

Universidad ICES



PRODUCTIVIDAD LABORAL

Datos Generales del Estudiante.	
Nombre:	Myriam Elizabeth González Gutiérrez
Ciudad:	Mexico
Estado:	Atizapan, Edo. de Mexico

Descripción General de Artículo.	
Título de artículo:	EL EQUILIBRIO EN AMBIENTE LABORAL, FAMILIAR Y SOCIAL
Materia:	Administración del Estrés, Ansiedad y Cargas Laborales
Maestro:	Luis Enrique Fierros Dávila
Lugar publicación:	PORTAL INTERNET MEDIAFIRE
Vinculo (URL Internet)	https://www.mediafire.com/



Nelson Mandela se convirtió en una **leyenda del verdadero significado de la inteligencia al luchar y del liderazgo al actuar**. Considerado como uno de los líderes más influyentes de la lucha por la igualdad racial en el mundo, enseñó a todo un continente que **a pesar de sus circunstancias, el hombre tiene el deber y la obligación de prepararse y luchar por lo que uno cree**.

“Un verdadero líder usa cualquier problema, no importa qué tan serio o sensible sea, para asegurar que al final emerjamos más fuertes y más unidos que antes”

La fortaleza de un líder no sólo se basa en la valentía y el coraje, sino en la capacidad de sostenerse durante el camino. Por lo mismo, el líder debe ser un personaje que emane confianza e inspire seguimiento.

Quise iniciar con estos párrafos que escribe el Sr. Nelson Mandela porque habla del liderazgo que se emerge en un ambiente donde no siempre se dan todas las facilidades para llevar a cabo determinados resultados, y de que no solo con valentía y el coraje se logran los objetivos, sino sosteniéndose en el transcurso de ese camino.

Laboral vs Familiar



Así mismo es importante mencionar que también debe conocer y ser capaz de identificar y gestionar sus propias emociones y la de su equipo de trabajo. Por lo que además llevar a cabo el seguimiento de sus colaboradores de un equilibrio laboral, personal y social; pudiera ser de gran beneficio para el líder, ya que la productividad y resultados que se

deseen obtener en todo ámbito laboral se miden en gran parte al estado emocional de sus trabajadores.

En materia de legislación laboral se aborda también algo de la ordenación del tiempo de trabajo contra la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, ya que estas permiten tener un equilibrio entre las necesidades de la empresa y las de los trabajadores.

Proporcionar a los trabajadores y trabajadoras la opción de conciliar su vida personal, familiar y laboral es un elemento importante de la gestión del capital humano, motivado por cambios sociales como la incorporación de la mujer al mercado laboral, hombres que expresan su deseo de participar más activamente en la educación de sus hijos y personas que son exigentes con el tiempo para su vida privada. Además, la escasez de especialistas y ejecutivos se está convirtiendo en un problema creciente para las empresas.



Estos son algunos de los beneficios que se generan tanto a nivel personal como en la organización:

- Mejora de la satisfacción y la motivación personal.
- Mejora de la salud y bienestar de los trabajadores.
- Mejora de la calidad de vida de las trabajadoras y trabajadores.
- Fortalecimiento de la lealtad de los trabajadores y atracción y retención de trabajadores clave.
- Aumento de la satisfacción del cliente.
- Mejora de la imagen, reputación y prestigio de la empresa, aumentando su atractivo tanto para futuros trabajadores como futuros clientes.
- Aumento de la tasa de retorno y reducción de los costos de reemplazo y de excedencias.
- Aumento de la eficiencia y la competitividad de la empresa.

Las actividades sobre conciliación de la vida familiar y personal con la laboral son muy variadas y afectan principalmente al ámbito de la organización del trabajo y de las políticas de salud, que básicamente sirven para lograr flexibilidad en el trabajo.

Algunos ejemplos básicos serían:

- Organización flexible del tiempo de trabajo: flexibilidad de entrada y salida, bancos de tiempo, bolsas de horas, jornada comprimida los viernes, facilitación de cambio de turnos entre las personas.
- Organización flexible del lugar de trabajo: trabajar desde casa o teletrabajo, posibilidad de hacer videoconferencias en sustitución de viajes, autonomía para organizar viajes de trabajo.
- Diseño flexible del trabajo, los procesos y el contenido del trabajo: trabajo compartido, rotación de puestos, cuándo hacer el trabajo, los descansos.
- Medidas de flexibilización de la relación laboral (interrupción parcial-modificación transitoria) como trabajo a tiempo parcial, trabajo compartido, excedencias laborales.
- Ampliación de los supuestos para tomar permisos: días de vacaciones, permisos remunerados, no remunerados, equiparación de los permisos para las parejas de hecho.

- Servicios a la persona o beneficios sociales: de transporte y movilidad, para la salud y el ejercicio físico, para el cuidado de menores o de personas dependientes, domésticos, áreas de descanso.
- Medidas de apoyo y desarrollo personal: potenciar las habilidades y capacidades de los trabajadores, adaptación de la situación profesional puntualmente por motivos personales, ayuda psicológica, planes de carrera, formación para personas en excedencia.



Algunos ejemplos de empresas que llevan a cabo esta mecánica de fomentar el equilibrio laboral con el personal son:

- **Colgate-Palmolive.** “Fomentar un sano equilibrio entre el trabajo y las responsabilidades personales” aparece en una lista de prioridades de la empresa en su página oficial, y ofrece beneficios como guarderías cercanas, atención de emergencia a domicilio para personas dependientes, becas escolares, servicios de salud, jurídicos y de asesoramiento financiero, así como asistencia de reubicación. “A medida que la economía continúa mejorando y el mercado laboral se estrecha, las empresas tendrán que encontrar nuevas maneras de atraer a los mejores talentos”, dice la economista de Indeed Tara Sinclair. “Una manera de competir es ofrecer un buen equilibrio entre vida personal y laboral para sus empleados.”
- En los primeros sitios también está **Google.** Conocido por sus oficinas llenas de snacks de cortesía, servicio de transporte y salas de descanso con diseño ergonómico, el gigante de las búsquedas

describe la “receta secreta” de sus prestaciones como “lo necesario para la eliminación de barreras para que los googlers puedan enfocarse en las cosas que aman, tanto dentro como fuera del trabajo”.

La compañía ofrece asistencia sanitaria en el lugar, seguros de viaje y asistencia de emergencia, vacaciones extendidas y asistencia financiera tras el nacimiento de un niño, reembolso de colegiaturas de cursos asociados al trabajo y asesoramiento legal con descuento o gratuito.

- **Motorola**, a su vez, enlista la conciliación de la vida familiar y personal como una prioridad en su centro de carreras, y ofrece a sus empleados de tiempo completo en Estados Unidos participación en su programa LIVESMART, que incluye asesoramiento en temas como la administración de traslados a la oficina, incentivos para un mayor bienestar físico, ayuda para la elaboración de un testamento, y seminarios en línea sobre la salud y el bienestar.

Es cada vez más importante para las empresas tener en cuenta el equilibrio entre trabajo y vida como un beneficio para los empleados –dice Sinclair–, ya que ayuda a mantener la fuerza de trabajo productiva y a retener a los mejores empleados en un mercado de trabajo cada vez más competido.

Así mismo, la formación que hemos tenido desde el seno materno y durante todo el desarrollo diario, es consecuencia de los buenos o malos hábitos que adquirimos en ese transcurso. Somos seres que sin duda en algún momento de nuestra vida sabemos quién somos y lo que queremos, la situación es que en la mayoría de las veces nos dejamos llevar por esas facetas y prejuicios vividos que nos llevaron a ser quien somos y que por algún motivo no nos hemos querido detener para hacer una introspección y tomar todo aquello que no nos sirve y no nos permite crecer ni hacer crecer a nuestros semejantes. Sin duda el equilibrio no lo consideramos en el caminar de nuestras vidas, ya que en la mayoría de los casos las relaciones laborales, así tal cual se llevan a cabo, nos envuelven y cubren los espacios que temporalmente se van generando en ese “vivir”; a veces sin ni siquiera disfrutar de los tiempos que cuando menos lo pensamos se nos van y de la nada volteamos dándonos una sorpresa del vacío que ha dejado solo el esfuerzo y el tiempo “laboral” entregado a una empresa o

negocio que solo generó valor monetario y en su momento “comida y sustento”. Hago referencia una vez más a esos espacios que hacen el equilibrio en todas las personas invariablemente, ya que así como todos respiramos, comemos, tenemos necesidades fisiológicas, así también, es urgente, hacer el alto en el camino y equilibrar nuestro tiempo para nosotros mismos, para nuestra familia y para la sociedad. Hay mucha información que se obtiene de estos medios, la cual contribuye a que generemos mejores opiniones, se creen espacios de retroalimentación, tiempos de calidad con la familia donde solo el expresar los sentimientos, las experiencias vividas es una de las riquezas que no se compran ni se estudian ni se regresan con el tiempo.