



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____

Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 487: Manteniendo Una Actitud Positiva

Introducción: La energía cerebral que utilizamos como conciencia es tan solo el 6 por ciento total de nuestra capacidad total cerebral. Esta cifra puede llegar al 17 por ciento cuando tome en cuenta lo que ocurre dentro del cerebro subconscientemente. Discipline su mente y su cerebro para utilizar la energía de una manera positiva y efectiva mientras que este en el trabajo. Lo siguiente son iniciativas que debe tomar para ser exitoso.

- **Accede a los requisitos de documentación del entrenamiento de seguridad de OSHA** para su vida y el trabajo. Su propia definición de éxito es la clave para su éxito. No dependa de otros. Usted es el responsable de su vida y su trabajo. Su propia definición de éxito es la clave para su éxito. No dependa de otros. Usted es el responsable de su vida y su trabajo.
- **Manténgase ocupado** y concentrado en la tarea a mano.
- **Póngase en contacto** con la emoción de ganar. Acepte los retos y desarrolle un fuego competitivo. Alcance hasta el mas profundo de su ser y saque todos sus recursos para ganar.
- **Comparta su punto de vista** positivo sobre la vida con sus compañeros de trabajo y olvídense de las palabras e pensamientos negativos.
- **Cuando** se encuentre con conflictos y retos con sus compañeros de trabajo, no lo tome personal. Calmadamente y pacientemente involucre a la persona que causa el problema, racionalmente platique del problema, no de las culpas de su compañero de trabajo.
- **Los empleados** cuales están en un ambiente de trabajo con más fáciles de mantener una actitud positiva, que aquellos quienes constantemente se quejan.
- **Debe expresar su gratitud** a los compañeros de trabajo que hacen un buen trabajo.
- **No se encierre** dentro de su propia zona de confort. Sea flexible y adaptable. No sea rígido de lo que puede realizar. Sea curioso, optimista y listo para aprender de los errores de los otros y las buenas y las malas.
- **Mantenga** un buen sentido del humor. El humor es una gran herramienta para lidiar con los problemas y las buenas y las malas.
- **No solo** le diga a la gente que lo respeta, respátese usted. Así le demuestra a la gente que respeta lo que hacen, y eso multiplica el respeto que usted recibe.
- **Refleje** el comportamiento de los modelos positivos de su vida.
- **Siempre es** mejor enfocarse en la solución, que en describir el problema.
- **No se apure** por las cosas pequeñas. No tome más de lo que pueda aguantar. Pida ayuda.
- **Escoja** al mentor correcto.
- **El Compasión** se puede demostrar en el trabajo con palabras, acciones, y hasta con pensamientos. Intente ponerse en el lugar de la otra persona. Recuerde, no tiene idea por lo que están pasando los demás.
- **Piense** en su trabajo como si fuera su propia empresa. ¿Como se puede mejorar el desarrollo o la entrega de su producto, o servicio?
- **Los líderes** toman 100 por ciento de la responsabilidad no solo por sus propias acciones, pero también por las de sus compañeros de trabajo.
- **Busque** el consejo de la persona más eficiente que conozca, solicite su consejo. Es mejor dos cabezas que una.
- **Su próxima buena idea** puede estar tan cerca como el siguiente libro que lea. Tome inspiración de las fuentes positivas.
- **Acepte el cambio.** Piense afuera de la caja. Busque un mejor modo de hacerlo. Comprométase a mantener una mente abierta.
- **La vida es** 10% de lo que me pasa, y 90% en como reacciono.
- **Entienda** sus virtudes y defectos. Trabaje en las áreas de su vida cuales son una debilidad, pero no piense demasiado en sus defectos. Utilice sus virtudes a su máximo, y desarrolle sus virtudes dentro de su trabajo.



Conclusión: Manteniendo una actitud positiva puede conseguirse a través de adaptación, orientación, y pasión por el trabajo en el que esta involucrado. Manteniendo una actitud positiva es clave para el éxito en el trabajo.

Revisión del Sitio

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____
 Violaciones de Seguridad del Personal: _____

Firma de Empleado: _____ (Mi firma atestiguo que he leído y comprendido el contenido de y conformidad a acatar con todas las políticas y regulaciones de seguridad, y que he aceptado cualquier lesión o enfermedad relacionada con el trabajo)

Firma de Forman/Supervisor: _____
 Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.