

AUTOCONTROL



BOLETIN # 2 DE AUTOCONTROL

ABRIL A JUNIO DE 2011

UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA

OFICINA DE CONTROL INTERNO

AUTOCONTROL



El autocontrol consiste en la elección y puesta en práctica de una opción superior comparada con otra alternativa más tentadora, aún cuando esta última sea más placentera

Control significa asumir la responsabilidad de hacer que su lugar de trabajo, su hogar o su lugar de diversión sean seguros.

Palabras claves:

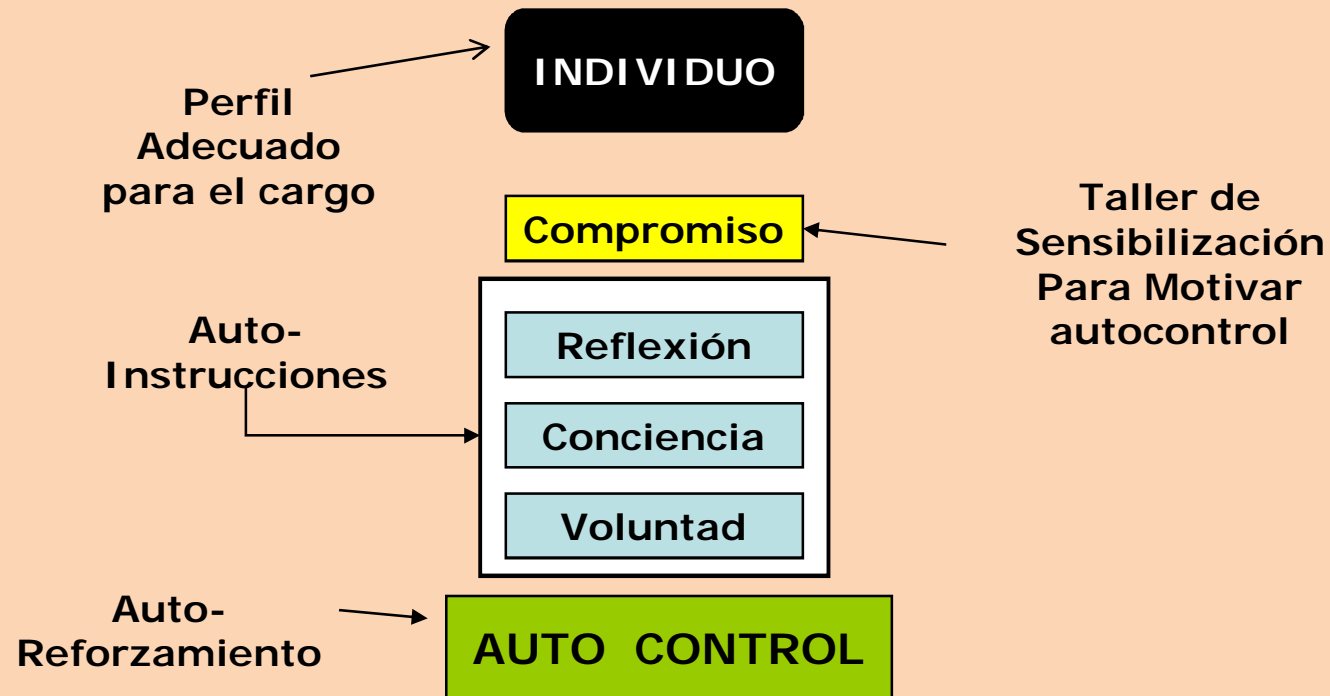
* Autoprotección * **Autocontrol** * Seguridad conductual





AUTOCONTROL

REQUIERE: PERFIL DEL INDIVIDUO MAS REFORZAMIENTO EXTERNO



Vigilar/Cuidar/Retroalimentar

"Mi Comportamiento Seguro"

Felicitar – Reconocer – Retroalimentar
Propio y de Otros

AUTOCONTROL



Auto administración o autocontrol de la conducta, se refiere a un conjunto de habilidades y técnicas que el trabajador puede utilizar para comprender, analizar y administrar su medio ambiente psicológico y físico.



AUTOCONTROL

TRES ELEMENTOS CLAVES DEL AUTO - CONTROL



1.-Comprender el ambiente del propio trabajo:

Que cada empleado conozca y comprenda su área de trabajo y sepa que es lo que se requiere de el/ella respecto a la forma en su trabajo

2.-Conocer y entender las políticas, procedimientos y estándares que el empleado debe utilizar como guía en sus actividades de trabajo

Eliminar la duda y el error a través del conocimiento de las políticas y procedimientos: es una acción definitiva de auto-control

3.-Conocer a las personas, unidades y servicios que pueden proveer asesoría, recursos y apoyo a los empleados a medida que estos crecen en los roles requeridas por su trabajo

Auto-cuidado también es utilizar el apoyo y los recursos puestos a disposición para asesorar a los empleados en la implementación de las distintas políticas y procedimientos que se relacionan con las actividades y asignaciones de su trabajo.

AUTOCONTROL CONCIENTIZACION



- ✓ ¿Qué importancia le damos a la concientización en la prevención errores laborales?
- ✓ Es un factor clave, trabajar con personas plenamente concientizadas en llevar a la praxis el autocontrol, por que aumenta las posibilidades de desarrollo de cualquier iniciativa.
- ✓ La disposición a participar en capacitaciones, cambios y mejoras hace todo más fácil y productivo.

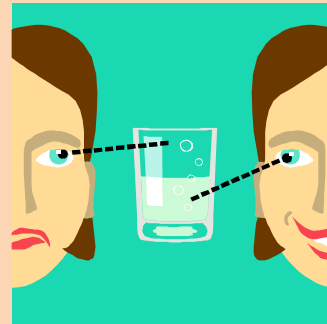
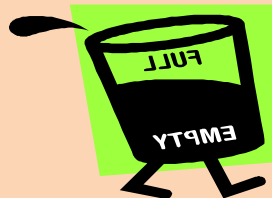


AUTOCONTROL

CONCIENTIZACION



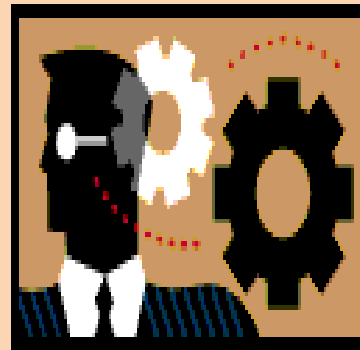
- ✓ A la vez, evitamos la imposición con medidas disciplinarias y el desgaste que esto conlleva.
- ✓ La concientización es ayudar a creer que podemos conseguirlo como ya lo han conseguido otros.
- ✓ Cuando de forma general tengamos la certeza que podemos, lo vamos a conseguir.





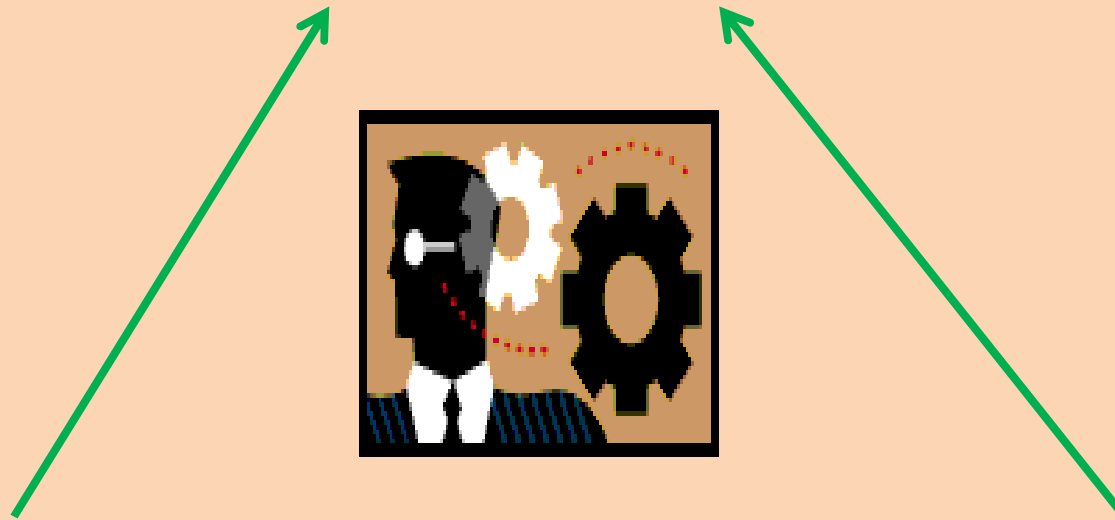
AUTOCONTROL ANALISIS DEL COMPORTAMIENTO

Comportamiento



Actitudes

Cultura





AUTOCONTROL

ANALISIS DEL COMPORTAMIENTO

✓ Antecedente

Lo que ocurre previo al comportamiento

✓ Comportamiento

Acto observable

✓ Consecuencia

Resultado del comportamiento

Esto implica evaluar la situación
y evaluar nuestra respuesta a ella.



AUTOCONTROL

ANALISIS DEL COMPORTAMIENTO



Uno de los aspectos importantes en el autocontrol, es el análisis de la causa que origina el comportamiento, que a su vez lleva a la pérdida del autocontrol.

De igual manera, se hace necesario evaluar los perjuicios que desencadena la pérdida del autocontrol.

Cuando evitamos el autocontrol, esta actitud se refleja en una consecuencia negativa que afecta la eficiencia, eficacia y efectividad laboral.

AUTOCONTROL

REFLEXIONES



- ✓ Para obtener resultados, debemos cambiar de actitud, por que si seguimos obrando igual, generaremos los mismos errores y dificultades.
- ✓ El proceso de mejora es un trabajo integral de toda la organización, pero en la mayoría de los casos YO tendré la ultima palabra.
- ✓ Por ello y porque el premio que obtendremos es tan importante, no sirve disculparse con ningún tipo de pretexto y solo sirve una actuación decidida, mi acción individual y la de mis compañeros.

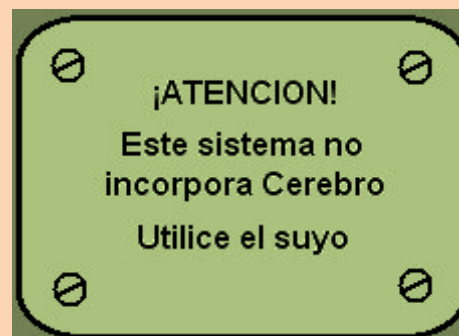




AUTOCONTROL

RECORDEMOS SIEMPRE QUE:

- ❖ *Cambiar no implica que se estén haciendo mal cosas, solo que siempre se pueden hacer mejor.*
- ❖ *El éxito de un cambio depende en gran medida de la voluntad con que se afronta.*
- ❖ *“No es perezoso únicamente el que nada hace, sino también el que podría hacer algo mejor de lo que lo hace”*



AUTOCONTROL COMPROMISO



- **YO puedo hacerlo mejor. Sin excusa alguna, VOY a HACERLO MEJOR.**
- **Por que solo YO puedo hacerlo por MI .**

