“After work, o cómo disfrutar del tiempo libre

El término ‘after work’ (después del trabajo) ha ido adquiriendo popularidad durante estos últimos años en nuestro país. Se refiere a aquellas actividades lúdicas que programamos después de nuestra jornada laboral, habitualmente con nuestros compañeros de trabajo, pero en un ambiente más distendido. Se trata de compartir actividades como salir de copas, a cenar, ir a conciertos, etc., con compañeros de trabajo. Es un momento que se dedica a socializar con ellos y que permite, entre otras cosas, fortalecer las relaciones fuera de las tensiones laborales. De hecho, ya hay empresas en nuestro país que han optado por organizar jornadas de ‘after work’ para sus trabajadores.

¿Cuáles son los beneficios de disfrutar del tiempo libre con compañeros de trabajo? Uno de los principales es, de hecho, el que ya apuntábamos: relacionarse en un entorno más amable. Se trata de que personas que pasan gran parte del día juntas puedan compartir algo más que un proyecto, las preocupaciones por unos objetivos a lograr o las tensiones por unos malos resultados. Compartir unas copas o un concierto hace que se genere un tipo de relación diferente y se gane confianza, lo que estrechará la relación entre los miembros de la empresa o de un mismo equipo.

Además, si se mejoran las relaciones entre los compañeros el ambiente que después se vivirá en la empresa será mucho mejor. Y un buen ambiente es también la clave para que una empresa funcione bien. En definitiva, todo acabará traduciéndose en una mejora de la productividad de dicho equipo.

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Entretenimiento Recursos humanos](#)