POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva



VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Plan Nacional de Educación Multimodal en SST 2026

Talentos que **hacen país**

Positiva Prevención

GRUPO BICENTENARIO

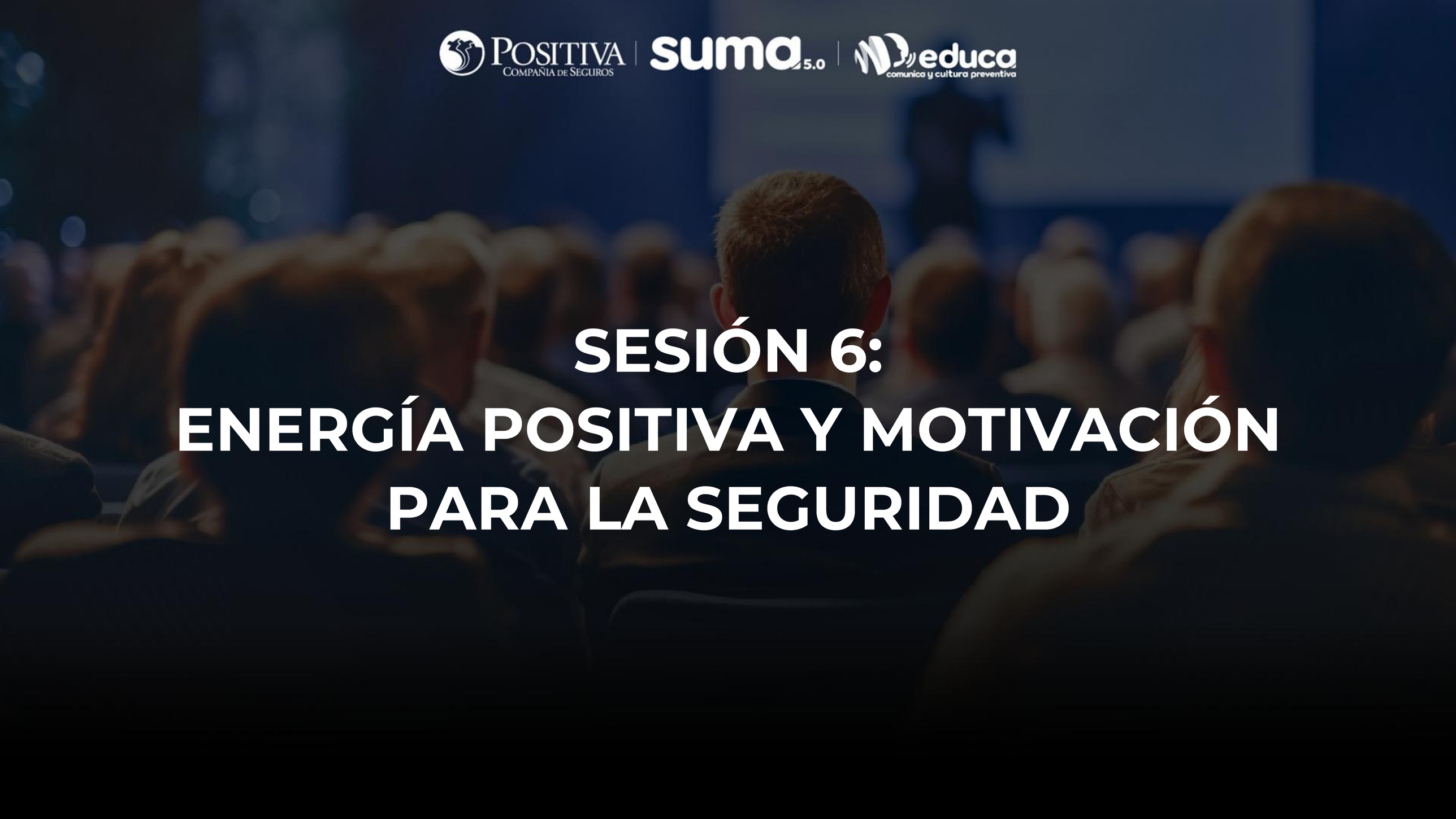


VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Comunidad Nacional de Conocimiento en

Coaching para un Trabajo Seguro

Talentos que **hacen país**



SESIÓN 6:
ENERGÍA POSITIVA Y MOTIVACIÓN PARA LA SEGURIDAD



ROBERTO JOSE MACHADO RIVERO

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN COACHING PARA UN TRABAJO SEGURO

roberto171@gmail.com

350 849 2513



Perfil profesional:

Embajador Mundial De La Risa y Conferencista Certificado Internacional De Alto Impacto. Además, es Life Coach, Master Practitioner Pnl, Coach Ontológico Empresarial y Hipnoterapeuta. Actualmente, está cursando el Diplomado en Felicidad Organizacional y Gestión de Personas en Uandes.

Ruta del **conocimiento**

01

SESIÓN 1:
SEGURIDAD EMOCIONAL Y AUTOCONTROL LABORAL

02

SESIÓN 2:
LIDERAZGO PROTECTOR Y CULTURA DEL CUIDADO

03

SESIÓN 3:
AUTOCUIDADO CONSCIENTE Y BIENESTAR PERSONAL

04

SESIÓN 4: PENSAMIENTO SEGURO EN TIEMPOS DE CRISIS - PREVENCIÓN INTELIGENTE Y RESPUESTA OPORTUNA ANTE EMERGENCIAS

05

SESIÓN 5:
CUIDARNOS ENTRE TODOS - SEGURIDAD COLABORATIVA

Ruta del **conocimiento**

06

SESIÓN 6:
ENERGÍA POSITIVA Y MOTIVACIÓN PARA LA SEGURIDAD

07

SESIÓN 7:
COMUNICACIÓN QUE PROTEGE Y CONECTA

08

SESIÓN 8:
RESILIENCIA COLECTIVA Y FORTALEZAS DEL EQUIPO

09

SESIÓN 9:
PROPÓSITO SEGURO Y SENTIDO DEL TRABAJO

10

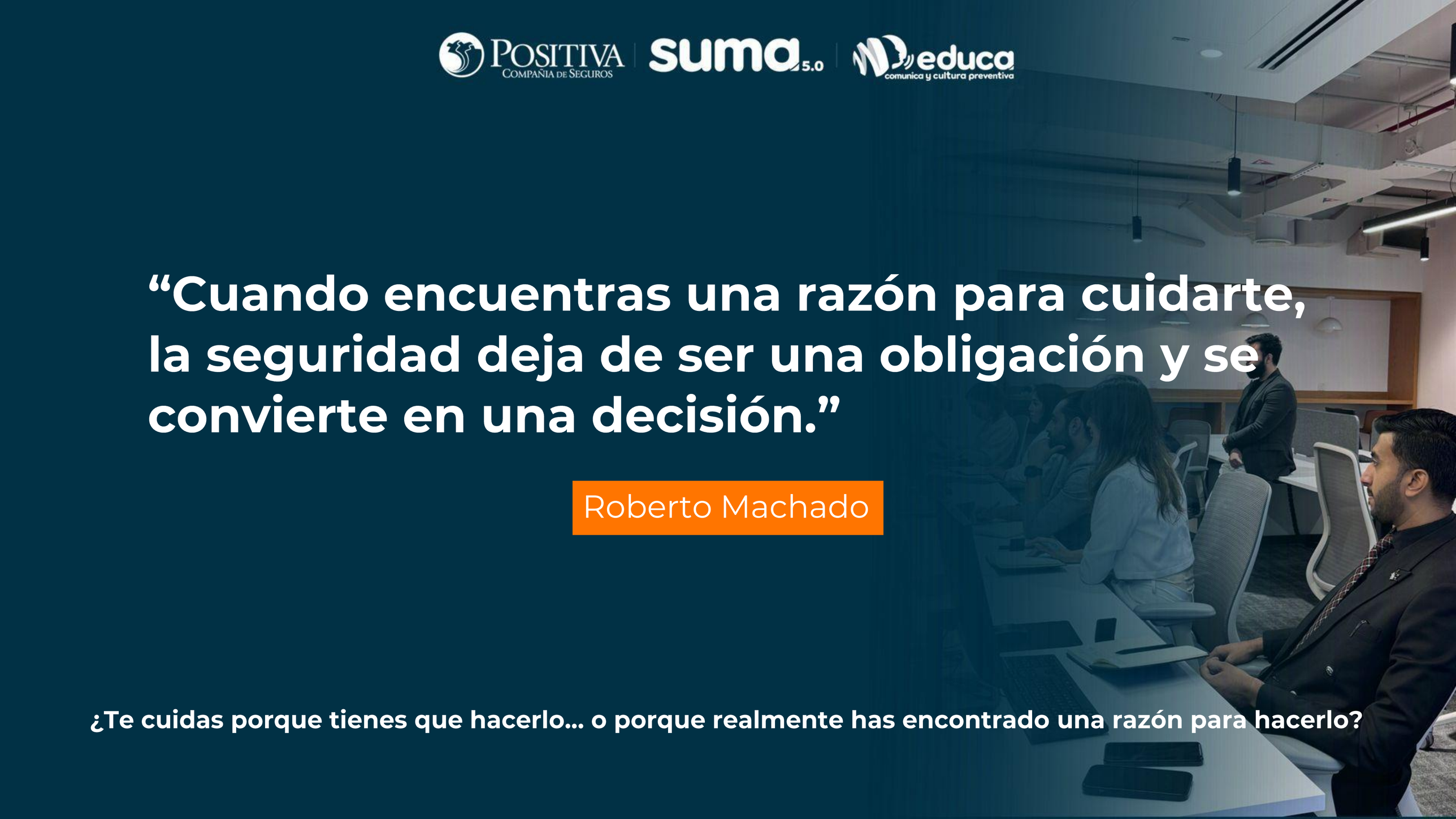
SESIÓN 10:
SEGURIDAD DEL FUTURO Y COACHING TRANSFORMADOR

POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

Evaluémonos



POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva



“Cuando encuentras una razón para cuidarte, la seguridad deja de ser una obligación y se convierte en una decisión.”

Roberto Machado

¿Te cuidas porque tienes que hacerlo... o porque realmente has encontrado una razón para hacerlo?

Contenido

01. ¿Qué es la energía positiva?

02. ¿Qué nos motiva a cuidarnos?

03. ¿Para qué nos cuidamos?

04. ¿Cómo se convierte la motivación en acción?

05. ¿Cómo cultivamos una energía segura?



Objetivo

01. Comprender cómo la energía positiva influye en nuestra manera de trabajar y cuidarnos.

02. Identificar qué nos motiva y qué propósito existe detrás de nuestras decisiones seguras.

03. Aplicar estrategias para transformar la motivación en acciones y comportamientos seguros.



¿QUÉ ES LA ENERGÍA POSITIVA?

No es pensar que todo está bien.
Es elegir cómo responder cuando las cosas no salen como esperamos.

La energía positiva nos permite:

- **Mantener la atención** en lo que sí podemos gestionar.
- **Recuperar el enfoque** después de una dificultad.
- **Buscar alternativas** en lugar de quedarnos en la queja.
- **Aprender** de lo que ocurre.
- **Conservar la disposición** para actuar y cuidar.



EN EL TRABAJO
Nuestra energía no cambia la realidad,
pero sí puede cambiar la manera en que respondemos a ella.



POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

¿QUÉ NOS MOTIVA A CUIDARNOS?

Detrás de cada decisión segura existe una razón.

No todos nos cuidamos por la misma razón:

POR MÍ

Mi bienestar,
mi salud,
mi tranquilidad.

POR LOS MÍOS

Las personas que amo
y que esperan
que regrese bien
a casa.

POR MI EQUIPO

Porque mis decisiones
también pueden
proteger o afectar
a otros.

POR MI PROPÓSITO

Porque quiero seguir
construyendo la vida
que he elegido.

UNA PREGUNTA PARA TI

**¿Qué razón es suficientemente importante para ti
como para elegir cuidarte, incluso cuando nadie te está observando?**

ENERGÍA POSITIVA → MOTIVACIÓN → DECISIÓN SEGURA

¿PARA QUÉ NOS CUIDAMOS?

Porque cuidarnos hoy protege lo que queremos seguir viviendo mañana.

CUIDARNOS NOS PERMITE...

SEGUIR
Disfrutando de nuestra vida, nuestra familia y nuestros proyectos.

CONSTRUIR
Alcanzando metas que requieren tiempo, salud y bienestar.

COMPARTIR
Estando presentes para las personas que hacen parte de nuestra vida.

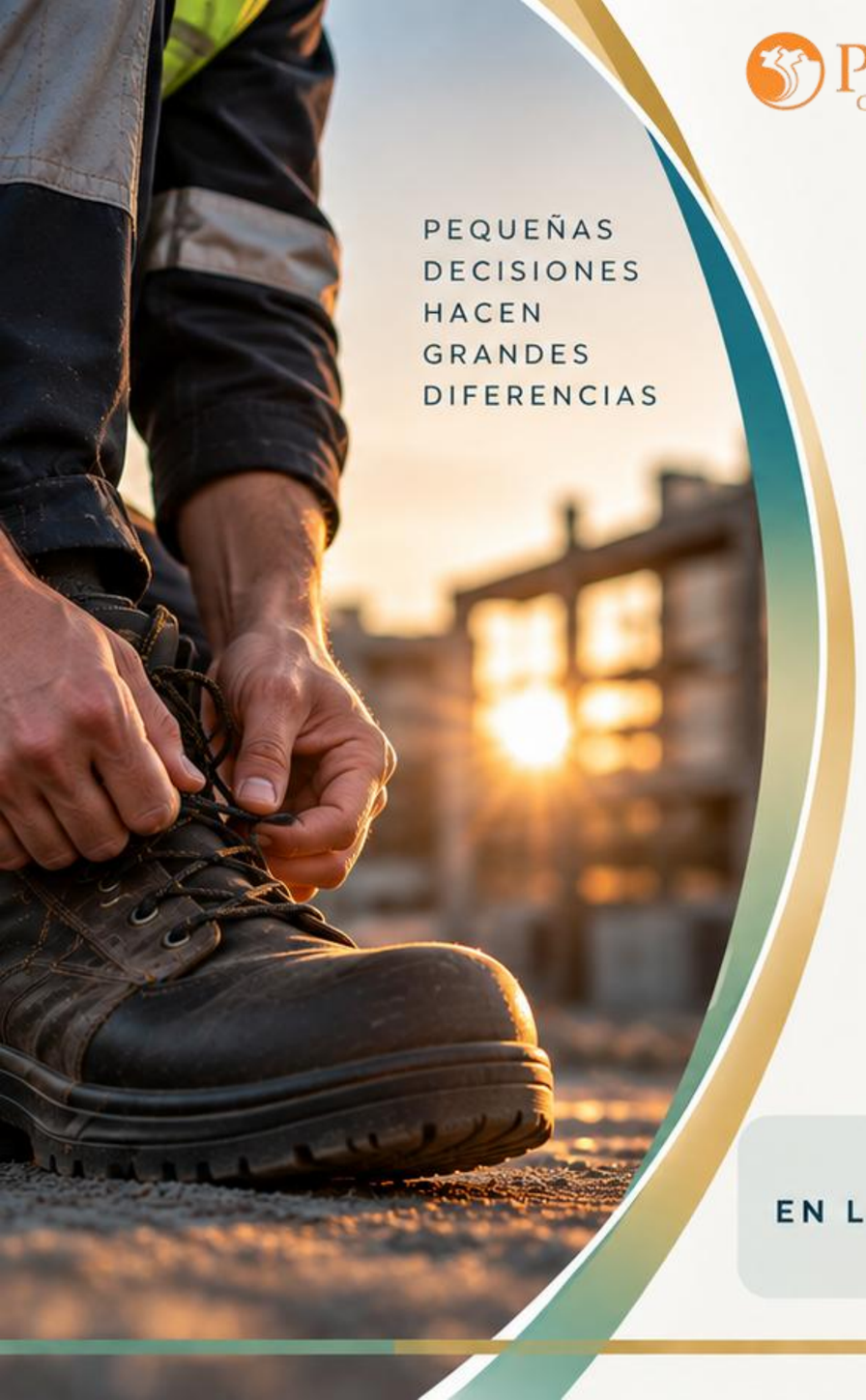
ELEGIR
Conservar la libertad de decidir cómo queremos vivir nuestro futuro.



EL CUIDADO TIENE PROPÓSITO

Una decisión segura no solo evita un daño. También protege una posibilidad.

¿Qué estás protegiendo cuando decides cuidarte?



POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

¿CÓMO SE CONVIERTE LA MOTIVACIÓN EN ACCIÓN?

Sentir que algo importa es el comienzo.
Hacer algo diferente es lo que transforma esa motivación en seguridad.

MOTIVACIÓN	DECISIÓN	ACCIÓN	HÁBITO
"Esto es importante para mí."	"Voy a elegir la opción más segura."	"Lo hago, incluso cuando requiere detenerme, preguntar o cambiar el plan."	"Lo convierto en una manera habitual de trabajar."

EN LA PRÁCTICA

Veo un riesgo → Me detengo → Evalúo → Actúo → Verifico

La motivación se vuelve seguridad cuando se puede observar en lo que hacemos.

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

¿CÓMO CULTIVAMOS UNA ENERGÍA SEGURA?

La energía con la que llegamos a una tarea también influye en la manera en que la realizamos.

5 FORMAS DE CULTIVARLA

1. LLEGA PRESENTE

Antes de comenzar, reconoce cómo estás y qué necesitas.

2. ORDENA TU ATENCIÓN

Reduce distracciones y enfócate en lo que estás haciendo.

3. REGULA ANTES DE REACCIONAR

Ante la presión, haz una pausa antes de tomar una decisión.

4. CONECTA CON OTROS

Pregunta, escucha, pide apoyo y comunica lo que observas.

5. CIERRA CON APRENDIZAJE

Pregúntate qué funcionó, qué puedes mejorar y qué aprendiste.

UNA ENERGÍA SEGURA NO SIGNIFICA ESTAR BIEN TODO EL TIEMPO.

Significa tener recursos para responder de manera consciente, incluso cuando el día se pone difícil.

PERSONAS
MÁS CONSCIENTES
DECISIONES
MÁS SEGURAS
ENTORNOS
MÁS HUMANOS



Bibliografías

- La auténtica felicidad - Martin Seligman https://h1.nu/1EvPI
- La sorprendente verdad sobre qué nos motiva - Daniel H. Pink https://h1.nu/1EvQp
- El hombre en busca de sentido - Viktor E. Frankl https://h1.nu/1yIGR
- El poder de los hábitos - Charles Duhigg https://h1.nu/1EvRi
- La inteligencia emocional - Daniel Goleman https://h1.nu/1EvRA

POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

Evaluémonos



GRACIAS

POR SER PARTE DE ESTE ESPACIO

La seguridad también depende de **la energía** con la que llegamos a cada decisión.

MOTIVACIÓN
para empezar

PROPÓSITO
para avanzar

ACCIÓN
para transformar

ENERGÍA SEGURA
para cuidar

¿Qué decisión segura puedo tomar desde hoy
que demuestre cuánto valoro aquello que quiero seguir viviendo?

NOS ENCONTRAMOS EN LA PRÓXIMA SESIÓN

Preguntas



POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva | posipedia



Recuerda que Positiva tiene para ti:

posipedia

https://www.posipedia.com.co/

- Cursos virtuales
- Artículos
- Audios
- Juegos digitales
- OVAs
- Guías
- Mailings
- Videos

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

¿Quieres profundizar tus conocimientos y potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece
la seguridad de tu empresa!

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Escanea e inscríbete

CURSOS

VIRTUALES SG-SST DE 50 Y 20 HORAS



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!

Positiva Prevención

GRUPO BICENTENARIO

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva



¡CONÉCTATE A NUESTRO CANAL de WhatsApp!

POSITIVA PREVENCIÓN

Descubre campañas, novedades y tips en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) que te ayudarán a fortalecer tu bienestar y la cultura de prevención laboral.

¡Únete y sé parte de la comunidad de Positiva!

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA