

Lugar de trabajo: \_\_\_\_\_ Instructor: \_\_\_\_\_ Fecha/Hora: \_\_\_\_\_

### Tópico C487: El Mantenimiento De Una Actitud Positiva

**Introducción:** Lo que usamos como una conciencia de energía cerebral es tan poco como el 6 por ciento total de nuestras capacidades cerebrales. Ésta cifra puede subir al 17 por ciento cuando facturas lo que ocurre entre el cerebro subconscientemente. Discipline su mente y cerebro a usar esta energía de una manera positiva y efectiva mientras que este en el trabajo. Lo siguiente son iniciativas para usar en mantener una actitud positiva.

- **Sea fiel** a si mismo cuando este creando una balanza entre la vida y el trabajo. Su propia definición de felicidad debe ser creada por ti mismo.
- **La información** es poder: Así que tómela. Maximiza su influencia. Utilice criterio imparcial y objetivo. Aumente su confianza y reduzca su ansiedad con entrenamiento. Acuértese que el trabajo que hace tendrá un impacto significativo en otros.
- **La clave** para ganar es una de planificar y de conocimiento. Entérese de lo que el resultado deberá ser. Póngase metas agresivas y alce sus expectativas. La confianza cambiara la percepción que todos tienen de ti.
- **Manténgase ocupado** y concentrado en la tarea a mano.
- **Póngase en contacto** con la excitación de ganar. Acepta las retas y desarrolla un fuego competitivo. Alcance hasta el mas profundo de su ser y saque todos sus recursos para ganar.
- **Comparta su punto de vista positivo** en la vida con tus compañeros de trabajo y olvidase de las murmuras e ideas negativas.
- **Cuando** te encuentres con conflictos y retos con tus compañeros de trabajo, no lo tomes personal. Con calma y paciencia involucre a la persona que hace las decisiones y, racionalmente habla del asunto, no de las faltas de su compañero de trabajo.
- **Los empleados**, los cuales se cargan de confianza, la pasan más fácil en mantener una actitud positiva, que aquellos quienes dudan de ellos mismos y de la compañía constantemente.
- **Expresa su gratitud** a otros cuando un trabajo esta bien hecho.
- **No** se encierre dentro de un solo tipo de capacidades, o de una idea dura de lo que puedes hacer. Sea inquisitivo, optimista y listo para intentar cosas nuevas. Espera cambios y las subidas y bajadas.
- **Mantenga** un buen sentido de humor.
- **No solo** le digas a la gente que eres una parte del equipo, enséñales. Le estas enseñando a la gente que tienes respeto por lo que hacen, y eso multiplica el respeto que tienen hacia ti.
- **Refleja** el comportamiento de los modelos positivos de su vida.
- **Siempre es** mejor a enfocarse en la solución, de que describir el problema.
- **No se apure** por las cosas pequeñas. No se tome más de lo que pueda aguantar. Solicite ayuda.
- **Escoge** el mentor correcto.
- **El Compasión** se puede demostrar en la obra con palabras, acciones, y tal vez con pensamientos. Trate de ponerse en el lugar de la otra persona. Acuértese, no tienes ninguna idea por lo que están pasando los otros.
- **Piense** de 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 sus compañeros de trabajo.
- **Busque** el consejo de la persona más eficiente que conozcas, solicite su consejo. Es mejor dos cabezas que una.
- **Su próxima buena idea** pueda estar tan cerca como el siguiente libro que lea. Saque inspiración de las fuentes positivas.
- **Acepte cambio.** Piensa 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 defectuosos, pero no piense demasiado en sus defectos. Use su virtudes a sus máximas, y desarrolle su virtudes entre de su trabajo.

**Conclusión:** El mantenimiento de un actitud positiva se puede conseguir por adaptabilidad, éxito de orientación, y la pasión para el trabajo que se desempeña. El mantenimiento de un actitud positiva es clave para gozar de su trabajo, y viviendo una vida entera.

**Asistencia de Empleado:** (Nombres o firmas de personal presentes en esta reunión)

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Estas pautas no sustituyen las leyes locales, estatales o federales y no deben interpretarse como un sustituto para, o de interpretación legal de, cualquier regulación de OSHA.