



¿CÓMO CONSEGUIR UN EQUIPO ENGAGED-IMPLICADO?



CEEI
VALENCIA
CENTROS EUROPEOS DE
EMPRESAS INNOVADORAS

foro
Creación de
empresas

V.U.C.A



HIPER COMPETITIVIDAD

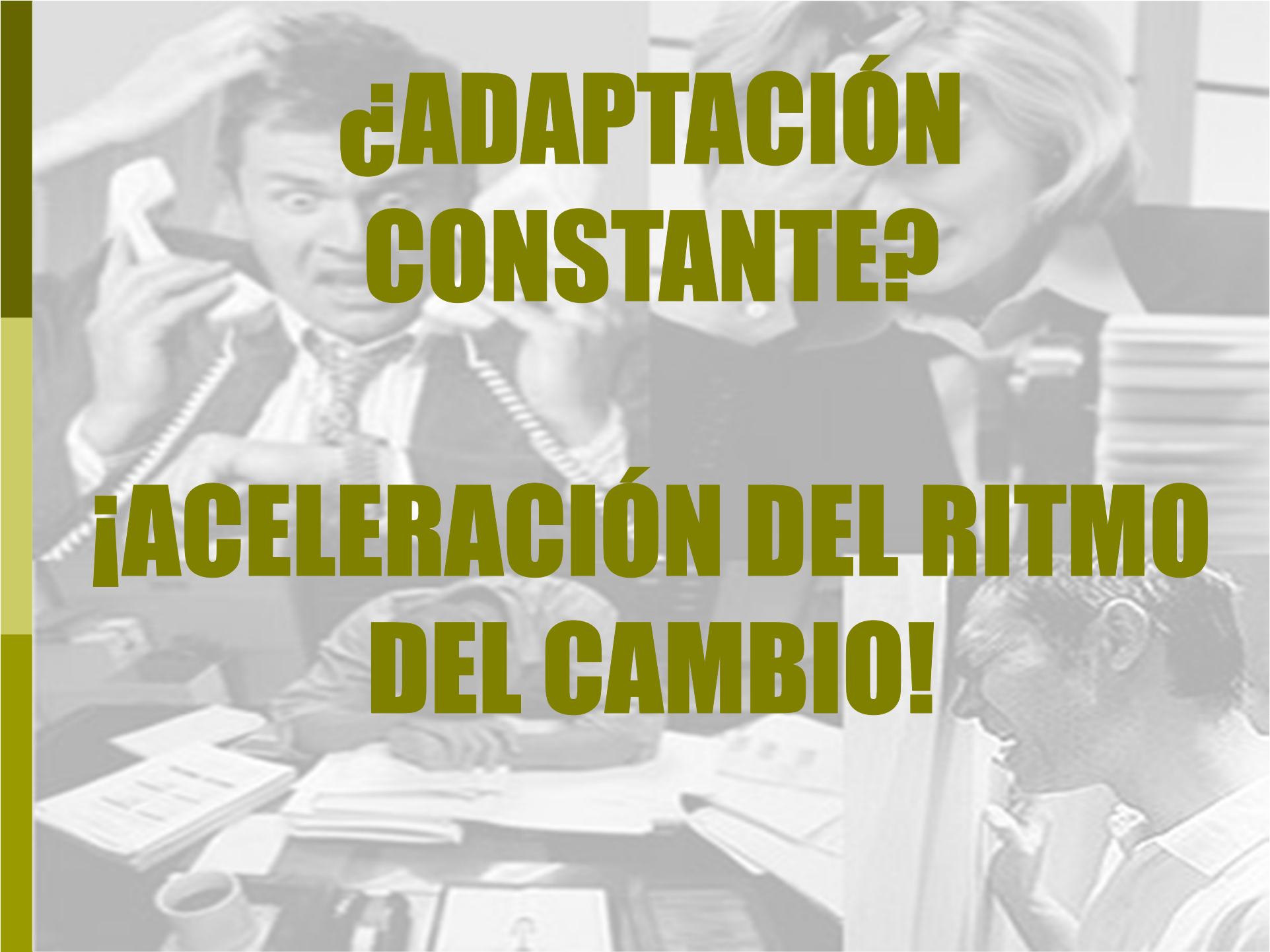


IMPACTO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS



ACORTAMIENTO CICLO PRODUCTOS Y SERVICIOS





**¿ADAPTACIÓN
CONSTANTE?**

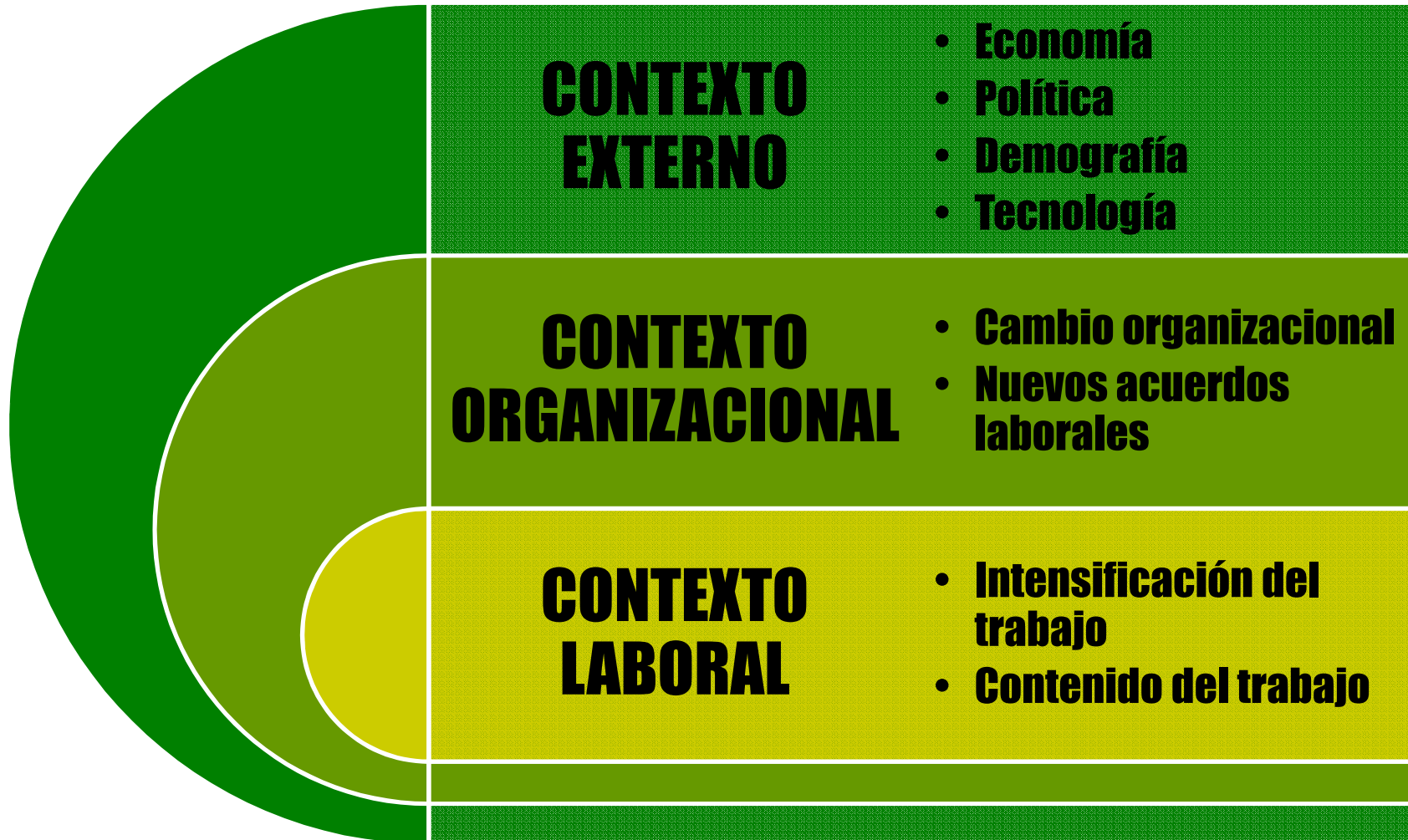
**¡ACELERACIÓN DEL RITMO
DEL CAMBIO!**

ENTORNOS VUCA

- **En el actual mundo laboral se están originando una serie de cambios.**
- **¿Qué significa eso para los empleados de las organizaciones actuales?**
- **Los cambios en el mundo laboral exigen la existencia de empleados «engaged» en su trabajo.**
- **El capital humano se vuelve cada vez más importante porque el trabajo se tiene que hacer con menos personas.**
- **Las organizaciones actuales necesitan empleados que sean capaces y estén dispuestos a invertir psicológicamente en sus puestos de trabajo.**

M. Salanova.

CONTEXTOS DEL CAMBIO



DEMANDAS/RECURSOS LABORALES

BIENESTAR PSICOSOCIAL

CONDUCTAS LABORALES

Existen determinados recursos –laborales y personales- que permiten reducir dichos riesgos, favoreciendo la salud psicosocial de los trabajadores

RECURSOS LABORALES:

- Tarea (ej. autonomía, feedback).
- Social (ej. clima apoyo social).
- Organizacional (ej. participación en la toma de decisiones, trabajo en equipo).

RECURSOS PERSONALES:

- Eficacia.
- Optimismo.
- Resiliencia.
- Autoconfianza.

Salud Psicosocial:

- Engagement, Flow.
- Satisfacción.
- Compromiso.

En el momento de la evaluación, se puede potenciar el engagement para conseguir aumentar...

Potenciando el engagement

conseguimos aumentar...

Productividad
Desempeño.
Calidad del trabajo.
Absentismo.

¿QUÉ ES EL ENGAGEMENT?

- **El engagement es un estado psicológico positivo que se caracteriza por altos niveles de energía, dedicación y entusiasmo por el trabajo, así como total absorción y concentración por la actividad laboral (Salanova y Schaufeli, 2004).**
- **El engagement tiene tres dimensiones: vigor, dedicación y absorción.**



DIMENSIONES DEL ENGAGEMENT

- ❑ **Absorción:** se produce cuando se esta totalmente concentrado en el trabajo y se siente que el tiempo “pasa volando”, se produce una dificultad por desconectar de la actividad que se está realizando debido a las altas dosis de disfrute y concentración experimentados.



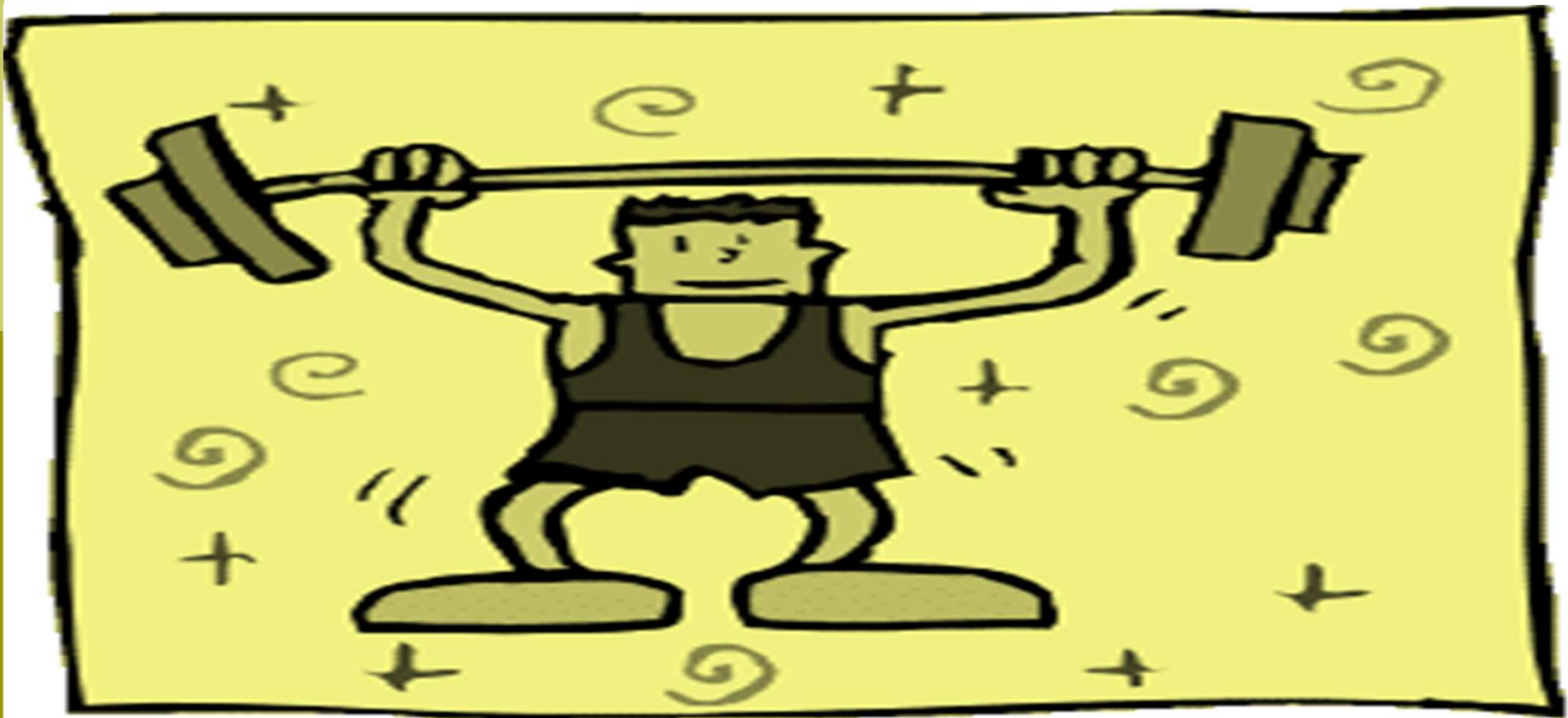
DIMENSIONES DEL ENGAGEMENT

- ❑ **Dedicación:** denota alta implicación laboral, junto con la manifestación de sentimientos de significado, entusiasmo, orgullo, inspiración y reto por el trabajo.



DIMENSIONES DEL ENGAGEMENT

- ❑ **Vigor:** se caracteriza por altos niveles de energía y resistencia mental mientras se trabaja, el deseo de invertir esfuerzo en el trabajo aún a pesar de las dificultades.



EQUIPOS ENGAGED

- **Una de las estrategias personales que fomentan el engaged es mejorar nuestra calidad de vida.**
- **Para mejorar nuestra calidad de vida, mencionaremos algunas estrategias que nos ayudaran a vivir mejor y a desarrollarnos personalmente.**

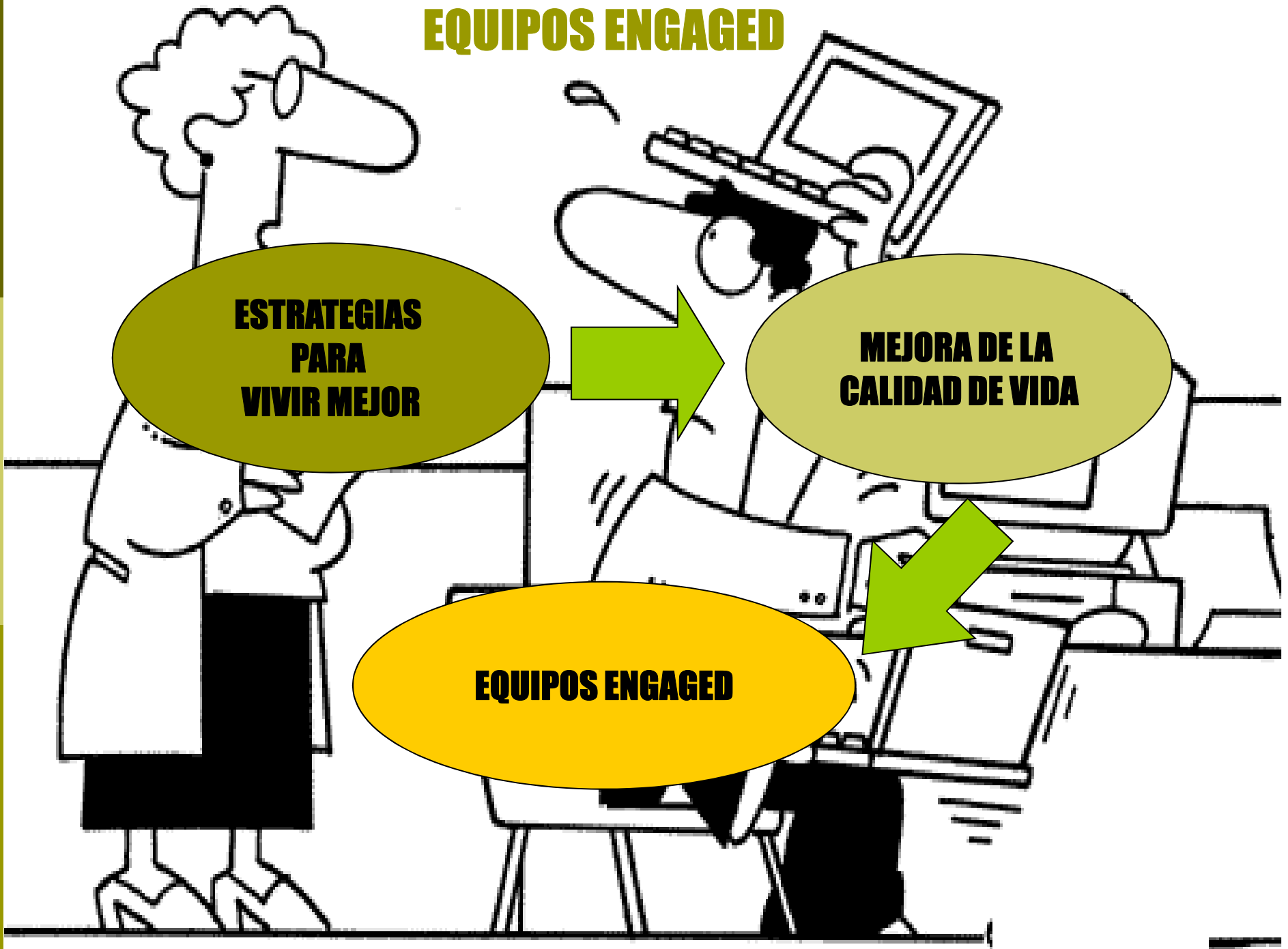


EQUIPOS ENGAGED

**ESTRATEGIAS
PARA
VIVIR MEJOR**

**MEJORA DE LA
CALIDAD DE VIDA**

EQUIPOS ENGAGED



ESTRATEGIAS PARA VIVIR MEJOR: DESARROLLO DE RECURSOS PERSONALES

- 1. Cuidado de la mente y del cuerpo.**
- 2. Practicar fortalezas.**
- 3. Mejorar nuestras relaciones sociales.**
- 4. El estilo de pensamiento optimista.**
- 5. Toma de decisiones adaptativas.**
- 6. Resiliencia.**
- 7. Encontrar el flow.**



CUIDADO DE LA MENTE Y DEL CUERPO

- 1. Realizar ejercicio físico continuado incrementa el sentimiento de competencia y control, ofrece distracción y recuperación del trabajo, además favorece el contacto social y propicia cambios fisiológicos agradables.**
- 2. Descanso adecuado.**
- 3. Meditación.**

POTENCIAR FORTALEZAS



PRACTICAR FORTALEZAS

- ❑ **Identifica tus fortalezas y utilízalas cada día durante una semana, utilízalas en nuevas y diferentes maneras.**
- ❑ **Enlace web de fortalezas, ¡averigua cuales son tus 5 fortalezas más importantes!:**
- ❑ **<http://spanish.authentic happiness.org/>**



MEJORA DE LAS RELACIONES SOCIALES

- ❑ **¿Cómo podemos mejorar nuestras relaciones sociales?**
- ❑ **El intercambio de emociones positivas provoca emociones positivas en los demás.**
- ❑ **Cuidar de nuestras relaciones sociales es importante para mejorar el apoyo social y amortiguar el estrés laboral.**

- 100





**MAS ES
MENOS**

TOMA DE DECISIONES ADAPTATIVAS

- ❑ **¿Cómo tomar mejores decisiones?**
- ❑ **Sentirse satisfecho después de haber tomado una decisión.**
- ❑ **Evitar la rumiación, el darle tantas vueltas a las cosas, para evitarlo debemos “parar” los pensamientos y establecer soluciones paso a paso.**
- ❑ **Evitar la comparación social, tanto comparaciones “hacia arriba” como “hacia abajo”.**



RESILIENCIA

¿Por qué algunas personas siguen teniendo una perspectiva positiva y un funcionamiento eficaz a pesar de las adversidades?

¿por qué algunas personas siguen no sólo manteniendo en general un funcionamiento físico y psicológico sino que, además, prosperan en situaciones estresantes?

RESILIENCIA

Las personas con actitudes resistentes han adquirido:



RESILIENCIA



- 1. Afrontamiento.**
- 2. Apoyo social.**
- 3. Autocuidado.**

ENCONTRAR EL FLOW

- **Conoce tus capacidades, virtudes, talentos y ponlos en práctica al realizar tareas que te supongan un reto.**



Muchas gracias

