Empresas buscam políticas para aumentar o bem-estar

Por Rodrigo Lang

De acordo com a pesquisa Pulso RH, realizada pela empresa Alice SA, que oferece planos de saúde, a preocupação com o bem-estar físico e mental aumenta engajamento nas empresas em 35%. No mesmo estudo, que contou com a participação de mais de 1.000 profissionais de todo o Brasil, foi constatado que se uma instituição não prioriza o bem-estar físico e mental de seu time, apenas 40% de seus colaboradores relatam estar com a saúde “boa” ou “ótima”. A baixa porcentagem pode influenciar na diminuição da produtividade e da satisfação no ambiente de trabalho, gerando uma série de consequências negativas. Com o alto debate sobre a saúde mental de colaboradores e o seu impacto direto na qualidade e na produtividade do trabalho, a busca por proporcionar bem-estar de equipes, líderes e funcionários vem crescendo, sendo uma das principais prioridades entre gestores para 2024.
“Alguns gestores e líderes podem negligenciar a importância da felicidade no cotidiano de seus colaboradores, mas é essencial lembrar que a saúde mental dos funcionários é uma responsabilidade legal dos superiores. O bem-estar não apenas é uma responsabilidade social essencial, mas também, quando priorizado, pode resultar em vários benefícios. A felicidade não só gera um ambiente mais produtivo entre os colaboradores, mas também se estende por toda a rede que compreende as organizações, impactando fornecedores e clientes, por exemplo”, explica Rodrigo Lang, sócio-fundador da instituição Human SA, especializada em ajudar líderes e profissionais a se reconectarem com sua essência humana.
Além de mostrar o impacto negativo da falta de atenção e cuidado entre os colaboradores que não possuem sua felicidade sendo vista como algo importante, o levantamento feito pela Alice, as empresas que se preocupam com o bem-estar físico e mental de seus colaboradores registram índices maiores de engajamento interno: 70% dos colaboradores relatam estar com a saúde “boa” ou “ótima” nesse cenário.
“Práticas inseridas no dia a dia, ações que ajudam líderes e profissionais enxergarem que a felicidade faz parte dos principais pilares para que uma boa produtividade e um bom resultados sejam cada vez mais presentes em seus ambientes de trabalho, consultorias a gestores para que entendam e busquem formas de adicionar a liderança com inteligência emocional e que seja mais humanizada, não serão responsáveis somente por estimular o engajamento entre funcionários, como também ajudará a fazer a prevenção de doenças ocupacionais, como o burnout, o distúrbio emocional que provoca o esgotamento profissional de colaboradores que, na maioria das vezes, estão insatisfeitos com a suas carreiras,

sobrecarregados e desvalorizados, além de evitar a ansiedade a depressão", Rodrigo afirma.

Como promover o bem-estar em empresas

1. Comunicação Aberta:

"Deixar uma porta aberta para que seus colaboradores se sintam à vontade de ter uma conversa honesta sobre como está se sentindo em relação ao trabalho, se está se sentindo sobrecarregado ou insatisfeito com algo, é uma ação simples que irá fazer com que eles se sintam apoiados, escutados e validados", indica o sócio-fundador da Human SA.

2. Treinamentos, palestras e workshops:

Para o especialista, disponibilizar treinamentos em saúde mental e bem-estar para gestores e colaboradores, estabelecendo um ambiente propício para a discussão aberta de questões relacionadas à saúde mental e encorajando a busca por apoio, é essencial para conquistar um ambiente de trabalho que valorize a felicidade, criando uma cultura organizacional positiva, possuindo compreensão, empatia e apoio entre colegas.

3. Flexibilidade:

"É importante sempre lembrar que funcionários possuem uma vida do lado de fora do escritório, muitos possuem filhos para cuidar, cônjuges, família e amigos, por meio de políticas flexíveis, como deixar que seus funcionários façam home office em certos dias da semana para conseguir buscar seu filho da escola ou passar um pouco mais de tempo com o seu parceiro é essencial para promover o bem-estar entre os colaboradores. Muitas mulheres, por exemplo, se sentem sobrecarregadas após voltar ao trabalho ao finalizar sua licença maternidade, se é possível, sempre será positivo deixar que ela finalize o expediente um pouco mais cedo ou que também possa trabalhar de casa em dias fixos, essas ações podem servir como um grande inventivo", Rodrigo pontua.

4. Reconhecimento:

Ouvir um feedback positivo, segundo o profissional, sempre promoverá uma satisfação para o profissional, não só podendo aumentar sua autoconfiança como também influenciando diretamente na felicidade desse colaborador, promovendo um ambiente de apoio e de crescimento em suas carreiras.

5. Mantenha a cultura positiva:

"Muitas pessoas podem interpretar a cultura organizacional positiva como ações tolas ou que se resume à somente promover horas flexíveis, porém vai além disso. Essa cultura, durante o recrutamento de novos profissionais para participar da equipe, proporciona um alinhamento

entre a cultura e o posicionamento e o comportamento da liderança, priorizando os colaboradores que estejam mais alinhados à cultura da empresa. Com essa ação, torna-se mais fácil criar conexões entre colegas de trabalho, o que também ajuda no aumento da felicidade no ambiente corporativo", finaliza Rodrigo.

Sobre a Human SA:

Com o propósito de ser o maior ecossistema de educação em habilidades humanas orientadas à felicidade e bem-estar da América Latina até 2025, a instituição busca auxiliar líderes, gestores e profissionais a promoverem um ambiente de trabalho saudável e feliz para todos os colaboradores.



Rodrigo Lang é sócio-fundador da Human SA, instituição que promove programas de desenvolvimento focados em saúde, focados em bem-estar e felicidade separa as melhores dicas