

SQ

## Cociente de seguridad - Guía rápida de referencia

| DIMENSIÓN  | LADO IZQUIERDO   | LADO DERECHO   |
|--|--|--|
|  | <b>RETICENTE</b>   | <b>COMPLACIENTE</b>  |
| Grado en el cual una persona <b>sigue las reglas y está abierta volver a capacitarse y al cambio conductual.</b> | <p><b>Critica las reglas y el cambio</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Critica la razón o el propósito detrás de las reglas nuevas y las ya existentes.</li> <li>• Señala las áreas de mejora en los procedimientos de seguridad</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede contravenir las normas de seguridad y los SOP</li> <li>• Puede mostrar resistencia a volver a capacitarse y al cambio de conducta</li> </ul> | <p><b>Acepta las reglas y el cambio</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumple y se atiene a las reglas</li> <li>• Receptivo a volver a capacitarse y al cambio conductual</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede seguir las reglas "ciegamente" cuando estas no son apropiadas</li> <li>• Puede no fallar en notar o señalar las áreas de mejora</li> </ul> |
|  | <b>ANSIOSO</b>   | <b>CALMADO</b>   |
| Grado en el cual una persona <b>experimenta estrés y presión.</b>  | <p><b>Sensible al estrés y la presión</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es rápido en percibir la gravedad o seriedad de una situación</li> <li>• Fuerte sentido de la urgencia</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede experimentar estrés rápidamente en situaciones inesperadas</li> <li>• Puede tener dificultad para pensar clara y racionalmente bajo presión</li> </ul>   | <p><b>Tolera el estrés y la presión</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto umbral para el estrés</li> <li>• Piensa con claridad y racionalmente bajo presión</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede subestimar la gravedad de una situación</li> <li>• Puede faltarle el sentido de la urgencia</li> </ul>   |



| DIMENSIÓN  | LADO IZQUIERDO   | LADO DERECHO  |
|--|--|---|
| <p>Grado en el cual una persona <b>experimenta frustración y enfado.</b></p> | <p style="text-align: center;"><b>IMPACIENTE</b></p> <p><b>Sensible a las frustraciones y los enfados</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es rápido en el abordaje de conductas negativas</li> <li>• Asertivo y honesto</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se puede tomar los problemas del trabajo de forma personal</li> <li>• Se puede molestar fácilmente con los demás</li> <li>• Puede ser percibido como inaccesible</li> </ul> | <p style="text-align: center;"><b>PACIENTE</b></p> <p><b>Tolerante a las frustraciones y enfados</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raramente muestra inquietud hacia los demás</li> <li>• Sereno y accesible</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede ser demasiado tolerante e indulgente</li> <li>• Puede evitar abordar las conductas negativas o agresivas</li> </ul>   |
|  | <p>Grado en el cual una persona <b>busca variedad y estimulación.</b></p>  | <p style="text-align: center;"><b>DISTRAÍDO</b></p> <p><b>Busca variedad y estimulación</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambia el centro de atención fácilmente y se ajusta de los estímulos nuevos</li> <li>• Está cómodo con las situaciones de multitarea o con la atención dividida</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede tener que esforzarse para concentrarse por períodos largos de tiempo</li> <li>• Se puede distraer con facilidad con tareas rutinarias o repetitivas</li> </ul> |



| DIMENSIÓN   | LADO IZQUIERDO   | LADO DERECHO  |
|---|--|---|
|   | IMPULSIVO  | CAUTELOSO   |
| <p>Grado en el cual una persona <b>tiene en cuenta las consecuencias y los riesgos al tomar decisiones.</b></p> | <p><b>Toma de decisiones rápida e instintiva</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rápido al decidir</li> <li>• Toma acción con facilidad</li> <li>• Confiado de sus capacidades</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede subestimar las consecuencias negativas y los riesgos</li> <li>• Puede sobrestimar las capacidades</li> <li>• Puede ser propenso a apresurarse</li> </ul> | <p><b>Toma de reflexiones reflexiva y cuidadosa</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de actuar, evalúa cuidadosamente las consecuencias y los riesgos</li> <li>• Es realista respecto a capacidades y limitaciones</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede ser lento al tomar decisiones</li> <li>• Puede ser dubitativo al tomar acción cuando es necesario</li> <li>• Puede subestimar sus propias capacidades</li> </ul> |
|   | BUSCA EMOCIÓN  | APREHENSIVO   |
| <p>El grado en el cual una persona <b>evita la incertidumbre y el riesgo.</b></p>                               | <p><b>Le entusiasma la incertidumbre y el riesgo</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apto para tareas inherentemente de alto riesgo</li> <li>• Disfruta las experiencias novedosas y poco conocidas</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede tomar riesgos innecesarios</li> <li>• Puede incurrir en conductas peligrosas cuando está inquieto o aburrido</li> </ul>             | <p><b>Evita la incertidumbre y el riesgo</b></p> <p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evita los riesgos innecesarios</li> <li>• Se aleja de situaciones peligrosas</li> </ul> <p><b>DESAFÍOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede tener dificultad para asumir riesgos necesarios o inevitables</li> <li>• Puede evitar las situaciones desconocidas</li> </ul>  |