

RECOMENDACIONES PARA JEFATURA: MITIGAR RIESGOS PSICOSOCIALES EN TIEMPOS DE COVID-19

La situación sanitaria mundial y nacional ha impactado profundamente el día a día de las personas, las organizaciones y los países. Para enfrentar este panorama será crucial transformar la crisis en una oportunidad de crecimiento personal y colectivo y, para conseguirlo, el coronavirus debe concebirse no solo como una pandemia sino también como una oportunidad de cambio, es decir, una invitación a transitar desde nuestra individualidad hacia nuestro sentido más humano y comunitario. Transitar este camino nos dará importantes aprendizajes para conseguir observarnos, comprendernos y trabajar en equipo.

Ser un referente en tiempos de la crisis por COVID 19 no es una tarea fácil, sin embargo, es una tremenda oportunidad de convertirnos en líderes positivos. A través de los siguientes consejos podrás propiciar un trabajo seguro frente a la crisis que enfrentamos, apuntando a disminuir considerablemente la incertidumbre y la preocupación de tu equipo.

CONSEJOS BÁSICOS PARA JEFATURAS Y EQUIPOS FRENTE A COVID-19

- Antes de comenzar la jornada laboral:
Genera espacios de reflexión y conversación con respecto a las experiencias individuales de los trabajadores por ejemplo ¿Cómo están?, ¿Qué necesitan y cómo nos podemos ayudar? Es importante ser empático ante las problemáticas que surjan, promoviendo las redes y herramientas que la organización dispone
- Cuando converses con tu equipo transmite **transparencia y sinceridad** manteniendo un canal de información rápido y masivo para todo el equipo
- Si existen problemas o dudas, **explora y construye** en conjunto con el equipo propuestas o soluciones que permitan resolver problemas
- Ten claro que al ser jefatura o parte del equipo, debes **ser coherente entre las cosas que dices y haces**, tu equipo necesita que seas un buen ejemplo de seguridad, de respeto y que puedas mantener calma
- Trata de **estar disponible** para tu equipo como un apoyo laboral, pero también siendo un apoyo emocional para ellos
- **Acuerda horarios de trabajos y de pausas**, que sean planificados, difundidos y respetados por todo el equipo, entregando flexibilidad considerando la contingencia actual y la conciliación trabajo-vida personal
- Define una forma en conjunto de **planificar el trabajo**, determinen que actividades pueden realizar y descarten las que no. Contabilicen el tiempo que toma cada actividad para poder planificar el trabajo diario
- Posiciónate desde la **confianza**. Demuestra en todo momento confianza en el equipo y cada uno de los integrantes, independiente que estén en modalidad presencial o teletrabajo
- **Reconoce** cuando alguno de los trabajadores realice un buen trabajo o tenga una idea creativa e innovadora que ayude a enfrentar la crisis o aporte valor

RECOMENDACIONES PARA JEFATURA: MITIGAR RIESGOS PSICOSOCIALES EN TIEMPOS DE COVID-19



Recuerda que los líderes eficaces **ayudan a que su equipo** sea capaz de dirigirse a sí mismo al trabajar de manera remota. Las jefaturas deben fortalecer a quienes los siguen para que ya no necesiten depender físicamente de líderes formales en cuanto a dirección y motivación



¿CÓMO ORGANIZO A MI EQUIPO EN TELETRABAJO?

- Entrega herramientas a tu equipo para una buena organización del trabajo y establecer una distancia psicológica entre la vida doméstica y laboral. Sociabiliza con tu equipo las **recomendaciones psicológicas de la guía ACHS sobre teletrabajo**
- Motiva a tu equipo a generar pausas regularmente para evitar fatiga y retomar los procesos de atención y concentración
- Determina y facilita el cumplimiento de inicio y término de la jornada laboral
- Entrega a tu equipo instrucciones de cómo organizar su trabajo, planificación de tareas explicitando: qué se hará, quiénes lo harán, cómo lo harán y cuándo y cómo se evaluará



Para más información llama al **600 360 7777 (Salud Responde del MINSAL)** o a nuestro **ACHS CENTER 600 600 2247**