

# ESTRATEGIAS PARA MANEJAR PERSONAS DIFÍCILES EN EL TRABAJO

## MANTÉN LA CALMA:

No dejes que las emociones tomen el control. Respira, piensa antes de responder y evita reaccionar impulsivamente.

## USA LA EMPATÍA:

Intenta entender su punto de vista. Muchas veces, las personas difíciles actúan por estrés, miedo o frustración.

## SÉ CLARO Y DIRECTO:

Comunica tus ideas de manera firme. Evita rodeos innecesarios para minimizar los malentendidos.

## ESTABLECE LÍMITES:

No permitas faltas de respeto ni comportamientos tóxicos. Define hasta dónde estás dispuesto a llegar y hazlo saber con seguridad.



ADMINISTRADORA DEL TALENTO HUMANO