

El Balance TRABAJO vrs VIDA

Andrea Aguilar

“El dinero no lo es todo”, “El dinero no compra la felicidad”, cuantas veces hemos escuchado estas frases y seguimos empeñados en querer siempre más si medir el costo en nuestra vida y en nuestra salud.

Cada vez es más la gente que aspira a ser solo financieramente estable y no financieramente poderosa, porque ha valorado el sacrificio personal y familiar que esto último implica.

“No quiero esperar hasta jubilarme para empezar a vivir”, según las últimas encuestas de satisfacción laboral, el balance trabajo vrs vida está entre las cinco principales formas para encontrar realización en sus carreras.

La época de los trabajólicos está llegando a su fin, el stress, la presión arterial alta, la ansiedad y la depresión se han apoderado de aquellas personas que hicieron del trabajo su religión.

Las empresas de vanguardia están siendo cada día más creativas en la forma en que compensan el trabajo arduo de sus colaboradores con espacios de recreación y espiritualidad, compartiendo en grupo y en familia. Finalmente han descubierto que la productividad y la calidad no dependen del tiempo que pasen sus empleados en sus sillas. El tiempo del trabajo es del trabajo y el del individuo es del individuo, separemos los espacios, no “chatiemos” con nuestros amigos en el trabajo, pero tampoco pasemos el fin de semana contestando correos laborales.

El balance trabajo vrs vida extiende nuestra expectativa de vida, nuestra felicidad y nuestra realización personal, pero también nos carga de energía para ser mas eficientes en nuestras labores diarias.

El balance trabajo vrs vida implica sacrificio ya que probablemente se tengan empleos de más baja remuneración y de más lenta superación, pero si se logra un equilibrio financiero satisfactorio y se compara eso con la gran cantidad de adinerados con infartos, divorcios y enfermedades físicas y mentales, este sacrificio se convierte en sabiduría.

La propuesta de que más vale calidad que cantidad de tiempo para sí mismo y la familia es FALSA, ambos necesitan cantidad y calidad de tiempo, jugar con tus hijos, disfrutarlos, tener tus “hobbies” y distracciones, tus mascotas, hacer aquello que siempre quisimos y no nos dejaron, pintar, dibujar, escribir, leer, cantar, bailar nos llena de energía vital para seguir trabajando.

Disfrutemos nuestro trabajo, no dejemos que el trabajo disfrute de nosotros.

No pretendo con esta propuesta fomentar la vagancia, estoy convencida que un buen balance trabajo vrs vida nos convierte en mejores trabajadores y que las empresas que dediquen parte de su esfuerzo y presupuesto a crear este balance tendrán en el futuro los mejores resultados en rentabilidad y rendimiento.

Busquemos el equilibrio.