



Creando organizaciones saludables...

Metodología WoNT para la evaluación y prevención de riesgos psicosociales

Dra. Marisa Salanova



A photograph of an airline cockpit with several pilots in uniform working at their stations. The text 'Bienestar Psicosocial' is overlaid in a large, blue, serif font.

Bienestar Psicosocial

Salud (en el trabajo)...

“ Salud es un estado de bienestar físico, mental y social, y NO la mera ausencia de enfermedad ”

OMS (1948)



LA LPRL española y europea:

Centradas más en la intervención que en la prevención y optimización del bienestar psicosocial...

WONIT

La LPRL obliga a...

- Identificar factores de riesgo psicosocial
- Tomar medidas preventivas
- Integrar la salud ocupacional y el servicio de seguridad
- Diseñar puestos adecuados
(“puestos saludables”) (**Normas ISO 9000**)

¿Cómo son las organizaciones 'saludables'?

1. Claridad de la tarea y del rol
2. Autonomía en el trabajo
3. Oportunidad para el contacto social
4. Variedad de las tareas
5. Información y feedback sobre el trabajo
6. Paga justa
7. Seguridad física en el trabajo
8. Posición social valorada
9. Apoyo del supervisor/dirección
10. Política de Gestión de 'personas'



Confianza
Organizacional

<http://www.eu100best.org>

¿Cómo son las personas 'saludables'?

- Personalidad resistente
- Optimismo
- Responsabilidad
- Estabilidad emocional



- Satisfacción y placer en el trabajo
- Experiencias óptimas (*Flow*)
- Confianza
- Engagement...



**Ambientes
NO
saludables**

=

**Estrés
Laboral**

WONT

WONT






Actividades



Promoción y realización de actividades de formación, información, investigación, estudio y divulgación en materia de prevención de riesgos psicosociales



Amplia experiencia desarrollada a través de...

Equipo



56 Ayudas/Proyectos de Investigación Aplicada y de I+D+i bajo contratos ejecutados

Diagnósticos de estrés laboral en el sector cerámico, turístico, educación, sanidad y administración

Contribuciones científicas para el diseño de puestos y organizaciones "psicológicamente sanas" (31 publicaciones en revistas internacionales y 81 nacionales)

4 Notas Técnicas de Prevención (INSHT)

7 tesis doctorales (1 doctora europea)



www.wont.uji.es

Objetivos

- 1.** Desarrollar y aplicar metodologías fiables para diagnosticar la salud ocupacional y la prevención/intervención del estrés laboral
- 2.** Cooperar con los agentes de prevención de riesgos psicosociales en Investigación, Desarrollo y Asesoramiento
- 3.** Ayudar en el desarrollo de organizaciones psicológicamente 'sanas'



OBJETIVO FINAL...

Generar organizaciones
saludables
(*healthy organizations*)



Evaluación de Factores Psicosociales

Modelos para evaluar Factores Psicosociales

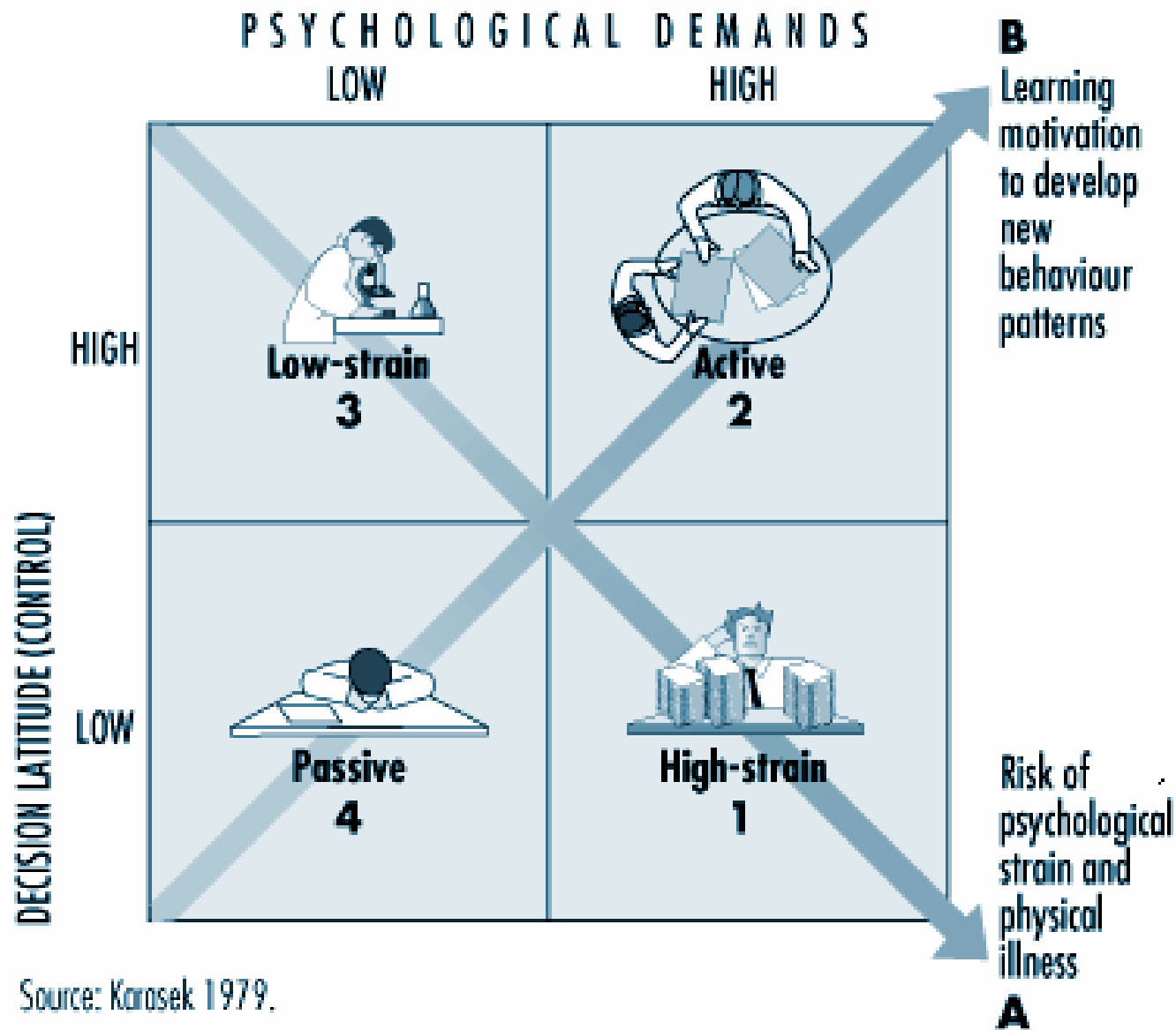
- Modelo Demandas -Control (Karasek y Theorell)
- Modelo RED Recursos – Emociones/Experiencias – Demandas (WONT)





Modelo Demandas – Control

(Karasek y Theorell)



Modelo **RED**

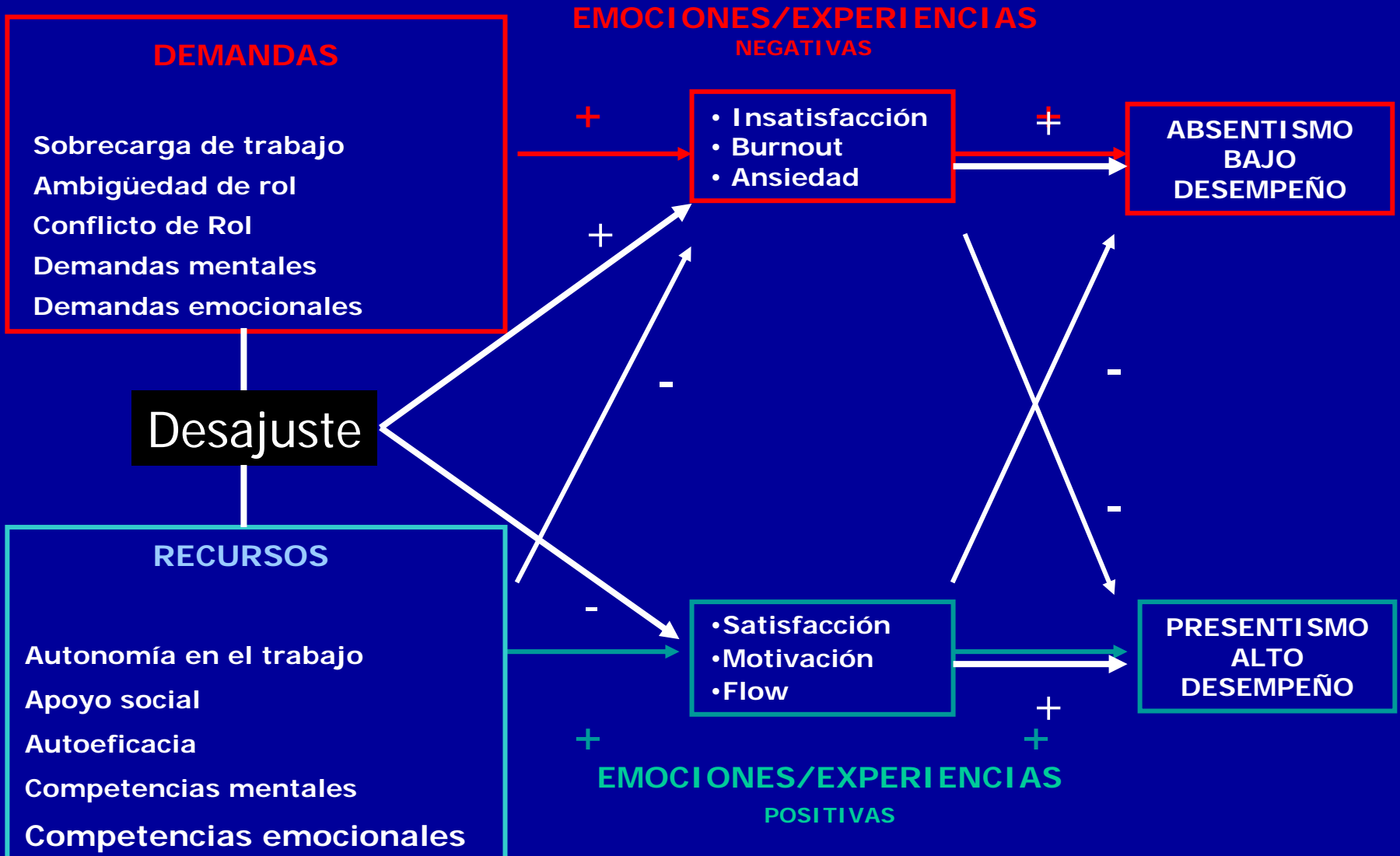
■ **R**ecursos
Emociones/**E**xperiencias
Demandas

([WoNT](#))

Mas información en...

Modelo RED

Recursos-Emociones/Experiencias-Demandas





Metodología WONT

**Metodología
Científica**

Servicios "a la carta"



WONT

FASES PROYECTOS I + D + i

1. **Reuniones** previas con informantes clave
2. **Administración** instrumento RED(s)
3. **Análisis estadístico** de los datos
4. Elaboración del **informe** de evaluación
5. **Presentación** del informe a la organización

¿Qué son los **Riesgos** Psicosociales?

... **Altas demandas laborales**

... **Falta de recursos laborales y/o personales para afrontar las demandas**

... **Que pueden producir daños psicológicos (ej. ansiedad, irritabilidad, burnout)**

... **Y como consecuencia producir daños organizacionales (ej. disminución del rendimiento, absentismo y accidentes laborales)**



Herramientas en la Evaluación de Factores

- Entrevistas (personas 'diana')
- Grupos de discusión (focus groups)
- Datos administrativos (absentismo/Desempeño)
- Checklists
- Cuestionarios de autoinforme

Nuestro cuestionario de autoinforme RED

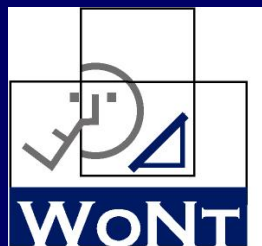


- Cumple normas ISO 10075-3: 2002
- Instrumento 'diagnóstico' de la salud ocupacional (utilidad práctica)
- '*Screening*' general de la salud ocupacional
- Basado en el Modelo RED (científico)
- Consecuencias negativas (malestar) y positivas (bienestar)
- Modular y flexible (Peligros y Daños)
- Feedback *on line* inmediato!! (0.3 segundos)

Feedback

Factores

Psicosociales



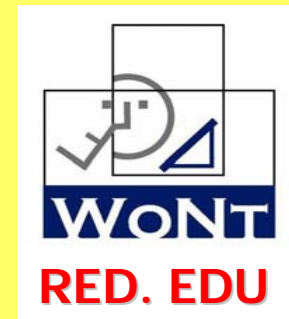
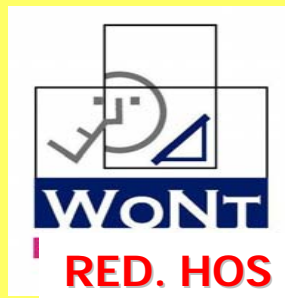
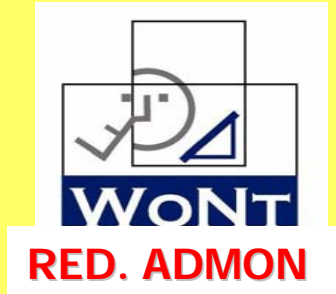
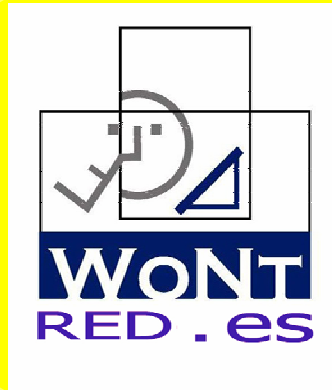
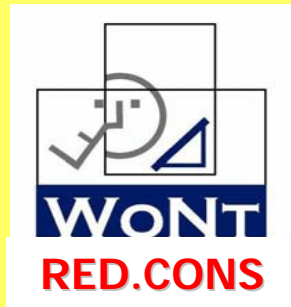
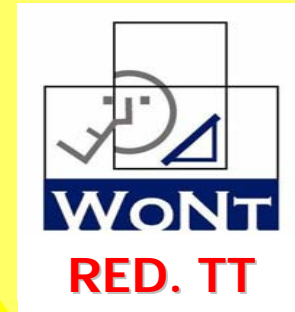
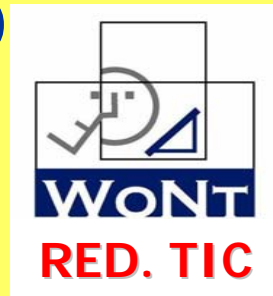
Demandas

Son los riesgos psicosociales o 'peligros' en el trabajo. Por ejemplo, la sobrecarga de trabajo que tiene, la incertidumbre que tiene sobre cuestiones de su trabajo, el nivel de conflicto o demandas que recibe de los demás que son incompatibles entre si, y por último las demandas que tiene su trabajo de tipo mental y de tipo social o de trato con la gente.

Si su puntuación oscila dentro de los 'valores aceptables' tiene un nivel de demandas bueno en su trabajo. No obstante, cuando su puntuación esté por encima de estos valores, estas demandas se pueden convertir en un estresor más de su trabajo y podrían ser perjudiciales para su salud psicosocial.

DEMANDAS	Su puntuación	Valores aceptables
Sobrecarga de trabajo	5	1.3 --- 3.7
Ambigüedad de rol	5	1.0 --- 2.2
Conflicto de rol	3.2	1.2 --- 2.9
Demandas mentales	5	3.5 --- 4.8
Demandas sociales	4.88	1.5 --- 4.2

Versiones del RED





Metodología WONT

**Metodología
Científica**

Servicios “a la carta”



WONT

Objetivos del RED



Identificación de:

- Factores de riesgo psicosocial o estresores a un nivel específico (ej. organización, servicios, grupos de trabajo)
- Colectivos potenciales de riesgo (ej. trabajadores más mayores, determinados servicios, trabajadores temporales, trabajadores poco cualificados, supervisores)
- Personas con riesgo de desarrollar problemas relacionados con el estrés (ej. burnout, adicción al trabajo, tecnoestrés)
- Personas/grupos/organizaciones 'psicológicamente' sanos para optimizar su bienestar y la calidad de vida laboral

Validación del RED



- Generado originalmente para la **evaluación de factores psicosociales** en el trabajo (Número Registro de la Propiedad Intelectual: 09/2004/1392).
- Validado en una **muestra heterogénea de 835 trabajadores** españoles de diversos sectores ocupacionales (administrativos, operarios producción, comerciales, educadores, directivos, etc.)
 - **Criterios establecidos APA** (American Psychological Association)
 - **Normas ISO 10075-3:2002**

WWW.ONT

Validación del RED



- **Pruebas previas del RED** desde hace 10 años por el WoNT validadas en muestras de 3.000 trabajadores españoles y más de 2.000 trabajadores holandeses de diversas ocupaciones
- Escalas de **4 ítems** construidas en base a los trabajos de investigación del grupo WoNT, con formato y estructura basadas en el cuestionario WEBA holandés
- **Investigación actual** en:
 - **Versión breve** del RED (40 ítems)
 - Versión **RED.PYME** (FVQ, Generalitat Valenciana)

Escalas del

RED



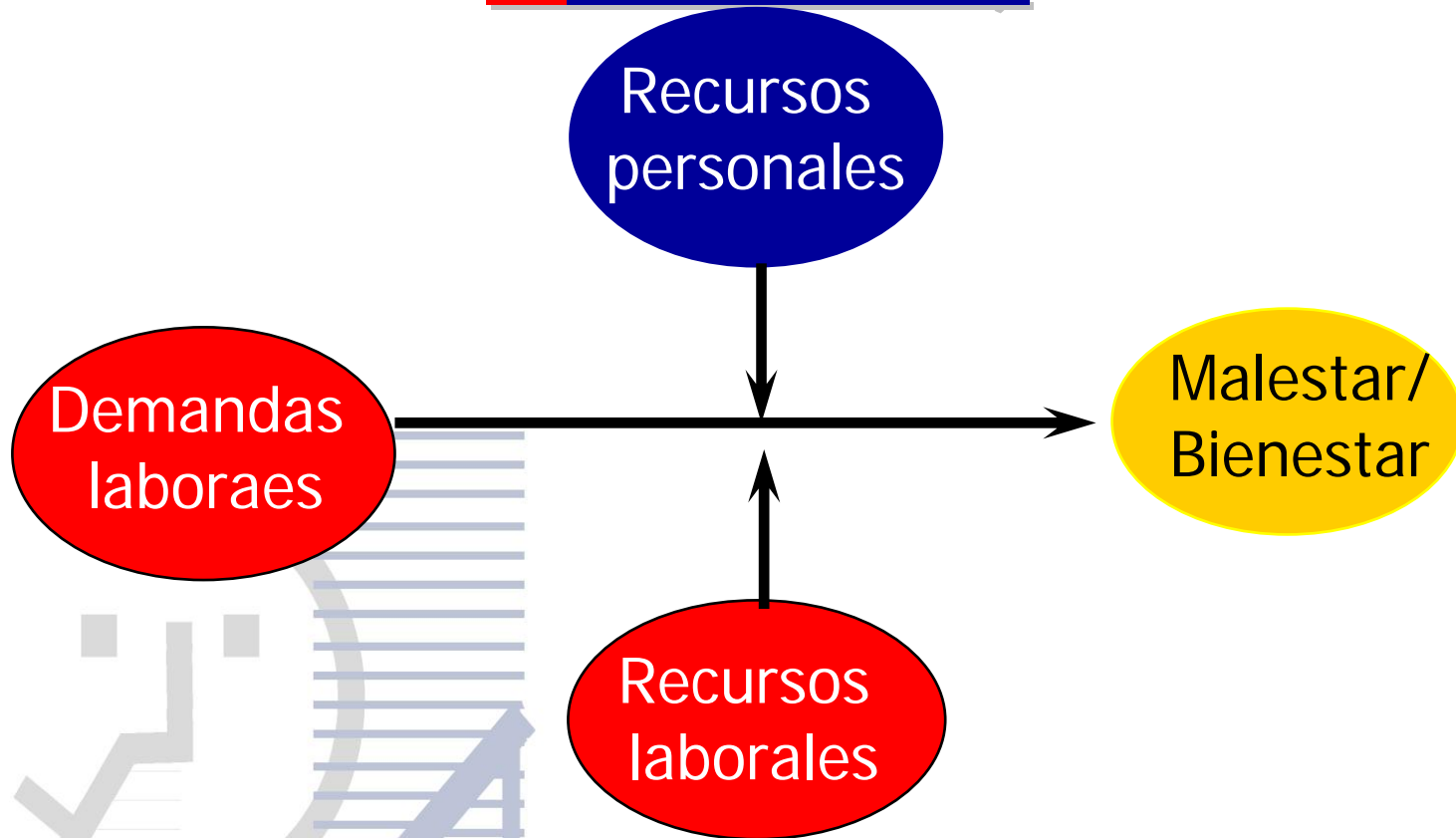
Recursos laborales y personales

Emociones/**E**xperiencias

Demandas laborales

Modelo RED

(**R**ecursos, **E**mociones/**E**xperiencias y **D**emandas)



WONT

Validación del RED

Alpha de Crombach/Correlación Pearson

ESTRESORES, PELIGROS O RIESGOS PSICOSOCIALES

DEMANDAS (bloque 2)	RECURSOS LABORALES (bloque 3)	RECURSOS PERSONALES (bloque 3)
Sobrecarga cuantitativa (.87)	Autonomía (.80)	Autoeficacia (.91)
Sobrecarga emocional (.81)	Feedback *	Eficacia grupal percibida (.86)
Sobrecarga mental (.72)	Calidad organizacional (.70)	Competencias profesionales (.82)
Conflicto de rol (.88)	Formación organizacional *	Competencias emocionales (.85)
Ambigüedad de rol (.86)	Apoyo social *	Competencias mentales (.71)
Rutina (.89)	Estilo liderazgo (.94)	
Mobbing (.80)	Relaciones interpersonales *	
	Trabajo en equipo (.89)	

* Escalas en donde no se puede calcular el alfa porque son ítems independientes.

** r (correlación de Pearson debido a que la escala la componen 2 ítems)

Validación del RED



Alpha de Crombach/Correlación Pearson

CONSECUENCIAS PSICOSOCIALES Y ORGANIZACIONALES (bloque 4)

DAÑOS PSICOSOCIALES	BIENESTAR PSICOSOCIAL	DAÑOS ORGANIZACIONALES
Síntomas psicósomáticos *	Satisfacción y placer (.84)	Absentismo *
Aburrimiento (r=.34)**	Relajación (.77)	Ineficacia profesional (.83)
Ansiedad (.83)	Emociones positivas (.85)	Falta de compromiso (.74)
Burnout (agotamiento, cinismo, despersonalización) (.80, .87, .85)	Engagement (vigor, dedicación y absorción) (.84, .90, .72)	Intención de abandono de la organización (.75)
Adicción al trabajo (dependencia psicológica) (.72)	Flow (experiencias laborales óptimas) (.81)	
Tecnoestrés (.93)		

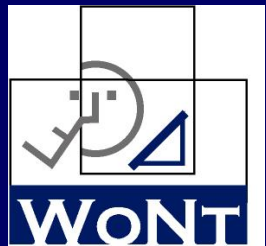
* Escalas en donde no se puede calcular el alfa porque son ítems independientes.

** r (correlación de Pearson debido a que la escala la componen 2 ítems)

Informe de

Factores

Psicosociales

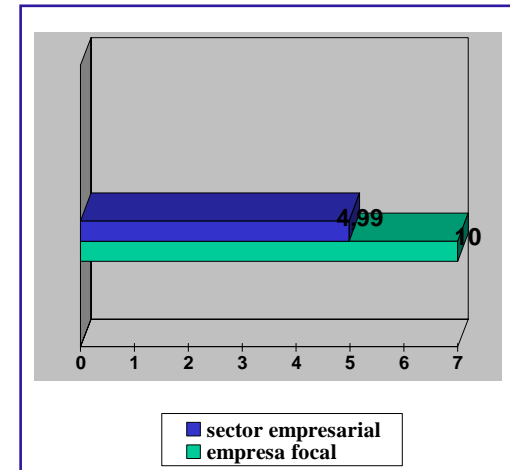


- 1. Diagnóstico general de riesgos psicosociales en la plantilla (en su caso por áreas o servicios)**
 - Riesgos psicosociales detectados
 - Daños psicosociales detectados
 - Factores positivos de la organización del trabajo y de las personas
 - Información estadística
 - Comparaciones (*Benchmarking* interno)
- 2. Lista priorizada de recomendaciones (generales y por servicios) orientadas a:**
 - La prevención de riesgos psicosociales detectados.
 - La corrección de situaciones de daño detectadas.
 - La optimización de la salud psicosocial

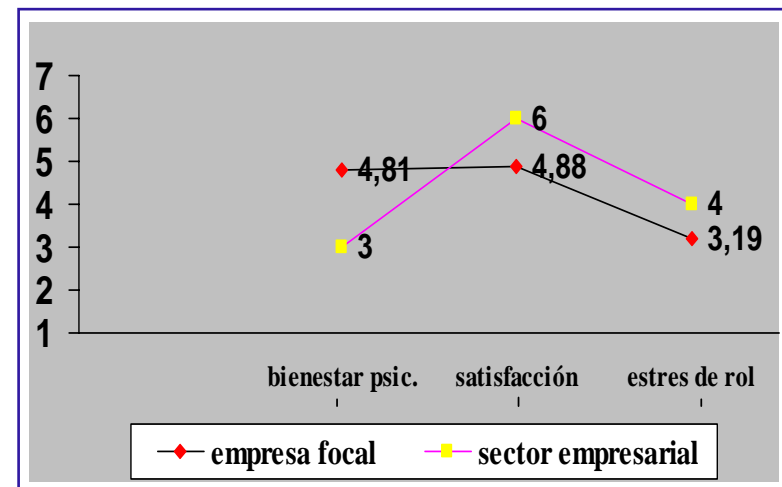
NIVELES DE COMPROMISO ORGANIZACIONAL Y SALUD LABORAL DE LOS TRABAJADORES

- Resultados obtenidos en la investigación sobre los niveles de compromiso y salud laboral de su empresa.
- El **compromiso organizacional** se refiere a la lealtad e implicación de los trabajadores con los objetivos y misión de la empresa.
- El **índice de salud laboral** es una medida compuesta por
 - **Bienestar psicológico**: refleja la posibilidad de que los trabajadores puedan mostrar niveles bajos de ansiedad y un ánimo no depresivo
 - **Estrés de rol**: referido al grado en el que los trabajadores no perciben claridad en sus cometidos y reciben demandas contradictorias en su puesto de trabajo
 - **Satisfacción**: entendida como el grado en los que los trabajadores se muestran satisfechos con los distintos aspectos del trabajo y la organización
- Muestra empresa focal = 20 trabajadores
Muestra total = 263 trabajadores

COMPROMISO ORGANIZACIONAL



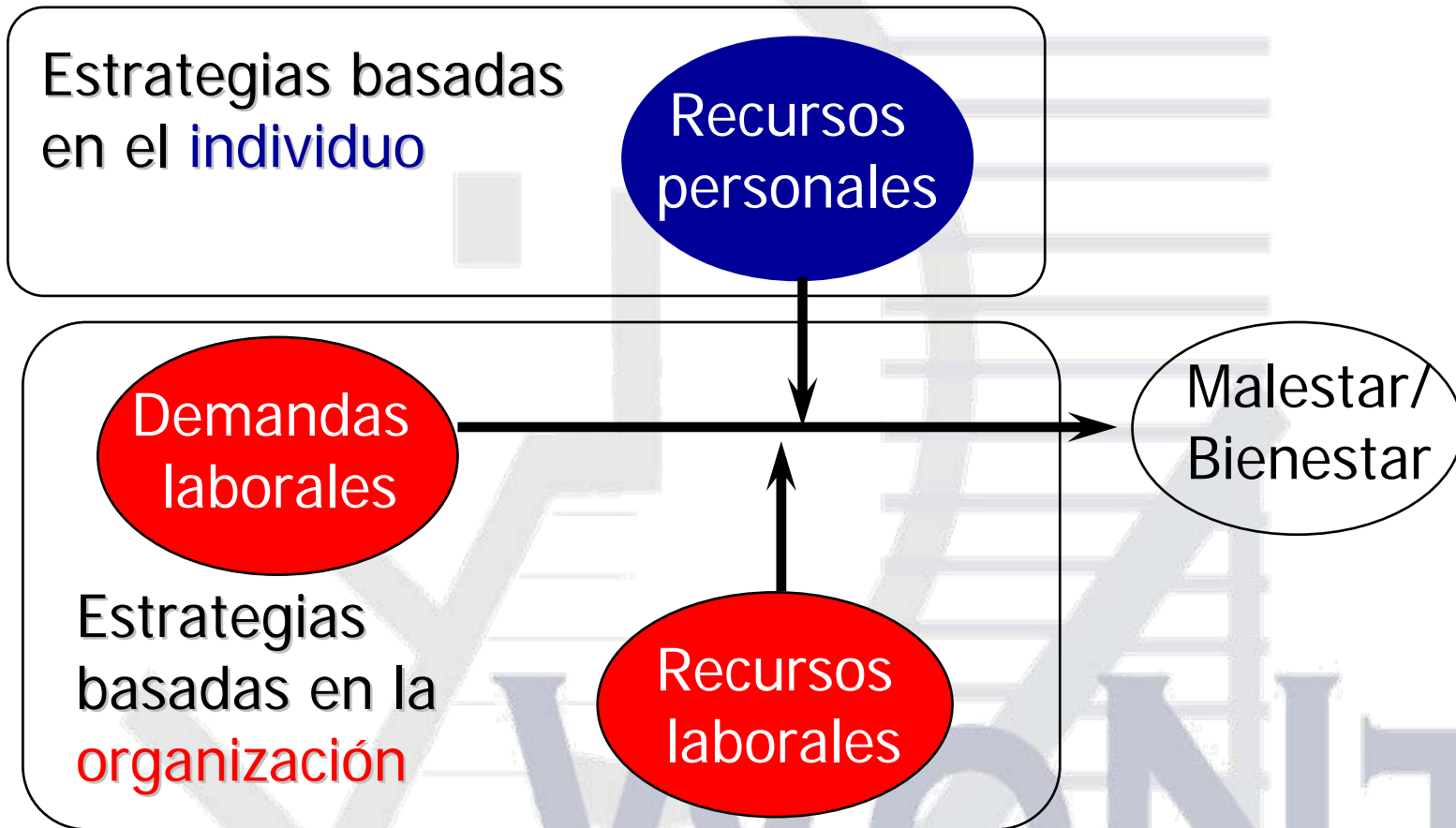
INDICE DE SALUD LABORAL



Prevención Malestar

Optimización Bienestar

FOCO de las estrategias



Objetivo de la estrategia

- **Diagnóstico factores psicosociales**
- Prevención primaria
- Prevención secundaria
- Tratamiento (prevención terciaria)

Vista general de estrategias

Objetivo Foco	Individual	Organización
Diagnóstico		
Prevención primaria		
Prevención secundaria		
Tratamiento		

Estrategias basadas en el individuo

Objetivo \ Foco	Estrategias individuales
Diagnóstico	<ul style="list-style-type: none">• Auto-diagnóstico
Prevención primaria	<ul style="list-style-type: none">• Gestión del tiempo• Formación: Inteligencia Emocional• Equilibrio trabajo-vida privada
Prevención secundaria	<ul style="list-style-type: none">• Grupos de mejora• Tutoring and coaching• Planificación de carrera
Tratamiento	<ul style="list-style-type: none">• Asesoramiento• Psicoterapia

Estrategias basadas en la organización

Objetivo \ Focos	Estrategias organizacionales
Diagnóstico	<ul style="list-style-type: none">• Auditoria salud psicosocial
Prevención primaria	<ul style="list-style-type: none">• Mejora del contenido del puesto• Horarios de trabajo• Desarrollo directivo
Prevención secundaria	<ul style="list-style-type: none">• Programas acogida• Gestión del conflicto• Desarrollo organizacional
Tratamiento	<ul style="list-style-type: none">• Programas de Asistencia al Empleado (PAE)



Medidas de prevención y optimización

[factores críticos de éxito]

- **Aproximación sistemática y paso-a-paso**
- **Análisis de los factores adecuados**
- **Combinación de medidas**
- **Planificación temporal realista**
- **Confidencialidad y anonimato**
- **Aproximación participativa**
- **Apoyo y compromiso de la dirección y trabajadores!**

¡Muchas Gracias!

Marisa.Salanova@uji.es

<http://www.wont.uji.es/>