

Día internacional de la felicidad: tu relación con con tu jefe, determina tu felicidad en el trabajo

La relación que tengas con tu jefe, determina gran parte de la felicidad y el bienestar que logres en el entorno laboral. Día internacional de la felicidad.

MONTERREY, NL, MEXICO, March 12, 2024 /EINPresswire.com/ -- La felicidad es el fin último de la vida humana, un estado efímero que perseguimos constantemente a través de diversos medios: desde la búsqueda de la estabilidad económica hasta la construcción de relaciones interpersonales significativas. El 20 de marzo, celebramos el Día Internacional de la Felicidad, una ocasión para reflexionar sobre la importancia de este concepto en nuestra vida y, especialmente, en el ámbito laboral.



“

En el día internacional de la felicidad, los mandos medios definen la felicidad en la empresa.”

Jaime Leal

En las últimas décadas, la felicidad ha cobrado un papel central en el mundo corporativo. Las empresas reconocen cada vez más cómo el bienestar de sus empleados impacta directamente en los resultados financieros. No es una coincidencia que instituciones académicas de renombre, como la Universidad de Harvard, hayan incorporado clases dedicadas exclusivamente al estudio de la felicidad,

dirigidas por expertos como Tal Ben Shahar.

Existen algunas organizaciones que se especializan en la felicidad en el trabajo, algunas organizaciones han llegado al punto de valorar no solamente la compensación económica que ofrecen a sus colaboradores, sino que también miden y buscan mejorar la compensación emocional que estos reciben por parte de la organización.

El Dr. [Jaime Leal](#), director del Instituto Canadiense [Emotional Paycheck®](#), especializado en la

felicidad en el trabajo y el [salario emocional](#), destaca que el bienestar emocional es esencial para el éxito de las organizaciones. Mientras que el salario económico atrae a los colaboradores, es el salario emocional lo que garantiza su compromiso y satisfacción laboral.

Investigaciones cómo “Quitting your boss? The role of manager influence tactics and employee emotional engagement in voluntary turnover»

(¿renuncias a tu jefe? El rol de la

influencia de las tácticas gerenciales y el compromiso emocional de los empleados en la renuncia voluntarias) escrito por Cristopher Reina, han demostrado que las malas relaciones con los superiores son una de las principales razones por las que los empleados renuncian a sus trabajos. Por lo tanto, capacitar a los líderes de todos los niveles para promover un ambiente de trabajo positivo es crucial para fomentar la felicidad en las organizaciones.

El Dr. Leal nos dice: «son los mandos medios quienes tienen la misión de reducir la rotación de personal, ellos son quienes forman la cultura, buena o mala, que se tienen en las organizaciones. Recursos humanos contrata, pero es el mando medio el que despide. ¡Así de sencillo!»

Sin embargo, promover el bienestar en el lugar de trabajo no es una tarea sencilla. Cada individuo tiene diferentes motivaciones y necesidades, lo que hace que la compensación emocional sea más compleja de manejar que la compensación económica. Es aquí donde entran en juego herramientas de psicología positiva, motivación y liderazgo emocional.

La salud es otro factor determinante en la búsqueda de la felicidad. El estrés laboral se ha relacionado con una serie de problemas de salud, desde dolores de cabeza hasta enfermedades cardiovasculares. Un entorno laboral que fomente la comunicación, el respeto y el equilibrio entre la vida personal y profesional es esencial para el bienestar físico y emocional de los empleados.

Según Jaime Leal, autor del libro: El método del salario emocional, existen seis categorías de bienestar que los líderes deben cuidar para promover la felicidad en el trabajo:

Bienestar Social: Reconocimiento y aprecio por el trabajo realizado.

Bienestar Comunitario: Establecimiento de relaciones positivas en el lugar de trabajo.

Bienestar de Carrera: Claridad sobre el crecimiento profesional y personal dentro de la organización.



Eres feliz en el trabajo? Día internacional de la felicidad.

Bienestar Físico y Emocional: Promoción de un ambiente laboral saludable.

Bienestar Financiero: Educación y apoyo para una gestión financiera adecuada.

Bienestar Espiritual: Respeto por las creencias individuales y la conexión con valores personales.

Cada una de estas categorías del bienestar debe ser cuidada tanto por las políticas organizacionales, como por las prácticas diarias de cada uno de los mandos medios en la organización, cada uno de los colaboradores en la empresa tendrá un distinto tipo de salario emocional, así como la felicidad es distinta en cada persona y cambia a través del tiempo, así el salario emocional se va modificando, nos provee de diversos accesos a la felicidad, dependiendo de la etapa de vida en la que nos encontramos, las herramientas con las que contamos, y la evaluación que tenemos en las otras categorías.

Un colaborador que no tiene reconocimiento por parte de sus mandos, medios o sus compañeros de trabajo, puede ser que incluso, otorgue poco valor al dinero que recibe por parte de la empresa, debido a que no encuentra ese reconocimiento que también es importante, no quiere decir que vaya a rechazar el pago económico, pero este no tiene el mismo significado debido a que no encuentra el reconocimiento que también está buscando. En el libro la fogata del bienestar, se menciona el caso de una persona que renunció a un empleo bien pagado simplemente porque no encontraba un balance entre su vida personal y su vida laboral, simplemente vivía trabajando. Un ejemplo, que no es difícil de imaginar.

¿Qué rol juega la empresa en el día internacional de la felicidad? ¿Cómo pueden los líderes fomentar la felicidad en el trabajo? ¿por qué es que esta responsabilidad recae sobre empresas y líderes? Pues bien, la empresa se ha convertido en la nueva escuela de los adultos, es labor de cada una de las organizaciones capacitar a su personal para que realice las funciones que le competen, pero también es importante que eduquen a su personal para encontrar la felicidad más fácilmente, entender estas seis categorías nos puede ayudar a tener mucho mejor posibilidad de encontrar la felicidad en el trabajo.

En el Día Internacional de la Felicidad, es fundamental reflexionar sobre estas categorías y cómo se encuentran implementadas en nuestra organización. ¿Qué categoría del bienestar se debería mejorar en tu empresa? ¿Qué podemos hacer para mejorarlas y promover un ambiente laboral más feliz y saludable? La felicidad en el trabajo es una meta alcanzable si trabajamos juntos para crear las condiciones adecuadas para su desarrollo.

20 de marzo, una buena oportunidad para revisar la felicidad en la organización.

Jaime Leal

Fuentes:

Reina,

Jaime Leal

Emotional paycheck Institute of Canada

[email us here](#)

Visit us on social media:

[LinkedIn](#)

[Instagram](#)

[YouTube](#)

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/695175395>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2024 Newsmatics Inc. All Right Reserved.