

# PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

## Comunidad Nacional de Gestión del Conocimiento en:

# RESILIENCIA ORGANIZACIONAL

El cuidado de sí  
suma a tu vida



# Sesión 3: Desarrollo de habilidades personales para mejorar la resiliencia

## Experto Líder: Diego Hurtado Guzmán

### Perfil Profesional:

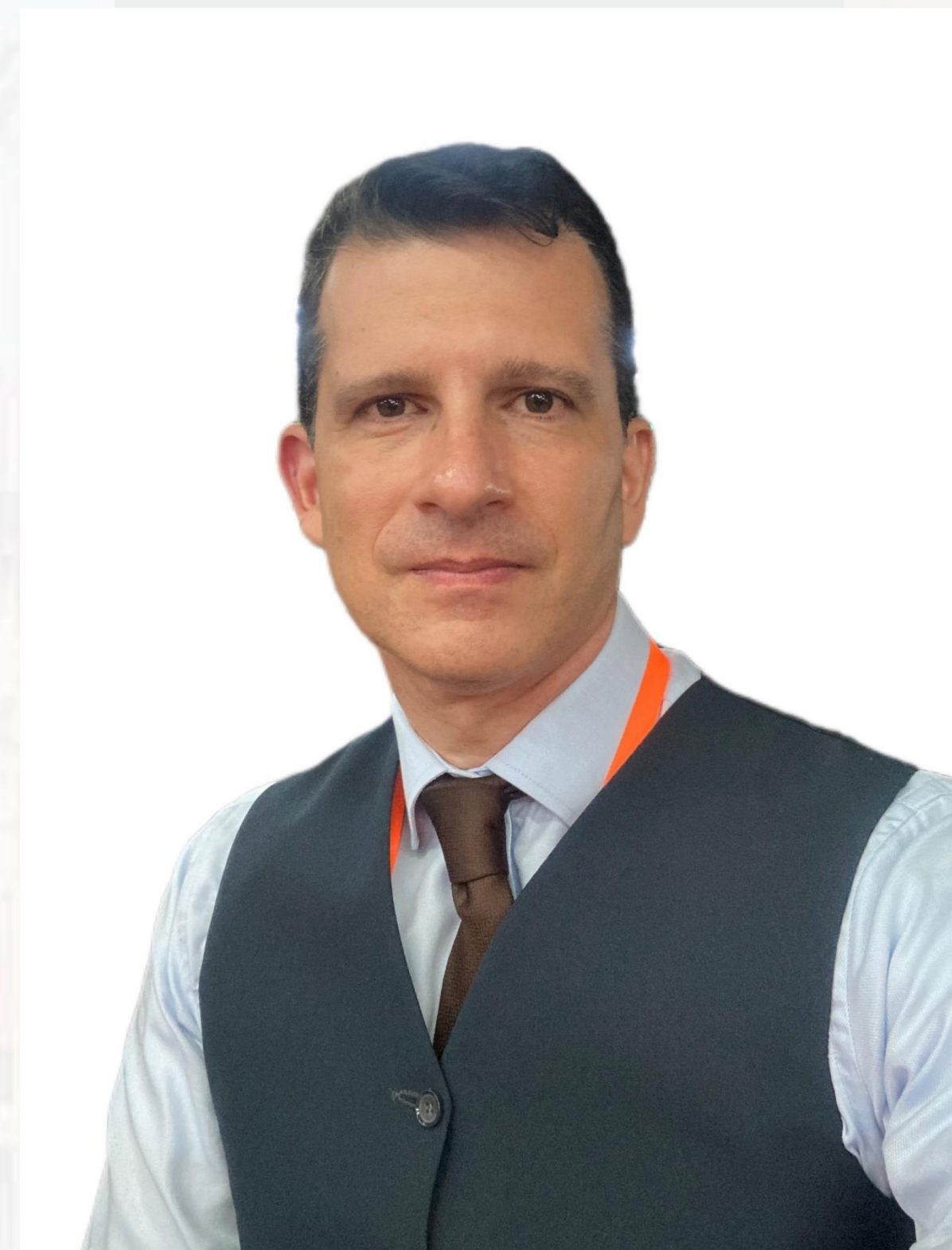
Médico de la UPB; Especialista en Gerencia de la salud ocupacional; Magíster en Bioética. Mentor en humanización del ser y del trabajo. Docente de cátedra en SST; Miembro SCMT Antioquia.



[elartedetrabajarfeliz@gmail.com](mailto:elartedetrabajarfeliz@gmail.com)



Instagram: el arte de trabajar feliz.



## COMUNIDAD NACIONAL DE GESTIÓN DEL CONOCIMIENTO EN: **RESILIENCIA ORGANIZACIONAL**



### **Diego Hurtado Guzmán**

Médico, Especialista en gerencia de la salud ocupacional; Magíster en Bioética. Consultor en humanización en el trabajo.



7



TEMA 7  
HERRAMIENTAS  
TECNOLÓGICAS  
PARA APOYAR LA  
RESILIENCIA EN EL  
TRABAJO

8



TEMA 8  
LIDERAZGO  
RESILIENTE:  
ESTRATEGIAS  
PARA MOTIVAR  
Y GUIAR  
EQUIPOS

9



TEMA 9  
EVALUACIÓN DE  
RIESGOS  
PSICOSOCIALES EN  
EL AMBIENTE  
LABORAL

10



TEMA 10  
PROGRAMAS  
DE BIENESTAR  
INTEGRAL.

11



TEMA 11  
ADAPTABILIDAD  
ORGANIZACIONAL:  
APRENDIZAJE  
CONTINUO Y  
MEJORA

12



TEMA 12  
ESTUDIOS DE  
CASOS EXITOSOS  
EN RESILIENCIA  
ORGANIZACIONAL:  
LECCIONES  
APRENDIDAS.

13



TEMA 13  
LIDERAZGO  
RESILIENTE:  
ESTRATEGIAS  
PARA GUIAR  
EQUIPOS EN  
TIEMPOS DE  
CRISIS.

14



TEMA 14  
RESPONSABILIDAD  
SOCIAL  
EMPRESARIAL Y SU  
PAPEL EN LA  
RESILIENCIA  
ORGANIZACIONAL

15



TEMA 15  
ÉTICA EN EL  
TRABAJO:  
CONSTRUYENDO  
ORGANIZACIONES  
RESILIENTES Y  
SOSTENIBLES.

# Evaluémonos

---



En la capacidad de adaptarnos y crecer frente a los desafíos, encontramos la verdadera fortaleza que impulsa a nuestras organizaciones hacia el éxito. Cada habilidad personal que desarrollamos no solo nos fortalece individualmente, sino que también construye la resiliencia colectiva que necesitamos para prosperar juntos.

Diego Hurtado Guzmán





# Objetivo general

Nuestro objetivo es ofrecer a los responsables del SG-SST de las empresas afiliadas a Positiva, las habilidades personales necesarias para mejorar la resiliencia organizacional, con el fin de tomar las mejores decisiones.



# Entremos en materia:

A continuación, presentaré las habilidades más relevantes para la resiliencia organizacional para la SST.



# Pero antes, debemos tener en cuenta que:

En nuestro mundo todo está diseñado para darle gusto primero a nuestras emociones, a no ser éticos, no ser colaborativos, no ser justos, y donde el egoismo impera en nuestro día a día.



# Adaptabilidad:

La capacidad de ajustarse a nuevas condiciones y cambios es vital. Esto incluye:

- **Flexibilidad Mental:** Ser capaz de considerar múltiples perspectivas y soluciones.
- **Innovación:** Fomentar la creatividad y la disposición a probar nuevas ideas.



## Comunicación Efectiva:

Una comunicación clara y abierta es esencial para la coordinación y la colaboración. Debe incluir:

- **Escucha Activa:** Prestar atención a las preocupaciones y sugerencias de los compañeros de trabajo.
- **Claridad y Transparencia:** Transmitir información de manera clara y accesible.



# Gestión del Estrés:

**Saber manejar el estrés personal y profesional es fundamental para mantener el rendimiento y la salud mental.**

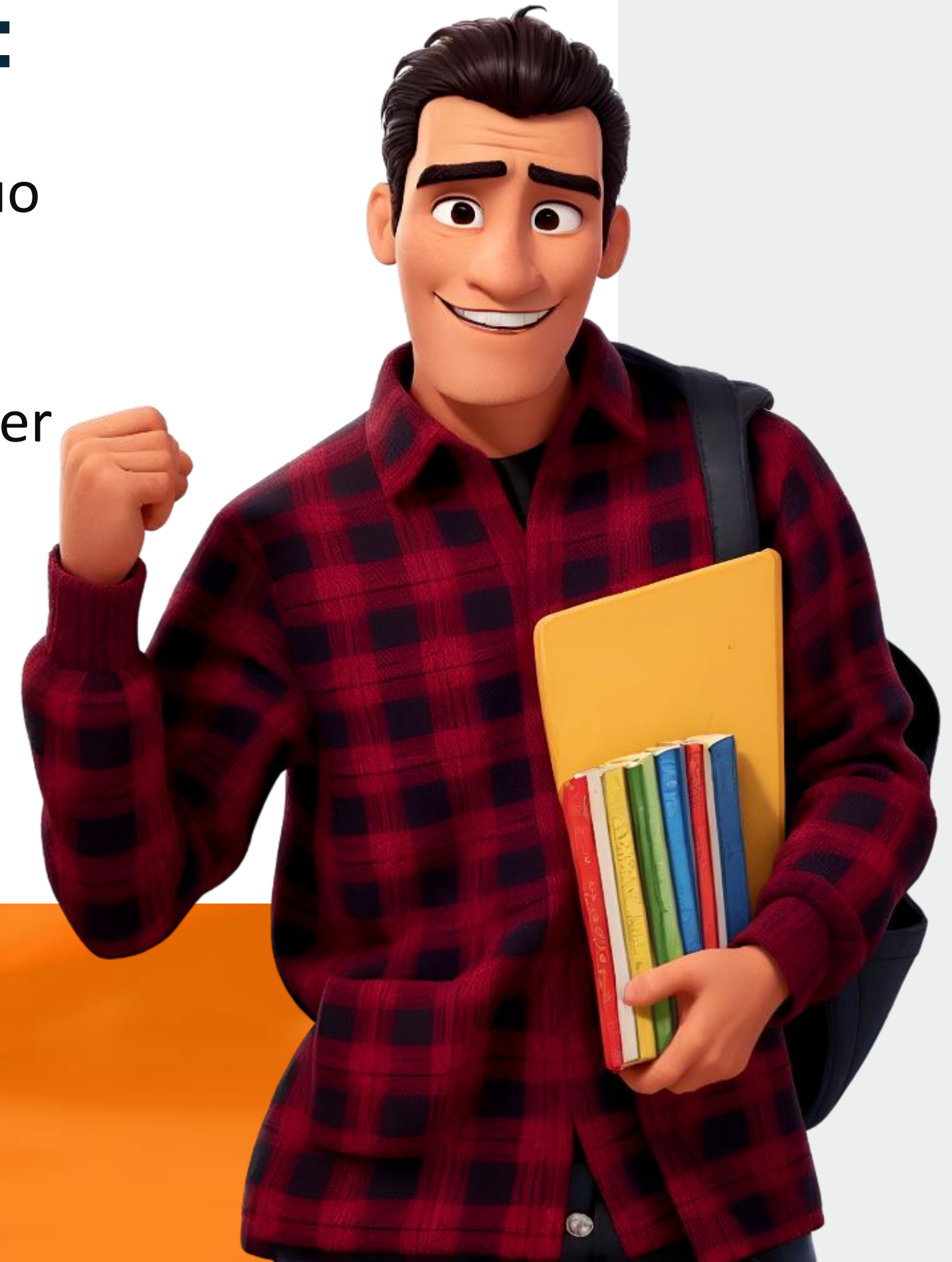
- **Técnicas de Relajación:** Prácticas como la meditación, el yoga o la respiración profunda.
- **Equilibrio entre Trabajo y Vida Personal:** Establecer límites claros y tomar descansos adecuados.



## Mentalidad de crecimiento:

Fomentar una actitud positiva hacia el aprendizaje continuo y el desarrollo personal.

- **Aprendizaje Continuo:** Buscar oportunidades para aprender y mejorar.
- **Aceptación de los Errores:** Ver los fracasos como oportunidades para aprender y crecer.



# Trabajo en equipo y colaboración:

Capacidad de trabajar bien con otros y contribuir al éxito del equipo.

- **Empatía:** Comprender y respetar las perspectivas y sentimientos de los demás.
- **Cooperación:** Estar dispuesto a ayudar y apoyar a los compañeros de trabajo.





## Liderazgo resiliente:

Desarrollar habilidades de liderazgo que fomenten la resiliencia en los equipos.

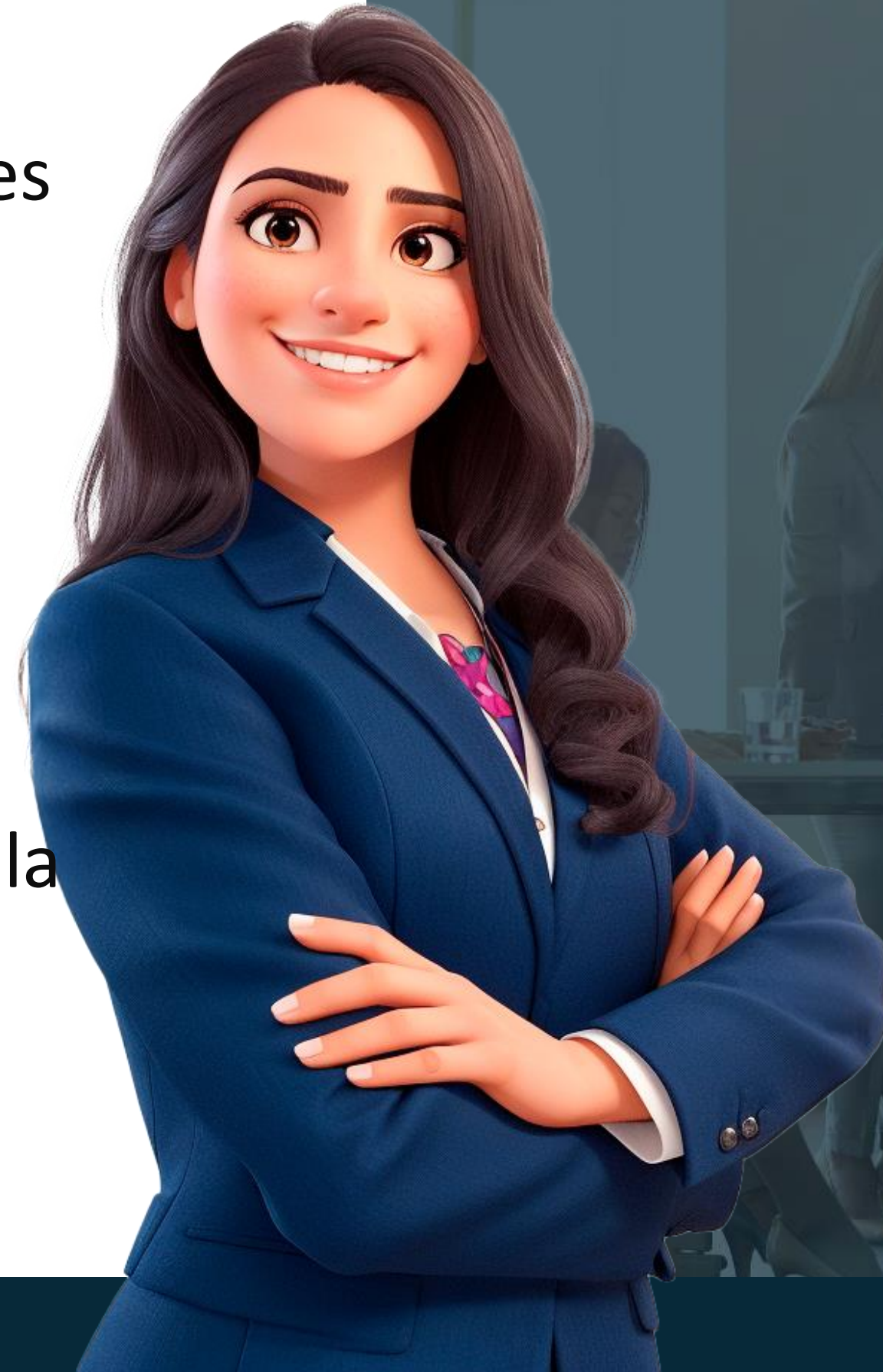
- **Inspiración y Motivación:** Ser capaz de motivar y guiar al equipo en tiempos difíciles.
- **Toma de Decisiones bajo Presión:** Capacidad para tomar decisiones informadas y rápidas en situaciones de estrés.



# Autoconciencia y autocontrol:

Conocer y gestionar las propias emociones y comportamientos.

- **Reflexión Personal:** Practicar la autoevaluación y estar consciente de las propias fortalezas y debilidades.
- **Control Emocional:** Mantener la calma y la compostura en situaciones difíciles.



# Habilidades de resolución de problemas:

Ser capaz de identificar problemas, analizarlos y encontrar soluciones efectivas.

- **Pensamiento Crítico:** Evaluar información de manera lógica y objetiva.
- **Creatividad:** Buscar soluciones innovadoras y fuera de lo común.



# Compromiso y proactividad:

Estar comprometido con la organización y tomar iniciativa para mejorar.

- **Responsabilidad:** Asumir la responsabilidad por las propias acciones y resultados.
- **Iniciativa:** Buscar activamente maneras de mejorar procesos y aportar valor.



# Habilidades interpersonales:

Cultivar relaciones positivas y constructivas en el entorno laboral.

- **Networking:** Construir y mantener una red de contactos profesionales.
- **Resolución de Conflictos:** Manejar los desacuerdos de manera constructiva y buscar soluciones mutuamente beneficiosas.







Recuerden que la resiliencia no es solo una habilidad, sino una mentalidad. En el mundo de la seguridad y salud en el trabajo, su capacidad para adaptarse, colaborar y mantener una actitud positiva frente a la adversidad no solo garantizará su éxito profesional, sino también la seguridad y bienestar de todos en su entorno. Juntos, podemos construir organizaciones más fuertes y seguras.

**Diego Hurtado Guzmán**

# Bibliografía

 **Lengnick-Hall, C. A., Beck, T. E., & Lengnick-Hall, M. L. (2011).** Developing a Capacity for Organizational Resilience through Strategic Human Resource Management. *Human Resource Management Review*, 21(3), 243-255.

 **Hollnagel, E., Woods, D. D., & Leveson, N. (Eds.). (2006).** Resilience Engineering: Concepts and Precepts. *Ashgate Publishing*.

 **Kelloway, E. K., & Day, A. (2005).** Building Healthy Workplaces: What We Know So Far. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 37(4), 223-235.

 **Gittell, J. H. (2003).** The Southwest Airlines Way: Using the Power of Relationships to Achieve High Performance. *McGraw-Hill*.

 **Luthans, F., & Youssef, C. M. (2007).** Emerging Positive Organizational Behavior. *Journal of Management*, 33(3), 321-349.



# Evaluémonos

---







# ¿Preguntas?

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:

# **Posipedia**

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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos

# POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

## Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

## ¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



# *¡SIGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!*



Escanea el código  
QR con tu celular