Henri Airava

Henri me comunicó que el dia que realize el test psicológico, perdió algo la concentración al durar 4 horas, ser a ultima hora de la tarde además de sorprenderle el tipo de proguntas que encontró. Debido a esto penso en exceso algunas de las preguntas .

Dice haber vivido ansiedad durante la pandemia por la inestabilidad economica. Todo esto le tiene preocupado. La forma que tiene de abordar la ansiedad es comunicandose con su mujer y sus amigos intimos, esto le hace calmarse interiormente y proceder con su dia a dia en normalidad. Esto puede ser la causa de dar valores altos de ansiedad en el test.

Actualmente entrena a pilotos. Es reflexivo , tiene escucha active y capacidad de adaptacion . Es organizado, comunicador, le gusta analizarse y ver que puntos puede mejorar, a veces dice ser demasiado critico con el mismo cuando algo no sale como a el le hubiera gustado.

Le gusta trabajar en equipo. Comenta que es importante tener en cuanta las opiniones de los compañeros y en otros momentos criticos, ser asertivo..

Dice estar trabajandose la templanza ante discusiones, donde cada vez actua mas desde la calma. En situaciones de estres, sabe mantener el control, aqui copio literal algunos ejemplosde de situaciones estresantes en su entorno laboral. donde ha tenido que mantener la mente fria y actuar eficacia.

“Una buena herramienta para manejar el estrés en mi entorno laboral es identificar las amenazas en el vuelo diario. Con un buen plan de mitigación y con una buena comunicación, el equipo de cabina trabaja mejor y el trabajo se vuelve más fácil y se reduce el estrés si lo hay. Ejemplo. Estaba entrenando en línea con un nuevo

Relief Captain en su primer vuelo con el B787 al aeropuerto Kennedy de Nueva York. También era la primera vez que volaba que èl volaba a EE. UU. Las condiciones del viento eran bastante fuertes y era un día con mucho tráfico, lo habitual en en Nueva York. el estudiante tuvo problemas para manejar el aire acondicionado. Durante aproximaciones y situaciones como esta, mentalmente me recuerdan la importancia de mantener en control de la situación y eso hace que la situación sea más fácil de manejar. Debido al enfoque inestable ordené una vuelta y durante la vuelta tuve que tomar el control del avión debido a la inacción del estudiante. Después del vuelo tuvimos una larga discusión sobre lo sucedido.

Como comandante e instructor de línea, situaciones como esta a veces pueden ser estresantes debido a la falta de apoyo de los estudiantes. Mi forma de gestionar estas situaciones es definir claramente los límites de seguridad y también informar a los estudiantes de antemano qué esperar en diferentes situaciones. Asegurándose de que el piloto está complemente entrenado para situaciones venideras. El entrenamiento en línea necesita definir límites de seguridad más altos cuando actuar y tomar los controles. Esto hace que la situación sea más fácil de manejar y reduce el estrés. Tengo otro ejemplo en mente, pero la técnica para manejar el estrés sigue siendo la misma que la mencionada anteriormente. Al pensar, planificar y comunicarse con anticipación, el trabajo será más fácil y menos estresante. Como mencioné por teléfono, me sorprendió bastante la pregunta de ansiedad. No siento ninguna ansiedad con respecto al trabajo en sí pero, por supuesto, la corona me ha hecho preocuparme a veces por el futuro con respecto a la situación económica de mi familia. Hice la prueba AON el sábado por la noche después de un largo día, por lo que podría haber afectado mi concentración y mis respuestas.

APTO