

IMPORTANCIA DEL JUEGO EN LAS CAPACITACIONES Y LA MOTIVACIÓN LABORAL

Miriam Brenes Cerdas¹

¹Ingeniera en Seguridad Laboral e Higiene Ambiental
Máster en Salud Ocupacional con énfasis en Higiene Ambiental
Instituto Tecnológico de Costa Rica
Coordinadora de la Subcomisión Lúdico Creativa CONARE

Palabras claves: actividad lúdica, juego, concienciación, capacitación, aprendizaje y gestión del conocimiento

Una actividad lúdica es considerada como una estrategia de conocimiento, una forma de vida cotidiana y en la práctica profesional, que educa, que genera disfrute, gozo, placer, alegría, y que por ende desarrolla un aprendizaje, un conocimiento que sea agradable, placentero y por lo tanto motivador, de manera que posteriormente pueda ser recordado con facilidad para ser puesto en práctica.

Los aspectos anteriores han sido considerados como el desarrollo de las capacitaciones en las empresas, en donde se ha visualizado según lo menciona Paredes (2003, pág. 1), que "lo lúdico se convierte en un proyecto de vida, es una necesidad vital del ser humano que abarca las dimensiones humanas para intentar dar alcance al equilibrio personal, es decir al equilibrio vital en sus distintos niveles", siendo el ni-



vel laboral uno de los más importantes, ya que se trabaja en jornadas de ocho horas, en donde el centro de trabajo se convierte en el espacio donde se permanece gran parte de la vida.

Un factor determinante dentro de toda actividad lúdica es el juego, el cual es considerado como un espacio de realidades sorprendentes. Huizinga (1987) así lo definió en su obra "Homo Ludens", como "una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados".

El juego desde siempre ha sido necesario para el ser humano, siendo a nivel de la niñez y la adolescencia, vital para su desarrollo; en los adultos se presenta, por lo general, al vivir aquellos momentos experimentados como niños y niñas, y que en la actualidad les permiten desenvolverse como seres humanos.

Cuando una persona juega, sin importar su edad, experimenta una serie de transformaciones que son reflejadas desde su cerebro hasta las diversas partes del cuerpo, y es así como se genera un intercambio de emociones que

Curso de formación lúdica, CONARE, 2014

van desde la alegría, el gozo, el placer, la emoción, la incertidumbre, hasta el miedo de enfrentarse a una actividad nueva, entre otras. Todo esto se manifiesta en un incremento de endorfinas, sustancias que produce el cuerpo de manera natural, para atenuar el dolor y ocasionar una sensación de bienestar. Por esta razón, al jugar la mente está más dispuesta a aprender y guardar en su memoria un aprendizaje placentero, por lo que el cerebro buscará recordar con mayor facilidad, todas las experiencias que le produjeron disfrute.

Así, el juego puede ser utilizado como un laboratorio para analizar la realidad en la que se vive y se trabaja.

Cuando en un espacio de trabajo se promueven las actividades lúdicas, se está motivando a las personas a desarrollar la originalidad, el ingenio, la capacidad de adaptación, la generación de ideas novedosas, la toma de decisiones, y se favorece también un clima ideal para la resolución de conflictos, en beneficio de la calidad de vida personal y laboral.

La capacitación es una herramienta muy valiosa en todas las empresas para lograr la formación y el conocimiento en los trabajadores, pero cuando en ella se utilizan espacios lúdicos, se logra el cumplimiento más eficiente de los objetivos, porque se genera un mayor compromiso emocional, así como la retención y gestión de conocimiento, en un ambiente diferente, agradable, sobresaliendo de la rutina del quehacer laboral. Así lo han manifestado los trabajadores participantes en las actividades desarrolladas en los talleres lúdicos impartidos por el Instituto Tecnológico de Costa Rica, a través de la participación de la Escuela de Seguridad Laboral e Higiene Ambiental, en la Subcomisión Lúdico Creativa del Consejo Nacional de Rectores (CONARE).

Según las evaluaciones realizadas por los participantes, se ha generado un impacto positivo, pues manifiestan la necesidad de contar dentro de los planes de capacitación de las empresas, con este tipo de espacios lúdicos de manera más frecuente, ya que al final de las actividades, se puede observar la diferencia



izq. Taller Lúdico "Eco Bolsas" empresa Glaxo Smith, Heredia Costa Rica, 2014

der. Taller lúdico "Con desecho, pero bien hecho, decoración de mariposas elaboradas con latas de aluminio", empresa Glaxo Smith, Heredia Costa Rica, 2014

entre el estado de ánimo con que ingresan los trabajadores a las actividades lúdicas, y su satisfacción y alegría al finalizar una experiencia totalmente positiva.

Para concluir, cabe mencionar que los materiales de comunicación utilizados en la formación de personas, son un medio imprescindible para el desarrollo de las capacidades y destrezas de quienes participan de las propuestas en las que media la vivencia lúdico-creativa, como estrategia de construcción de conocimientos y experiencias.

La generación de capacidades adecuadas a la diversidad de temáticas laborales promueve cambios en el ambiente, desde el punto de vista de una mejor clima entre los trabajadores, e incluso ha producido un incremento en la producción de la empresa, ya que las personas quedan muy motivadas y con deseos de brindar lo mejor en sus puestos de trabajo.

Referencias bibliográficas
Paredes O, J. (2003). Juego, luego soy, teoría de la actividad lúdica. Sevilla. Wanceulen.
Huizinga, J. (1987). Homo ludens. Madrid. Alianza editorial.