacer un **resumen** de los acuerdos.



Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecmilenio

62



## CIERRE

En este módulo abordaste los siguientes temas:

- 1 La comunicación y los estilos de aprendizaje
- 2 El manejo emocional
- 3 Soy parte de un equipo
- 4 La personalidad
- 5 El conflicto

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



63



## Actividad de reflexión

Involucrados	Conflicto	Solución

1. Reflexiona sobre el conflicto que se presenta con más frecuencia en tu área laboral.
2. Selecciona una de las estrategias que aprendiste aquí y aplícala durante la semana.
3. Comenta los resultados obtenidos en la próxima sesión.
4. Usa este formato para presentar tu solución.

Evidencia y ver videos para la siguiente sesión

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



64



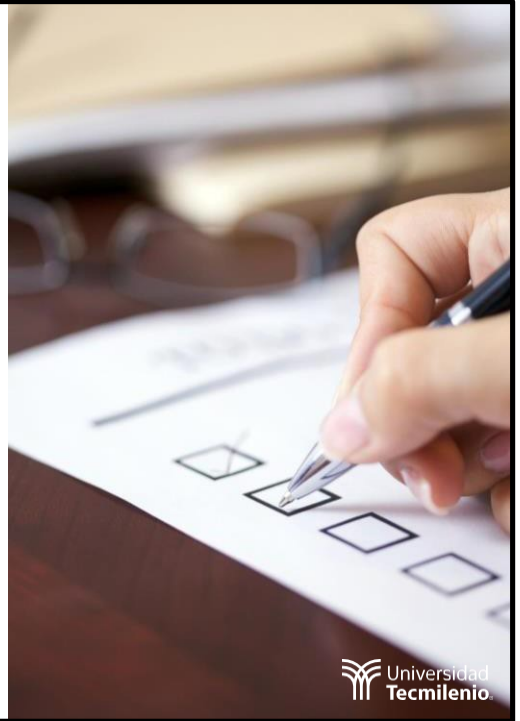


## Temas de enfoque

### Asegúrate de:

- Practicar el modelo de comunicación con todos sus componentes.
- Hacer consciencia de tus sesgos y los privilegios que otorgas para evitarlos.
- Guiar a tus colaboradores como un equipo.
- Controlar tu personalidad al comunicarte con tu equipo de trabajo.
- Aplicar los pasos para manejar el conflicto con tu equipo de trabajo.

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



Universidad  
Tecmilenio

65

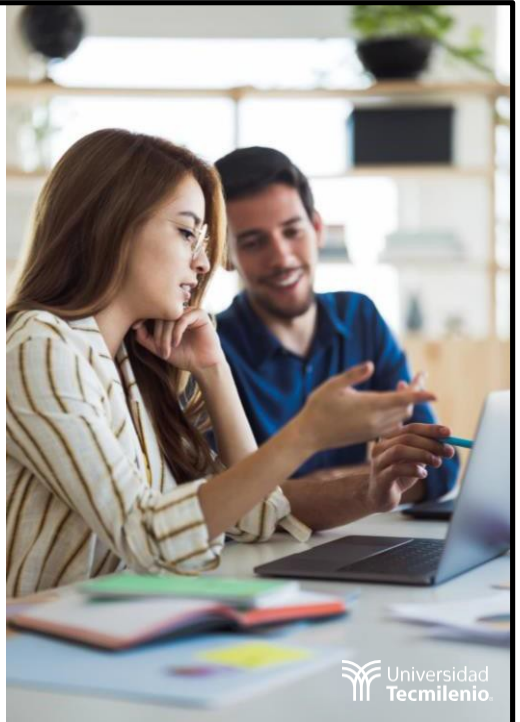


## Para aprender más

### Lecturas

- Para conocer más acerca del control emocional, te recomendamos leer lo siguiente: Pradas, C. (2019). 12 Técnicas de Control Emocional. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/12-tecnicas-de-control-emocional-2324.html>
- Para conocer más acerca del lenguaje corporal, te recomendamos leer lo siguiente: Forner, P. (s.f.). Todo Lo Que Deberías Saber Sobre el Lenguaje Corporal. Recuperado de <https://habilidadsocial.com/el-lenguaje-corporal/>

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



Universidad  
Tecmilenio

66

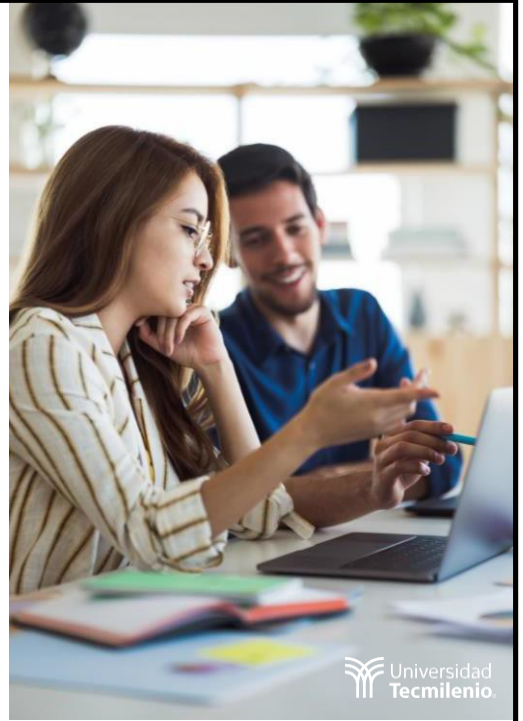


## Para aprender más

### Videos

- Para conocer más acerca del manejo del conflicto, te recomendamos ver el siguiente video: GCFAprendeLibre. (2019, 18 de junio). Cómo resolver conflictos laborales [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=VkJFJ0szyGQo>
- Para conocer más acerca del trabajo en equipo, te recomendamos ver el siguiente video: Performia Colombia. (2016, 29 de agosto). La Carreta -¿A quién tienes en tu equipo? (Versión HD) [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=p4MMuesoseI>

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.



Universidad  
Tecnológico de  
Milenio

67



## Referencias bibliográficas

- Fonseca, Y., Correa, P., Pineda, R., y Lemus, H. (2011). El proceso de la comunicación oral y escrita. México: Pearson Educación. ISBN: 978-607-32-0476-7
- Méndez, C. (2011). LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN GRUPAL. Recuperado de <https://impcomu.blogspot.mx/2011/07/la-importancia-de-la-comunicacion.html>
- Real Academia Española. (s.f.). Personalidad. Recuperado de <https://dle.rae.es/?w=personalidad>
- Sebastián, C. (2001). La Comunicación Emocional. México: Pearson Education. ISBN: 842-053-34-75

Derechos reservados © Universidad Tecmilenio.

Universidad  
Tecnológico de  
Milenio

68