

ELEVE LOS ESTÁNDARES PARA LUGARES DE TRABAJO inclusivos para LGBTQIA+

Cómo ser más positivo, inclusivo y amable con los empleados LGBTQIA+.

Tenga en cuenta: Este es un recurso de alto nivel y no pretende sustituir a la educación y las políticas de inclusión y equidad más amplias.

Consecuencias de los entornos poco amigables*

Los empleados LGBTQIA+ y aliados necesitan sentir que pueden mostrar sus identidades reales en el trabajo sin miedo a la discriminación o al aislamiento social.

 1 de cada 5

empleados se ha quedado en casa porque el lugar de trabajo no siempre aceptaba a las personas LGBTQIA+.

 1 de cada 5

buscó otro trabajo.

 1 de cada 10

trabajadores LGBTQIA+ ha dejado un trabajo porque el entorno no aceptaba bien a las personas LGBTQIA+.

CÓMO HACER MÁS VISIBLE LA INCLUSIÓN EN TODOS LOS NIVELES

PARA Los Directivos de Nivel Alto

- Evalúe el nivel de comodidad personal para hablar específica y directamente de la inclusión LGBTQIA+.
- Reflexione sobre la obligación de la organización en cuanto a reconocer la inclusión de LGBTQIA+.
- Evalúe las herramientas que la directiva tiene para comunicar sobre los valores de inclusión de la empresa: tratar las lagunas de conocimiento en el vocabulario cambiante de la inclusión LGBTQIA+ y usar compañeros para hacerlos sentir cómodos.

PARA Directivos de Nivel Medio

- Dirija proactivamente conversaciones sobre el prejuicio inconsciente.
- Dé a los equipos un vocabulario para detectar los prejuicios inconscientes y para hablar entre ellos y con usted, como su gerente, sobre las experiencias de los prejuicios inconscientes.
- Sea intencional con actividades para incentivar el trabajo en equipo para asegurarse de la inclusión (por ejemplo, cerciórese de que no dependen excesivamente de un punto para establecer un vínculo afectivo, como la crianza de los hijos, happy hours, etc.).

PARA Particulares

- Pregúntese de dónde obtuvo sus primeras impresiones y creencias sobre la identidad LGBTQIA+ y cómo la expresa en el trabajo.
- Defina el respeto por usted mismo y por los demás y cómo lo demuestra en el lugar de trabajo.
- Practique el efecto espejo: por ejemplo, si su colega le pregunta por su fin de semana, pregúntele por el suyo. Reconozca a las personas LGBTQIA+ como individuos con diferentes niveles de comodidad para compartir, por lo que las interacciones deben ser personalizadas.

Los lugares de trabajo que van más allá de las políticas de inclusión, para cultivar realmente ambientes de inclusión,

obtienen el enfoque y la energía que se derivan de que las personas aporten todo su ser al trabajo.

Cómo apoyar a sus colegas y seres queridos LGBTQIA+.

Sea un aliado. Muestre públicamente su apoyo a la comunidad LGBTQIA+. Asegúrese de que está apoyando a los demás afirmando su identidad, utilizando sus pronombres y comprometiéndose a dar un espacio seguro y sin prejuicios para todos.

Encuentre puntos en común. Cuando hable de las relaciones, el matrimonio, la crianza de los hijos y la familia, centre la conversación en los puntos en común, las creencias, las esperanzas y los sueños.

Valide cuando los demás compartan. Mantenga la confianza y valide los sentimientos de otra persona cuando comparta cuestiones relacionadas con la orientación, la identidad de género o la expresión de género.

Reconozca y pida ayuda. Cuando hable con alguien que es LGBTQIA+, reconozca y pida ayuda cuando no esté seguro de cómo hablar de algo.

Pregunte y escuche. Consulte a sus colegas y a sus seres queridos. Si muestran alguna señal de advertencia de suicidio, sea directo y pregunte. Dígalos que está bien hablar de los sentimientos suicidas. Escuche su historia sin ofrecer consejo ni juicio. Para obtener más orientación sobre las medidas que puede tomar para ayudar a alguien que piensa en el suicidio, visite www.bethe1to.org.

Terminología LGBTQIA+. Conocer las palabras y frases adecuadas es una parte importante del trabajo hacia la plena igualdad LGBTQIA+. [Un glosario de términos](#) es una buena manera de avanzar en su competencia.

Enlace a recursos de ayuda. Colabore con su colega o con su ser querido para conseguir la ayuda que pueda necesitar.



Si no está seguro de por dónde empezar, diríjase a su programa de asistencia al empleado Perspectives Employee Assistance Program (EAP) para obtener apoyo confidencial y acceso a recursos.

Llame o envíe un mensaje de texto 24/7 | 800.456.6327

