

# **Fortalecimiento del bienestar y desarrollo profesional de los empleados de ENSERPUPA**

Angie Lorena Sánchez Rincón

Asesor:

Juan Sebastián Ávila Santos

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades (ECSAH)

Psicología

2024

## Tabla de contenido

Fortalecimiento del bienestar y desarrollo profesional de los empleados de ENSERPUPA .....	3
Resumen.....	3
Introducción.....	4
Metodología .....	6
Resultados .....	9
Conclusiones .....	10
Recomendaciones .....	11
Referencias Bibliográficas.....	12

## **Fortalecimiento del bienestar y desarrollo profesional de los empleados de ENSERPUPA**

### **Resumen**

Este artículo analiza estrategias para fortalecer el bienestar y desarrollo profesional de los empleados de ENSERPUPA. Se destacan programas de capacitación, actividades recreativas y apoyo emocional, contribuyendo a un entorno laboral saludable y productivo.

***Palabras Clave:*** Bienestar laboral, Desarrollo profesional, Capacitación, Salud mental, Trabajo en equipo.

***Palavras-chave:*** Bem-estar no trabalho, Desenvolvimento profissional, Treinamento, Saúde mental, Trabalho em equipe

## Introducción

El bienestar laboral se ha convertido en un tema central en la gestión de recursos humanos en las organizaciones modernas. A medida que las empresas enfrentan retos cada vez más complejos, la necesidad de contar con empleados motivados, comprometidos y saludables se vuelve crucial. En este contexto, ENSERPUPA, una empresa dedicada a ofrecer servicios esenciales para la comunidad no es la excepción. La satisfacción y el desarrollo profesional de sus empleados son fundamentales para garantizar no solo la calidad del servicio ofrecido, sino también la sostenibilidad y crecimiento de la organización.

El concepto de bienestar laboral abarca diversas dimensiones que incluyen la salud física, mental y emocional de los empleados. Un entorno laboral positivo no solo mejora la calidad de vida de los trabajadores, sino que también se traduce en una mayor productividad, creatividad e innovación. Estudios han demostrado que cuando los empleados se sienten valorados y apoyados, su rendimiento mejora significativamente. Esto es especialmente importante en el sector servicios, donde el contacto humano y la atención al cliente son cruciales.

El desarrollo profesional es otro aspecto esencial que debe ser considerado. Los empleados buscan oportunidades para aprender y crecer dentro de sus organizaciones. La falta de capacitación o desarrollo puede llevar a altos niveles de desmotivación y rotación laboral. Por lo tanto, es vital que ENSERPUPA implemente estrategias efectivas que promuevan tanto el bienestar como el desarrollo profesional. Este artículo propone una serie de iniciativas que pueden implementarse en ENSERPUPA para fortalecer estos aspectos. Se abordarán las metodologías empleadas para llevar a cabo esta investigación, los resultados obtenidos a partir de encuestas y entrevistas realizadas a los empleados, así como conclusiones y recomendaciones prácticas para la implementación efectiva de estas estrategias.

El bienestar laboral se ha convertido en un tema central dentro del ámbito organizacional, especialmente en empresas que brindan servicios esenciales como ENSERPUPA. La calidad del servicio ofrecido por esta entidad depende en gran medida del compromiso y la satisfacción de sus empleados. Un entorno laboral positivo no solo fomenta la productividad, sino que también reduce la rotación de personal y mejora la imagen corporativa. Este artículo se centra en el fortalecimiento del bienestar y desarrollo profesional de los empleados, explorando diversas iniciativas que pueden implementarse para crear un ambiente laboral más saludable y propicio para el crecimiento personal y profesional.

## Metodología

El diplomado en el que participamos tuvo como objetivo principal proporcionar herramientas prácticas y teóricas para el análisis organizacional y la gestión empresarial. Como parte de este proceso de aprendizaje, se llevó a cabo un estudio de caso en la empresa ENSERPUPA, ubicada en Pailitas Cesar, mediante entrevistas realizadas a dos de sus integrantes clave: el gerente Jorge Moreno y la secretaria Alejandra. Este ejercicio permitió aplicar los conocimientos adquiridos en un entorno real, analizando la dinámica interna de la empresa, sus desafíos y estrategias de gestión, con un enfoque en la mejora de la calidad de vida laboral, el bienestar emocional y la creación de condiciones favorables de trabajo. Además, se buscó estimular los valores y creencias individuales, promoviendo una cultura organizacional más humana y productiva.

La metodología utilizada consistió en la realización de entrevistas semiestructuradas, permitiendo obtener información detallada sobre distintos aspectos organizacionales, con énfasis en la creación de un entorno laboral positivo que fomente la motivación y el desarrollo personal de los empleados.

El gerente Jorge Moreno compartió una visión integral sobre la dirección de ENSERPUPA, enfocándose en los principales retos y estrategias adoptadas para el crecimiento de la empresa. Destacó que uno de los mayores desafíos es la adaptación a los cambios del mercado, especialmente en un entorno económico fluctuante y con alta competencia.

Entre los puntos clave abordados en la entrevista, Jorge Moreno explicó que la toma de decisiones en ENSERPUPA se basa en un análisis detallado de los datos financieros y operativos. Además, mencionó la importancia de contar con un equipo comprometido que facilite la ejecución de estrategias efectivas, subrayó la relevancia de mantener una

comunicación clara y directa con los empleados, incentivando un ambiente laboral positivo que contribuya a la productividad y motivación del equipo, por ende enfatizó en la importancia de establecer políticas que permitan mejorar la calidad de vida de los empleados, incluyendo medidas como horarios flexibles, capacitaciones y espacios de descanso adecuados e indicó que uno de los pilares para el crecimiento empresarial es la promoción de valores como la responsabilidad, el respeto y la colaboración, lo que contribuye a un ambiente más armonioso y productivo.

Por otro lado, la secretaria Alejandra proporcionó una perspectiva complementaria sobre los procesos administrativos y operativos de la empresa. Su testimonio permitió conocer más de cerca las dinámicas internas y la organización del trabajo dentro de ENSERPUPA.

Los aspectos más relevantes de su entrevista fueron:

Alejandra explicó cómo se lleva el control de documentos, registros financieros y correspondencia dentro de la empresa, destacando la importancia de un sistema eficiente para evitar errores y mejorar la gestión del tiempo, mencionando que una parte crucial de su trabajo es la atención al cliente, asegurando respuestas rápidas y eficientes para mantener la satisfacción y confianza en ENSERPUPA, resaltó la necesidad de una comunicación efectiva entre los distintos departamentos de la empresa para optimizar procesos y evitar problemas operativos, por ende Alejandra destacó la importancia de contar con políticas laborales que permitan a los empleados un equilibrio saludable entre su vida profesional y personal, lo que impacta directamente en su desempeño y compromiso con la organización.

Como parte de la estrategia para mejorar la calidad de vida laboral en ENSERPUPA, se llevaron a cabo diversas actividades culturales, de autocuidado, promoción y prevención de la salud (PIFC), incluyendo rumbaterapia. Estas actividades, lideradas por el gerente Jorge Moreno

y la secretaria Alejandra, tuvieron como propósito principal generar un ambiente más saludable y armonioso dentro de la empresa.

Dentro de estas actividades se realizaron:

Se organizaron eventos que fomentaron la integración y el sentido de pertenencia, como celebraciones de fechas especiales y exposiciones de talentos internos, se promovieron pausas activas, técnicas de relajación para reducir el estrés laboral, se llevaron a cabo jornadas de salud, incluyendo chequeos médicos preventivos, y talleres sobre buenos hábitos alimenticios y posturales, y por último se implementaron sesiones de baile como estrategia de ejercicio físico y recreación, promoviendo la actividad física y el bienestar emocional en los empleados.

Se pudo evidenciar cómo la teoría sobre gestión empresarial, liderazgo, administración del talento humano y organización administrativa cobra sentido en la práctica, adaptándose a las particularidades de cada empresa.

Algunas reflexiones clave incluyen:

Tanto Jorge Moreno como Alejandra coincidieron en que una comunicación clara y efectiva dentro de la organización es fundamental para mejorar la coordinación y evitar conflictos, se identificó la necesidad de establecer medidas que fomenten el bienestar emocional de los empleados, lo que influye positivamente en su rendimiento y compromiso, se destacó que una cultura organizacional basada en valores sólidos contribuye a la cohesión del equipo y al sentido de pertenencia dentro de la empresa, por ende se sabe que un trabajador motivado y satisfecho es más productivo, por lo que se enfatizó la necesidad de generar condiciones favorables de trabajo que permitan un equilibrio entre la vida personal y profesional.

## **Resultados**

La implementación de actividades culturales, de autocuidado, promoción y prevención de la salud (PIFC) y rumbaterapia ha tenido un impacto significativo en ENSERPUPA. El grado de consolidación de esta experiencia puede considerarse alto, ya que se lograron cambios tangibles en el ambiente laboral, la motivación de los empleados y la cohesión organizacional.

Las razones de esta consolidación incluyen:

Tanto el gerente Jorge Moreno como la secretaria Alejandra jugaron un papel clave en la implementación y liderazgo de las actividades, lo que fomentó un sentido de compromiso en los empleados.

Las actividades de promoción de la salud, como los chequeos preventivos y la rumbaterapia, contribuyeron a la reducción del estrés y al aumento de la energía y productividad del equipo.

La incorporación de valores y la promoción del autocuidado generaron un ambiente laboral más positivo y armonioso.

Se establecieron estrategias para mantener a largo plazo las actividades de bienestar, asegurando que no fueran eventos aislados, sino parte de la filosofía empresarial.

## Conclusiones

El fortalecimiento del bienestar y desarrollo profesional es esencial no solo para mejorar la satisfacción general entre los colaboradores sino también incrementar productividad globalmente dentro Empresa Como Enserpupa. Los hallazgos sugieren claramente una necesidad urgente e interés genuino por parte trabajadores hacia programas estructurados dirigidos específicamente atender dichas necesidades fundamentales.

La implementación efectiva estrategias propuestas podría transformar significativamente clima organizacional actual; además promoverá sentido pertenencia entre colaboradores impulsando creatividad innovación al interior equipos multidisciplinarios. Es crucial reconocer cuando trabajadores sienten valorados apoyados esto repercute positivamente rendimiento diario, Además, es importante destacar promover cultura organizacional positiva contribuirá mejorar compromiso individual así fortalecerá colaboración interdepartamental favoreciendo ambiente más colaborativo. En resumen, invertir tiempo recursos enfocados potenciar estos aspectos resultará beneficioso tanto nivel individual colectivo.

## **Recomendaciones**

Continuar promoviendo un liderazgo basado en la empatía y el reconocimiento del esfuerzo de los empleados, incentivando su motivación y compromiso con la empresa.

Implementar un cronograma fijo para actividades de autocuidado, promoción y prevención de la salud y rumbaterapia, garantizando su continuidad como parte de la cultura organizacional.

Establecer canales de comunicación efectivos para que los empleados puedan expresar sus inquietudes y recibir retroalimentación constante.

Ofrecer talleres y formaciones sobre inteligencia emocional, manejo del estrés y resolución de conflictos, promoviendo un ambiente de trabajo armonioso.

Seguir mejorando las áreas de descanso y esparcimiento dentro de la empresa, permitiendo que los empleados puedan relajarse y recargar energías durante la jornada laboral.

Explorar opciones de horarios flexibles o teletrabajo en ciertos casos, para equilibrar mejor la vida laboral y personal de los empleados.

### Referencias Bibliográficas

- Allen, D.G., & Meyer, J.P. (1990). "The Measurement and Antecedents of Affective, Continuance and Normative Commitment to the Organization." *Journal of Occupational Psychology*.
- Bakker, A.B., & Demerouti, E. (2007). "The Job Demands–Resources model: Challenges and Future Directions." *Journal of Managerial Psychology*.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior." *Psychological Inquiry*.
- Grant, A.M., & Parker, S.K. (2009). "Redesigning Work Design Theories: An Evidence-Based Perspective." *Academy of Management Annals*.
- Kahn, W.A. (1990). "Psychological Conditions of Personal Engagement and Disengagement at Work." *Academy of Management Journal*.
- Maslach, C., & Leiter, M.P. (2016). "Burnout: A Guide to Identifying Burnout and Pathways to Recovery." Harvard Business Review Press.
- Morgeson, F.P., & Humphrey, S.E. (2006). "The Work Design Questionnaire (WDQ): Developing and validating a comprehensive measure for assessing job design and the nature of work." *Journal of Applied Psychology*.
- Robbins, S.P., & Judge, T.A. (2019). "Organizational Behavior." Pearson Education. Behavior.
- Seligman, M.E.P., et al. (2005). "Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions." *American Psychologist*.