



DESARROLLO La satisfacción, el compromiso y la motivación son algunos de los términos que se han incorporado a la felicidad en el trabajo, un concepto en auge que puede caer en la banalidad si las empresas y los empleados no ponen de su parte. Que este tándem funcione es la clave para que la productividad aumente. La conciliación, la iniciativa o el reconocimiento son algunos de los ingredientes básicos. **Por Montse Mateos**

Los ingredientes para alcanzar la felicidad en el trabajo

Dicen que la felicidad en el trabajo es un concepto que, como el talento o el liderazgo, se está gastando de tanto usarse en gestión de personas. La felicidad laboral se incorporó a la jerga de recursos humanos como sinónimo de bienestar y de motivación con un objetivo: aumentar la productividad de los empleados. No es una percepción gratuita: una investigación realizada por los neurólogos Richard Davidson y V.S. Ramachandran y académicos como Shawn Achor, señala que las personas fe-

lices son mejores trabajadores. Resulta fácil deducir que, por contra, las personas infelices no son divertidas para trabajar, no agregan mucho valor e impactan de manera negativa a la empresa.

Prueba de la importancia de la felicidad es el Instituto de la Felicidad que creó un conocida firma de refrescos para fomentar políticas que provocaran esa satisfacción que las empresas persiguen en sus empleados. Y, yendo aún más lejos, compañías como Sngular o Comunica + A han incorporado la figura del *chief happi-*

Las personas infelices no son divertidas para trabajar e impactan de manera negativa en la empresa

ness officer (CHO) como la persona que vela por la motivación, el ambiente de trabajo, el desarrollo profesional y la felicidad del empleado.

No se trata tanto de crear un pue-

to que abandere la felicidad en la empresa como de identificar los ingredientes que convierten una jornada laboral en un elemento de motivación y autorrealización personal. David Tomás, cofundador de Ciberclick y autor de *La empresa más feliz del mundo* (Ed. Empresa Activa), asegura que para alcanzar ese estado de bienestar laboral es fundamental buscar el sentido del trabajo, que te sientas bien: "Mi estado natural es estar bien y sereno cuando me cae un marrón". En uno de los post que incluye en su blog menciona algunas palabras que debe-

rían erradicarse del vocabulario que se utiliza en la empresa como *deadline*, departamento, *target*, recursos humanos, mal, problema, tarde, error, triste y una larga ristra de insultos que lo único que traen son connotaciones negativas y malos rollos, los grandes enemigos de un clima laboral saludable.

Conseguir la felicidad en el trabajo es posible pero... como siempre, es cosa de dos. Por un lado, las empresas tienen que generar las políticas

SIGUE EN PÁGINA 2 >

Conecta con la economía digital

Recibe la información más destacada de la sección **Expansión Economía Digital**:

- Casos prácticos de transformación digital.
- Entrevistas a los líderes digitales.
- Las tendencias tecnológicas.

Regístrate en la Newsletter y síguenos en @exp_edigital

Expansión