

Para los líderes:

Apoyo al bienestar de los empleados

Para crear un entorno laboral saludable, los empleados y los directivos deben contribuir activamente al entorno laboral promoviendo la seguridad y el bienestar de todos los empleados. Una guía reciente del Foro Económico Mundial sugiere que las intervenciones deben adoptar un enfoque triple:

- Proteger la salud mental reduciendo los factores de riesgo relacionados con el trabajo.
- Promover la salud mental desarrollando los aspectos positivos del trabajo y las fortalezas de los empleados.
- Abordar los problemas de salud mental independientemente de la causa.

La guía destaca los pasos que las organizaciones pueden seguir para crear un lugar de trabajo saludable, entre ellos:

- Conciencia sobre el entorno laboral y cómo se puede adaptar para promover una mejor salud mental para los diferentes empleados.
- Aprender de otros líderes, empleados y organizaciones que promueven el bienestar en el lugar de trabajo.

Incluir a los empleados en los esfuerzos por desarrollar mejores políticas de salud mental en el lugar de trabajo

- Aumentar la conciencia sobre los recursos de salud mental y bienestar, como su Programa de Asistencia al Empleado.

Seis factores de riesgo en el lugar de trabajo a los que debemos prestar atención

¿Sabía que un ambiente de trabajo negativo suele ser una de las principales causas de los problemas de salud mental en los empleados, el consumo nocivo de sustancias o alcohol, el ausentismo y la pérdida de productividad? Por otro lado, los lugares de trabajo que promueven la salud mental y el bienestar tienen más probabilidades de reducir el ausentismo, aumentar la productividad y beneficiarse de las ganancias económicas asociadas.

Entonces, ¿cuáles son los factores de riesgo relacionados con el trabajo para la salud y el bienestar? En general, se dividen en varias categorías:

- Políticas de salud y seguridad inadecuadas.
- Malas prácticas de comunicación y gestión.
- Participación limitada de los empleados en la toma de decisiones o escaso control sobre su área de trabajo.
- Bajos niveles de apoyo a los empleados.
- Horario de trabajo inflexible.
- Tareas u objetivos organizacionales poco claros.
- Acoso y hostigamiento por parte de compañeros o supervisores.

Recuerde, su Programa de Asistencia al Empleado también está disponible para los gerentes. Ya sea que necesite asesoramiento, apoyo para equilibrar la vida laboral y personal o cualquier otro recurso, estamos aquí para ayudarlo a dar lo mejor de sí, en el trabajo y en casa.

COMPSYCH®

Asistencia en vivo 24/7

Llame al:

| TRS: Marque 711

Online: guidanceresources.com | Aplicación: GuidanceNowSM | ID web:

