Being Respectful to Coworkers Meeting Kit – Spanish



TENER RESPETO

Independientemente de cuál sea su cargo o de la tarea que tenga encomendada en el trabajo, todos deberían compartir el objetivo común de ser respetuosos con los demás.

CUÁL ES EL PELIGRO

PROTOCOLOS DE EVASIÓN

- Levantar la voz: Aunque es comprensible que a veces levante la voz si está emocionado o enfadado, es importante minimizar la cantidad de gritos que hace cada día. Gritar y levantar la voz utilizando un tono negativo puede alejar la conexión entre usted y otros compañeros de trabajo.
- Reprender a otros compañeros de trabajo: Nunca reprenda o llame a otro empleado con un nombre despectivo, incluso si le han llamado o gritado antes. Insultar a otro compañero o empleado es una forma de agitar rápidamente las tensiones en el lugar de trabajo. Además, insultar puede considerarse acoso laboral, lo que puede dar lugar a suspensiones o despidos. Mantenga siempre un tono y una actitud positiva mientras trabaja, especialmente cuando lo hace con otros compañeros.
- Ser demasiado crítico: Trabajar con personas que son demasiado críticas y que menosprecian a los demás nunca es divertido, y seguro que no es motivador. Evite menospreciar a otros compañeros de trabajo, menospreciar sus esfuerzos o incluso ser condescendiente con ellos cuando intentan hacer su trabajo cada día.
- Utilizar un lenguaje corporal negativo: Los seres humanos se comunican principalmente a través del uso de sus cuerpos, seguido por el lenguaje que hablan. Con nuestros cuerpos, tenemos la capacidad de mostrar nuestras emociones en segundos, incluso sin decir una palabra. Cuando esté en el trabajo, asegurase de evitar el lenguaje corporal negativo, como cruzar los brazos de forma extensiva, sentarte de espaldas a sus compañeros o incluso fruncir los labios con demasiada fuerza para rechazar un pensamiento o comentario que haya hecho un compañero.

COMO PROTEGERSE

RESPETO Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

El respeto, la confianza y la buena comunicación contribuyen en gran medida a mejorar la seguridad en el lugar de trabajo de diversas maneras.

1. El respeto y la buena comunicación van de la mano. Cuando los empleados se sienten cómodos dirigiéndose a un compañero de trabajo o planteando un problema a un supervisor, los problemas de seguridad pueden abordarse rápidamente. En los lugares de trabajo en los que hay una falta de respeto, muchos empleados adoptarán la mentalidad de “no es mi problema” cuando surjan problemas de seguridad.
2. Cuando los empleados se tratan unos a otros con respeto, es mucho menos probable que se produzcan problemas como la violencia en el lugar de trabajo. Aunque muchos actos de violencia en el lugar de trabajo son cometidos por alguien ajeno a la empresa, muchos incidentes ocurren entre individuos dentro de un lugar de trabajo.
3. Los empleados que se respetan y confían entre sí pueden concentrarse más fácilmente en su trabajo. Cuando hay una falta de confianza o de respeto, el mero hecho de ver a un compañero de trabajo que considera negativo puede hacer que su mente se acelere.

CREAR UNA CULTURA DE RESPETO

1. **Ofrezca un cumplido verbal**

Intente hacer al menos un cumplido verbal al día. Puede ser a alguien que vea todos los días o incluso a un desconocido con al que se cruza sólo momentáneamente.

2. **Diríjase a alguien por su nombre**

Puede tratarse de un compañero de trabajo con el que se cruza todos los días en el pasillo, del empleado de correos que le entrega la correspondencia o de cualquier otra persona a la que quiera llamar la atención. El hecho de recordar el nombre de alguien demuestra a los demás que le importa lo suficiente como para hacer el esfuerzo de hacerlo.

3. **Preste toda su atención**

En nuestra ajetreada cultura laboral, es habitual tener la mente medio concentrada en otra cosa mientras se mantiene una conversación con alguien. Sin embargo, prestar toda su atención a alguien es la clave para mostrar respeto.

4. **Muestre interés**

Cuando las personas responden a la pregunta de qué les hace sentirse respetadas es si alguien muestra interés no sólo por su trabajo, sino también por su familia. Cuando alguien muestra interés por las cosas que son importantes para nosotros, aumenta nuestra autoestima y los sentimientos de respeto.

5. **Sea puntual**

Demuestra que respetas el tiempo de los demás y desarrolla formas de asegurar que llegará a tiempo cuando diga que lo hará.

6. **Haga lo que dice que hará**

Hasta que no empiece a hacer lo que se ha dicho a usted mismo que haría, tampoco va a poder cumplir su palabra con los demás.

7. **Busque la opinión de otra persona**

La próxima vez que se quede perplejo mientras trabajas en un proyecto, pida la opinión de otra persona. Esto demuestra a esa persona que valora su experiencia lo suficiente como para confiar en ella cuando necesita ayuda.

8. **Reconozca el mérito cuando corresponda**

Todo líder respetuoso sabe que es fundamental dar crédito al personal cuando se realiza un buen trabajo.

9. **Recomendar a alguien**

Recomiende a alguien para un ascenso, un proyecto, un premio o un nuevo puesto. Recomendar a alguien ayudará a formar un vínculo de respeto mutuo.

10. **Dar un reconocimiento público**

El mejor tipo de reconocimiento público suele ser el elogio inesperado que un supervisor o colega hace delante de los demás.

CONCLUSIÓN

El respeto, la buena comunicación y la confianza pueden ser difíciles de cuantificar completamente a veces, a diferencia de ciertas estadísticas de seguridad como los casi accidentes o las lesiones registrables. Una plantilla que muestra estos atributos positivos tiene más probabilidades de disfrutar en el trabajo que sus homólogos que trabajan en un lugar que no experimenta el mismo tipo de entorno laboral.