

¿Por qué nos deprime nuestro trabajo?

Lucy Kellaway | Financial Times
25/01/2017

La mayoría de las encuestas muestran que a menos de un tercio de los empleados les importa su trabajo, y que esta tendencia está empeorando a largo plazo.

Hace poco el jefe de una amiga reunió a todos sus empleados para la típica charla de Año Nuevo. "Cada uno de vosotros tiene el derecho de amar su trabajo", les dijo.

A ella esto le pareció estupendo y se sintió algo desilusionada cuando le indiqué que era algo peligroso y poco realista. Nadie tiene el derecho de amar su trabajo. No sólo eso, la mayoría lo detesta.

Si escribes en Google "mi trabajo es __," el buscador predice cómo va a seguir la frase: "tan aburrido" o "lo que me produce instintos suicidas" o "lo que me deprime". Si comienzas con "mi jefe es __," Google ofrece: "perezoso", "un abusón" o (mi favorito) "un idiota". Y lo que es aún más alarmante, si escribes "mi trabajo es estimulante", el programa asume que has cometido un error y sugiere que quisiste decir "no es estimulante".

Internet tiene facilidad para aflorar los malos sentimientos. Sin embargo, en este caso la insatisfacción laboral es legítima y está aumentando. Nos encontramos ante lo que Tomás Chamorro-Premuzic, un profesor del University College de Londres, llama una "epidemia de desconexión". La mayoría de las encuestas muestran que a menos de un tercio de los empleados les importa su trabajo, y que esta tendencia está empeorando a largo plazo. En Reino Unido existen evidencias de que nuestros trabajos nos gustan mucho menos que en la década de 1960.

Esto resulta extraño. Yo no formaba parte de la población activa en los años 60. Pero sí en los años 80, y puedo confirmar que las cosas están mejor ahora que entonces. Cuando me incorporé a la City de Londres antes de la liberalización financiera, o "Big Bang", estaba llena de hombres de clase alta con trajes de rayas, y la mayoría de ellos eran asombrosamente tontos. Los trabajos aún eran de por vida, por lo que si tenías uno que no te gustaba, estabas atrapado. Los ascensos tardaban siglos en producirse, y dependían de una estricta escala de antigüedad y de con quién jugabas al golf. El abuso era tan normal que a nadie se le ocurría quejarse. Los edificios de oficinas eran oscuros, sucios e incómodos. No existían cosas como las sillas ergonómicas, y existía la probabilidad de sufrir un cáncer de pulmón debido al humo generado por los fumadores.

Actualmente, las oficinas no sólo son luminosas y bellas, sino que no hace falta que vayamos a ellas si no queremos; podemos trabajar desde casa en su lugar. A los jefes se les ha enseñado a no gritar. Hay gimnasios y frutas gratis. Y si se es mujer, las cosas han mejorado hasta tal punto que son irreconocibles. En los años 60 sus funciones estaban limitadas a los archivos y la taquigrafía, mientras que ahora (al menos en teoría) pueden ocupar cargos en la dirección. ¿Entonces, por qué estamos tan deprimidos?

La razón más común es tener un mal gestor. Pero esto es un enigma, ya que los gestores seguramente sean menos inútiles que hace medio siglo.

Todos esos títulos de MBA, las tutorías y las sesiones de coaching -nada de lo cual existía hace 50 años- no pueden haber sido totalmente en vano.

Nuestra moderna desafección puede deberse en parte al cambio de un trabajo a otro. Al poder marcharnos en cualquier momento, tenemos una menor motivación para luchar por el éxito dondequiera que estemos. Si todo el mundo viene y va constantemente, nadie se siente seguro ni identificado con su empresa.

Pero la razón principal de la infelicidad es que albergamos demasiadas esperanzas. Los trabajos de oficina habrán mejorado, pero nuestras expectativas han ido mucho más lejos. Una mejor educación no ha ayudado. A las personas con títulos universitarios suele desagradarles más su trabajo que a los no licenciados. Así que cuantas más personas obtienen un título, más aumenta la infelicidad. Cuanto más subimos en la jerarquía de necesidades de Maslow, más difícil nos resulta disfrutar de las vistas desde la cima.

Las cosas empeoran con las acciones bien intencionadas de las propias empresas. Ante la desafección de los trabajadores, insisten en que es vital que seamos felices. Proclaman sus valores. Nos dicen que están cambiando el mundo. Exigen que no sólo nos comprometamos sino que lo hagamos apasionadamente. Nos incitan a hacer un buen trabajo voluntariamente, todo en nombre de la relevancia.

El resultado no es la felicidad. Según nuevas investigaciones de la Universidad de Sussex, este tipo de declaraciones desmotivan aún más a los empleados, haciendo que se sientan más infelices y desilusionados que antes.

La obsesión de las empresas con la felicidad es en parte la causa de nuestra infelicidad. Cuando todos a tu alrededor aseguran tener una pasión o haber encontrado un sentido, o cuando los directivos te dicen que tienes el derecho de amar tu trabajo, es lógico -al menor signo de aburrimiento o tras un leve desacuerdo con algún superior- concluir que tu trabajo suscita sentimientos suicidas y que tu jefe es un idiota.