

La UPRL informa

5 CLAVES PARA MANTENER UN BUEN AMBIENTE DE TRABAJO

El rendimiento de un trabajador está directamente relacionado con el clima laboral (medio físico, material y humano) en el que una persona desarrolla su actividad cotidiana. Su calidad influye directamente en la satisfacción y productividad de los trabajadores.



María Inmaculada López Núñez, experta en clima laboral y doctora en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, explica que “hay estudios que indican que el 60% de los trabajadores tienen su talento dormido, no aprovechan sus capacidades ni se encuentran motivados para desempeñar su trabajo”. Desde la crisis económica muchas organizaciones y compañías han dejado de preocuparse por la “salud” de la organización. Esto puede llegar a crear un ambiente tóxico.

“Desconfianza, miedo, disfunciones dentro de la empresa”, son algunas de las consecuencias de un mal ambiente que enumera Idoia Gorroño, consultora de Recursos Humanos. Los efectos adversos para la salud de los trabajadores pueden llegar a ser físicos (problemas musculares) o psicológicos (estrés laboral, desmotivación, ansiedad). Por eso, el buen ambiente en el entorno laboral es necesario.

Factores que hay que tener en cuenta para propiciarlo:

1. **Confianza y comunicación.** Uno de los principales problemas con los que Idoia Gorroño, profesora de la UCM, se encuentra, son los problemas de confianza, que van ligados directamente a la credibilidad y a la comunicación dentro de las relaciones en la empresa.
2. **Estilo de gestión de personas o liderazgo.** El fracaso de los programas de gestión de las organizaciones se debe en un 70% a una salud frágil de la misma organización: baja motivación, alta rotación, absentismo, falta (y mal) liderazgo de la organización.

La UPRL informa

3. **Sintonía con la misión y compromiso.** El empleado tiene que tener claros sus objetivos dentro de la empresa. Es un valor añadido para la organización y debe tener cierta influencia dentro de su entorno.



4. **Valores corporativos.** Según algunas investigaciones, el

bienestar psicológico

no está asociado a una mayor cantidad de ingresos, sino al valor y satisfacción con esos ingresos. La gente no quiere simplemente realizar tareas, sino "ofrecer sus ideas, debatir con libertad, crecer profesionalmente y contribuir al futuro de la compañía", aclara la doctora en Psicología.



5. **Apoyo social.** Es el mejor protector del estrés laboral. La falta de apoyo social genera más insatisfacción y estrés que una gran carga de trabajo. "La gente prefiere sentirse a gusto en el trabajo que un aumento de sueldo", explica María Inmaculada López Núñez.

