

SQ

COEFICIENTE DE SEGURIDAD



INFORME DEL PARTICIPANTE
Para Auto Coaching y Auto Conciencia

Kelly Muestra

Personalidad de Seguridad Definida

- Esta sección es un resumen de las características de la personalidad de seguridad del individuo calculadas desde el cuestionario de evaluación.
- Todos tienen características principales de personalidad y tendencias o "ajustes predeterminados" que afectan los comportamientos.
- Puede ser muy difícil cambiar los "ajustes predeterminados", pero podemos reducir el riesgo al incrementar la auto concientización y escoger conscientemente las conductas seguras.

Sus rasgos fundamentales

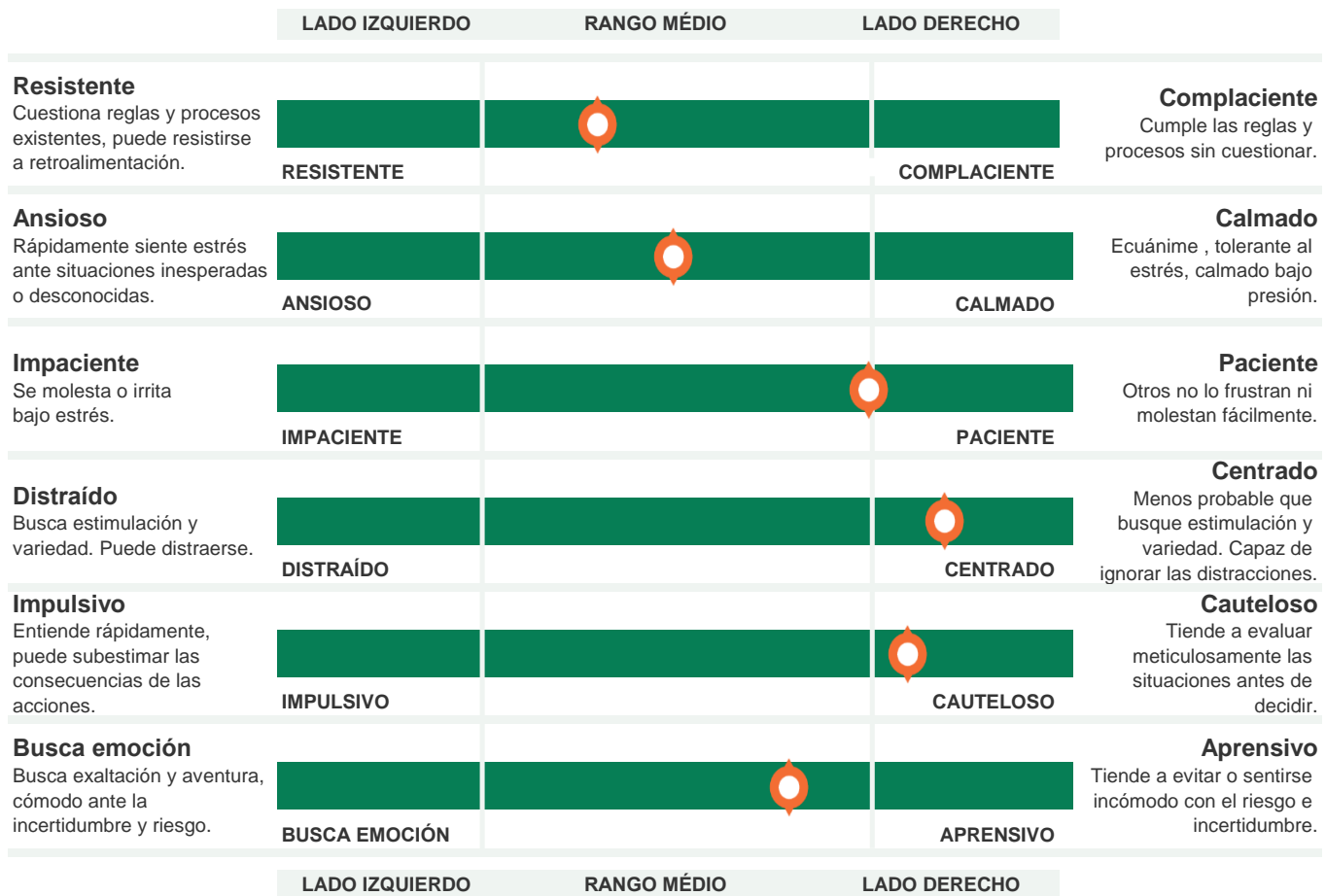
Centrado

Cauteloso

Paciente

Estas son las calificaciones más extremas desde el perfil de personalidad a continuación.

Su Perfil de Personalidad de Seguridad:



El indicador:

Resultados promedio de adultos que trabajan y están en el punto medio de cada dimensión.

Renuncia de responsabilidad:

No podemos predecir la ocurrencia de incidentes específicos, sólo la probabilidad de que la gente se involucre en conductas que incrementen la probabilidad de incidentes. Los resultados de estas evaluaciones siempre deben tomarse en cuenta dentro del contexto de toda la información disponible sobre la persona; no use sólo este factor para tomar decisiones relacionadas con el empleo.

Dimensión 1: Resistente vs. Complaciente

Resistente

Cuestiona reglas y procesos existentes, puede resistirse a retroalimentación.

LADO IZQUIERDO

RANGO MÉDIO

LADO DERECHO



RESISTENTE

COMPLACIENTE

Complaciente

Cumple las reglas y procesos sin cuestionar.

Usted calificó en el RANGO MEDIO.

Esta área mide el cumplimiento de reglas y apertura a nuevas ideas, capacitación y coaching. Quienes califican en el rango medio tienen un nivel promedio de apertura a la capacitación, nuevas ideas, coaching y generalmente aceptan las reglas y procesos vigentes.

Aspectos positivos de su calificación:

- Se siente cómodo con las reglas y procedimientos vigentes
- Respeta las políticas y reglas
- Se siente cómodo al cuestionar cómo se hacen las cosas

Áreas de riesgo y consejos de auto coaching para usted:

- Está bien detenerse y cuestionar las cosas, si lo necesita
- Pregunte a su supervisor si quiere conocer las razones de las reglas
- De sus ideas de mejora a su supervisor, no a sus compañeros de trabajo

Considere Resistente vs. Complaciente y piense cómo le aplica:

<p>Piense en un ejemplo en el que es Resistente vs. Complaciente contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:</p>	<p>Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):</p>
<p><i>Ejemplo: Generalmente, soy escéptico de las reglas y procedimientos nuevos. Me disgustan las nuevas reglas establecidas e ignorarlas al inicio.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Considero que hay razones detrás de los procedimientos establecidos - es por mi seguridad.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Dimensión 2: Ansioso vs. Calmado



Ansioso
Rápidamente siente estrés ante situaciones inesperadas o desconocidas.

Calmado
Ecuánime, tolerante al estrés, calmado bajo presión.

Usted calificó en el RANGO MEDIO.

Esta área mide la capacidad de una persona para manejar el estrés y pensar con claridad bajo presión. Quienes califican en el rango medio generalmente manejan el estrés sin que otros los molesten o irriten.

Aspectos positivos de su calificación:

- Es capaz de ser eficaz bajo niveles normales de estrés
- Puede manejar la presión
- Es receptivo a la retroalimentación y coaching

Áreas de riesgo y consejos de autocoaching para usted:

- Repase la capacitación para confiar en sus capacidades
- Pida a su supervisor le de retroalimentación regular sobre su desempeño
- Recuerde en ver los errores como oportunidades de mejora

Considere **Ansioso vs. Calmado** y piense cómo le aplica:

Piense en un ejemplo en el que es Ansioso vs. Calmado contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:	Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):
<p><i>Ejemplo: Me estreso cuando tengo fechas de entrega. La semana pasada trabajé demasiado rápido y no tuve el cuidado suficiente porque teníamos la fecha de entrega.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Trate de no estresarse fácilmente al concentrarse en el trabajo de alta prioridad - una cosa a la vez.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Dimensión 3: Impaciente vs. Paciente



Usted calificó en el LADO DERECHO.

Esta área mide el nivel de control emocional de la persona y cómo el estrés afecta su relación con otros. Quienes califican en el rango medio generalmente manejan el estrés sin que otros los molesten o irriten.

Aspectos positivos de su calificación:

- Será paciente y comprensivo con otros
- Capaz de controlar sus emociones
- Capaz de manejar el estrés sin irritarse

Áreas de riesgo y consejos de autocoaching para usted:

- Puede manejar el estrés e inconformidad sin irritarse
- Asegúrese de corregir inmediatamente la conducta insegura de otros miembros del equipo
- Puede ser muy paciente, comprensivo y tolerante ante la mala conducta de otros

Considere **Impaciente vs. Paciente** y piense cómo le aplica:

<p>Piense en un ejemplo en el que es Impaciente vs. Paciente contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:</p>	<p>Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):</p>
<p><i>Ejemplo: El mes pasado un trabajador estaba enfadado e insultó al grupo. No hice nada al respecto y finalmente todo el equipo se distrajo.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Debo detener inmediatamente la mala conducta en cuanto la vea y no dejar que continúe.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Dimensión 4: Distráido vs. Centrado



Usted calificó en el LADO DERECHO.

Esta área mide el nivel de concentración de una persona y su necesidad de variedad y estimulación. Quienes califican a la derecha permanecen concentrados y alertas al realizar tareas rutinarias, repetitivas y tediosas.

Aspectos positivos de su calificación:

- Cuenta con un alto nivel de atención y concentración
- Se puede contar que usted se centra en los detalles y calidad
- Puede persistir en tareas repetitivas o rutinarias
- No requiere mucha estimulación ni variedad

Áreas de riesgo y consejos de autocoaching para usted:

- Tome un "descanso" y organícese si se siente abrumado con las tareas múltiples
- Tome tiempo para sentirse cómodo y establezca una nueva rutina cuando tome nuevas tareas
- No se distraiga cuando tenga que romper o cambiar una rutina o proceso establecido

Considere **Distráido vs. Centrado y piense cómo le aplica:**

<p>Piense en un ejemplo en el que es Distráido vs. Centrado contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:</p>	<p>Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):</p>
<p><i>Ejemplo: Me pongo nervioso cuando cambia mi rutina. Me lleva varios días acostumbrarme cuando hay un cambio en la rutina.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Necesito recordarme que siempre habrá cambio y darme tiempo para adaptarme.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>



Dimensión 5: Impulsivo vs. Cauteloso

Impulsivo

Entiende rápidamente, puede subestimar las consecuencias de las acciones.

LADO IZQUIERDO

RANGO MÉDIO

LADO DERECHO



IMPULSIVO

CAUTELOSO

Cauteloso

Tiende a evaluar meticulosamente las situaciones antes de decidir.

Usted calificó en el LADO DERECHO.

Esta área mide el nivel de precaución de la persona al decidir. Quienes califican a la derecha tienden a evaluar cuidadosamente sus decisiones antes de actuar.

Aspectos positivos de su calificación:

- Tiende a pensar las cosas antes de actuar
- Es bueno para considerar la posibles consecuencias negativas de las acciones
- No es probable que corra riesgos innecesarios

Áreas de riesgo y consejos de autocoaching para usted:

- Puede dudar en tomar acción en situaciones inusuales
- Puede ser más lento que los demás al decidir
- Tal vez se le perciba como demasiado cuidadoso o precavido

Considere Impulsivo vs. Cauteloso y piense cómo le aplica:

Piense en un ejemplo en el que es Impulsivo vs. Cauteloso contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:	Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):
<p><i>Ejemplo: Me lleva mucho tiempo decidir. La semana pasada me sentí apresurado cuando planeábamos una tarea y tomé algunas malas decisiones.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Recibo información de otros cuando necesito decidir, especialmente si tengo poco tiempo.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>



Dimensión 6: Busca emoción vs. Aprensivo



Usted calificó en el RANGO MEDIO.

Esta área mide el nivel de búsqueda de emoción. Quienes califican en el rango medio tienen un nivel promedio de búsqueda de emoción y generalmente no les gusta la incertidumbre ni correr riesgos.

Aspectos positivos de su calificación:

- Está abierto a intentar nuevas maneras de terminar las tareas
- No es probable que tema correr riesgos razonables
- Puede identificar riesgos que se pueden evitar

Áreas de riesgo y consejos de autocoaching para usted:

- Le ayudaría depender en otros miembros del equipo para identificar riesgos innecesarios
- Tal vez no reconozca cuando los riesgos no deben tolerarse
- Puede aburrirse o inquietarse con tareas que ya domina

Considere **Busca emoción vs. Aprensivo** y piense cómo le aplica:

Piense en un ejemplo en el que es Busca emoción vs. Aprensivo contribuyó a una conducta insegura. Describa a continuación:	Lo que puede hacer para mejorar su Seguridad - Comportamiento relacionados con esta área (Complete con sus ideas a continuación):
<p><i>Ejemplo: La semana pasada tuve que hacer trabajo en alturas y me molestó. Pienso en todo lo que podría salir mal y no me pude concentrar ni hacer un buen trabajo.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p><i>Ejemplo: Si una tarea riesgosa es incómoda para mi, le pido a mi supervisor que cambie mis tareas con otro trabajador.</i></p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>



Creación de sus pasos de acción para estar más seguro en el trabajo

- Su Plan de Acción AutoSeguro le permite proporcionar detalles sobre dos conductas de seguridad en las que se centrará para mejorar su seguridad personal y la de otros.
- El Plan de Acción AutoSEGURO lo llevará de mano para entender porque se presentó la acción riesgosa y cómo crear un ambiente seguro para usted y todos en el futuro.

Su Primer Ejemplo:

Proporcione un ejemplo específico de una conducta o acción de su experiencia que fuera un riesgo para usted y/u otros. El ejemplo puede ser de la Parte B u otra experiencia como un medio o incidente de primeros auxilios.

1. Describa lo que está pensando y sintiendo en este momento.

2. Describa lo que desencadenó su conducta o qué sucedió para que actuara de esta manera.

3. Describa las consecuencias potenciales. ¿Quién fue afectado? ¿Quién más podría salir impactado?

4. ¿Cuáles son sus metas de mejora? ¿Cuál es el resultado que se compromete alcanzar?

5. ¿Cuáles son algunas dificultades que podría enfrentar al tratar de mejorar?

6. ¿Qué puede hacer para minimizar estas dificultades?

7. ¿Cuáles son los beneficios de mejoría para usted y otros?



Creación de sus pasos de acción para estar más seguro en el trabajo

Su Segundo Ejemplo:

Proporcione un ejemplo específico de una conducta o acción de su experiencia que fuera un riesgo para usted y/u otros. El ejemplo puede ser de la Parte B u otra experiencia como un medio o incidente de primeros auxilios.

1. Describa lo que está pensando y sintiendo en este momento.

2. Describa lo que desencadenó su conducta o qué sucedió para que actuara de esta manera.

3. Describa las consecuencias potenciales. ¿Quién fue afectado? ¿Quién más podría salir impactado?

4. ¿Cuáles son sus metas de mejora? ¿Cuál es el resultado que se compromete alcanzar?

5. ¿Cuáles son algunas dificultades que podría enfrentar al tratar de mejorar?

6. ¿Qué puede hacer para minimizar estas dificultades?

7. ¿Cuáles son los beneficios de mejoría para usted y otros?



1. Reconozco que mis prioridades número uno al tiempo que trabajo a nombre de esta compañía son:

- Mi seguridad personal y el bienestar de las personas para quienes y con quien trabajo
- Protección del medio ambiente
- Cumplimiento de todas las reglamentaciones de seguridad aplicable

2. Me comprometo a los pasos de la Parte C: Desarrollo de Sus Pasos de Acción para mejorar mi seguridad personal y la de otros.

Conducta 1:

Conducta 2:

3. Acuerdo proporcionar actualizaciones del avance a mis supervisores en todas las revisiones futuras que incluirán:

- a. Informes de avance versus mis metas para mejorar las dos conductas de seguridad que describí en la Parte C: Desarrollo de Sus Pasos de Acción.
- b. Cualquier desafío que enfrentó al cumplir con mis metas de mejora y lo que hago para abordarlos.
- c. Cualquier incidente de conducta de riesgo en la que me he involucrado.
- d. Ayuda que necesito para cumplir mis metas de mejora.

(Su Nombre)

(Nombre del Supervisor)

(Su Firma)

(Firma del Supervisor)

(Fecha)

(Fecha)

SQ™ DEFINIDO

SQ es una herramienta de evaluación que mide factores clave de personalidad relacionados con resultados de seguridad en el lugar de trabajo.

AUTO CONCIENCIA DE SEGURIDAD

Autoconciencia de seguridad es el proceso de entender y reconocer cómo los pensamientos, sentimientos y conductas del empleado afectan los resultados de seguridad.

