La relación de la **felicidad** laboral en el éxito empresarial

Muchas **compañías en Chile han comenzado a preocuparse** del tema y de su efecto en sus ambientes de trabajo. La razón: los empleados más felices son más fieles a sus empresas y producen más y mejor.

Texto: **JORGE ENGLISH G.** Ilustración: **MIGUEL VARGAS**

POCO a poco las empresas chilenas han ido tomando conciencia de la importancia de alcanzar un buen clima laboral para así atraer y retener talento. Y, con el mismo fin, en forma creciente se están preocupando de generar condiciones de trabajo no directamente relacionadas con la remuneración, introduciendo horarios flexibles, pausas saludables y comunicación interna fluida, entre otras cosas. Estos temas, en la práctica, se relacionan con otro asunto: la "felicidad" en el trabajo.

Esta palabra o concepto, que para muchos tiene poco que ver con lo laboral, se vincula directamente con los niveles de bienestar y crecimiento que un empleado puede lograr en su organización. La noción subyacente es que un trabajo no sólo es el sueldo de fin de mes, sino también un espacio para desarrollarse, generar relaciones significativas, nuevos desafíos y logros.

"Cuando el único enfoque es la rentabilidad, no es posible hablar de felicidad constante y duradera en el trabajo", puntualiza Constanza Imperatore, directora de Desarrollo Organizacional de eClass. La verdadera felicidad, dice, se concreta cuando las jefaturas logran monitorear las emociones, a través del involucramiento y focalización del trabajo, promoviendo emociones positivas y manteniendo relaciones sanas en los equipos.

Sin embargo, el 76% de los trabajadores en Chile dice estar insatisfecho con su trabajo, y un 90% está pensando en un cambio laboral. Además, la prevalencia de síntomas depresivos ha aumentado en los últimos años en el país. Sin embargo, son escasos los estudios que abordan directamente la felicidad en el trabajo. Hay muchas

mediciones de clima, que no es lo mismo. La consultora VE Asociados ha realizado sus propios análisis, con un universo de 2.300 personas que han respondido un test, concluyendo que un 59% está feliz en su trabajo. "Eso implica tener un 4 en la escala de notas tradicional. Sin duda, nos queda harto por hacer en esta área", afirma el socio de la firma, Felipe Ares.

Para mejorar estos índices, señala, las empresas y los jefes tienen que jugar un rol fundamental, siendo responsables de dar forma a las condiciones necesarias que lleven a sus trabajadores a encontrar bienestar y crecimiento.

"Pero además -añade Ares- hay mucha evidencia científica que demuestra que los trabajadores más felices son más productivos, se enferman menos, tienen menos ausentismo y rotación. Por lo mismo, hoy es una tendencia a nivel mundial, que vuelve el foco a las personas como el eje principal del bienestar".

Ambientes positivos

La felicidad es una experiencia, y como tal es personal, individual y subjetiva. En un contexto laboral, puede ser definida como una experiencia de alegría, satisfacción o bienestar positivo, combinada con la sensación de que el trabajo que se desempeña es bueno, potencia el desarrollo, se aprende, hay una sensación de estar disfrutando, a veces incluso se siente pasión. Es decir, que el trabajo tiene sentido y vale la pena estar ahí. En eso influyen numerosos factores, entre ellos la positividad versus la negatividad.

"Los estudios muestran que en entornos donde existe una mayor frecuencia de emociones positivas, frases positivas, halagos y saludos, se produce un aumento de la experiencia de florecimiento personal", comenta José Miguel Aravena, director de los programas de formación del área organizacional de la Facultad de Psicología de la Universidad del Desarrollo.

Por otro lado, las frases negativas marchitan a los colaboradores y éstos reducen su ámbito de acción. En consecuencia, cultivar espacios laborales expansivos alegres, distendidos y positivos aumentan las probabilidades de trabajos más felices.

De hecho, está comprobado que experimentar felicidad en el trabajo tiene infinitas ventajas. Entre las más relevantes, el aumento de la esperanza de vida, una menor incidencia de enfermedades y mejor pronóstico cuando enferman, así como relaciones de pareja más saludables. "Las personas felices generan climas laborales más positivos, aportan más a sus organizaciones, se involucran más, disfrutan más y ganan más", asegura Aravena.

Acciones para tener trabajadores contentos

Propiciar ambientes que lleven a tener empleados contentos con sus labores no es tan complicado. Según Constanza Imperatore, de eClass, existen varias acciones concretas para hacer felices a los trabajadores, como la flexibilidad horaria, capacitaciones y cursos, apoyo económico para actividades deportivas, frutas y verduras sin costo todos los días o costurería en la oficina.

"Estos pequeños beneficios pueden significar para el colaborador la diferencia entre quedarse o cambiarse a la competencia", sentencia Imperatore.