خمس فخوخ للسلامة السلوكية

1 نقص الوعي

أقوم بإعداد الخبز المحمّص واحتاج إلى صحن، لذا سوف أميل فوق المحمّصة الساخنة لإمسك بأحد الصحون. أحرقت نفسي.

ماذا:
يمكن لقلة الوعي ان تسبب الحوادث عندما تقوم بمهام متكررة

لماذا:
نحن نصنع شعور كاذب بالسلامة عندما نكون في مواقف وأمور مألوفة لنا

كيف نتوقف:
كن شديد الوعي لما يحيط بك. إليك الطريقة:

- لا تعتمد على تقييم الاخرين، ثق بعينيك
- ناقش نفسك للتأكد من مراعاة جميع الاحتمالات
- اسأل نفسك جميع الأسئلة
- لا تتعجل

2 الضغط غير المتعمّد

سألني مديري اليوم "إلى متى ستكون؟" ثلاث مرات. تبين لي أننا سنتجاوز الموعد النهائي وهو يريد فقط اخبار العميل بالتطورات.

ماذا:
يمكن للضغط غير المتعمّد ان يسبب في اندفاع الفريق أثناء المشروع

لماذا:
الناس غير مدركين لكيفية تأثير أفعالهم على تصرفات الفريق

كيف نتوقف:
كن ودودًا واشرح بوضوح سبب احتياجك للمعلومات

3 عامل الخوف

أعلم أن هذه المعدة ثقيلة جدًا ولا يمكنني حملها ويجب أن أطلب المساعدة. لكني لا أريد أن أبدو ضعيفًا وأعطل العمل.

ماذا:
يجعلنا الخوف نقوم بأمور نعلم انه لا يجب ان نقوم بها

لماذا:
نحن قلقون بشأن ما يعتقده الاخرون ولا نريد أن نخذل اي شخص

كيف نتوقف:
واجه الخوف، واعترف بأنه مشكلة وتحدث بصراحة عن مخاوفك

4 قلة التركيز

لا يمكنني التوقف عن التفكير بعمي الذي في المستشفى. حالته مستقرة وعائلته معه، لكن - يا إلهي، أريد إصلاح الفرامل.الآن أين كنت أنا؟

ماذا:
يتسبب قلة التركيز إلى تشتت عقولنا في أي لحظة

لماذا:
عندما نعتاد على أمر دوري وروتيني، بسهولة يمكن ان نتشتت بسبب لامور الشخصية التي نتذكرها

كيف نتوقف:
درّب عقلك على عدم تشتيتك. بسرعة اسمع للامور الشخصية التي استذكرتها وقل لنفسك: "ليس الان، انا مشغول"

5 تقليص المخاطر

يجب علي تغيير لمبة الإنارة - لكن السلم ثقيل وموجود في المستودع في الساحة الخلفية وهي تمطر الان. لذا سوف استخدم الكرسي فقط

ماذا:
نقوم بتقليص المخاطر عن طريق تقديم الاعذار العقلية

لماذا:
لأنا نريد ان نقوم بذلك بالطريقة التي نتصورها الأسهل والأقل وقتاً

كيف نتوقف:
توقف عن الانصات لهذه الكلمات:

- الفرصة ضئيلة جداً
- سوف يستغرق الأمر بضع دقائق فقط
- سأكون أكثر حذراً
- لن يحدث لي ذلك
- أنا فقط
- إنها فقط

المعلومات المقدمة من قبل فريق السلامة. لمزيد من المعلومات ، اتصل بمدير السلامة الخاص بك.