

ACTIVIDAD DE SENSIBILIZACIÓN 5: Explorando las fortalezas del equipo



Toma un tiempo para reflexionar y debatir con los demás fortalezas pasadas y presentes relacionadas al logro de necesidades de bienestar mental en tu ambiente de trabajo. Utiliza las siguientes preguntas para guiar las discusiones en grupos pequeños. Escribe y comparte las fortalezas y los logros de tu equipo.

Preguntas acerca de las Relaciones: Piensa en momentos en el pasado cuando las personas en la comunidad laboral se unieron.

- ¿Cómo se miraba?
- ¿Cómo te hizo sentir?
- ¿Qué te hace sentir orgulloso de ser parte de esta comunidad?

Preguntas acerca de las Competencias:

- ¿Cuáles son las fortalezas de tu comunidad laboral?
- ¿Cuándo has visto estas fortalezas en acción?
- ¿Cómo fue?

Preguntas acerca de la Autonomía:

- ¿Qué es importante para ti en tu comunidad laboral?
- ¿Qué es importante para otros miembros de su comunidad laboral?
- ¿Cuáles son tus esperanzas/sueños para tu comunidad laboral?
- Si te levantas en la mañana y todo esto pasara, ¿Cómo se vería?