



Competencias que Cubren:

### Categorías de Competencias Primarias:

• **Manejo del Estrés—**

Diferenciar entre el estrés positivo y negativo. Mantener el equilibrio entre las actitudes y el comportamiento

• **Conciencia Externa—**

Mirar las cosas desde múltiples puntos de vista. Ser consciente de cómo afectan nuestros actos a los demás. Además, tener en cuenta de cómo estas cuestiones afectan a las áreas responsables.

• **Habilidades Interpersonales—**

Mostrar una capacidad consistente para construir sólidas relaciones de confianza y respeto dentro y fuera de la organización.

### Categorías de Competencias Relacionadas:

• **Actitud—**

Mostrar una capacidad consistente para construir sólidas relaciones de confianza y respeto dentro y fuera de la organización.

• **Adaptación—**

Demostrar flexibilidad ante los cambios. Responder a las situaciones difíciles manteniendo una actitud positiva.

## Mantener una Actitud Positiva en Situación de Despidos

### RESUMEN

Este módulo proporciona información detallada sobre cómo es el clima laboral cuando hay despidos y la forma en que impacta al resto del grupo. Se aplican las herramientas y consejos para mantener una actitud positiva y se centra en situaciones que se pueden controlar, y así aumentar la productividad.

### CONTEXTO

Los empleados que han sido testigos de los despidos de sus colegas y amigos, y los que por temor a ser el próximo, que busca ayudar a como cambia su mundo.

Matt Steinkamp, vicepresidente de los servicios del programa de ayuda al empleo en el medio oeste Soluciones PEA en St. Cloud, ha encontrado que las personas que quedan después de los despidos suelen experimentar los siguientes cuatro emociones que tienen que hacer frente a antes de que puedan seguir adelante: que el ISN situación t'ira justa, en su compañía, la culpa y el temor de que será el próximo. La gente necesita ayuda para aprender a lidiar con estas emociones para que puedan contribuir a la organización, la paz la experiencia de la mente en sus puestos de trabajo, y la esperanza para el futuro.

---

Al completar este módulo los participantes podrán:

- Poder entender como impactan emocionalmente estas acciones.
- Aplicar consejos para reducir el estrés, estar enfocados y positivo.
- Tome las riendas del futuro haciendo más con menos.