

Lo positivo de los entornos laborales más saludables



Karen Copley

Esta psicóloga, coach ontológica y consultora del IST, lleva más de una década impulsando entornos laborales más saludables e inclusivos en Tarapacá, además de promover el bienestar mental, la prevención de la violencia y el liderazgo femenino en sectores tradicionalmente masculinos.

Karen Copley Briggs desde hace trece años que está radicada en Iquique, donde centró su carrera profesional en la salud mental laboral y el desarrollo de las personas. Su labor consiste en asesorías y capacitación en rubros como la minería, transportes, puertos, comercio, educación y sector público, acompañando procesos relacionados con normativas de bienestar mental, prevención del acoso laboral y fortalecimiento de habilidades comunicacionales y colaborativas, todo ello desde una mirada preventiva.

Copley explica que su trayectoria profesional se ha desarrollado principalmente en espacios masculinizados, donde "pude posicionar temas como la gestión emocional, bienestar psicológico y liderazgo femenino".

En ese contexto, lleva adelante programas de aprendizaje y asistencia técnica para trabajadores y jefaturas, incluyendo capacitaciones orientadas a prevenir el suicidio en el trabajo y promover culturas organizacionales más respetuosas e inclusivas, en coherencia con

los lineamientos de prevención y seguridad de la agenda laboral.

Para Copley, liderar desde el norte implica comprender la diversidad cultural de la región y los desafíos propios de territorios productivos y exigentes. "En organizaciones portuarias y mineras logré abrir conversaciones sobre salud mental y género, generando espacios de aprendizaje donde el respeto y la escucha se convierten en herramientas clave para prevenir riesgos psicosociales", precisa.

Reconoce que uno de sus mayores desafíos como mujer ha sido validarse frente a equipos directivos mayoritariamente masculinos. Ese proceso, explica, la llevó a fortalecer la confianza en sí misma y a desarrollar un liderazgo coherente. "Primero hay que creerse el propio cuento", afirma, convencida de que la seguridad personal es parte esencial del liderazgo.

Criada por una madre soltera que le enseñó independencia y determinación, destaca en esa historia personal el origen de su liderazgo. A las niñas y jóvenes del norte les transmite un mensaje directo: Creer en sí mismas, atreverse a perseguir sus sueños y no guiarse por juicios externos.

Porque, precisa, "su liderazgo nace del propósito y de la convicción de que es posible construir espacios laborales donde se promueva una cultura de seguridad y bienestar mental".