

Nuevo Management

Reconceptualización empresarial, innovación y cambio personal

Actitudes clave para disfrutar del trabajo

Rompe tus creencias y mira el trabajo no solamente como una fuente de ingresos sino como un ámbito de satisfacción.

Es adecuado revisar nuestras actitudes aplicadas al área laboral, ya que muchas personas que tienen empleo emiten juicios muy negativos acerca del mismo.

Existe una tendencia generalizada a victimizarse en lo duro de las circunstancias laborales. Para muchas personas, el trabajo representa el medio de tener ingresos y no una labor de disfrute, desarrollo de capacidades, aportación a un proyecto, causa social o emprendimiento. Para muchas personas, la necesidad de encontrar un trabajo muchas veces es más imperiosa que las condiciones de la oferta del trabajo al que se insta, si bien, una vez acceden al puesto, no se adaptan a las condiciones apareciendo comportamientos y actitudes que dañan a la persona y a su entorno.

Lo importante es tener buenas actitudes en el trabajo que proporcionen nuestra satisfacción, independientemente de que busquemos las mejores oportunidades para desarrollarnos profesional y económicamente, para que obtengamos consecuencias favorables y constructivas (todos ganamos). De lo contrario, actitudes negativas nos llevan al descontrol emocional, la frustración o el estrés, con consecuencias que irán en contra de nosotros y de los demás (todos perdemos).

El trasfondo de las actitudes inadecuadas puede mejorar encontrando un nuevo enfoque, otro punto de vista que puede cambiarlas. Como por ejemplo:

- ***El no aceptar o asumir las condiciones acordadas que proyectamos en las cosas que hacemos o en las relaciones con los demás.*** Si ya hemos aceptado el trabajo, es que ya hemos decidido. La decisión es parte de nuestro pasado y el trabajo es parte de nuestro presente. Situémonos en el presente y hagamos las cosas de la mejor manera. Avancemos, seamos responsables con nuestras decisiones. Si nos hemos equivocado al tomar la decisión de aceptar ese trabajo, decidamos buscar otro, pero mientras tanto, seamos responsables y hagámoslo de buena gana.
- ***No solucionar otros aspectos externos al trabajo*** y por tanto, nos los llevamos como una mochila al trabajo, redundando en nuestro

rendimiento, lo cual produce insatisfacción. Detectemos qué nos está afectando y pongámosle remedio. *"Lo importante no es lo que nos pasa, sino que actitud tomamos con lo que nos pasa"* (C. Fiestas, 2008)

- **No estar en condiciones físicas adecuadas** al puesto de trabajo. No tener costumbres sanas, no dormir las horas adecuadas, incide también en el rendimiento obteniendo peores resultados. Es un buen momento para cambiar y cuidar nuestros hábitos, esto nos beneficia tanto en nuestra salud como en los resultados, lo cual aporta satisfacción.
- En este sentido, ante **la presión laboral**, autoinducida o no, muchas veces hace que personas que tienen indisposiciones, gripes, lesiones musculares u otras, vayan a trabajar dando una mala imagen de la Compañía a sus clientes, así como una falta de respeto a ellos. ¿A quién le agrada ver cómo te atiende un empleado febril que no para de toser?
- **Las malas relaciones con otros empleados** puede desmotivarnos hasta el extremo de querer dejar incluso un excelente puesto de trabajo. Aprender a tratar con los demás, sobre todo con las personas más conflictivas es una buena oportunidad que nos va a servir también en otros ámbitos a lo largo de nuestra vida.

¡Nosotros elegimos!

Nuevo Management propone el conocimiento científico para actuar preventivamente, teniendo mejor base a la hora de tomar decisiones y ventajas en nuestras actuaciones. Esto, junto con el aprendizaje y las actitudes, nos ayudará a obtener mayor disfrute en lo que hagamos.



@NuevoManagement



nm@nuevomanagement.com