

GERENCIA REGIONAL  
DE SALUD AREQUIPA

OFICINA DE  
COMUNICACIONES



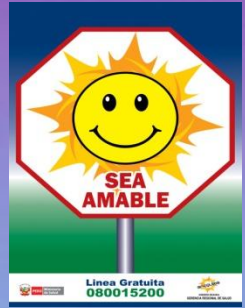
AREQUIPA-2017



**Linea Gratuita**  
**080015200**



# CAMPAÑA “SEA AMABLE”



***SER AMABLE ES UNA CARACTERÍSTICA QUE SUELE DISTINGUIR A LAS BUENAS PERSONAS***

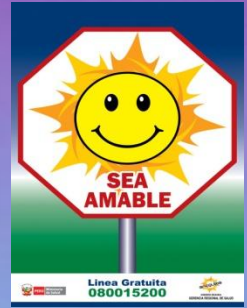
En el sector salud tenemos un porcentaje de insatisfacción del usuario por un trato inadecuado. Los trabajadores de salud debemos potenciar nuestras habilidades entre ellas ser amables con los usuarios.

Ser amable con los demás crea un ambiente agradable en el ambiente que convivimos. Si somos amables con seguridad tendremos una jornada mas agradable



# ¿QUÉ ES SER AMABLE?

Una persona amable es aquella que se comporta con agrado, educación y afecto hacia los demás. La amabilidad está en los pequeños detalles, muchos de ellos a los que no damos mucha importancia nos marcan, por ejemplo, el simple hecho de saludar o de hacer pasar a una persona delante nuestro en una cola pueden influir para tener un gran día.



## ¿CUÁLES SON LAS CUALIDADES PARA SER AMABLE?

- **Autocontrol:** Saber controlar nuestras emociones especialmente la cólera, tratar con respeto a los demás, aunque hayan situaciones que no se merezcan ...
- **Respeto:** Todas las personas merecen respeto sin agredir verbal ni físicamente a los demás.  
Esta en nuestras manos hacerlo.
- **Empatia :** Sentir empatía hacia los demás, ponernos en el lugar de la otra persona nos ayudará a no juzgarla rápidamente y a valorar quien es .

# ¿CÓMO SER AMABLE?

- **Sonreír:** Que nuestro estado de animo no influya en nuestro trato a los demás, una sonrisa nos abre todas las puertas , agilizar un tramite recibir un agradecimiento y mejorar el ambiente también atenúa la ansiedad y estrés.
- **Interesarse por los demás:** Al hablar con una persona demostremos el interés en lo que esta diciendo, no hay nada mas desagradable que hablar con una persona que esta pendiente de su celular o evidencia estar pensando en otra cosa. No interrumpir cuando otro esta hablando respetar y esperar el momento oportuno para poder intervenir.
- **Comportarse en forma educada :** Las palabras mágicas GRACIAS , POR FAVOR , DISCULPE , BUENOS DÍAS, HASTA LUEGO, son elementales para ser amables. Agradecer de forma adecuada.
- **Ser amable no quiere decir que nos dejemos tratar mal:** Ser amable no significa ser inferior a los demás, tan solo significa ser educado.
- **Ser honesto:** Una persona amable tiene sus opiniones y las defiende, respeta las opiniones de los demás y espera que respeten las propias.

