

Regional Focus

Webinar Trabajo en Equipo (TRM)

9 de diciembre 2020

17:00 – 18:30 CET

Conferenciante



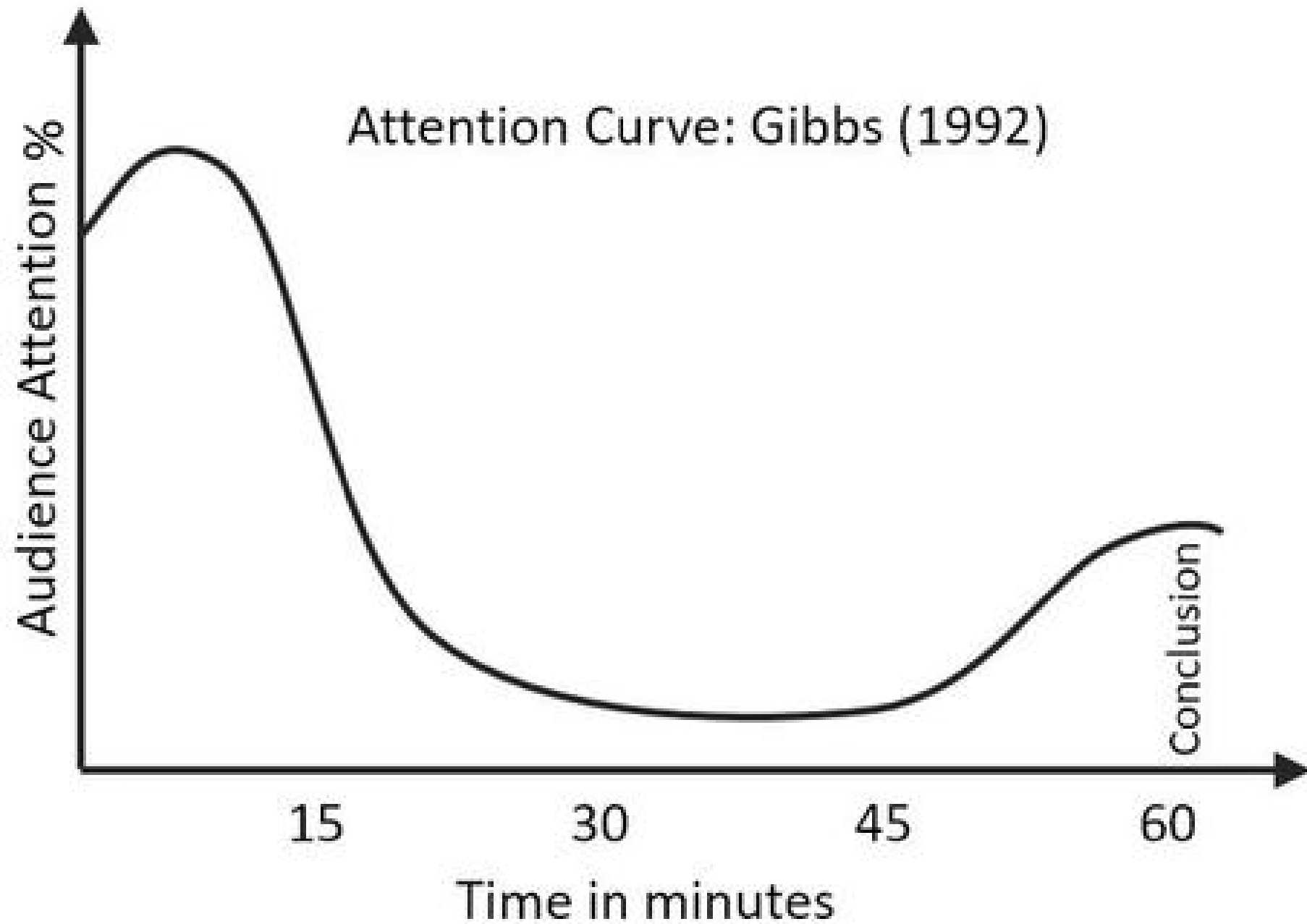
Miguel Caparrós Ruiz

**Director de Formación Control
Tránsito Aéreo**

FTEJerez

Introducción

- Presentación representante de CANSO
 - Presentación del facilitador
 - Objetivos del Webinar
- 



Historia del TRM

- CRM tiene su origen en la NASA, año 1979.
- El objetivo principal de CRM / TRM es mejorar la *conciencia situacional, el liderazgo, la asertividad, la toma de decisiones, la flexibilidad y adaptabilidad, así como el Trabajo en Equipo y la comunicación entre sus miembros.*
- “TRM es una filosofía que nos ayuda a darnos cuenta que los seres humanos somos propensos a cometer errores; una filosofía que nos ayudará a poner en marcha más y mejores estrategias para mejorar la seguridad; una filosofía que nos ayudará a desarrollar un mejor y más constructivo papel en nuestro equipo y en la industria de la aviación“

Atención Plena



Conciencia Situacional

Conciencia Situacional

- Es un proceso relacionado con la evaluación de la información en una situación dinámica.
- En la aviación se puede definir como representación mental y la comprensión de cualquier tipo de factor que pueda afectar al desarrollo de las tareas relacionadas con la aviación (Controlador/Piloto)
- La conciencia situacional es una tarea dinámica.

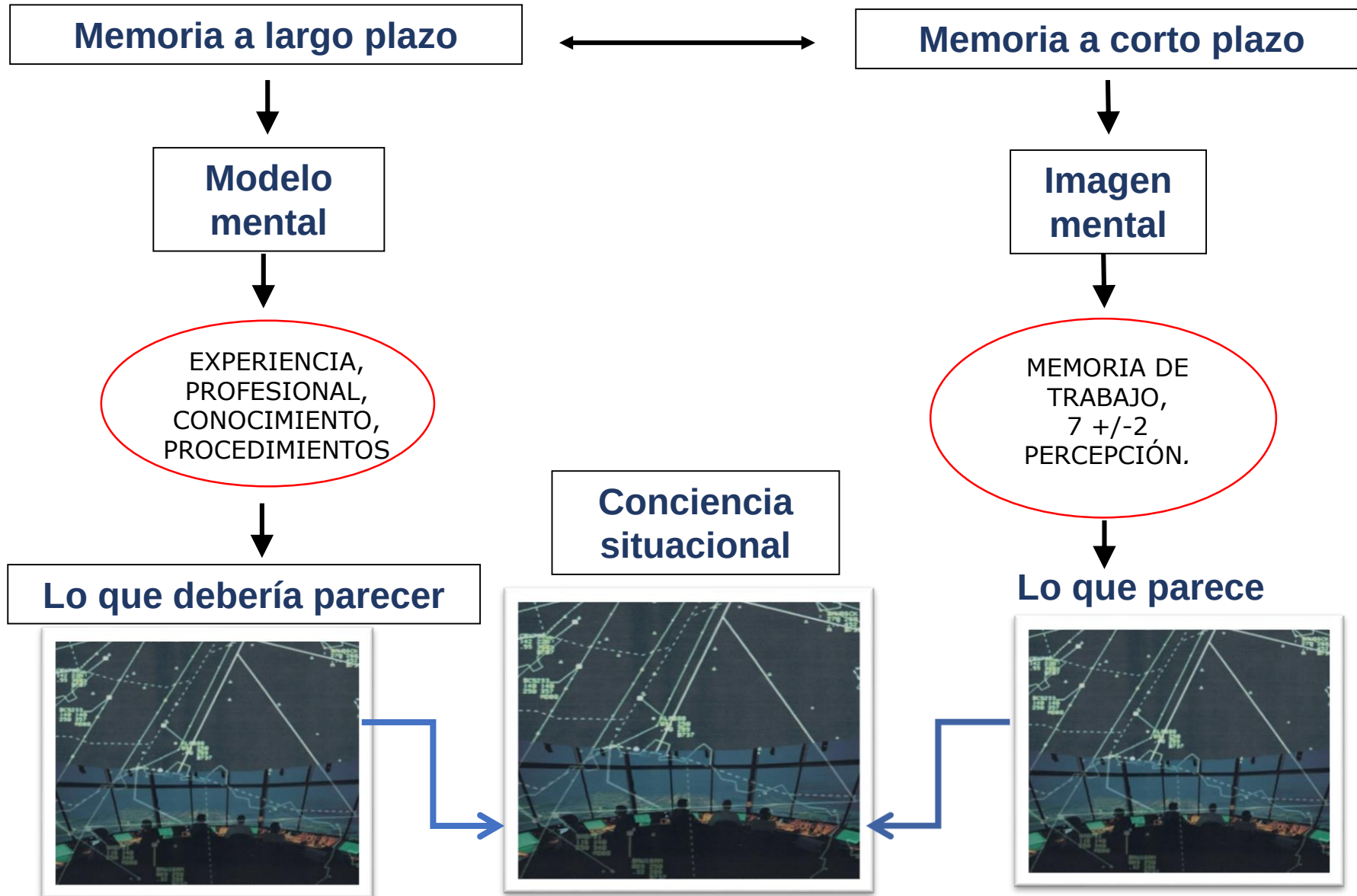
Conciencia situacional y comunicación entre equipos



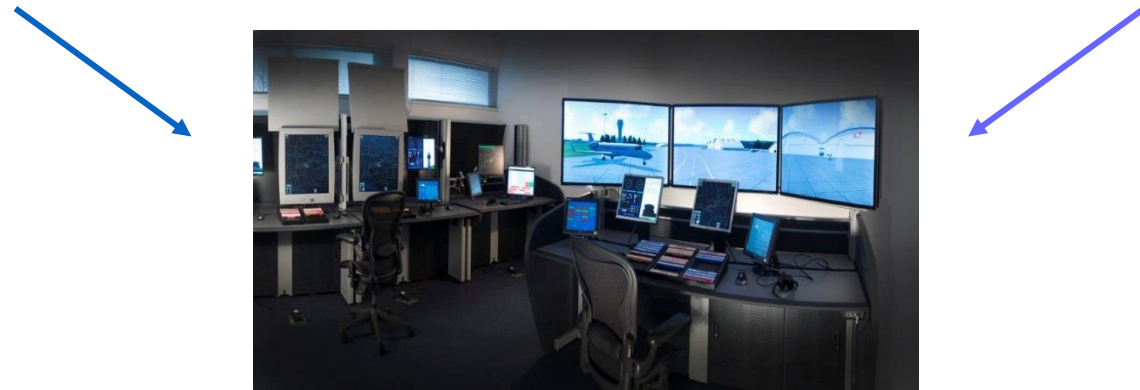
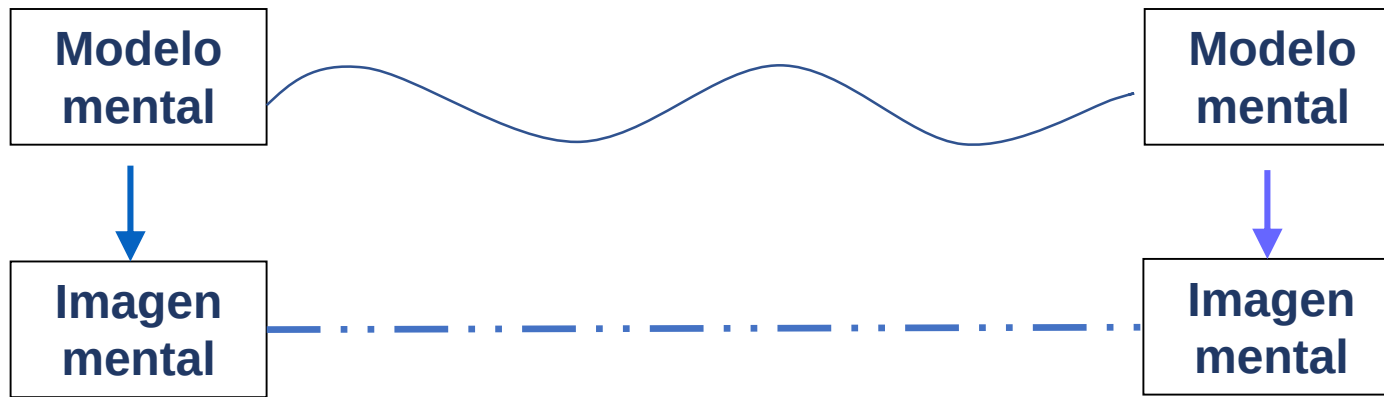
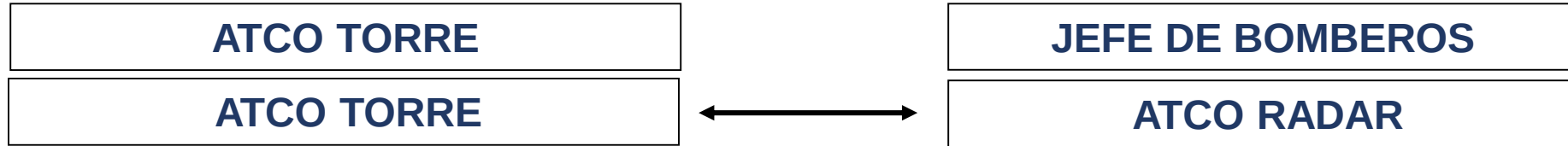
Pincha para ver el video →

[Juego de Cartas](#)

Tu Imagen



SA Dentro de un equipo





¿Ves una cara o a un esquimal?

Gestión del Stress

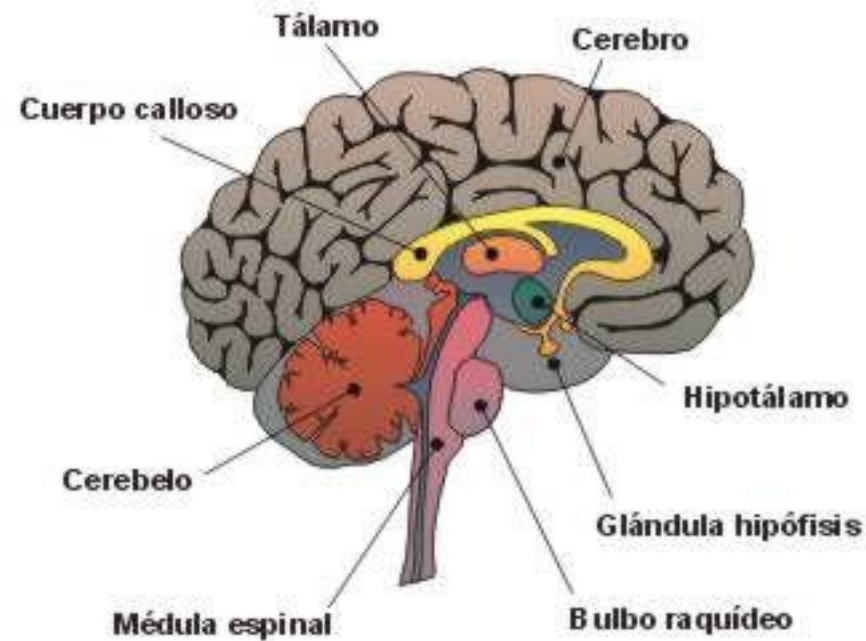
¿Qué es estrés?

- Discrepancia entre la percepción de un individuo sobre las exigencias del trabajo y de su percepción de su capacidad para hacer frente a ello.
- Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos, a veces graves.
- El estrés es una respuesta del cuerpo a un estímulo que perturba o interfiere con el equilibrio fisiológico "normal" de una persona y, en el contexto de la aviación, se refiere a un estado de tensión física, mental o emocional provocada por algún estímulo externo o interno.

Signos de estrés

- Síntomas psicológicos: Falta de concentración / ansiedad / indecisión / autoestima baja/ estados de ánimo depresivos / preocupación
- Síntomas fisiológicos: Presión arterial elevada / pulso elevado / dolores de cabeza / malestar digestivo / úlceras / insomnio
- Síntomas de conducta: Baja autoestima / dificultad para tomar decisiones/ falta de contacto social / bajo rendimiento

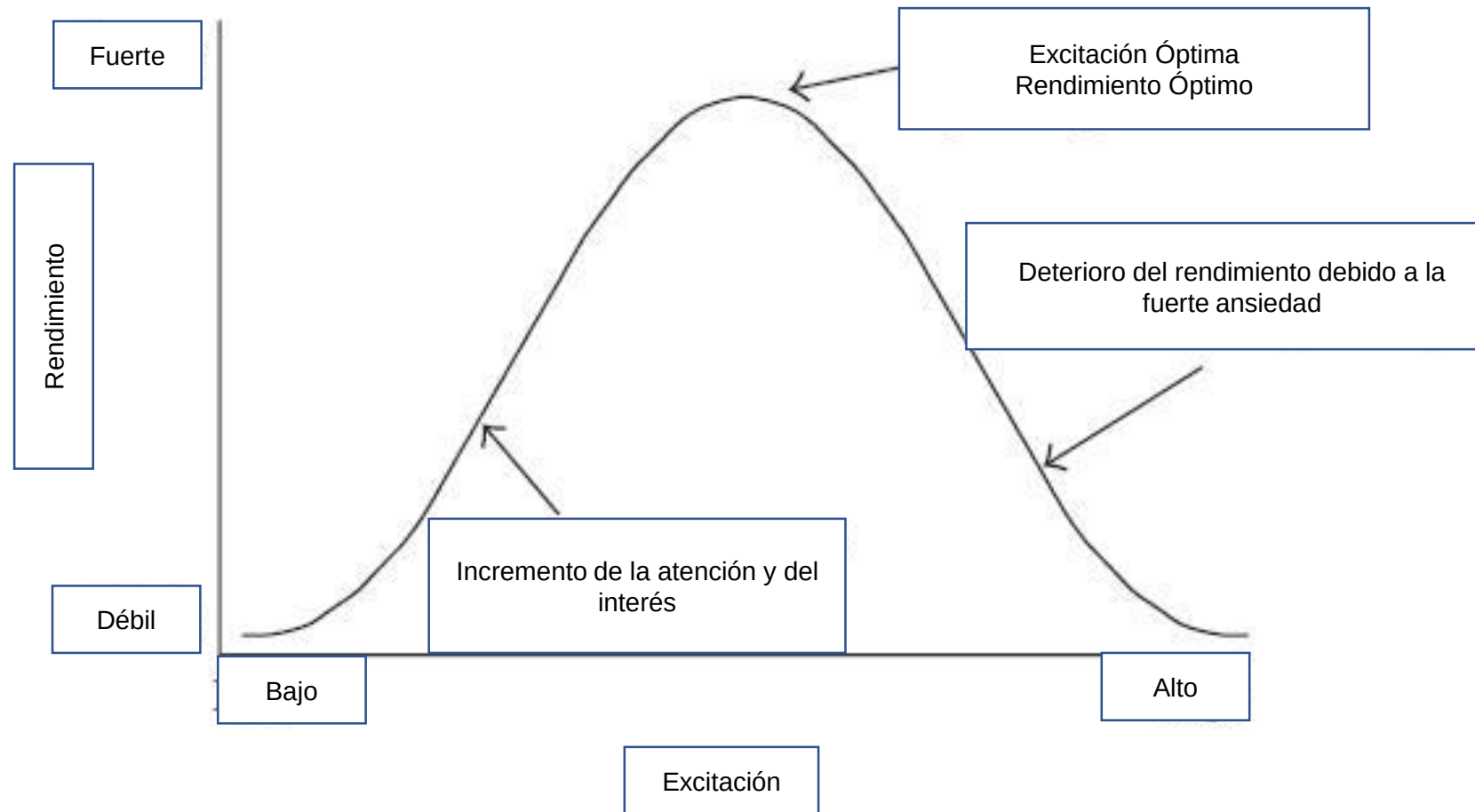
Estructura Cerebral



Evitar el estrés



Yerkes-Dodson: “U Invertida”



Trabajo en Equipo

Trabajo en Equipo.



Algunos equipos son más eficaces
que otros. ¿Por qué?

¿ Qué hace eficaz un equipo?

Confianza

Conocer los objetivos/ Metas

Comunicación

Comprensión de los roles de cada uno

Moral

Humor

Fortalezas y debilidades de cada persona

Conocimiento

Entrenamiento

Competencia/ Experiencia/ Confianza

Habilidad

Conciencia Situacional

Pedir y ofrecer ayuda

Enfoque

Apoyo

Química en el equipo

Consistencia

Factores que afectan al equipo.

- **Pensamiento de Grupo**

- Las persona toma decisiones rápidas que coinciden con las del grupo, aunque su opinión personal sea diferente, para evitar conflictos



- **Pereza Social**

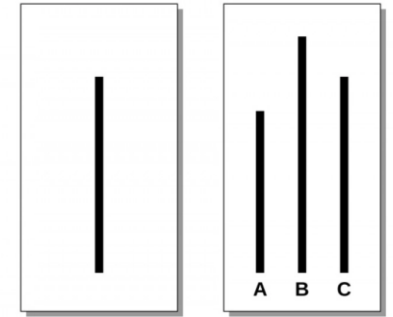
- Tendencia a “escurrir el bulto” cuando se es parte de un grupo. (Juego de la cuerda/Tronos)



Factores que afectan al equipo.

•La conformidad y la presión social

- Coincidencia de las actitudes, creencias comportamientos que las personas perciben como normal en su grupo social. (Experimento de Solomon). Pincha para ver el video → [Video ascensor](#)



•Autoridad y Obediencia



Liderazgo

Pincha para ver el video →

Liderazgo



¿Cuál es la diferencia entre el liderazgo formal y liderazgo situacional?

Liderazgo

¿Cuáles son las características de un buen líder?

¿Cuáles son las características de un buen líder?

Comunicación.

Influencia.

Inteligencia Emocional.

Pensamiento Estratégico.

Conocimiento y Experiencia.

Confianza.

Compromiso y pasión (actitud).

Toma de decisiones

Toma de Decisiones

1. ¿Qué es una decisión?

2. ¿Cómo tomamos decisiones?

“La determinación, resolución que se toma o se da en una cosa dudosa”



Proceso de toma de decisiones

- **D**atos
 - **O**pciones
 - **R**iesgos/Beneficios
 - **D**ecisión
 - **E**jecución
 - **V**erificar y revisar
- 

Comunicación

Comunicación



¿Cómo nos comunicamos?

- Verbal: Comunicación por medio de palabras. (Habladas y escritas)
 - Para-lingüística: Audible pero no verbal (tono, timbre, volumen, sonidos de aprobación/desaprobación, etc)
 - No verbal: Todas las señales no audibles (lenguaje corporal, señales de tráfico, iconos, etc...)
- 

¿Cómo nos comunicamos?

¿Cuál creéis que es el porcentaje de cada uno de los métodos de comunicación empleados por los seres humanos?

- Verbal
- Para-lingüística
- No-Verbal

7%
38%
55%

¿Es el mismo porcentaje que en tu equipo de trabajo?

Comunicación/Dialogo interno



***¿Qué vas a hacer para que
TU EQUIPO funcione mejor?***

miguel.caparros@ftejerez.com



Questions and Answers

Thank you

Visit us:
canso.org

