

Supervisión alentadora: métodos para ser un buen líder

Esta fuente de información es parte del proyecto de SAIF para líderes, el cual tiene la intención de ayudar a empleadores y líderes de organizaciones a establecer cultura de seguridad sólida y sustentable usando conceptos y estrategias basados en estudios e investigaciones.

Adaptado del manual de modales alentadores y familiares de supervisores ("Family Supportive Supervisor Behaviors") creado por Leslie Hammer, Ph.D., Portland State University

El programa para mejorar la seguridad y salud es una gran forma de desarrollar y prolongar supervisión alentadora. Puedes acceder el entrenamiento aquí e incluye acceso a las hojas o formularios de seguimiento.

saif.com/learntolead

Cuando manejamos las exigencias laborales y responsabilidades familiares podemos crear estrés, el cual puede afectar la salud personal, y la seguridad y calidad del trabajo.

Los supervisores son la clave para aumentar la dedicación de trabajadores al empleo, para mejorar el bienestar de los trabajadores, y reducir las lesiones en el lugar de trabajo. El apoyo familiar y personal, y los modales alentadores de seguridad son los mejores métodos que supervisores y administradores pueden usar para reducir el estrés laboral y familiar de los trabajadores.

Los modales alentadores de apoyo familiar y personal requieren que los supervisores se enfoquen en modales específicos y repetitivos, por ejemplo:

Apoyo al equilibrio de la vida personal y el trabajo



Proveer apoyo emocional

Los modales que demuestran la importancia de los trabajadores y consideración de sus sentimientos son:

- Aumento de comunicación directa con los trabajadores;
- Preguntar cómo están los trabajadores;
- Demostrar interés genuino en los desafíos laborales y de la vida personal de los trabajadores.

Ejemplo de modales saludables de la vida familiar y laboral

Los actos que demuestran cómo cuidas tus desafíos de la vida personal y laboral son:

- Conversar de la importancia de ir a las actividades escolares de tus hijos;
- Salida del trabajo a horas sensatas para demostrar que tú también tienes una vida personal.

Cómo ayudar a los trabajadores a resolver conflictos de horarios

- Alienta a los trabajadores a comunicarte si cambian sus necesidades y si es necesario modificar sus horarios;
- Alienta a los trabajadores para que aprendan nuevas aptitudes para aumentar sus posibilidades de conseguir diferentes puestos laborales.

Considera estratégicamente los asuntos del equilibrio de la vida personal y laboral

Estos métodos apoyan el equilibrio de la vida personal y laboral de los trabajadores:

- Conocimiento y comunicación de los programas de la compañía para el equilibrio de la vida personal y laboral (por ejemplo: programa de ayuda al trabajador)

- Promover entrenamiento en múltiples áreas y sistema para cubrir la ausencia de trabajadores;
- Mirar al grupo o departamento como un solo conjunto; desarrollar relaciones con otros departamentos para cumplir el trabajo.

Apoyo a la seguridad



Comunicación
sobre la
seguridad



Aporte de
recursos



Comentarios
o fortalecer y
entrenamiento



Ejemplos de
seguridad

Cómo proveer recursos

- Confirma que el equipo, las herramientas y los recursos estén en buen estado y actualizados;
- Entrenar a los trabajadores en las costumbres laborales de seguridad;
- Dar tiempo adecuado a los trabajadores para cumplir sus tareas laborales con seguridad.

Entrenamiento y agradecimiento para los trabajadores

- Agradecer inmediatamente por buenas ideas, buenos resultados y actos de seguridad;
- Observar o inspeccionar el trabajo de un trabajador y ofrecer sugerencias;
- Pedir sugerencias a los trabajadores sobre estrategias laborales de seguridad.

Cómo modelar la seguridad

- Demostrar costumbres de seguridad a tus trabajadores;
- Usar el equipo adecuado cuando visitas un sitio de trabajo;
- Dar ejemplos de costumbres de seguridad.

Estos modales realmente funcionan

Se realizó un estudio usando las estrategias de supervisión alentadoras en el departamento de transporte y de servicios de agua potable de una ciudad grande. Primero, hicieron una evaluación de necesidades que demostró que los trabajadores tenían mucho estrés a causa de sus trabajos exigentes y equilibrio inadecuado de la vida personal y el trabajo. Los investigadores reconocieron la necesidad de desarrollar las aptitudes de los líderes y el desarrollo de participación y compromiso de grupos de trabajadores.

Este esfuerzo creó el programa *SHIP* para mejorar la salud y seguridad (*Safety and Health Improvement Program*), el cual entrenó a supervisores y líderes de grupo para convertirlos en mejores líderes con habilidades para comunicar la seguridad, métodos para apoyar el equilibrio de la vida personal y el trabajo, y estrategias para elevar la eficacia de los grupos. Se enfocaron en el entrenamiento de supervisores sobre habilidades de liderazgo saludables, en el reconocimiento de cómo reducir el estrés por el equilibrio de la vida personal y el trabajo, y posteriormente cómo esto impactó la seguridad, salud y bienestar de los trabajadores. ¿Cuál fue el resultado? Al final del estudio, los investigadores evaluaron a los trabajadores y descubrieron:

- Reducción a la presión sanguínea;
- Reducción al estrés y al conflicto del equilibrio de la vida y el trabajo de los trabajadores;
- Mejoría de las costumbres de seguridad y salud de los trabajadores;
- Aumento a la eficacia de los grupos de trabajadores.

Ideas de actividades

- Usa el programa *SHIP* para mejorar la salud y seguridad y para mejorar sus habilidades de supervisión alentadora. Programa reuniones regulares para repasar y conversar de los resultados. Hay videos disponibles del programa *SHIP* en saif.com/learntolead.
- Examina las normas del lugar de trabajo sobre planificación de turnos y ausencia del trabajo. ¿Apoya a tus trabajadores?
- Durante una reunión de seguridad, recalca los beneficios *EAP* y habla de cómo los trabajadores pueden accederlos.