

¿Trabajo tóxico?

No existe empresa tóxica; las empresas están conformadas por personas, son estas las que configuran un ambiente que produce esa sensación de toxicidad.

5 de julio de 2019



Eduardo del Solar

Director de la Maestría en Administración y Dirección de Negocios (MBA) y de la Maestría en Dirección de Operaciones y Proyectos de la Escuela de Posgrado de la Universidad de Lima.

Por definición, un ambiente laboral tóxico es un entorno de trabajo que está marcado por problemas personales entre sus distintos miembros, donde el drama, las peleas y demás conflictos interfieren con la productividad de los empleados. Generalmente producen todo tipo de consecuencias negativas entre las personas que se ven implicadas en ellos. Veamos algunas características que nos ayudan a definir si estamos inmersos en uno:

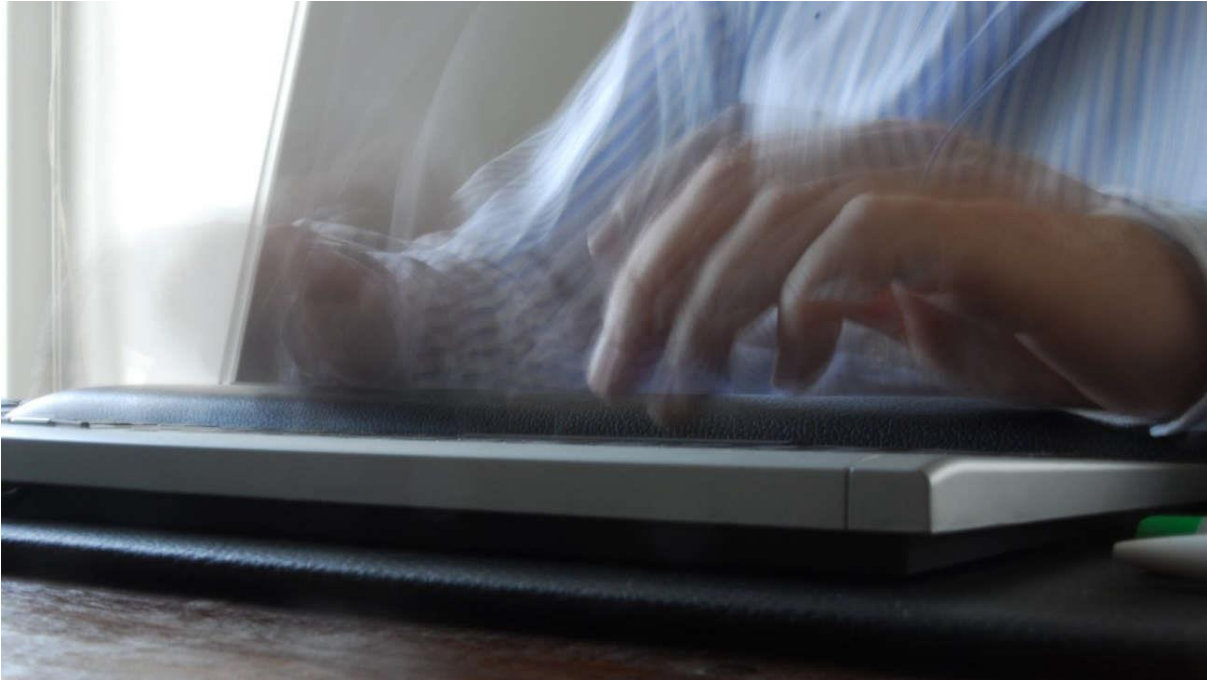
- ¿No se siente valorado?
- ¿Le desagrada asistir diariamente a su centro de labores?
- ¿Siente que confabulan contra usted?
- ¿No encuentra una motivación para lo que hace?
- ¿Siente que le piden algo que no va a poder cumplir, solo para poder recriminárselo más tarde?
- ¿Su jefe es agresivo?
- ¿Le han pedido que haga algo con lo que usted no está de acuerdo por razones de principios?
- ¿Solicitó ayuda sin éxito?

Estas son solo algunas preguntas que nos pueden ayudar a identificar si estamos en un trabajo tóxico; pero la realidad es que muchas veces las conclusiones sobre este tema son más fáciles de alcanzar y requieren un análisis más simple o una sola pregunta. Hay que tener cuidado y no llegar a conclusiones precipitadas por hechos puntuales. Por ejemplo, si en una reunión de coordinación con otras áreas un desacuerdo deriva en una discusión y esta a su vez termina en un conflicto, se puede contaminar el resto de la reunión o hasta una siguiente. Por lo tanto, hay que tener cuidado de que esta situación no se vuelva recurrente y pueda llevar a un problema que invada incluso el ámbito personal y alcance al resto de la empresa.

Como citar:

Del Solar E. (5 de julio de 2019). ¿Trabajo tóxico? *RPP Noticias*.

<https://rpp.pe/columnistas/eduardodelsolar/trabajo-toxico-noticia-1206605>



Un ambiente laboral tóxico es un entorno de trabajo que está marcado por problemas personales entre sus distintos miembros. | Fuente: Freeimages

No existe empresa tóxica; las empresas están conformadas por personas, y son estas las que configuran un ambiente que produce esa sensación de toxicidad. Por otro lado, también es cierto que algunas organizaciones tienen culturas corporativas que por su énfasis en algunos aspectos particulares pueden resultar muy incómodas para ciertos perfiles, lo cual no las califica necesariamente como lugares tóxicos para trabajar.

Esta misma situación se puede dar en empresas familiares, donde la forma de actuar y pensar del fundador puede ser un referente que influya y esté presente en toda la organización. De esta ubicuidad pueden presentarse situaciones que vuelvan a un colaborador en persona no grata para el resto de los “creyentes”, por más que el trabajador disconforme esté en lo correcto.

Pero, ¿qué consecuencias tiene este sistema de trabajo en las empresas? Son varias y muy notorias, pero las principales son las siguientes: el grupo no se siente integrado con la compañía, el trabajo absorbe la vida personal de los colaboradores, los profesionales se muestran confundidos respecto de su rol en el trabajo, consideran que la organización es disfuncional y en muchos casos se aprecia el síndrome de burnout, que implica, en opinión de Malash y Jackson, un cansancio emocional, despersonalización, y una menor realización personal.

Entonces, ¿qué hacer en estas situaciones? Lo primero y más importante es recordar que uno no es un árbol, se puede mover. Esto que parece obvio no siempre lo es. Luego, como casi todo en la vida, hacer un plan y considerar el costo/beneficio de nuestra decisión. Nunca hay que tomar acción de manera imprevista o guiada por los impulsos y menos en un tema tan importante como el trabajo.

Por último, pero tal vez lo más importante, vencer el miedo. El miedo paraliza y casi siempre es el principal culpable de nuestros mayores problemas.