



Colegio Tecnológico Pulmahue
Rancagua

23/03/2020

Guía Contenidos : Desarrollo y bienestar de personal 4°A

Muy buenos días, les dejo a continuación material para la semana del 23 al 29 de Marzo, lo que vamos a ver es material que refuerza la información que vimos la semana pasada.

En este pequeño texto verán el siguiente concepto.

En los planes de bienestar y desarrollo que ya hemos visto, anexamos estas 10 mediadas que sin duda serán un marco regulatorio para tener presente al momento de estar trabajando y ser parte de una empresa, que sin duda deberán ser un aporte significativo como profesionales Administrativos en Recursos Humanos.

10 medidas para fomentar el bienestar de los empleados

Contribuir en la mejora del **bienestar de los empleados** debe ser una de las principales prioridades de cualquier empresa u organización. De esta forma, no solo se aumenta la satisfacción del trabajador, sino que también lo hace su motivación, productividad y, en consecuencia, la de toda la empresa. A continuación, te detallamos un conjunto de posibilidades que se pueden poner en marcha en la empresa para que los **empleados estén más a gusto** en su puesto de trabajo.



10 medidas para fomentar el bienestar de tus empleados

1.- Equilibrio entre el trabajo y la vida familiar

Tomar medidas para **conciliar la jornada laboral** de tu empleado con su vida personal es una de las cosas que hace sentir mejor a tus empleados. Permitir una flexibilidad horaria, ofrecer la opción del teletrabajo o incluso ofrecer el servicio de guardería en tu empresa son algunas opciones que valorará más tu empleado.

2.- Mejora constante de los espacios de trabajo

La gran cantidad de horas que se pasan trabajando hacen que la **comodidad en el puesto de trabajo** pase a ser un factor de vital importancia. Tener una buena silla ergonómica, un potente ordenador, software actualizado, material de calidad o una máquina de café son factores que contribuyen directamente en el **bienestar del trabajador**.

3.- Proponer retos y objetivos

A la mayoría de personas les encantan los retos ya que son una forma de demostrar su valía y superarse, sobre todo si van acompañados de algún tipo de recompensa: ascensos, aumento de sueldo, etc. Es importante que los objetivos sean siempre viables, medibles y que planteen un desafío. De esta forma su consecución hará que tus **empleados se sientan satisfechos**.

4.- Obtener reconocimiento continuo

Sentir el agradecimiento de sus superiores por el trabajo realizado es uno de los factores más importantes para la mayoría de trabajadores. Además, premiar los logros, tanto económicamente como a través de otros incentivos, es una forma de hacer más palpable este reconocimiento y con aún más impacto de cara a la **satisfacción de tu empleado**.

5.- Formación constante

Ofrecer **facilidades al trabajador** para que mejore sus habilidades y conocimientos suele ser muy valorado y ofrece muchas ventajas también para la empresa ya que los empleados se vuelven más capaces y ven aumentada su autoestima y satisfacción.

6.- Fomentar el buen ambiente laboral

Organizar actividades fuera de la oficina, como **team building o afterworks**, contribuye directamente a la **mejora del ambiente laboral**, uno de los elementos más valorados por los trabajadores.

7.- Promover la participación activa de los empleados

Debes buscar siempre el consenso en todas las decisiones de la empresa, involucrando a los empleados, ya sea mediante reuniones o dinámicas participativas. De esta forma, se conseguirá la identificación de tus empleados con la organización con todas las **ventajas** que esto representa.

8.- Ofrecer las máximas facilidades para la comida

Alimentarse de forma **saludable** cada día es uno de los factores más importantes que contribuyen al bienestar de cualquier persona. Ofreciendo un menú variado al mediodía conseguirás el **bienestar y agradecimiento de tus empleados** y además harás que disminuya su fatiga. También es importante habilitar un espacio designado para que aquellos trabajadores que prefieran traer su propia comida tengan también la posibilidad de hacerlo.

9.- Incentivar un estilo de vida saludable

Además de facilitar la alimentación sana en el trabajo, hay otras acciones que ayudarán a reforzar una vida más saludable a tus trabajadores. Organizar actividades deportivas dentro de la empresa, colaborar en los costes de las actividades físicas o incluso facilitar la movilidad en bicicleta son algunas de las acciones que se pueden llevar a cabo. Además, es importante sensibilizar acerca de los perjuicios que causa el tabaco y ofrecer programas para dejar de fumar.

10.- Promover la salud laboral

Por último y uno de los factores más importantes para mejorar el bienestar de tus trabajadores: implicar a todos los miembros de la organización en la **promoción de la salud y el bienestar** ayudará al desarrollo mental del trabajador y, en consecuencia, aumentará la productividad individual y colectiva. Ofrecer a los cargos superiores cursos para que aprendan a manejar el estrés y, por otro lado, ofrecer a los empleados cursos de relajación son ejemplos que pueden ayudar a corto plazo.

En definitiva, el trabajo configura una **parte fundamental del proyecto vital** de la mayoría de personas y para su realización se dedica una gran cantidad de tiempo, esfuerzo, energía y muchas veces también años de estudio y preparación. Por este motivo, los trabajadores tienen muchas **expectativas y deseos** para su experiencia laboral: reconocimiento, respeto, realización personal, sentimiento de valía, sentirse útiles, interactuar con los demás.

Es responsabilidad de las empresas no defraudar a sus empleados y emplear todos los esfuerzos y recursos posibles en su **bienestar y motivación**. En realidad, se trata de una inversión con un retorno positivo para tu organización en forma de **aumento de la rentabilidad y la productividad**.

Espero que estén todos muy bien junto a sus familias, por favor no se expongan o salgan mucho y siempre tener conciencia de cuidarse y cuidar a los que los rodean.

Un abrazo grande.