

Psicología del Trabajo Work Psychology

Noemi Vega Lugo ^a, Brenda Hurtado Vega ^b, José Sergio Rodríguez Martínez ^c

Abstract:

Work has represented for human beings a source of income for their own support and that of their family, which also allows them personal and professional growth. Work over the years has undergone a series of transformations from the modification of artisanal work through the industrial revolution, automation and currently facing a crisis caused by a pandemic that affected the world and where the shortage of work is present in all areas, with fewer social benefits and the possibility of growth, the human being also undergoes this transformation that forces him to fully adapt to the group in which he operates and where his comprehensive care becomes more necessary every day.

Keywords:

Work, psychology, personal, company

Resumen:

El trabajo ha representado para los seres humanos una fuente de ingresos para el sostenimiento propio y el de su familia, que les permite además un crecimiento personal y profesional. El trabajo a lo largo de los años ha sufrido una serie de transformaciones desde la modificación del trabajo artesanal pasando por la revolución industrial, la automatización y en la actualidad enfrentando una crisis causada por una pandemia que afecto a nivel mundial, donde la escases del trabajo se hace presente en todos los ámbitos, con menos prestaciones sociales y posibilidad de crecimiento, el ser humano sufre también esa transformación que le obliga a una adaptación total hacia el grupo en el que se desenvuelve y donde su cuidado integral se hace cada día más necesario.

Palabras Clave:

Trabajo, psicología, personal, empresa

Introducción

Siendo el trabajo una fuente de ingresos para el ser humano, es relevante considerar no solo el hecho de que éste reciba un salario digno sino que implica una serie de aspectos que la empresa debe proporcionar a sus trabajadores para que puedan sentirse satisfechos y ser más productivos. Un aspecto fundamental es lo referente a la Psicología Organizacional o Psicología del Trabajo que de acuerdo a Frank Landy y Jeffrey Comte (2005)¹ puede definirse como “la aplicación de principios, teorías e investigaciones psicológicas en organizaciones como corporaciones, empresas, organizaciones

gubernamentales, organizamos públicos, gremiales, académicas, comunitarias y de salud”.

El ámbito de la Psicología Organizacional se encuentra presente dentro del lugar de trabajo en virtud de que al ser el trabajador un ser social existen factores que influyen en que su desempeño sea adecuado o no, dentro de estos factores podemos citar las responsabilidades familiares, su cultura, influencia de pares, los conocimientos para el desarrollo del trabajo, el ambiente organizacional, su autoestima y la propia legislación laboral.

Como se puede visualizar este tema resulta por demás interesante abordado de una manera clara y comprensible

a Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, área académica de Turismo, <https://orcid.org/0000-0002-6544-2446>, Email: noemvl@uaeh.edu.mx

b Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Dirección de Superación Académica, <https://orcid.org/0000-0002-9164-7330>, Email: brenda_hurtado@uaeh.edu.mx

c, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, área académica de Turismo, <https://orcid.org/0000-0001-5064-8022>, Email: sergior@uaeh.edu.mx

por el autor Jesús Felipe Uribe Prado en la obra titulada *Psicología del Trabajo*. Un entorno de factores psicosociales saludables para la productividad, donde permite al lector a través de 14 capítulos desarrollados con varios colaboradores de Europa, Estados Unidos, México y Latinoamérica, abordar temas que van desde los antecedentes históricos de la psicología general hasta aspectos particulares de la psicología del trabajo.

En la parte introductoria de este libro se responde a la pregunta ¿Qué es la psicología del trabajo?, dando paso a una descripción histórica de la Psicología General, para posteriormente abordar una descripción histórica de la psicología en México a 172 años de su inicio, además de la Psicología del Trabajo en Europa y Estados Unidos y concluir con la psicología del trabajo en México a 100 años de su origen.

En una primera parte se concentran los cinco primeros capítulos de esta obra con temas por demás interesantes como la Felicidad laboral: reflexiones sobre su aplicación al contexto del trabajo; Calidad de vida; El estilo de vida y la salud en el trabajo; factores de riesgo psicológico del trabajo, así como Justicia interpersonal y personalidad: su relación con la calidad de vida en el trabajo, donde los autores buscan que el lector pueda concientizarse sobre aspectos que en muchas ocasiones parecen difíciles de alcanzar como son la felicidad o la calidad de vida, se tome conciencia de que las conductas como el estrés, la vida acelerada, la gran cantidad de información, reducir las horas de sueño y descanso, la ingesta de alimentos, tabaco, alcohol etc. son estilos de vida que pueden desencadenar en los trabajadores de cualquier tipo de empresa enfermedades que de manera directa o indirecta afectan el desempeño laboral propio y de sus colaboradores o subalternos, para finalizar esta primera parte se cita un concepto que para muchos miembros de una organización es muy abordado pero poco atendido la "equidad", tratando de identificar dos rasgos de personalidad: abuso y benevolencia; abuso característica de la gran mayoría de los Jefes referente a preferir más de lo que dan y la benevolencia atribuida al personal donde prefieren dar más que recibir.

La segunda parte se aborda en cuatro capítulos con un tema por demás identificado por los estudiosos de la administración conocido como Desgaste Ocupacional, Síndrome del Quemado o Síndrome de Burnout, donde en el capítulo denominado Síndrome de quemarse por el trabajo se proporcionan definiciones del mismo además de llevar al lector a una reflexión sobre los síntomas que pueden afectar las emociones manifestándose mediante el agotamiento emocional propiamente dicho, irritabilidad, odio; la cognición donde los principales síntomas se

presentan con baja autoestima y sentimiento de impotencia para poder realizar la actividad laboral a la que fue asignado; problema de conducta que se desencadenan en aislamiento, ausentismo, agresividad hacia los clientes o sus pares; para finalizar con lo fisiológico manifestadas en insomnio, dolores de cabeza, hipertensión, alteraciones hormonales, problemas intestinales, etc.

Posteriormente dentro de este mismo apartado abordan temas como la culpa, y se da a conocer el Modelo de Gil-Monte donde manejan aspectos como **Deterioro del proceso psicosocial, Deterioro cognitivo y emocional** lo que lleva a tener **Actitudes negativas**, sentimiento de **Culpa** y por ende **Consecuencias negativas de salud**.

La tercera y última parte se conforma de cinco capítulos donde se abordan temas como: Manejo de los ambientes laborales a partir de la psicología ambiental organizacional; Alteraciones en la salud en trabajadores que laboran rotando turnos y trabajo nocturno: el ciclo o ritmo circadiano; Aproximaciones a la medida de factores estresores y protectores en profesiones sanitarias; Liderazgo y su relación con variables de resultados: un modelo estructural comparativo entre liderazgo transformacional y transaccional en escuelas públicas de educación básica, así como el último capítulo de este apartado titulado Conceptualización de la carga mental de trabajo.

Este último capítulo enfoca su atención a la importancia del ambiente dentro de la conducta de un individuo y viceversa, pasando por los posibles factores de riesgo a los que se enfrenta cualquier trabajador y que van desde los físicos, químicos, biológicos hasta los ergonómicos que pueden poner en peligro la salud e inclusive la vida de quienes están directamente involucrados o la de sus compañeros, dando paso al capítulo 12 donde se describe un estudio enfocado en los aspectos que pueden afectar la calidad de vida laboral de los profesionales de la salud, en especial aquellos en condiciones más exigentes y el cual pudiera ser de gran valía para abordar las consecuencias que la pandemia COVID-19 deja en el personal de salud a nivel mundial.

El capítulo trece centra sus esfuerzos en la realización de un estudio cuyo objetivo es

"Determinar la influencia del liderazgo transformacional y transaccional en las subescalas de variables de resultados (satisfacción, esfuerzo extra y efectividad, en el personal que labora en escuelas públicas de educación básica de la ciudad de México, desde el Modelos de Bass y Avolio".

Para finalizar los autores describen la importancia de la carga mental, viendo esta como la consecuencia a la que se enfrentan últimamente muchos de los trabajadores, donde la situación del mercado laboral les ha obligado a trabajar en lugares que nunca imaginaron y/o desempeñando actividades que no les son agradables o para los cuales no están capacitados pero que la situación laboral y económica les ha obligado a desempeñarlos con la consecuente carga emocional.

A manera de conclusión se puede afirmar que este libro es ideal no solo para los especialistas en Recursos Humanos, sino para quienes se están formando dentro de la Administración y la Psicología, además de aquellos que están inmersos dentro de una organización ocupando un cargo de Gerente o Supervisor.

Referencias

- [1] Landy, F., & Conte, J. *Psicología Industrial*. México: McGraw-Hill Interamericana; 2005: 20–30.
- [2] Uribe Prado, J. *Psicología del trabajo Un entorno de factores psicosociales saludables para la productividad*. México: Manual Modemo; 2016; 1–212.