

Conexiones más fuertes = cuadrillas más seguras

Las relaciones sólidas nos mantienen alerta: Cuando confiamos los unos en los otros y nos comunicamos bien, tomamos mejores decisiones. Pero si hay tensión, es más fácil pasar algo por alto o tomar una mala decisión.



Por qué es importante

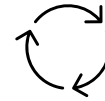
Nuestras relaciones dan forma a cómo enfrentamos cada día.

La tensión en la cuadrilla o la falta de comunicación pueden:

Aumentar el estrés

- Distrarnos de la tarea
- Tensar la dinámica del equipo

Los equipos que se respetan y apoyan mutuamente trabajan de forma más segura e inteligente.



Cómo conectar mejor

1. **Escuchar para comprender:** Concéntrese en oír, no en reaccionar
2. **Mantener la calma y los pies en la tierra:** Si se siente estresado, tómese un momento para relajarse.
3. **Concentrarse en la conexión, no en tener razón:** Pregúntese: ¿Quiero arreglar, entender o solo probar un punto?
4. **Asumir buenas intenciones:** Vea la perspectiva del otro
5. **Saber cuándo hacer una pausa**



← Escanear para tomar acción

Bajo el Sombrero lo pone en contacto con socios de salud mental que le ofrecen herramientas para construir relaciones más sólidas.

Los proveedores de Programas de Asistencia al Empleado (EAP) varían según el país y los paquetes de beneficios individuales. Lea las declaraciones de elegibilidad del EAP indicadas en los materiales de su país en UndertheHat.com.

FIRMAS DE LA CUADRILLA

Proyecto:		Supt:	
Fecha:		Foreman:	

Tema:

Nombres de los miembros de la cuadrilla
