Herramientas emocionales

Hay **acciones o actitudes** que pueden **inquietar nuestro ambiente laboral.**

Te compartimos algunas recomendaciones para actuar en tres escenarios: **antes, durante y después del conflicto.**

A

ANTES
Tips de inteligencia emocional que te ayudarán a **evitar problemas.**

D

DURANTE
Recomendaciones para saber **cómo enfrentar la situación.**

D

DESPUÉS
Acciones que puedes implementar
a partir de lo aprendido.

HONESTEL
Cuidemos lo nuestro

GRUPO SALINAS
DESDE 1906

HISTORIA DE VIDA

¿Cómo conocer a mi colaborador en su personalidad?

Entender **la personalidad y las cosas que son importantes para tus colaboradores,** te ayudará a crear un ambiente de convivencia sana y facilitará la integración del equipo.

HONESTEL
Cuidemos lo nuestro

GRUPO SALINAS
DESDE 1906

ANTES

- **Pregunta a tus colaboradores con quién viven, cuáles son sus *hobbies* y sus metas.**
  Esto te ayudará a conocer cómo es su vida personal.

- **Observa algunas conductas** de tus colaboradores como: estado de ánimo habitual, interacción con sus compañeros, manejo de la frustración, organización del trabajo, nivel de independencia, capacidad de afrontar retos, relación con figuras de autoridad, aspiraciones laborales, etc.

HONESTEL
Cuidemos lo nuestro

GRUPO SALINAS
DESDE 1906

DURANTE

- **Implementa actividades** para conocer a tus colaboradores (desayunos antes de iniciar, actividades de integración, etc).

- En estas actividades de integración, **evita hablar del trabajo.**

- De manera espontánea, **acércate a un colaborador y pregunta cómo se encuentra.**

HONESTEL
Cuidemos lo nuestro

GRUPO SALINAS
DESDE 1906

DESPUÉS

- Si notas que **algo interfiere con el desempeño de tu colaborador, platica en privado con él** y pregúntale si tiene algún problema o situación que lo inquiete.

- Busca formas de **apoyarlo** y juntos encuentren opciones para mejorar la situación.

- Después de unos días, **pregúntale cómo está y da seguimiento.**

HONESTEL
Cuidemos lo nuestro

GRUPO SALINAS
DESDE 1906