



Programa Integral de Capacitación en Gestión de Riesgos 2025

Ciclo III

Psicosociología y ergonomía en el trabajo

Tema: Dinámicas grupales aplicadas a la Seguridad y Salud en el trabajo.

En RIMAC las personas van primero

Nos hemos propuesto construir relaciones a largo plazo con las personas que se acercan a nosotros.



Lic. Kathia Murillo Siancas

Psicóloga colegiada y titulada por la Universidad Ricardo Palma, con Maestría en Seguridad y Salud en el Trabajo, especialista en psicología ocupacional, he trabajado en diferentes empresas del rubro minero, como parte del staff del área de SST. Con 20 años de formación y experiencia, actualmente soy asesora externa en: Monitoreos de factores psicosociales, planes de salud mental, Seguridad basada en el comportamiento, capacitaciones y actividades diversas de la gestión de seguridad y salud ocupacional.

¿Qué
opinan?



EDUCAR

La educación es una actividad humana de naturaleza compleja, porque, educar al ser humano es la tarea más difícil, pero no imposible, realizar un trabajo educativo implica promover el desarrollo de la conciencia de la persona humana y no fabricar mercaderías para vender.



¿Cómo aprenden los Adultos?



¿Se puede educar así?



¿A quién acudimos cuando estamos enfermos?



¿PEDIATRA?

¿Qué significa ser un adulto?



"Aquel individuo, hombre o mujer que desde el aspecto físico ha logrado una estructura corporal definitiva, biológicamente ha concluido su crecimiento, psicológicamente ha adquirido una conciencia y ha logrado el desarrollo de su inteligencia".

MINSA

Periodización del Adulto



Rasgos psicopedagógicos del adulto

Entre los rasgos más importantes figuran: la inteligencia, la memoria, la motivación y la experiencia.

Inteligencia



Motivación



Memoria



Experiencia

¿Cómo aprenden los adultos?

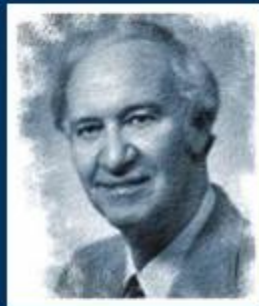


ANDRAGOGÍA

Evolución histórica de la Andragogía



- Alexander Kapp: Maestro alemán, empleo el término Andragogía en 1833



- Malcolm Knowles (1913-1977), considerado el padre de la Andragogía. Obra: La Práctica Moderna de la Educación de Adultos: Andragogía contra Pedagogía (1970)



- UNESCO: A partir de 1945 se trata el tema de la educación de adultos
 - 1985 se reconocen los términos Andragógico y Andragogía

¿Qué es la Andragogía?



La **Andragogía** es la ciencia de la educación para enseñar a los adultos.

Diferencias entre Pedagogía y Andragogía

	PEDAGOGÍA	ANDRAGOGÍA
El estudiante	Dependiente. El profesor dirige el qué, cuándo, y cómo un tema se aprende y prueba si ha aprendido.	Se dirige hacia la independencia. Auto-directivo. El profesor estimula y alimenta este movimiento
La experiencia del estudiante	De poco valor. Los métodos de enseñanza son didácticos	Es un rico recurso para aprender. Los métodos de enseñanza incluyen la discusión, resolución de problemas, etc.
Disposición para aprender	Las personas aprenden lo que la sociedad espera de manera que el currículo es igual para todos	Las personas aprenden lo que necesitan saber, de manera que los programas de aprendizaje están organizados según su aplicación a la vida.
Orientación al aprendizaje	Adquisición de materias. Currículo organizado por temas	La experiencia del aprendizaje debe estar basada en los problemas, ya que al aprender la gente centra en el rendimiento.

Principios básicos de la Andragogía



Métodos para aplicar la Andragogía



Métodos Individuales

LECTURA DE
TEXTO

ESTUDIO
DIRIGIDO

FICHAS Y
GUÍAS DE
APRENDIZAJE

TAREAS
INDIVIDUALIZADAS

AUTODIDACTISMO

ESTUDIO
DE CASOS

INSTRUCCIÓN
PROGRAMADA

VÍAS NO
CONVENCIONALES



En el contexto de la seguridad, la andragogía busca:

- ✓ **Aumentar la participación y la motivación de los participantes:**

En lugar de ver la capacitación como una obligación, se enfatiza la utilidad y los beneficios que traen los conocimientos de seguridad.

- ✓ **Facilitar el aprendizaje a través de la experiencia:**

Se promueve el uso de casos prácticos, la reflexión sobre experiencias previas y la participación en actividades grupales.

- ✓ **Simplificar el lenguaje y los conceptos:**

Se utiliza un lenguaje claro y conciso, evitando tecnicismos innecesarios.



En el contexto de la seguridad, la andragogía busca:



- ✓ **Adaptar los métodos de enseñanza a las necesidades de los adultos:**
Se utilizan herramientas como simulaciones, juegos, videos y ejemplos reales.
- ✓ **Crear un ambiente de aprendizaje colaborativo:**
Se fomenta el intercambio de conocimientos y experiencias entre los participantes

¿Qué son las Dinámicas?



Las dinámicas para adultos son juegos y actividades diseñadas para promover la interacción, la creatividad y el aprendizaje, a menudo en grupos o equipos. Pueden ser utilizadas en diversos contextos, como talleres de formación, reuniones de trabajo, o incluso para mejorar la convivencia en el hogar.

Beneficios aplicar dinámicas

Mejorar la comunicación y la confianza

Las dinámicas ayudan a romper el hielo, a conocer mejor a los demás y a fomentar un ambiente de confianza.



Fomentar la creatividad y la innovación

Muchos juegos y actividades están diseñados para estimular la imaginación y la búsqueda de nuevas soluciones.

Beneficios de la dinámicas

Desarrollar habilidades de trabajo en equipo

Las dinámicas pueden ayudar a los participantes a aprender a colaborar, a escuchar a los demás y a llegar a acuerdos



Aumentar el bienestar emocional y la diversión

Las actividades suelen ser divertidas y entretenidas, lo que puede ayudar a mejorar el estado de ánimo y a reducir el estrés.



Facilitar el aprendizaje

Las dinámicas pueden ser una herramienta eficaz para enseñar nuevos conocimientos o habilidades de una manera más atractiva y participativa

Ejemplos de dinámicas para adultos

De Presentación (Romper el hielo y facilita conocimiento mutuo)

De resolución de problemas (fomenta búsqueda de soluciones y creatividad)

De trabajo en equipo (estimula colaboración)

De creatividad (estimula imaginación e innovación)

De relajación y bienestar (disminuye estrés y mejora estado de ánimo)

Elementos para planificar una dinámica

OBJETIVO

¿Qué quieres lograr con la dinámica? (Mejorar la comunicación, fomentar la creatividad, etc.)

CONTEXTO

¿Dónde y cuándo se realizará la dinámica? (salón, campo, dentro o fuera de la unidad)

PARTICIPANTES

¿A qué tipo de personas está dirigida la dinámica? (Supervisores, operativos, etc.).

RECURSOS

¿Qué materiales y herramientas se necesitan para realizar la dinámica?

¿PREGUNTAS?



Dinámicas en Seguridad y salud en el trabajo



Son actividades lúdicas o de juego que se utilizan para sensibilizar, educar y promover la seguridad en el lugar de trabajo. Su objetivo principal es enseñar de forma entretenida y efectiva los conceptos clave de la prevención de riesgos laborales

¿Cómo elegir qué Dinámica debo utilizar?

ESTILOS DE APRENDIZAJE



Para que las **Capacitaciones de Seguridad y Salud en el Trabajo** sean más efectivas, es necesario que los capacitadores tengan claro cuál es el estilo de aprendizaje de los asistentes.

Estilos de Aprendizaje

VISUAL



«Yo veo» Aprende mejor viendo. Los asistentes recuerdan viendo las cosas anotadas, gozan de cuadros descriptivos, como instrucciones escritas, observan los elementos físicos del desarrollo de la enseñanza.

AUDITIVO



«Yo oigo» Aprende lo mejor posible con una charla, usando sus oídos y su voz. Los asistentes recuerdan lo que oyen y recuerdan hablando en voz alta, les gusta expresar un concepto, gozan de las discusiones en el aula.

KINESTÉSICO



«Yo lo hago» aprende mejor haciéndolo, tocando. Los asistentes gozan actuando en una situación, desarrollando un producto o un proyecto, recuerdan y entienden haciéndolo.

TEST DE VAK

Inventario VAK

Instrucciones: lee las siguientes frases y coloca una $\checkmark$ en el paréntesis cuando esta coincida con tu forma de ser y actuar.

Lista 1. Estilo de Aprendizaje Kinestésico

1.	Te gusta tocar los objetos que te rodean.	()
2.	Coleccionas cosas.	()
3.	Hablas rápido y utilizas las manos para comunicar lo que quieres decir.	()
4.	Cuando hablas constantemente estás inquieto (juegas con las piernas en la silla o juegas con una pluma, etc.).	()
5.	Eres bueno para los deportes.	()
6.	Te gusta desarmar cosas, para luego volver a armarlas.	()
7.	Te gusta comandar cuando estás trabajando.	()
8.	Dislikes escuchar música del fondo cuando hablas.	()
9.	Dislikes hablar con las manos y hacer cosas.	()
10.	Te gusta masticar chicle o comer en silencio.	()
11.	Aprendes a través del movimiento y la exploración del mundo que te rodea.	()
12.	Puedes ser considerado hiperactivo.	()
13.	Puedes encontrar la salida fácilmente aún cuando no comprendes las instrucciones de una actividad.	()
14.	Te sientes cómodo cuando a otros se les muestra de demostrar amistad (por ejemplo, abrazando).	()
15.	Preferes hacer cosas en lugar de ver una demostración o leer acerca del tema en un libro.	()

Lista 2. Estilo de Aprendizaje Visual

1.	Hablas constantemente que te sean repetidas las instrucciones verbales.	()
2.	Pones especial atención en las expresiones faciales y el lenguaje corporal de quien habla.	()
3.	Te gusta tomar notas para poder repasar después de clase.	()
4.	Recuerdas mejor cuando escribes las cosas varias veces o cuando haces dibujos y diagramas.	()
5.	Normalmente lees fuera del aula.	()
6.	Te gusta escuchar la radio o la televisión con un volumen alto.	()
7.	Puedes perderle cuando recibes instrucciones verbales.	()
8.	Preferes que la información se te presente visualmente (por medio de)	()

¿Cómo elegir qué Dinámica debo utilizar?

INCENTIVAR MAYOR MOTIVACIÓN E INTERÉS



Las dinámicas hacen que la capacitación sea más atractiva y participativa, lo que aumenta la atención y el interés de los trabajadores en el tema

Ejemplos de Dinámicas para motivar el interés al personal en temas de SST





¿Cómo elegir qué Dinámica debo utilizar?

FOMENTAR LA CULTURA DE PREVENCIÓN



Las dinámicas promueven la reflexión sobre la seguridad, fomentan la participación y el trabajo en equipo, y ayudan a crear una cultura de prevención en el lugar de trabajo

Ejemplos de Dinámicas para incentivar la Cultura de Prevención





¿Cómo elegir qué Dinámica debo utilizar?

IDENTIFICACIÓN/PERCEPCIÓN DE PELIGROS



Permiten identificar cómo las personas perciben los peligros y riesgos y además cómo pueden influir en nuestra actitud y conductas ante ellos.

Ejemplos de Dinámicas para la Percepción de peligros y riesgos





¿Cómo elegir qué Dinámica debo utilizar?

DIVERSIÓN Y RELAJACIÓN



Las dinámicas, al ser lúdicas, ayudan a crear un ambiente de trabajo más relajado y divertido, lo que contribuye a reducir el estrés y mejorar la actitud hacia la seguridad.

Ejemplos de Dinámicas para Diversión/Relajación



Ejemplos de Dinámicas para Relajación



Ejemplos de Dinámicas de Diversión



¿Más dinámicas? CLARO!

Tipo Simulacro

Simulaciones de incendios, evacuaciones o incidentes químicos. Estos simulacros permiten practicar los procedimientos de emergencia y evaluar la respuesta de los trabajadores en situaciones críticas.



Tipo Simulacro



¿Más dinámicas? CLARO!

Juegos de Mesa

Adaptación de juegos conocidos, como el Monopoly, para enseñar sobre la jerarquía de controles de riesgos o las normas de seguridad.



Juegos de Mesa



¿Más dinámicas? CLARO!

Charlas dinámicas

Charlas de seguridad de corta duración que utilizan juegos, preguntas y respuestas, o videos, para hacer más atractiva la información.





¿PREGUNTAS?



¡Gracias!