



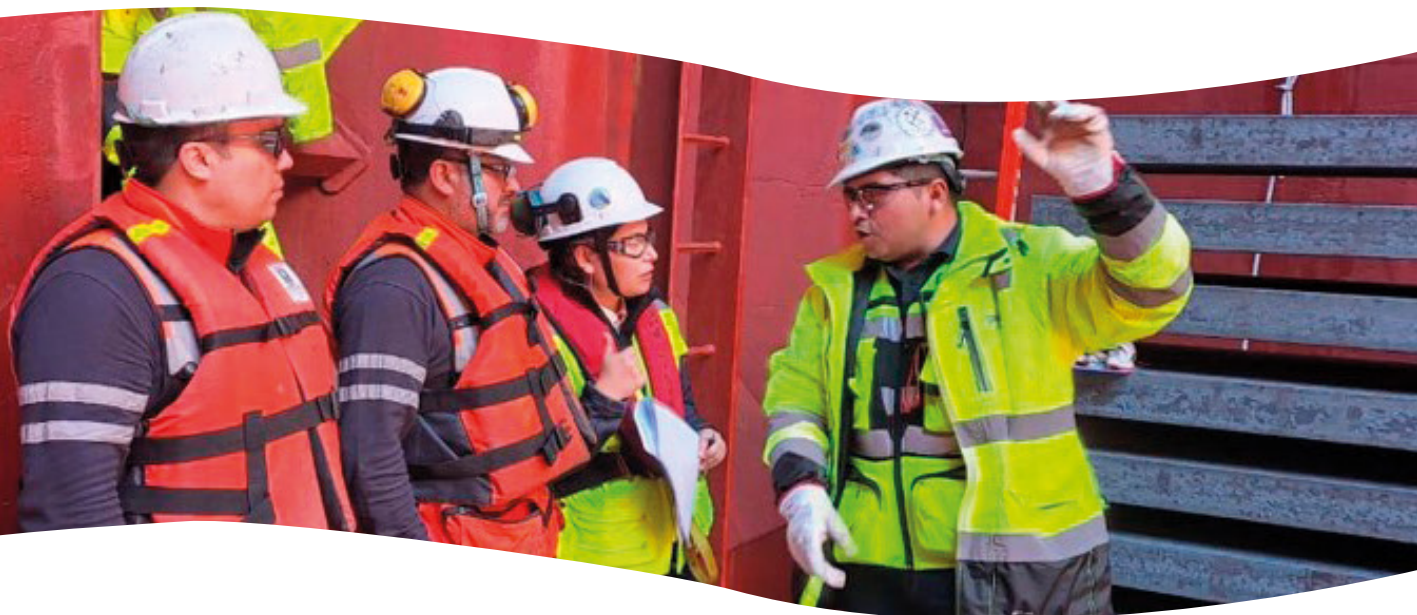
Convivir, con respeto y empatía

¿Cómo podemos fortalecer nuestras prácticas para **prevenir el acoso laboral, el acoso sexual y cualquier forma de discriminación** y violencia en nuestro lugar de trabajo?

¿Qué acciones individuales y colectivas podemos implementar para **asegurar que nuestro entorno laboral se caracterice por el respeto, el cuidado mutuo, la empatía y la integridad** como valores fundamentales?

Reflexionar sobre estas preguntas es fundamental para promover un ambiente laboral seguro, saludable y sostenible. Fortalecer nuestras prácticas para prevenir el **acoso laboral, el acoso sexual y cualquier forma de discriminación y violencia** no solo cumple con normativas legales y éticas, sino que también promueve un sentido de comunidad donde el respeto, el cuidado mutuo, la empatía y la integridad son valores fundamentales para la convivencia.

Implementar acciones tanto a nivel individual como en equipo fortalece los vínculos entre las personas, fomentando así un ambiente laboral donde todas y todos pueden contribuir, colaborar y convivir con respeto.



En este manual presentamos expectativas de conductas apropiadas para el lugar de trabajo, con el objetivo de promover el **respeto, la empatía y la integridad entre todos los miembros de las comunidades laborales**. Antes de profundizar en estos aspectos, es importante definir algunos conceptos clave:

Acoso sexual

El Acoso sexual es la conducta de una persona que, en forma indebida y por cualquier medio, hace **requerimientos de carácter sexual, no consentidos** por quien los recibe y que amenacen o perjudiquen su situación laboral o sus oportunidades en el empleo.

Acoso laboral

El Acoso laboral es toda conducta que constituya **agresión u hostigamiento ejercida por el empleador o por uno o más trabajadores, en contra de otro u otros trabajadores**, por cualquier medio, ya sea una **sola vez o de manera reiterada**, y que tenga como resultado para el o los afectados su menoscabo, maltrato o humillación, o bien que amenace o perjudique su situación laboral o sus oportunidades en el empleo.

Violencia en el trabajo

Concepto nuevo en nuestra legislación referido a la **violencia ejercida por terceros ajenos a la relación laboral**, entendiéndose por tal aquellas conductas que afecten a las personas trabajadoras, con ocasión de la prestación de servicios, por parte de clientes, proveedores o usuarios, entre otros.

Infórmate y toma acción, trabajemos juntas y juntos para hacer de nuestros trabajos más seguros y saludables.

Valores y principios fundamentales

Para promover un **ambiente laboral seguro, saludable y sostenible**, es esencial establecer valores que orienten las interacciones diarias de todos los miembros y que reflejen una cultura organizacional basada en el respeto, la empatía y la integridad. A continuación, exploraremos en detalle cada uno de estos valores.

Respeto

- En el contexto laboral, el respeto implica **valorar y considerar a cada persona, reconociendo su dignidad y derechos fundamentales**. Fomentar un entorno de respeto es fundamental para cultivar relaciones laborales saludables y colaborativas, donde todas las personas se sientan valoradas y respetadas por igual.

Empatía

- La empatía en el lugar de trabajo significa tener la **capacidad de comprender y compartir los sentimientos y perspectivas de los demás**. Promover la empatía facilita una comunicación abierta y honesta, crucial para crear un ambiente inclusivo y solidario donde se promueve el cuidado mutuo y la comprensión.

Integridad

- La integridad laboral se manifiesta en **actuar con honestidad, ética y transparencia** en todas las interacciones y decisiones dentro del entorno laboral. Evitar comportamientos manipuladores, abusivos o deshonestos es esencial para mantener la confianza y el respeto entre colegas, así como para fortalecer la reputación y valores de la organización.

Basándonos en estos tres pilares, podemos establecer expectativas de comportamiento alineadas con estos valores, que detallamos a continuación:

Actuar con **respeto** es:

- Tratar a todas y todos con **cortesía y consideración**, sin importar su posición jerárquica.
- **Escuchar** activamente y mostrar interés a las opiniones y **perspectivas de los demás**.
- **Respetar la diversidad** en todas sus formas: género, orientación sexual, etnia, religión, edad, etc.
- Mantener la **confidencialidad** de la información sensible y personal.
- **Evitar comentarios** o comportamientos **ofensivos o discriminatorios**.
- **Abstenerse de gritar, hacer comentarios despectivos**, o utilizar lenguaje ofensivo.

Actuar con **respeto** es:

- Reconocer y respetar las diferencias individuales y **evitar comportamientos discriminatorios.**
- **No propagar rumores** ni participar en chismes sobre los compañeros.
- Expresar desacuerdos o conflictos de manera **respetuosa y constructiva.**
- **Evitar el uso de apodos,** bromas ofensivas, o comentarios despectivos.



Actuar con **empatía** es:

- **Reflexionar sobre el propio comportamiento,** evaluar y ser consciente de cómo nuestras acciones y palabras pueden afectar a los demás.
- Escuchar y **brindar contención** cuando sea necesario.
- **Colaborar y apoyar a los compañeros en sus tareas,** mostrando disposición para ayudar.
- Mostrar **comprensión y sensibilidad** hacia las emociones y experiencias personales de los demás.
- **Resolver conflictos de manera colaborativa,** buscando soluciones que, idealmente, satisfagan las necesidades de todas las partes involucradas.
- **Aceptar y validar los sentimientos** y puntos de vista de todos los miembros de la **comunidad laboral.**
- **Practicar la escucha** activa y reflexiva, sin juzgar.

Actuar con **integridad** es:

- Actuar con **honestidad** en todas las interacciones.
- Tomar decisiones basadas en la **ética y valores** organizacionales.
- Involucrarse en actividades que promuevan la **diversidad y la inclusión** en el equipo.
- Ofrecer feedback positivo cuando un compañero realiza un buen trabajo.
- **Cumplir con las normativas**, políticas y regulaciones de la organización.
- Ser **responsable** de las acciones personales.
- Reconocer y respetar las diferencias individuales y **evitar comportamientos discriminatorios**.
- **Mantener en confidencialidad** la información personal compartida por los compañeros, a menos que sea necesario reportar algo que constituya un delito o una situación de acoso.
- **Reconocer y corregir errores** de manera oportuna y justa.
- **Brindar apoyo** a las personas que puedan estar siendo acosadas, animándolos a reportar el comportamiento.
- **Expresar gratitud** por la ayuda recibida y reconocer públicamente los logros y esfuerzos de los compañeros.

Consideramos que este es un primer paso para fomentar el respeto, la empatía y la integridad. Sin embargo, simplemente definir estos valores no es suficiente. Es indispensable difundir estas expectativas entre todos los miembros de la comunidad y fomentar su participación.

Esta propuesta sirve como punto de partida y guía para invitar a los trabajadores a desarrollar sus propias expectativas de comportamiento, basadas en estos principios.

Desarrollando nuestra matriz de valores y comportamientos

Considerando lo expuesto anteriormente tenemos una idea inicial de cómo prevenir el acoso sexual, laboral y la violencia, sin embargo, al involucrar la participación de las personas en este proceso, se fomenta un mayor compromiso y sentido de pertenencia hacia los valores identificados. Esto asegura que estos valores no solo sean palabras en un papel, sino principios vividos y practicados diariamente por todos los miembros del equipo. De acuerdo con ellos, detallamos una propuesta de actividad para construir una **Matriz valórica** de forma participativa:

Nombre de la actividad:

Desarrollando nuestra matriz de prevención del acoso sexual, laboral y prevención de la violencia en el trabajo.

Preparación:

1. Materiales

Papelógrafo grande o pizarrón.
Notas adhesivas (post-it).
Plumones de colores.

2. Elección del lugar

Asegúrate de tener un espacio adecuado donde todos los participantes puedan ver y acceder fácilmente al papelógrafo o pizarrón.

Desarrollo de la actividad:

1.

Introducción:

Explica el propósito de la actividad: **identificar y definir los valores y conductas que promuevan un ambiente laboral seguro y respetuoso**, donde se prevenga el acoso laboral, sexual y cualquier forma de violencia.

2.

Lluvia de ideas de Valores:

Invita a los participantes a listar en post-its los valores que consideran fundamentales para prevenir el acoso y promover un ambiente de respeto. Por ejemplo: respeto, empatía, integridad, comunicación abierta, trabajo en equipo, entre otros. Pídeles que coloquen sus post-its en el papelógrafo.

3.

Conversación y Selección:

A medida que los post-its se van colocando, organiza una conversación para profundizar en cada valor propuesto.

Anima a los participantes a justificar por qué consideran que cada valor es importante y cómo contribuye a prevenir el acoso laboral, sexual, violencia y promover un ambiente seguro y respetuoso.

4.

Priorización de los Valores:

Una vez que todos los valores estén listados y discutidos, invita a los participantes a votar por los tres valores que consideran más importantes y efectivos para prevenir el acoso laboral, sexual y la violencia en el trabajo.

Definición de Conductas:

Luego de seleccionar los tres valores principales, pide al grupo que identifique y escriba en nuevos post-its las conductas específicas que consideran relacionadas con cada valor.

Por ejemplo, si el valor seleccionado es "**respeto**", pueden listar conductas como escuchar activamente a los demás, tratar a todos con cortesía y consideración, y evitar comentarios discriminatorios.

5.

Creación de un compromiso:

Una vez definidos los valores y conductas, invita a los participantes a comprometerse individual y colectivamente a seguir estas conductas en su día a día laboral.

Anímalos a firmar un compromiso visible en el papelógrafo como señal de su compromiso con la promoción de un ambiente de trabajo seguro y respetuoso.

6.

Cierre:

Concluye la actividad resaltando la importancia del trabajo en equipo y del compromiso personal para crear un entorno laboral donde todos se sientan valorados y seguros.

Agradece la participación de las personas y asegúrate de que comprendan que estos valores y conductas no solo son palabras en un papelógrafo, sino principios que deben aplicarse en todas las interacciones diarias.

Deja registro de los **conceptos y conductas identificadas** utilizando la siguiente tabla:

Matriz de Valores	
Valores y su descripción	Conductas preventivas identificadas
1.	a. b. c. d.
2.	a. b. c. d.
3.	a. b. c. d.