

**Test para medir la cohesión de un equipo**, diseñado para evaluar de manera integral los tres factores clave: confianza, objetivos comunes y comunicación efectiva. Este instrumento contiene preguntas específicas y detalladas para obtener un panorama más completo de las dinámicas del equipo.

### **Cuestionario de Cohesión de Equipo**

#### **Instrucciones**

Responde cada afirmación en una escala de 1 a 5:

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Neutral

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

#### **SECCIÓN 1: Confianza**

1. Los miembros del equipo se muestran dispuestos a ayudar cuando alguien lo necesita.
2. Existe un ambiente de respeto mutuo entre todos los integrantes del equipo.
3. Me siento cómodo/a compartiendo ideas o preocupaciones con el equipo.
4. Los miembros del equipo suelen cumplir con sus compromisos.
5. Puedo confiar en que los demás toman decisiones en beneficio del grupo.
6. Cuando surge un problema, el equipo lo aborda de manera honesta y directa.

## **SECCIÓN 2: Objetivos Comunes**

- 0. Todos los miembros comprenden claramente los objetivos del equipo.
- 0. Las metas del equipo están alineadas con nuestras capacidades y recursos.
- 0. Los miembros muestran compromiso hacia el logro de los objetivos planteados.
- 0. Cada persona entiende su rol y responsabilidad dentro del equipo.
- 0. Celebramos los logros como equipo, no solo como individuos.
- 0. Revisamos regularmente nuestro progreso hacia los objetivos comunes.

## **SECCIÓN 3: Comunicación Efectiva**

- 0. La comunicación en el equipo es clara y fácil de entender.
- 0. Los integrantes escuchan con atención las opiniones de los demás sin interrumpir.
- 0. El equipo fomenta un ambiente donde todas las voces son valoradas.
- 0. Cuando surge un conflicto, lo resolvemos de manera respetuosa y constructiva.
- 0. Los mensajes importantes se comparten de manera oportuna y efectiva.
- 0. Existe un flujo continuo de información relevante para el trabajo del equipo.

## **SECCIÓN 4: Dinámicas de Cohesión (General)**

- 0. Me siento parte de un grupo unido y con un propósito claro.
- 0. El equipo disfruta trabajando juntos y comparte una buena energía.

0. Los desacuerdos se manejan de manera que fortalecen las relaciones del equipo.
0. Los integrantes se esfuerzan por comprender las perspectivas de los demás.
0. El equipo muestra flexibilidad para adaptarse a los cambios.
0. Nos apoyamos mutuamente tanto en los éxitos como en los desafíos.

### Puntaje e Interpretación

#### 1. Suma los puntajes por sección:

- **Confianza:** Máximo 30 puntos.
- **Objetivos comunes:** Máximo 30 puntos.
- **Comunicación efectiva:** Máximo 30 puntos.
- **Dinámicas de cohesión (general):** Máximo 30 puntos.

#### 2. Total, general:

- **108-120 puntos:** Alta cohesión. El equipo es funcional, productivo y colaborativo.
- **84-107 puntos:** Cohesión moderada. Hay aspectos positivos, pero existen áreas de mejora.
- **Menos de 84 puntos:** Baja cohesión. Es importante trabajar en la confianza, los objetivos comunes y la comunicación.