

Prevención

¿Hacemos un trato?
¿Nos tratamos bien?

- Refuerza las relaciones interpersonales, relaciónate, apóyate en otros compañeros. Te ayudará a obtener retroalimentación sobre tu desempeño (refuerzo, o consejo en caso necesario) y a superar los momentos de mayor carga de trabajo.

Por tanto, **colabora, escucha y respeta:**



Elige las buenas "formas"

Habla sin
ofender

Escucha sin
interrumpir

El desempeño organizacional en climas de buen trato promueve la salud emocional de todos los trabajadores. Además amortigua las consecuencias y el daño en épocas de mayor tensión, y protege las relaciones laborales evitando que el desgaste de las interacciones diarias se instaure.

De ti también depende



¿Sabías que?

Diferentes estudios revelan que mantener unas relaciones de trabajo cordiales contribuyen a aumentar nuestra percepción de felicidad en el trabajo. Los factores emocionales y relacionales juegan un importante papel en la mejora de la calidad de vida laboral de todos nosotros.

Las relaciones entre **todas las personas** que forman parte de una **organización** deben partir siempre del **respeto** escrupuloso a la dignidad de las personas. Tratarse unos a otros de forma respetuosa, profesional y amable, propicia un entorno de trabajo más agradable y gratificante.



Cuidar los modales entre compañeros es fundamental y no es incompatible con la rigurosidad del trabajo bien hecho, ni ha de estar reñido con las funciones de mando propias del nivel jerárquico que cada uno ocupe dentro de la empresa.

Todos y cada uno de nosotros **contribuimos** a crear el **ambiente** de trabajo que **tenemos**. Todos tenemos una cuota de responsabilidad, desde la Dirección pasando por todos los departamentos de la empresa.

En consecuencia, es fundamental mantener un buen ambiente laboral en **beneficio** y para el **bienestar** de todos.

Por ello, te “propongo un trato”:

- Ten presente lo que  NOS GUSTA a todos:

Saluda. Sé amable. Escucha. Sonríe. Por favor.
Gracias. Colabora. Felicita. Ofrece disculpas.
Acepta las diferencias...

En definitiva **CONVIVE**.

- Respeta otros puntos de vista y expresa tus posibles desacuerdos de manera constructiva. Evita confundir la retroalimentación útil con el ataque personal.
- Muestra tu mejor actitud, afectuosa y amable. Sé considerado con todos, evitando las críticas a otros compañeros.
- Ayuda a tus compañeros y préstales tu apoyo cuando lo necesiten, no es suficiente realizar bien tu trabajo a nivel individual; aunando esfuerzos se obtiene mejores resultados.
- Favorece actitudes de cooperación, colaboración y cohesión con otros departamentos y/o áreas de tu empresa, con objeto de conseguir el óptimo desarrollo de tu trabajo y aumentar así tu satisfacción personal.