

El coronavirus cambió la forma de vivir la cotidianidad, las costumbres y hasta la forma de trabajar. Tras varios meses de cuarentena, el home office se ha convertido en una realidad para la gran parte de las empresas, y si bien se ha demostrado que, a nivel internacional, la productividad se incrementó en un 28%, existen otros factores sobre esta práctica que pueden afectar a los colaboradores.

En Chile, de acuerdo con un estudio de Randstad, la implementación del teletrabajo en el país llegó a 72% durante la semana del 16 de marzo. Sin embargo, el 53% de los encuestados reconoce que su organización tiene nula o intermedia capacidad para realizar teletrabajo considerando que, para que esta modalidad funcione correctamente, tiene que existir una infraestructura y tecnología adecuada.

Anuncio Patrocinado

Claudia Sáez, psicóloga y gerente de RRHH de Sodexo, explica que “en tiempos excepcionales como los que estamos viviendo es necesario que los líderes y jefes de las organizaciones tengan especial atención con el bienestar de sus colaboradores a la hora de trabajar, para así influir en su satisfacción y motivación, ya que no solo es complejo trabajar bajo estas circunstancias, sino que también afecta el ámbito personal”. Para eso, Sáez, identificó los principales desafíos a la hora de trabajar en casa y así encontrar una solución:



WAVM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

-  Impresiones
-  Manejo de redes sociales
-  Videos y fotografías profesionales

 **Conversemos**
por WhatsApp



Largas jornadas de trabajo

Muchos trabajadores han notado que estando en casa es difícil apagar la computadora y dejar para mañana esos correos o tareas que se presentan tras finalizar la jornada laboral. Podría parecer normal asumir que, al estar en casa, el colaborador estará disponible todo el día. Al final, las restricciones para salir los mantienen en casa. Sin embargo, es importante descansar y saber desconectarse. Y al mismo tiempo, los buenos líderes, deben saber respetar el horario laboral.

Falta de comunicación y compromiso

Estar lejos representa un reto de comunicación para cualquier tipo de relación, más aún cuando no es un modelo de trabajo que se ejecute normalmente. Es importante que estés al pendiente del bienestar de tus colaboradores y de encontrar la manera de comunicarles que son parte de un equipo, aunque no se encuentren en el mismo lugar.

Problemas técnicos

Algunas veces no es que el colaborador no quiera realizar sus tareas, sino que existen problemas en casa fuera de su alcance. Conexión a internet, falta de equipo, escritorio o fallas en la luz pueden ocasionar que los colaboradores no rindan al 100%. Y es que, en la oficina, cada empleado cuenta con un espacio exclusivo para ellos, una silla adecuada y lo básico para desempeñar sus funciones, cosas tan cotidianas que pueden pasar desapercibidas, pero cobran relevancia cuando no se tienen. Procura proveer a tus colaboradores las herramientas fundamentales, te sorprenderá la efectividad y eficiencia que un simple detalle puede generar.

Falta de organización y metas

Trabajar a distancia no solo es un reto para los empleados, sino para el área de recursos humanos y los líderes de cada equipo. No es lo mismo poder supervisar o monitorear el desempeño de tus empleados de manera presencial, por lo que tu método debe cambiar. Trabajando vía home office puede resultar más eficiente un plan por objetivos en el que los empleados no estén tan apegados a un horario, sino a cumplir con metas fijadas previamente por ambas partes.

Conflictos familiares

Los problemas familiares suelen impactar en el desempeño laboral y viceversa, si consideras

que ahora tus colaboradores se encuentran en el mismo espacio trabajando y conviviendo con sus familias, la situación puede salirse de control. Para solucionarlo, puedes realizar actividades a distancia que integren a las familias, respetar sus horarios laborales y brindarles la capacitación necesaria para enfrentar esta situación.

Problemas físicos y emocionales

Muy de la mano del problema anterior se encuentran los problemas personales derivados tanto del trabajo como del encierro. Algunos de los más frecuentes son

- Insomnio y episodios de ansiedad que estén alterando el ciclo del sueño
- Estrés o explosividad
- Sedentarismo y consumo elevado de comida chatarra (azúcares y carbohidratos)
- Problemas ergonómicos y dolores relacionados
- Arrebatos emocionales
- Ansiedad

En Sodexo hemos acompañado a nuestros equipos, entre otras cosas, a través de talleres online que entreguen consejos de cómo trabajar desde casa y/o sobrellevar la carga laboral-familiar; así también algunos dirigidos a las jefaturas para el desarrollo de reuniones efectivas. Como equipo de Recursos Humanos estamos desarrollando Virtual Coffee dirigido a los managers con el objetivo de generar espacio de contención y entrega de herramientas para sostener el trabajo en esta contingencia.

y tú, ¿qué opinas?