



Sua atitude em **segurança** pode ser tudo

Por **Roberto Roche**

Motivar os
colaboradores a
trabalhar em
segurança faz parte
do trabalho do
profissional de
segurança. **Mas
quem motiva o
motivador?**

Sua atitude importa **MUITO!**

Isso porque determina a maneira como você aborda ou sente sobre algo, que, por sua vez, afetará diretamente seu comportamento.

Por exemplo, se você tem uma atitude negativa sobre exercícios, é menos provável que você dê certo. Sua atitude também afeta seu julgamento.

Entrar em uma reunião com uma atitude negativa pode lhe dar um forte viés de confirmação, que estimula você a ser irracional e argumentativo.

E sua atitude geral sobre a vida pode manchar ou alegrar sua experiência diária.

ÍNDICE DE CONTEÚDOS

Como melhorar sua atitude?

5

Você tem três tipos principais de pensamentos.

7

pensamentos estimulados, aqueles provocados pelo seu ambiente.

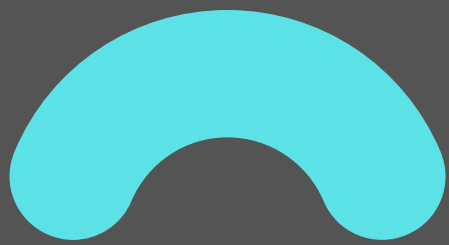
8

Final do conteúdo

10

Sobre o autor

11



Como melhorar sua atitude?

Cientistas sociais e pesquisadores descobriram que todos nós temos uma linha de base emocional.

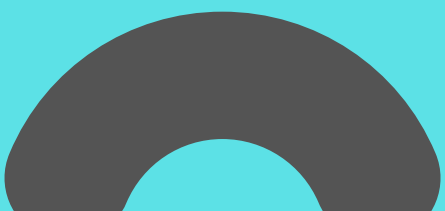
Algumas pessoas naturalmente têm uma atitude mais feliz do que outras.


Nosso ambiente e hábitos podem mudar isso e mover nossa linha de base para cima ou para baixo.

Um poderoso contribuinte ambiental para sua mentalidade são as pessoas com quem você interage regularmente.

Se eles são alegres, é mais provável que você seja alegre. Se eles são miseráveis, vai te forçar a sentir o mesmo.

Porque com quem “saímos” tem uma forte influência em nossa atitude, por mais dura que possa parecer, é a grande verdade.





Você tem três tipos principais de pensamentos.

Um deles: pensamentos aleatórios que aparecem sem razão aparente.

Depois que eu me acomodei no meu travesseiro e começo a notar minha respiração por um pouco, pensamentos aleatórios aparecem em minha mente.

Muitas vezes, eles são sobre algo que eu planejo fazer mais tarde no dia ou algo recente que aconteceu comigo, mas eu nunca sei por que uma categoria de pensamento aparece.

Não há muito que você possa fazer sobre esse tipo de pensamento.

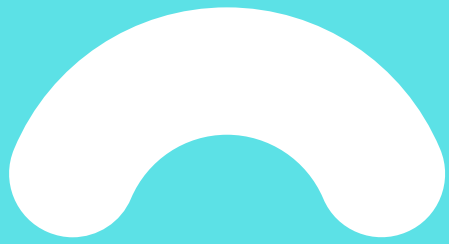
Então há pensamentos estimulados aqueles provocados pelo seu ambiente.

Você descasca uma laranja e isso tem lembra um sítio ou fazendo quando você era criança. Pensamentos deliberados, no entanto, você pode controlar, e eles são os únicos que podem moldar sua atitude.

Quando acordo, os primeiros pensamentos que tenho podem ocorrer espontaneamente.

Às vezes acordo com pensamentos ansiosos. Mas depois de um momento, posso criar pensamentos propositadamente encorajadores e inspiradores.





Eu digo a mim mesmo, “Vai ser um lindo dia para estar vivo”, ou algo parecido.

Mais tarde, se vou me encontrar com um cliente ou trabalhar em um projeto, vou pensar deliberadamente: “Esta vai ser uma reunião divertida” ou “Eu vou gostar de fazer esse projeto hoje.”

Você pode fazer o mesmo. Antes de realizar sua inspeção no local de trabalho, diga a si mesmo: “Vou gostar disso e hoje vai ser um dia produtivo para segurança”.

Você aparecerá com uma atitude brilhante e, talvez, inspire outros ao seu redor a fazer o mesmo.

A final de contas
LIDERANÇA EM SEGURANÇA
é inspirar os outros.
Ou não?



AUTOR



Roberto Roche

Mais de 35 anos de vida profissional consolidados pelo exercício de diversos cargos, sendo um deles a Vice-Presidência em ESG/QSMS-RS & Sustentabilidade para fundos de investimentos.

Roberto Roche tem atuação nas áreas de Óleo & Gás, Energia, Portos e Mineração em mais de 15 países da América Latina, África Ásia e Oriente Médio.

É autor de artigos, mentor, professor e palestrante de Sustentabilidade & QSMS-RS. Post-doc. /Aberdeen, UK, MBA/Harvard U., PhD/UCLA, MSc/Texas A&M, BSc/Maryland U., BSc /UFRJ.

Se você julga que esse conteúdo foi relevante, ajude-nos a espalhar:



Compartilhe esse ebook com um amigo e colegas da área nos grupos de Profissionais de SST no Whatsapp

**Deseja receber nossos
conteúdos semanais no
seu e-mail ou pelo
whatsapp ?**



APERTE AQUI

**PARA ENTRAR NO GRUPO DE
CONTEÚDOS SST ONLINE**



APERTE AQUI

**PARA ENTRAR NA LISTA DE EMAIL
DE CONTEÚDO SST ONLINE**

www.sstonline.com.br

CONHEÇA NOSSOS CURSOS ONLINE

DESEJA ALAVANÇAR SUA CARREIRA PROFISSIONAL NA ÁREA DE SST?

SST no eSocial, GRO & PGR, Ergonomia,
Aposentadoria Especial, PPP, LTCAT
Tributação de SST, SAT, FAP GILRAT



www.sstonline.com.br



ESPECIALISTA
SST no Novo eSocial



CURSO
DOMINANDO
GRO & PGR
com Prof. Edivaldo Gregório



Imersão
FAIXA PRETA SST
9 e 10 de Abril **16 HORAS**
DOMINE OS QUATRO PILARES DA GESTÃO DE SST E GERE RESULTADOS OFERECENDO SOLUÇÕES PARA TODOS OS PROBLEMAS QUE IRÃO SURTIR
Imersão completa e ao vivo de quatro assuntos em um único lugar:
eSocial, GRO & PGR, Aposentadoria Especial e FAP



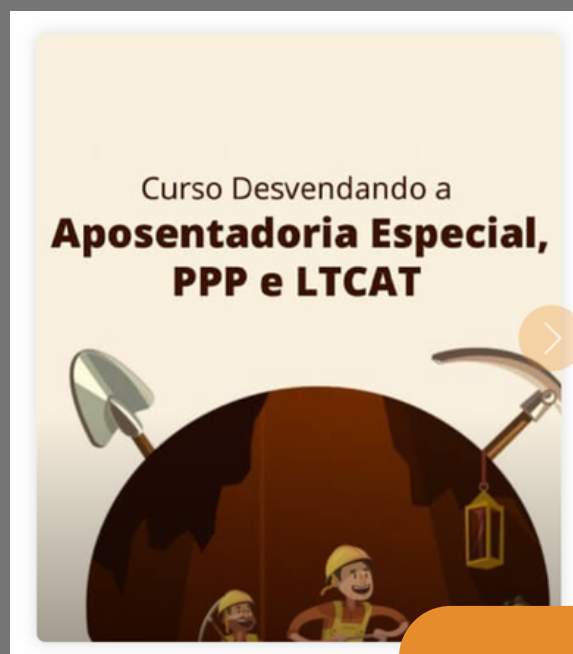
CONTRIBUIÇÕES
PREVIDENCIÁRIAS
E seus impactos pela Gestão de SST
SAT, GILRAT, FAE, FAP, e NTP



Treinamento AO VIVO
Descomplicando a
ERGONOMIA
NO GRO



Liderança e
Gestão da Cultura
de **Segurança**
COM **ROBERTO ROCHE**



Curso Desvendando a
Aposentadoria Especial,
PPP e LTCAT



CURSO PRÁTICO
CONTESTAÇÃO
DO **FAP**



Mentoria
FAP
Expert

CURSOS ONLINE



Nossa missão é produzir conteúdos e cursos online para proporcionar a construção do conhecimento em Saúde e Segurança do Trabalho

Conheça nossos conteúdos e cursos no site:

www.sstonline.com.br

**JUNTE-SE A NÓS NAS
REDES SOCIAIS**



www.sstonline.com.br