



5 Maneras de Mostrar Gratitude a sus Compañeros de Trabajo

¿Está usted listo para demostrar su aprecio por sus compañeros de trabajo? Comience con estos cinco consejos y descubra cómo la gratitud reduce el estrés y aumenta el optimismo.

1. **Sea específico al agradecer.**
2. **Reconozca lo bueno durante las reuniones del equipo.**
3. **Ofrezca su ayuda, incluso si solamente puede ayudar de manera indirecta.**
4. **Deje notas con mensajes divertidos y felices.**
5. **Dígale a los demás cuando alguien haga un esfuerzo especial.**

 **¿Quiere saber más?**

Obtenga más información en
PacificSource.com/gratitude



5 Maneras de Mostrar Gratitude a sus Compañeros de Trabajo

¿Está usted listo para demostrar su aprecio por sus compañeros de trabajo? Comience con estos cinco consejos y descubra cómo la gratitud reduce el estrés y aumenta el optimismo.

1. **Sea específico al agradecer.**
2. **Reconozca lo bueno durante las reuniones del equipo.**
3. **Ofrezca su ayuda, incluso si solamente puede ayudar de manera indirecta.**
4. **Deje notas con mensajes divertidos y felices.**
5. **Dígale a los demás cuando alguien haga un esfuerzo especial.**

 **¿Quiere saber más?**

Obtenga más información en
PacificSource.com/gratitude



5 Maneras de Mostrar Gratitude a sus Compañeros de Trabajo

¿Está usted listo para demostrar su aprecio por sus compañeros de trabajo? Comience con estos cinco consejos y descubra cómo la gratitud reduce el estrés y aumenta el optimismo.

1. **Sea específico al agradecer.**
2. **Reconozca lo bueno durante las reuniones del equipo.**
3. **Ofrezca su ayuda, incluso si solamente puede ayudar de manera indirecta.**
4. **Deje notas con mensajes divertidos y felices.**
5. **Dígale a los demás cuando alguien haga un esfuerzo especial.**

 **¿Quiere saber más?**

Obtenga más información en
PacificSource.com/gratitude

