



Febrero 2021

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

Las personas solemos decidir libremente a quiénes incorporamos en nuestro grupo de amigos, pero si pensamos que más de un tercio del día lo dedicamos al trabajo y a las relaciones con los compañeros, es lógico pensar que en este contexto pueda surgir la amistad.

La amistad en los equipos de trabajo genera mayor cohesión, apoyo, compromiso, y buen ambiente de trabajo, además de mejorar el desempeño laboral.

Cuando hay amistad en el trabajo es más probable que exista un mayor compañerismo, y que estemos más dispuestos a echar una mano a un colega al que consideramos amigo. Por otro lado, a veces vemos a nuestros compañeros incluso más que a nuestra propia familia, por lo que acaba convirtiéndose en una importante fuente de apoyo ante los problemas.

No obstante, hay personas que prefieren mantener las relaciones laborales en un plano estrictamente profesional, y hemos de aprender a respetar estas decisiones.

La amistad en el trabajo debe ser algo voluntario y no impuesto. Lo realmente imprescindible es que exista confianza dentro de los equipos de trabajo, lo que supone creer que la persona que tienes al lado será capaz de desempeñar eficazmente su trabajo, haya amistad o no.

Por otro lado, un “colegueo” excesivo puede producir pérdidas de tiempo, favoritismos y parcialidad.



*“Sin confianza es difícil, por no decir imposible, mantener una buena relación” (James Hunter)*