

## **El trabajo en equipo**

La eficacia y eficiencia de un grupo depende entre otras cosas, de la voluntad de los miembros para cumplir los objetivos formalmente especificados del equipo; dependen del líder del grupo, y depende también del estilo de comunicación que adopten sus miembros.

A continuación te expondremos sugerencias prácticas para que tu grupo de trabajo funcione eficaz y eficientemente:

### **¿Cómo puedes adaptarte a los demás miembros del grupo?**

- Ponte al lado de las personas
- Vive para los demás, no vivas de ellos
- Cuida tus emociones
- Asume tus responsabilidades
- No te echas para atrás
- Libérate de la autocompasión
- Enfrentate a la crítica

Las relaciones varían de acuerdo al grado de poder o autoridad que se posea, es por eso que debes conocer los diferentes estilos de liderazgo.

Las discusiones como las guerras, nunca resuelven nada. Como dijo Confucio: "El primero que levanta la voz, pierde". Conoce, entonces la técnica de la negociación como estilo de comunicación.

### **Habilidades de Negociación**

- Apunta alto y llegarás más lejos.
- Ser empático (entender a los demás).
- Estimular la comunicación. Recuerda que tienes poder. El poder es lo que piensas que eres.

### **Principios de la Negociación**

- Utiliza la seducción (desear en vez de necesitar)
- Usa la legitimidad
- Usa a tu competencia
- Comprométete y apela al compromiso
- Emplea el conocimiento
- Tómate el tiempo necesario
- Habla en el momento adecuado.
- No utilices palabras universales como nunca, siempre, ada y todo.

- Cuidado con el dinero ficticio. Sé honesto.

### ***¿Cómo puedo manejar las discusiones?***

- Evita el pensamiento negativo
- Cultiva la confianza en tí mismo y en los demás
- Entiende y escucha
- Disminuye el volumen de tu voz
- Evita los "chismes"
- Sé objetivo en tu comunicación

---

Fuente: Lic. Gabriela Farías  
Trabajo en Equipo.  
Universidad Virtual del Sistema Tecnológico de Monterrey,  
México, 1998.