

► EMPLEO Y FORMACIÓN

A perro flaco, no todo son pulgas

De las situaciones adversas no hay por qué salir siempre tocado, conviene entrenar la resiliencia para darle la vuelta a la tésitura y lograr reforzarse

JULIÁN HERRERO

Comprender mejor el entorno, ser capaz de analizar situaciones problemáticas, razonar las posibles soluciones ante una dificultad, buscar salidas para sobrepasar malos momentos, enfocar los recursos al alcance para provocar nuevas oportunidades o esquivar con flexibilidad las barreras; frente a anclarse en el victimismo o la queja, vivir en una constante tragedia, convertirse en vulnerable a los conflictos imprevistos, vivir en el pasado rodeado de angustia y presión, recordar las malas experiencias sufridas o hacer del mal humor tu compañero de viaje. Resulta inevitable decantarse por las primeras tésituras, pero la verdad es que querer no es sinónimo de poder, y no siempre se reacciona de esta manera.

Eso sí, para que ese cambio se dé, sólo hay que proponérselo y entrenarse para conseguirlo. Potenciar la resiliencia, palabra que, por rara que parezca, marca en multitud de ocasiones la diferencia entre hundirse del todo o salir airoso de una dificultad. Incluso más fuerte. Porque los obstáculos en la vida son

algo inevitable y, por ello, el saber afrontarlos se convierte en una labor fundamental.

Desarrollarla es una cuestión personal porque esta capacidad no es innata y siempre se puede mejorar. Así lo explica la «coach» Laura Gutiérrez: «No hay que engañarse evitando ver la realidad tal como es; por muy dolorosa que sea, conviene saber regular los impactos emocionales». Yasean en la vida personal, con una separación o una pérdida, o en el mundo laboral, con las tensiones propias del trabajo, para lo que recomiendan practicar la flexibilidad y la tolerancia ante la diversidad de opiniones.

Otra experta como Carme Castro, directora de Kainova, empresa especializada en la gestión de personas, recomienda «conocerse a

uno mismo y ser consciente de las fortalezas y limitaciones». Lo que termina convirtiéndose en la forma de poder gestionar las adversidades y superarlas, a la vez que «se refuerza el autoconocimiento», apostilla. De ahí que, en muchas ocasiones, se hable de que los más inteligentes son aquellos que saben hasta dónde pueden llegar y, por ello, terminan rodeándose de gente apta.

ENTRENAR EN GRUPO

A la hora de hablar de grupos, asegura que la clave está en saber utilizar las capacidades de cada uno de los miembros y las sinergias entre ellas para resolver los problemas de forma conjunta. Una vía de salir adelante y crecer como persona y como profesional.

La resiliencia en el trabajo hace



referencia a la «habilidad colectiva y articulada que permite estar preparado para conflictos», que se exponía en un artículo en la web de Randstad. La directora general de «Public Affairs» de esta entidad, Ángeles Tejada, también hace referencia a los límites e introduce el concepto de liderazgo como el camino a la motivación. A donde llegar a través de apoyos externos,

a pesar de que Tejada exponga que no es necesario esa ayuda de fuera al tratarse de «una condición y una actitud individual», aunque reconoce que «sólo se sufre un mayor desgaste». Así, es importante la conciencia que poseen las personas resilientes a la hora de necesitar a otros, «incluso profesionales, si lo consideran necesario», expone Castro.

Pero en esta sociedad, que se expone continuamente a cambios e incertidumbres, no se puede tener miedo a lo nuevo, lo diferente. Aquí, la directiva de Kainova precisa que «la improvisación forma parte de la vida», por lo que tampoco debemos intentar controlar las situaciones. Mientras que para Laura Gutiérrez intentar dominar

CLAVES

► Cada dificultad que se presenta en el camino no es el final de nada, simplemente una nueva oportunidad para superarse y ampliar los límites personales.

► No obsesionarse con el futuro. Sirve con tener un plan en la mente, pero sin cerrarse a la rigidez. De esta forma se podrá ser más productivo de inmediato.

► Entender la realidad tal y como es. No sirven las excusas para evitar un problema, lo mejor es afrontarlo de primeras, y, a ser posible, de forma optimista.

PERSONAS & EMPRESAS & OFICINAS

El futuro del trabajo es ahora el presente

No hace tanto tiempo que aspirábamos a una vida laboral mejor: a poder conciliar vida personal y vida profesional, o a que el trabajo fuera algo que disfrutar, y no la pesadilla de cada lunes. El futuro es ahora el presente en los nuevos modelos de trabajo, y lo que pedíamos ya es una realidad en muchos sectores y para muchos profesionales.

1. *Poder organizar el tiempo de trabajo como mejor convenga a cada uno.* La libertad de elección de lugar y tiempo ya es accesible para la mayoría de profesionales.
2. *Que el trabajo se pueda medir por objetivos y méritos y no por horas.* Se acabó el trabajo por horas y se acabaron las fórmulas mágicas del peloteo y el

escaqueo. Ahora lo que puntúa son los resultados.

3. *Llevar a los hijos al colegio.* Ya no es un privilegio sólo lícito para profesionales de pequeñas provincias. En las grandes ciudades es un lujo al alcance de todos. Fichar a las 9:00 horas es un sinsentido que ha quedado obsoleto y caduco.
4. *Enseñar el lugar de trabajo a clientes, amigos y familia.* Sentirse orgulloso de él. Las oficinas se han convertido en un lugar inspirador para los profesionales. Un lugar de referencia y atracción, capaz de fidelizar a los profesionales que trabajan en él.
5. *Tener los recursos tecnológicos necesarios para realizar mi trabajo donde y cuando yo elija.* Fomentar el uso de los

últimos avances tecnológicos entre profesionales, es hoy en día una de las mejores inversiones de una compañía.

6. *Poder cobrar el sueldo, eligiendo el porcentaje en dinero, beneficios sociales, «stock options», formación, según intereses de cada profesional.* Las retribuciones flexibles son una opción muy válida y aceptada por la mayoría de las empresas.

7. *Demostrar mi capacidad creativa y que sea valorada.* Un profesional motivado es capaz de aportar valor en innovación y desarrollo.

8. *Sentirme parte de la empresa,* de su crecimiento, de su éxito. La comunicación y



Lo que pedíamos, una vida laboral mejor, ya es una realidad

transparencia estimulan la cultura de empresa.

9. *Formar parte de una empresa flexible.* En definitiva, los profesionales lo que piden es flexibilidad en todos los sentidos. Ésta es la realidad, el presente del trabajo.

FRANCISCO VÁZQUEZ MÉDEM

Presidente de Grupo 3g office



**Prepararse para
afrontar las dificultades
se antoja clave para
salir reforzado de los
malos momentos**

los momentos, las personas o los equipos de trabajo no es más que una «ilusión y la vía directa que nos lleva al resultado opuesto, al descontrol». Se considera sano aceptar lo inevitable y dejar es-

pacio a la incertidumbre, haciendo de la propia improvisación una puerta a la creatividad, la imaginación y el ingenio, concluye la «coach».

Y como en todos los ámbitos de la vida, aquí el humor es clave, saber afrontar las adversidades con un espíritu positivo es muy productivo. «El resiliente es optimista al enfocar las dificultades como una situación que debe superar y aprender, y es realista aceptarlas sin excusas y gestionarlas adecuadamente para resolverlas», cuenta Carme Castro. Para Gutiérrez simplemente es un «realista optimista que ha aprendido a surfear los contratiempos con vitalidad y gracia».

Concluyendo, los problemas son unas barreras, que antes o después y en mayor o menor medida, terminarán pasando por nuestras vidas, por lo que no conviene obsesionarse con el futuro y sí pensar más en el día a día, en el momento, para producir y disfrutar al máximo, siempre conocedores de nuestros límites. Parafraseando al publicista Stanley Bendelac: «No es cómo te caes, sino cómo te levantas».

EL UNIVERSITARIO NO DEBERÍA SER UN CLIENTE CAUTIVO



MANUEL ALONSO PUIG
Presidente/Rector de
Schiller International
University

El concepto de valor por dinero ha sido, y es, muy usado en el mundo de los servicios para indicar cuál es el coste percibido por un cliente que recibe una prestación determinada en relación con el precio pagado por él mismo. Como clientes somos extremadamente sensibles a este concepto y nos cambiamos de proveedor si no estamos suficientemente satisfechos. Las empresas basan su diferenciación y manera de competir midiéndolo cuidadosamente. Sólo en el caso de clientes cautivos por monopolios, el valor por dinero no juega su papel. ¿Hasta qué punto los estudiantes se sienten como clientes en el ámbito universitario? Por parte de las universidades convendría analizar qué valor se está aportando a los estudiantes,

que, como mínimo, deberían tener la consideración de un cliente no cautivo.

Desde mi punto de vista, el valor que una universidad puede aportar a un estudiante es el resultado de tres factores que interactúan entre sí. El primero de ellos es la atención personal, el segundo, la experiencia de aprendizaje y el tercero, la empleabilidad.

Cuando un alumno nuevo solicita información sobre posibles estudios, al realizar los trámites de admisión y en el momento que se incorpora a la universidad, ¿se le trata al menos como un cliente que va a permanecer con nosotros durante varios años? Si consideramos que un usuario es un tesoro, cuánto más lo será un joven que pone en nuestras manos su formación universitaria.

Un estudiante pasa varios años esforzándose camino de lograr un título de grado o posgrado. Pero, en mi opinión, el verdadero valor de la universidad radica mucho más en la experiencia de aprendizaje que en el título que se logra. Una experiencia que, aunque sea esforzada y exigente, tiene que producirle tanto un verdadero crecimiento humano y profesional, como un alto grado de satisfacción personal. El título es una

**«El valor de la
universidad
radica mucho
más en la
experiencia que
en el título
que se logra»**

mera, aunque importante, consecuencia administrativa. Debería ser como el sello de calidad que garantiza que su poseedor es capaz de añadir valor a la sociedad a través del ejercicio de la

profesión que lo titula. Por último, la empleabilidad. ¿De qué sirve tener un grado universitario si no es diferencial a la hora de acceder al mercado de trabajo? La universidad tiene una grave responsabilidad en lograr que sus titulados accedan a un buen puesto de trabajo.

www.grupo-norte.es

GRUPO NORTE

Nuestra pasión, crear soluciones.

FACILITY

OUTSOURCING

SOLUCIONES RR.HH.

SERVICIOS SOCIALES

CORREDURÍA SEGUROS

C.E.E.