

# Consejos para apoyar al personal

## *En tiempos cambiantes e inciertos*

La incertidumbre sobre los fondos, los contratos y la seguridad laboral puede ser muy estresante para el personal.

La forma en que una organización y sus directivos responden y se comunican en tiempos de incertidumbre determina la confianza y la estabilidad de los empleados.

Reconocer las preocupaciones y ofrecer un liderazgo claro y firme ayuda al personal a afrontar la incertidumbre con mayor resiliencia.

Este recurso ofrece consejos a los directivos para apoyar al personal, a mantener la moral y fomentar el bienestar en tiempos de cambio laboral.

- **Reconocer el impacto:** La incertidumbre genera estrés y ansiedad. Aunque no tenga respuestas, reconozca la situación y cómo puede afectar a su equipo.
- **Comuníquese con claridad y honestidad:** Comparta lo que sabe -y lo que no- incluso cuando no haya novedades. Sea transparente e informe al personal en la medida de lo posible.
- **Compruebe y ofrezca apoyo:** Programe entrevistas breves, valide sus preocupaciones y escuche sin intentar "arreglar" las cosas. Si usted dice "Esto es muy difícil y entiendo por qué es estresante" realmente ayuda.
- **Proporcione flexibilidad y reduzca la presión:** El personal puede necesitar un tiempo para procesar los cambios. Retrasa las tareas no urgentes y reduce la presión laboral en la medida de lo posible.
- **Fomente el cuidado personal y el apoyo entre colegas:** Promueva los descansos regulares, la creación de rutinas y las conexiones entre colegas. Comparta recursos y datos de contacto de servicios de apoyo emocional, y dé usted mismo un buen ejemplo de cuidado personal.
- **Lidera con calma y claridad:** Su equipo le observa. Manténgase firme y compasivo. Si se siente preocupado, relájase antes de dirigirse al personal. En caso de duda, usted puede decir: "Aún no tengo novedades, pero las compartiré cuando las tenga".
- **Recuerde que las personas responden de forma diferente:** El personal reaccionará: con frustración, re trayéndose, preguntando actualizaciones constantes o queriendo actuar de inmediato. Acérquese a todos con flexibilidad y empatía, reconociendo que sus necesidades y reacciones pueden cambiar con el tiempo.
- **Ayude al personal a enfocarse en lo que puede hacer:** Orientar al personal hacia tareas que mejoren el trabajo, independientemente de futuras decisiones de fondos, como mejoras en el proceso, documentación o desarrollo profesional. Mantenerse proactivo puede reducir el estrés y fomentar la sensación de control.