

# OUTDOOR TRAINING





## En especial, para tu equipo

*Uno de los activos más valiosos de una compañía son las personas que trabajan en ella.*

*Día a día, piensan, sienten y actúan para que la empresa siga viva.*

*Ellos son el motor de su evolución. Si se paran, se para. Si no están bien, se resiente. Pero si todo va como debe, esas personas, harán su magia y serán un equipo imparable que moverá la montaña, si es necesario; Que cuidarán unos de otros y cumplirán sus objetivos.*

*Puedes tener varias razones para llevarles a una experiencia de aprendizaje al aire libre con nosotros. Por ahora, sólo te vamos a dar una: un Outdoor Training diseñado a medida, es un antes y un después.*



## ¿Qué es un Outdoor Training?

*En el contexto de la formación, un Outdoor Training es una metodología de aprendizaje experiencial que se realiza al aire libre, en contacto con la naturaleza.*

*Lejos del entorno de trabajo, las personas se liberan de su rol habitual y se muestran con espontaneidad: actitudes, aptitudes, capacidades, forma de ser, sus roles naturales: de acción, mentales o sociales. Salen a la luz aspectos personales y este, es el primero de sus beneficios.*

*El segundo, viene de la interacción entre los participantes, que les permite conocerse un poco más y tener una base para crear o evolucionar su relación personal.*

*Las personas que se llevan bien generan un ambiente positivo e inevitablemente esto se refleja en los resultados del trabajo diario.*



## ¿En qué consiste?

*El Outdoor Training se lleva a cabo por formadores especializados. La base del aprendizaje es la propia vivencia.*

*Se introduce en situación a los participantes y se les van planteando pruebas o desafíos que deben resolver.*

*Aunque ellos no, necesariamente, lo saben, el diseño sigue una secuencia lógica de actividades para alcanzar los objetivos de mejora que la empresa ha planteado previamente.*

*La dinámica de la sesión, lleva a los participantes a interactuar y a organizarse: tendrán que trabajar en equipo para resolver o superar cada prueba.*



## ¿Para qué sirve?

*Los formadores siguen el desarrollo con atención y detectan qué y cómo sucede.*

*Durante la sesión de transferencia se comparte con todos, mientras se analiza y reflexiona acerca de lo ocurrido. Finalmente, se dan las recomendaciones adecuadas para la evolución del equipo.*

*El objetivo general es provocar cambios positivos en la manera de sentir, pensar y actuar de los participantes. Mejorar el clima, las relaciones e integrar aprendizajes útiles. Veamos algunos ejemplos más concretos.*

# ¿Qué se puede trabajar durante un Outdoor Training?

*Algunos de estos aspectos surgen de forma natural durante la sesión. Todos ellos, incluso otros que no se mencionen en este dossier, se pueden trabajar, en especial, mediante los retos o pruebas que se realicen.*

## *Desarrollo de liderazgo efectivo*

Las **formaciones experienciales** brindan la **oportunidad** de que los participantes **asuman roles de liderazgo**: tomen decisiones, organicen, motiven y dirijan, incluso aunque no sea su función habitual, **descubriendo capacidades y líderes potenciales**.

## *Mejora de la comunicación*

Durante la sesión **se dan interacciones directas, intercambio de ideas**, se realizan propuestas que se discuten y valoran hasta alcanzar acuerdos y ejecutar las decisiones.

Para avanzar en las pruebas, **el equipo debe comunicarse de forma efectiva**, poniendo en práctica habilidades como la **empatía y la comprensión** desde diferentes puntos de vista.

A través de **ejercicios de comunicación estructurados**, preparados ex profeso, los participantes aprenden a **escuchar activamente, a expresar sus ideas con claridad y a resolver conflictos** de manera constructiva.

Este aprendizaje llevado **al entorno de trabajo diario**, reduce malentendidos, **potencia la calidad de las relaciones interpersonales y se refleja en los resultados del trabajo en equipo**.

# ¿Qué se puede trabajar durante un Outdoor Training?

## *Mejora de la motivación y el compromiso*

La **emoción** y el **sentimiento de equipo**, unidas a la **vivencia** en sí y al resultado de las reflexiones posteriores pueden ayudar a mejorar la motivación y el compromiso de los miembros del equipo.

## *Mejora de la calidad del trabajo en equipo*

Las formaciones experienciales están diseñadas para **incrementar de manera natural** la **colaboración, la confianza y la cohesión** entre los participantes. El trabajo del equipo se vuelve más sólido y eficaz.

## *Estimulación de la creatividad y resolución de problemas*

Para evolucionar **necesitamos encontrar nuevas formas de hacer las cosas**.

Con las actividades propuestas, se estimula la **creatividad, el pensamiento lateral, la generación de ideas frescas y soluciones originales**. Una vez descubierta y ensayada la actitud creativa, el equipo la llevará a la empresa con facilidad.

# ¿Qué se puede trabajar durante un Outdoor Training?

## *Desarrollo de habilidades de gestión del estrés y la presión*

Las actividades al aire libre suelen ser intensas y exigentes, lo que proporciona a los participantes un entorno seguro para **practicar la gestión del estrés** y la toma de decisiones bajo presión.

Aprender a **mantener la calma y tomar decisiones efectivas en situaciones competitivas** es una habilidad muy valorada. La vertiente lúdica alivia la tensión y nos enseña a enfocar la realidad de otros modos.

## *Mejora de la gestión del tiempo*

Los retos y pruebas propuestos suelen tener **límites de tiempo estrictos** para realizarlos. Esto enseña a los participantes a **ser conscientes y eficientes** en el uso de su tiempo especialmente en el trabajo de equipo.

## *Fomento de la adaptabilidad y flexibilidad*

Inmersos en situaciones desconocidas y sorprendentes, todos deben **tomar decisiones ágiles**, lo que desarrolla su capacidad para enfrentar y ajustarse a los cambios.

# ¿Qué se puede trabajar durante un Outdoor Training?

## *Relaciones más estrechas y mayor cohesión en el equipo.*

Participar en actividades conjuntas, al aire libre, en un ambiente distendido y lúdico, sin la presión habitual, lleva a las personas a **conocerse un poco mejor, aumentando la confianza e incrementando la camaradería.**

Se puede experimentar un **crecimiento personal y colectivo** derivado del aumento de la confianza en sí mismos y en los demás.

## *Mejora del clima laboral*

El ambiente divertido y emocionante rompe con la rutina diaria y puede **reforzar las relaciones interpersonales**, contribuyendo a un clima laboral más positivo y motivador.

## *Consolidar la cultura organizacional*

Estas experiencias/**actividades pueden adaptarse** para incorporar los valores y la cultura de la empresa. De este modo, **los participantes viven y experimentan los principios y comportamientos fundamentales de la organización**, lo que refuerza su sentido de pertenencia y alineación con la empresa.

## ¿Cómo lo hacemos para ti?

*Estas áreas de mejora que se trabajan en los Outdoor son las más habituales. Debes saber que puedes proponer otras que tu equipo necesite especialmente.*

*El objetivo final es tomar conciencia, despertar o adquirir habilidades, actitudes y cambios positivos que sean fácilmente transferibles al puesto de trabajo*

*Lo verdaderamente interesante es que cada outdoor será planificado en función de la evolución que se quiera conseguir en el equipo y en las personas y de las necesidades de cada empresa.*

*Para preparar la sesión de tu equipo, nos reuniremos previamente. Es importante definir qué necesitan. Con estas premisas nuestros formadores diseñarán la sesión a medida, programando actividades que les lleven a alcanzar los objetivos de mejora.*

# En especial, para equipos

*que crean, confían, resuelven, lideran, crecen, se superan, cohesionan...*



**Curso**

**OUTDOOR TRAININGS**

**Modalidad**

**Presencial**

**Metodología**

**Teoría**

**Acción**

**Reflexión-asimilación**

**Duración**

**Se definirá en la planificación con el cliente**

**Niveles**

**No hay niveles, pero sí objetivos de mejora personalizables**

**Participantes**

**El número de participantes es variable.**