



## Todo es Cuestión de Actitud

Los sentimientos pueden ser fuertes y a veces hasta abrumadores. Pero en nuestro trabajo diario son las actitudes que tenemos las que nos hacen comportarnos y trabajar de la forma en que lo hacemos. Las actitudes pueden ser buenas o malas, seguras o inseguras.

El hecho desafortunado acerca de las **actitudes inseguras en el trabajo** es que aquellos que las tienes tratan de justificarlas con variadas razones y les cuesta aceptar que están equivocados. Es un rasgo humano común que la mayoría de nosotros creemos solamente lo que queremos creer – y lo que queremos creer es siempre lo correcto.

Por otra parte, cuando desarrollamos una **actitud segura en el trabajo** significa que estamos preparados para responder de una forma segura y efectiva a los riesgos implícitos de la tarea y también ante situaciones imprevistas.

### Cómo funcionan las actitudes

Las actitudes no se desarrollan de una forma misteriosa. Su actitud hacia la **prevención de accidentes** en el trabajo es en realidad una mezcla de tres factores:

1. Las respuestas que ha aprendido a situaciones de trabajo
2. Sus hábitos
3. Su “disposición emocional”

Las respuestas aprendidas pueden ser el resultado del **entrenamiento en el trabajo** o de una instrucción formal en una clase. Los hábitos se forman al hacer la misma cosa repetidamente mientras que se evita un comportamiento contradictorio. La “disposición emocional” describe la forma en que se siente acerca de lo que uno hace.

Incluso si nuestra actitud hacia la prevención de accidentes es muy positiva, puede ser bloqueada en situaciones tensas. En general, podemos ser vulnerables a **tres niveles de tensión en el trabajo**:

1. Problemas diarios y ordinarios que generalmente crean un mínimo de estrés, sin una amenaza inmediata a nuestro estado de seguridad- si seguimos los procedimientos de prevención de accidentes que ya hemos aprendido.
2. Trastornos o perturbaciones emocionales temporales, causados por conflictos personales o cualquiera otra frustración, que crean un clima emocional en el que es difícil que sobreviva una actitud de seguridad a no ser que esa actitud esté bien arraigada.
3. Los estados de pánico que hacen que una persona se olvide completamente de sus actitudes, cuando normalmente debería regirse por ellas.

Naturalmente, si ustedes saben por adelantado la forma segura de responder a cualquier contingencia en el trabajo, tendrán menos posibilidades de actuar de una forma que amenaza su estado de seguridad y la seguridad de otros. No se olviden que la incertidumbre conduce al miedo, el miedo conduce a la ansiedad, y la ansiedad reduce el estado de atención total que hay que prestar a un trabajo. Esto, por su parte, produce accidentes.

### Un cambio de actitud

Por lo tanto, es vital que observen consistentemente todas las normas de desempeño y prevención de accidentes que han sido creadas para su propia protección en el trabajo. Ustedes no pueden cambiar emociones, aunque pueden aprender a



# Informativo de Seguridad

N° 8 - Agosto 2016

---

reconocerlas y mantenerlas bajo control. Las actitudes por otra parte, sí pueden ser cambiadas. A veces no es fácil, pero es posible si uno se esfuerza.

Un cambio en actitud tiene que comenzar con un autoanálisis honesto. Usted tiene que convencerse que es posible que no tenga razón en todas las circunstancias. Acto seguido tiene que recoger y examinar diferentes puntos de vista y compararlos con los suyos propios. Debe obtener los hechos reales, porque una actitud insegura está basada con frecuencia en una información incorrecta. Tomemos por ejemplo la oposición de algunos trabajadores a llevar el casco de protección cuando es necesario. Si todos entendieran con claridad la forma en que un casco les puede salvar la vida en algunas circunstancias imprevisibles, todos se los podrían en todas las circunstancias.

Si, por el contrario, algunos trabajadores no quisieran oír todos los hechos, tendrían que tomar una decisión basada en una información incompleta. Para poder trabajar bajo la mayor protección, es necesario aprender lo más posible sobre cómo se producen los accidentes y como se pueden prevenir.

**Una vez formadas, las actitudes son difíciles de cambiar, incluso con argumentos lógicos. Pero pueden ser cambiadas. Lo primero que hay que hacer es preguntarse si una actitud dada puede ser peligrosa para uno mismo o para otras personas.**