

Calcula **GRATIS** y de inmediato los costes de personal de tu empresa con a3EQUIPO

a3EQUIPO
Solución Integral de RR.HH.

+ INFO

HAZLO AHORA CON 

4º aniversario
(2006-2010)

RRHHDigital

EL PRIMER PERIÓDICO ONLINE DE RECURSOS HUMANOS

Buscador

Buscar...

BOLETIN RSS HEMEROTECA

Portada

Secciones

Editorial

Entrevistas

Se rumorea

Contratado y Despedido

Empleo en RRHH

The English Corner

Portada >

La Fundación Humanae reúne a directivos de recursos humanos para debatir sobre el estrés

Actualizado Lunes 26/04/2010 00:07

RRHH Digital



RRHH Digital. La [Fundación Humanae](#), entidad sin ánimo de lucro especializada en el ámbito de la prevención de conflictos psicológicos, ha celebrado en el hotel Occidental Miguel Ángel, una mesa de debate dirigida a directivos de recursos humanos cuyo título ha sido: "Resiliencia para afrontar tiempos difíciles". El objetivo de esta reunión ha sido crear un debate entre expertos en [recursos humanos](#) para averiguar cómo mejorar la [resiliencia](#) en la empresa, y compartir entre los profesionales del sector cuáles serían los mejores pasos a seguir. Al acto han asistido los directivos de recursos humanos de empresas como [Endesa](#), [IBM](#), [Asisa](#), [Caixa Catalunya](#), [Philips](#), [Europcar](#), [Conta](#) y [Occidental Hoteles](#) entre otras. La mesa ha estado dirigida por la Dra. Rafaela Santos, Presidenta de la Asociación Española de Estrés Posttraumático y Presidenta de la [Fundación Humanae](#).



Los datos que la Fundación ha aportado dejan claro que el estrés es la principal causa de baja laboral. Según una encuesta de Gallup (empresa de estudios estadísticos), el 80% de los trabajadores padece o ha padecido estrés. Pero este problema no afecta sólo a los trabajadores, también afecta a las empresas dado que el gasto en salud psicológica es responsable del 11% del consumo de los recursos y se calcula que esta cifra se eleve hasta el 15% en 2020. Además, el coste laboral de la depresión en España es de más de 745 millones de euros, siendo alrededor del 53% costes directos y el resto indirectos. Por su parte, las predicciones de la OMS apuntan a que en 2020 la ansiedad será la segunda causa de enfermedad en lo que ha definido como una "epidemia mundial".

Los expertos reunidos han debatido sobre cuales serían las mejores herramientas para mejorar la resiliencia de los profesionales. Han destacado que es necesario tomar medidas para mejorar la situación psicológica en las empresas. En este sentido han apuntado que si habitualmente las empresas tienen seguros médicos y de riesgos laborales, lo lógico sería prestarle el mismo apoyo a los problemas derivados del estrés y la ansiedad.

La resiliencia es la capacidad de afrontar la adversidad por la cual el individuo sale reforzado de la misma y alcanza un estado de excelencia profesional y personal. Trabajar y obtener una buena resiliencia se convierte así en una herramienta óptima para lidiar con el estrés, porque hará que el profesional se muestre más seguro a la hora de afrontar sus problemas.






La resiliencia tiene como pilares por un lado una actitud positiva, que englobe optimismo, adaptación, y predisposición a buscar soluciones; y, por otro, el desarrollo de capacidades como el autocontrol, asumir responsabilidades, estructurar las relaciones, y configurar el futuro para tener un objetivo.

La Fundación Humanae ha explicado que el Programa de Desarrollo Personal que ellos plantean está enfocado hacia dos puntos. El primero es el trabajo con la propia empresa, para mejorar tanto la resiliencia corporativa como los canales de comunicación con los empleados. Esta última parte es importante porque en las empresas las noticias y rumores estresantes que el trabajador percibe desde sus superiores, y más en la actual situación económica, se transmiten rápidamente entre la plantilla, y esto puede derivar en una situación de intranquilidad laboral. El segundo consiste en trabajar con los profesionales propiamente, cuya finalidad es tratar de manera individual los aspectos tanto personales como laborales que han producido los posibles síntomas de estrés y ansiedad.

En este sentido, los profesionales presentes en la reunión han estado de acuerdo con este modo doble de actuación ya que, en su opinión, si existe un buen equipo con un director con problemas de estrés, el conjunto no funciona; y lo mismo si el director es bueno pero es el equipo el que falla. También han querido resaltar que el programa de la Fundación Humanae aporta algo innovador: la base científica. La Dra Rafaela Santos y los psicólogos que han elaborado el programa tienen una dilatada experiencia en el campo de la psicología y la psiquiatría, y han volcado sus conocimientos en realizar un Programa serio y funcional basado en su experiencia.

Lunes, 26 de Abril de 2010

Lo último de la hemeroteca

-  CC.OO. pone en marcha mañana su nueva página web, con un diseño "más ágil y atractivo"
-  CC.OO. valora la ayuda de los 420 euros aunque detecta "deficiencias" en la medida
-  La subida salarial pactada en convenio se mantuvo en el 2,67% en agosto
-  ATA ve en la subida fiscal un "puntillazo" a unos autónomos ya "con la soga al cuello" por la crisis
-  El gasto del Fogasa en prestaciones se duplica y alcanza los 538 millones hasta agosto

[Ver todas las entradas](#)

Directorio de RRHH

[Entrar al Directorio](#)

Sector: Formación



Global Estrategias

Global Estrategias



ESI International

ESI International





iIR España

iIR España

 ANTERIOR | SIGUIENTE 

Lo más de la semana

LEIDO | COMENTADO

-  Los sindicatos se manifiestan el 28 de abril para reivindicar la prevención de los accidentes de trabajo
-  La Fundación Humanae reúne a directivos de recursos humanos para debatir sobre el estrés



RECOMENDAR



Volver a sección



Volver a portada

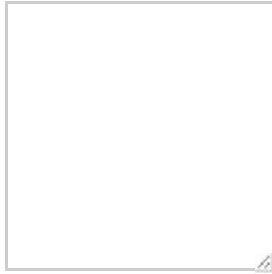
IMPRIMIR ENVIAR PDF

Ayúdanos con tus comentarios a completar esta noticia

Los comentarios se publicarán una vez sean aprobados por el administrador...

Escribe tu comentario

Tema: La Fundación Humanae reúne a directivos de recursos humanos para debatir sobre el estrés



Nombre (Obligatorio)

Correo Electrónico (Obligatorio)*

Página Web (Si tienes)

**La dirección de correo no se hará pública en la web*

Introduce el número de la imagen (Código de verificación para prevenir envíos automáticos)



Enviar

Las redes profesionales son lo más efectivo para llegar al candidato pasivo

Mª José Fraile, Directora de Recursos Humanos de Meta4, agradece a sus empleados su proactividad tanto a la hora de apoyar las políticas de recursos humanos como de proponer nuevas ideas

Lafarge Cementos seleccionada como una de las mejores empresas para trabajar

Encuesta

¿A partir de que período se recuperará el paro en España?

Abril - Mayo

Junio - Julio

Agosto - Septiembre

Octubre - Noviembre

Diciembre

En 2011

[Ver resultados](#) | [Votar](#)

[Curso Recursos humanos](#)

Programas certificados por la UAB. Curso online. ¡Inscríbete ya!
www.ecol.edu.es

[Empleos de Directivo](#)

Más de 60.000 empleos desde 70.000€ en Experteer. Sólo niveles sénior
www.Experteer.es/Directivo

[Consejo estres](#)

¿No sabes cómo parar tus cefaleas? ¡Actron Compuesto efervescente!
www.actron.bayer.es

Anuncios Google

Recomendamos

Training Express



EEC



PadelSpain



Gestamento



ACT



Coaching You



[Portada](#) | [Secciones](#) | [La Noticia más Actual](#) | [Entrevistas](#) | [Se rumorea](#) | [Contratado y Despedido](#) | [Empleo en RRHH](#) | [The English Comer](#) | [Suscríbete al boletín](#) | [Hemeroteca](#) | [Links](#) | [Aviso Legal](#)

COPYRIGHT 2008 RRHHDigital Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular.

[DATOS DE CONTACTO](#)

Diseño y desarrollo w eb: [LEXTREND](#)