

Comunidad Nacional de Conocimiento:

De habilidades humanas para la
seguridad y salud en el trabajo

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

Comunidad Nacional de Conocimiento de:

**Habilidades Humanas para la
Seguridad y Salud en el Trabajo**



DEL AUTOCUIDADO AL CUIDADO DE SÍ: CUIDADO Y GOBIERNO DE SÍ PARA LA SST.



Experto líder

*De la comunidad, habilidades humanas
para la seguridad y salud en el trabajo*

Diego Fernando Hurtado Guzmán

Correo: diegohurtadoguzman@gmail.com

elartedetrabajarfeliz@gmail.com

EVALUÉMONOS



Ruta de conocimiento

01

EL TRIUNFO DE LA RAZÓN - EL USO DE LA RAZÓN PARA BALANCEAR NUESTRAS EMOCIONES

02

ATIENDE A LA NATURALEZA Y GESTIONA BIEN LA SST - GESTIONAR LA SST DESDE LA COMPRESIÓN DE NUESTRA NATURALEZA

03

GESTIÓN DE LA REFORMA DEL ENTENDIMIENTO - LA REFORMA DEL ENTENDIMIENTO ACERCA DE LA SST

04

DEL AUTOCUIDADO AL CUIDADO DE SÍ - CUIDADO Y GOBIERNO DE SÍ PARA LA SST

05

VIRTUDES PARA LA SST - LAS VIRTUDES NECESARIAS PARA GESTIONAR LA SST

06

HISTORIA DE LA SST - LA HISTORIA LABORAL, EL TAYLORISMO Y MECANICISMO LABORAL

07

ESTOICISMO LABORAL - PRINCIPIOS DEL ESTOICISMO PARA LA GESTIÓN DE LA SST

08

GESTIÓN DEL LENGUAJE CORPORATIVO - EL LENGUAJE COMO UNIVERSO DEL TRABAJADOR

09

CAPACIDADES HUMANAS EN LA SST - GESTIÓN DE LAS CAPACIDADES HUMANAS

10

GESTIÓN DE LA ÉTICA COMO OBJETIVO MISIONAL - DE LA MORAL LABORAL A LA ÉTICA ORGANIZACIONAL

11

LIDERAZGO: LA NUEVA DIPLOMACIA COMO OBJETIVO LABORAL - LA DIPLOMACIA Y EL LIDERAZGO LABORAL PARA LA SST

12

LA EXCELENCIA EN SST - EL NUEVO TRABAJADOR, EL NUEVO LÍDER Y LA NUEVA ORGANIZACIÓN DE LA SST

“ La educación es el arma más poderosa que puede usar para cambiar el mundo. ”

Nelson Mandela



Tabla de contenidos



Del
autocuidado al
cuidado de sí

Momento 1



Gobierno de sí

Momento 2



Estrategias para
gestionar el
cuidado y gobierno
de sí

Momento 3

Objetivo general

Ofrecer a nuestros responsables de SST de las empresas afiliadas a la ARL Positiva, conocimientos específicos acerca de la importancia del cuidado de sí por parte de los líderes y trabajadores, con el fin de que éstos puedan gozar del gobierno de sí mismos.

El cuidado de sí sólo es posible en medio de seres humanos libres...

Rosita Daza de Caballero

¿Será que estamos gestionando la SST desde el autocuidado y no desde el cuidado de sí?



1. Del autocuidado al cuidado de sí.



Autocuidado

- ✓ El autocuidado es definido por la OMS como "la capacidad de individuos, familias y comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y hacer frente a las enfermedades y discapacidad con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica".
- ✓ El autocuidado es una decisión.
- ✓ Exige esfuerzo.

El autocuidado



Está presente siempre y cuando nuestras emociones lo permitan.

<https://docentesenlinea.udec.cl/wp-content/uploads/2020/10/featured-herramientas-de-autocuidado-docente-en-el-contexto-laboral.jpg>



¿Qué es el cuidado de sí?

- El oráculo de Delfos: “Conócete a ti mismo”.
- Sócrates: No hay nada más importante que cuidar de sí mismos.
- Requiere el ejercicio continuo de la libertad.
- El cuidado de sí sólo es posible en medio de ciudadanos libres...

Libres de sus emociones...

El cuidado de sí establece una relación de dominio de nosotros mismos...

¿Por qué los trabajadores se quitan sus EPP?

2. El gobierno de sí

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



El Gobierno de sí

- ✓ Nuestra naturaleza está diseñada para gobernar a los demás, pero no para gobernarnos a nosotros mismos.
- ✓ Para **gobernar a los demás** primero debemos:
 - Conocerse a sí mismo.
 - Cuidar de sí mismo.
 - Gobernarse a sí mismo.



<https://assets.elbibliotecologo.com/media/4156/319vCtd1962FAEVd96kzIR6AS6znfz-metaR2VvcmdllEYulEtIbm5hbiAoNTcpLnBuZw==-.png>

- ✓ Sócrates y Alcibíades.
- ✓ Gobernarnos a nosotros mismos es gobernar nuestras emociones más primitivas.
- ✓ Gobernarse a sí mismo requiere de una gran voluntad y entrenamiento.
- ✓ Solo se gobiernan a sí mismos quienes se perfeccionan como humanos.
- ✓ *Parrhesía* griega.

¿Cuántos trabajadores cercanos se gobiernan a sí mismos?

Claves para saber que un líder o trabajador se cuida y gobierna a sí mismo

- ✓ Cuando un líder escucha más de lo que habla.
- ✓ Cuando piensa mucho antes de hablar.
- ✓ Cuando nadie lo ha humillado.
- ✓ Sabe que tiene limitaciones.
- ✓ Escribe, lee, come, se viste correctamente.
- ✓ Cuando no habla mal de nadie.
- ✓ Cuando fundamenta su actuar en su razonamiento.



3. Estrategias para gestionar el cuidado y gobierno de sí.



Transformemos el autocuidado en acciones de cuidado de sí.



- ✓ Modifiquemos nuestros procesos educativos tendientes no solo a explicar de la importancia del EPP, sino enseñemos a moldear y a soportar las emociones (el calor, la humedad, el discomfort, etc).
- ✓ Realizar actividades lúdicas tendientes a valorar la resistencia ante las emociones.
- ✓ Previsualización negativa estoica.

Transformemos el autocuidado en acciones de cuidado de sí.



- ✓ Buscar activamente a los más humanos en la organización y ponerlos en esas actividades críticas: Ellos no se quitarán el EPP.
- ✓ Capacitar a los más humanos para que sean formador de formadores.
- ✓ Crear una cultura de cuidado y gobierno de sí en la empresa.
- ✓ Fomentar la *parrhesía* Griega. Estimular el decir la verdad en los equipos de trabajo sin el temor de ser despedidos.

Ya teniendo claro lo que es cuidado de sí y gobierno de sí, comenzamos a comprender que, en la actualidad, en el día a día, no gestionamos la SST desde estas premisas. Considero que éstas pueden ser razones para entender por qué se nos siguen accidentando y enfermando tantos trabajadores en el País.

Diego Hurtado.

BIBLIOGRAFIA

- ❖ Foucault, Michel. La hermenéutica del sujeto. Fondo de cultura económica.
- ❖ Foucault, Michel. El gobierno de sí y de los otros . Fondo de cultura económica.
- ❖ Cardona, Suarez, Luis Fernando. Filosofía Y Dolor. Hacia La Autocomprensión De Lo Humano. Editorial Universidad Javeriana.
- ❖ Platón. La apología de Socrates. Gredos.

EVALUÉMONOS



PREGUNTAS

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Disponemos para ti los
canales de atención del:

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Educación virtual
+1.000 cursos virtuales y
Curso obligatorio cumplimiento

educavirtual@positiva.gov.co



**Educación presencial y
talleres web**
Congresos Nacionales

Positiva.educa@positiva.gov.co

Todo lo tienes con Positiva

Entra aquí, y descubre lo

<https://posipedia.com.co/>



Presentaciones
Técnicas



Juegos
Digitales



Ludo
Prevención

Positiva siempre contigo

La magia comienza aquí

<https://posipedia.com.co/>



Audios



Videos



Mailings

