

Company Name: _____ Dept: _____ Location: _____ Date: _____

#63

Estrés

Las personas experimentan estrés en muchas partes de sus vidas. Aunque el estrés es un elemento esencial de muchas actividades en el trabajo y en el hogar, el estrés se vuelve dañino cuando alcanza una intensidad que comienza a perjudicar las actividades diarias. El enfoque de este folleto es el estrés dañino que surge de situaciones de trabajo, en oposición al estrés generado por la vida personal de un empleado. El estrés perjudicial en el lugar de trabajo tiene ha sido asociado con:

- Trabajos que demandan mucho de los empleados a la vez que les permiten poco control sobre cómo se realiza el trabajo,
- Entornos de trabajo que son inseguros y / o incómodos, y
- Prácticas organizacionales que excluyen la participación o aporte de los empleados. Este folleto ofrece sugerencias para reducir el efectos potencialmente dañinos del estrés relacionado con el trabajo en empleadores y empleados. Yo.

Además del costo financiero del estrés en el lugar de trabajo, los empleadores también deberían preocuparse por el impacto adverso del estrés en el lugar de trabajo. en la capacidad de una empresa para competir en el mercado. Invertir en la reducción del estrés en el lugar de trabajo puede generar importantes beneficios en los negocios productividad y competitividad.

¿Qué se puede hacer con respecto al estrés en el lugar de trabajo? Hay muchas maneras de reducir el nivel de estrés en el lugar de trabajo. Implementando exitosamente las medidas de manejo del estrés en el lugar de trabajo dependen de:

- Valorar el bienestar de sus empleados mientras están en el trabajo,
- Ser flexible al abordar cualquier problema de estrés en el lugar de trabajo, y
- Crear y mantener líneas abiertas de comunicación entre usted y sus empleados

Al fomentar conversaciones bidireccionales con sus empleados sobre cuestiones de estrés, los empleadores pueden alentar a los empleados a sugerir soluciones a los problemas que experimentan en el trabajo.

Debe tenerse en cuenta el conocimiento de sus empleados sobre el lugar de trabajo al evaluar cualquier solución sugerida para los problemas de estrés en el lugar de trabajo. Así como las actividades en el lugar de trabajo pueden producir estrés en la vida de un empleado, los factores personales pueden hacer lo mismo, porque el empleado el estrés personal puede aumentar el efecto del estrés perjudicial en el lugar de trabajo.

Meeting Conducted By:

Meeting Attended By:

Print Name

Signature

Notes & Suggestions

Document Filing Reference