

Líderes y gerentes: volver al trabajo después de la cuarentena

A medida que los estados de todo el país comienzan a reabrir las empresas, los empleadores están planeando trasladar al personal de vuelta al lugar de trabajo. Los líderes y gerentes tendrán que prepararse no solo para los cambios en el lugar de trabajo físico, sino también para los desafíos de abordar las preocupaciones del personal.

Desafortunadamente, la pandemia del COVID-19 no desaparecerá a medida que los miembros del personal vuelvan al trabajo, y tampoco lo harán las preocupaciones que la rodean. Mientras que algunos empleados pueden estar emocionados y ansiosos por volver al trabajo después de que se levantan las órdenes de quedarse en casa, otros pueden estar temerosos y ansiosos por la transición.

Todo el mundo se ha visto afectado por esta crisis y volver al trabajo es otro nuevo territorio para navegar. El distanciamiento social, la cuarentena y el aislamiento pueden causar una serie de síntomas físicos, emocionales y psicológicos intensos. Las personas pueden experimentar ira, miedo, tristeza, irritabilidad, culpa o confusión. Además, pueden haber perdido a sus seres queridos o conocer a alguien que se enfermó, pueden estar preocupados por el cuidado de niños o ancianos y muchos pueden estar experimentando dificultades financieras.

Su programa está aquí para ayudarle

Como líder o gerente de una organización que se prepara para reabrir, será importante considerar la salud emocional de su personal y aprender cómo monitorear y abordar problemas si ve a alguien que está teniendo problemas.

Su programa proporciona una variedad de recursos, herramientas y servicios para apoyarlo en este viaje.

La **Guía del Programa del Gerente** (Manager's Program Guide) cuenta con secciones sobre el apoyo a su personal y a usted mismo, incluyendo:

- Cuidar a su personal, señales de advertencia de problemas de salud conductual y saber cuándo ofrecer asistencia.
- Apoyar a un miembro del personal a través de una crisis personal.
- Ayudar a un miembro del personal en apuros.
- Identifica el uso indebido de sustancias.
- Prevenir la violencia en el trabajo y en el hogar.
- Prevenir y concientizar acerca del suicidio.
- Recursos críticos de respuesta a incidentes.

El equipo de **Workplace Support Services** (WSS) está disponible para consultas personales en cualquier momento.

- WSS proporciona orientación confidencial a los gerentes para una variedad de situaciones.
- Los gerentes pueden utilizar WSS para ayudarles a evaluar eficazmente situaciones difíciles y determinar el nivel adecuado de intervención con base en políticas departamentales.
- WSS puede ayudar a los gerentes a explicar cómo ofrecer ayuda de la manera más productiva.

El sitio web del miembro, **MagellanAscend.com**, es el recurso central para la información de salud emocional y bienestar sobre el COVID-19:

- Consulte el artículo del COVID-19 en la página de inicio para obtener:
 - Hoja de consejos para gerentes sobre cómo ayudar a los miembros del personal en apuros durante un brote infeccioso.
 - Hojas de consejos con consejos para afrontar asuntos relacionados con la salud mental y diferentes tipos de trabajadores, resiliencia financiera y recursos del programa.
 - Seminarios web sobre el manejo de la ansiedad, la creación de resiliencia y las mejores prácticas financieras.
- Haga clic en el ícono Soporte para gerentes (Manager Support) para buscar educación y recursos, incluidos:
 - Enlace para descargar la *Guía del Programa del Gerente*.
 - Enlace para descargar la Guía de capacitación de Options In Learning. Tenga en cuenta que hay dos capacitaciones específicas para el COVID-19, *Manejo de la ansiedad y preocupación en tiempos inciertos (Managing Anxiety and Worry in Uncertain Times)* y *Cómo construir resiliencia y habilidades adaptativas durante el COVID-19 (How to Build Resilience and Adaptive Skills During COVID-19)*.
- Ver el Centro de Aprendizaje para artículos, videos y seminarios web sobre una variedad de temas.
- Visitar la biblioteca de aplicaciones para ver el programa de cuidado personal sobre ansiedad, depresión e insomnio

Su **gerente de cuentas de Magellan Healthcare** también puede consultar con usted sobre situaciones específicas y proporcionar recursos para una variedad de situaciones, incluyendo:

- Cómo hacer frente a la muerte de un compañero de trabajo.
- Cómo apoyar a un compañero de trabajo que padece una enfermedad grave.
- Cómo lidiar con los recortes de personal y la pérdida de empleo.

Magellan Healthcare está aquí para proporcionarle a usted, su personal y sus familiares un apoyo compasivo y atento durante este momento difícil. El programa es completamente confidencial y está disponible durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana, todos los días del año. No existe una situación demasiado grande ni demasiado pequeña. Llámenos o visite el sitio web de su programa para comenzar.