

Tecnoestrés. Estrategias de prevención



Orientadas al sistema social

Personas

Haz saber de los cambios que van a suceder en la organización en relación con la introducción de tecnologías específicas que influirán en su trabajo, así como las consecuencias esperadas, a todas las personas implicadas. De esta forma se evitarán rumores y posibles resistencias al cambio.

Promueve la participación de la plantilla en la implantación de tecnología, así como en la selección de sus características concretas. Se reducen así los efectos estresantes (ansiedad o fatiga mental) del cambio tecnológico, aumentando así los niveles de vinculación psicológica con la tecnología y su mayor uso futuro.

Genera un cambio tanto de la cultura organizacional en general, como del clima en el momento de la implantación de apoyo a la introducción de innovaciones tecnológicas en la empresa.

Organiza cursos específicos de formación hacia el uso de tecnologías. Proporcionará una mayor flexibilidad mental y adaptación al cambio tecnológico.

Crea equipos de trabajo que trabajen sobre los problemas específicos que pueda estar generando la introducción de la tecnología o sus innovaciones continuas.



Orientadas al sistema técnico

Tecnologías

Re/diseña los puestos de trabajo en los que se va a implantar/innovar en tecnología. Generas de este modo puestos 'sanos', y la tecnología se convierte en un recurso y no en un tecnoestresor.

Sustituye o reemplaza las tecnologías que por diversas circunstancias (poco amigables, útiles o usables, o ergonómicamente mal diseñadas) se han convertido en tecnoestresores.

Ten en cuenta el diseño tecnológico: que tenga un diseño ergonómico y sea fácil el interface entre usuario-tecnología: "usabilidad", es decir que se utilice por el usuario/a de forma adecuada y aprovechando el 100% de su potencialidad, y "amigabilidad" o sencillez de uso para los no-técnicos.



¡Actúa antes de que el tecnoestrés aparezca!

SI QUIERES AMPLIAR INFORMACIÓN, PUEDES HACERLO EN:
WWW.MUTUACESMA.COM

VISITA NUESTRA WEB Y DESCARGA NUMEROSA INFORMACIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

