

El nuevo ENTORNO
LABORAL nos exige ser
capaces de ADAPTARNOS
una y otra vez a los cambios.
La buena noticia es que
ahora es más fácil
AUTORREALIZARSE.
Por MARÍA
FERNÁNDEZ-MIRANDA.

Profesionales ELÁSTICAS

O

bserva la goma con la que te recoges el pelo. Se estira, se retuerce, recupera su forma original y se ajusta a lo que le pides, ya sea sujetar un moño, ceñir una trenza o agarrar una coleta. Esa goma funciona como una metáfora de lo que deberías ser tú a partir de ahora en el plano laboral: una trabajadora elástica, esto es, capaz de adaptarse a las circunstancias, de cambiar el paso una y otra vez. Porque, desengáñate, ya nada es como antes, ni fuera ni tampoco dentro de la oficina. “La sociedad está cambiando, nuestros valores también están cambiando, y ese nuevo paradigma permite a profesionales cualificados, dirigentes o altos ejecutivos reimaginar su lugar profesional”, explica Judith Ruiz de Esquide, directora general de la empresa de tecnología sanitaria Insulcloud y *coach*. Ana Fresno, con cargo principal de las Prácticas de Consumo y de Recursos Humanos de la consultora de *headhunters* Heidrick & Struggles, coincide al diagnosticar que “la pandemia ha revolucionado el panorama laboral tanto en España como a nivel global”.

Esa revolución implica que hayamos acabado incorporado a nuestro lenguaje diario palabras como *ERTE*, *despido* o *incertidumbre laboral*. Pero, como subraya Ruiz de Esquide, podemos afrontar este panorama aparentemente tan desolador desde dos perspectivas: pensando que el nuevo entorno profesional nos obliga a ser más flexibles o pensando que nos permite serlo. El vaso medio lleno o medio vacío. “Es un gran paso hacia la autorrealización, hacia una mayor libertad de acción”, advierte la *coach*. “Vamos hacia perfiles más completos, más versátiles, que pueden dedicarse a varias cosas y no únicamente a una”, añade. Fresno comparte esa idea: “Esta realidad abre un abanico de posibilidades para los trabajadores independientes. Todo esto ha ayudado mucho a la percepción positiva del trabajo por proyectos, al papel del *freelance* en la economía. Además, la flexibilidad laboral permite al empleado atender mejor a su entorno personal y responder a sus necesidades en todos los ámbitos de su vida”. Dicho de otro modo: esa obligación de ser elásticas que se nos ha impuesto —nos guste o no— puede, paradójicamente, contribuir a que

nuestras vidas sean a la larga más felices. “Hasta hace unos años, la flexibilidad se medía en horas: el modelo más flexible era el que dejaba más horas libres al equipo. Eso está cambiando. Ahora el modelo flexible incluye el teletrabajo, la posibilidad de ascender dentro de una organización sin seguir unas líneas estrictamente trazadas, los planes de carrera a medida... Se trata básicamente de atender al *work-life balance*”, apunta la portavoz de Heidrick & Struggles. Para Judith Ruiz de Esquide, ha llegado la hora de deshacerse de las cadenas: “Ahora el trabajador tiene la capacidad de decidir lo que quiere hacer y lo que no, dando prioridad al propósito de su trabajo. Incluso podremos percibir la compensación económica como algo más justo, ya que la fijaremos de manera libre y autónoma, en función de nuestra capacidad estratégica y operativa y de nuestras necesidades en cada momento”.

Para disfrutar de todas esas ventajas también hay que poner algo (o más bien mucho) de nuestra parte. Al fin y al cabo, convertirse en una trabajadora elástica requiere dinamitar gran parte de lo que hemos aprendido en lo que llevamos de carrera profesional. Es preciso “abrir la mente, evolucionar, no quedarse atada a antiguos esquemas de funcionamiento, probar y equivocarse, y entregarse al máximo para dar lo mejor de nosotras mismas”, según Fresno. Ruiz de Esquide recomienda que nos hagamos la siguiente pregunta: ¿qué rol me gustaría jugar en la sociedad, qué valor deseo aportar? “Tengamos muy claro qué queremos en cada uno de nuestros momentos vitales. Seamos líderes en lo tecnológico pero humanas; humildes pero capaces de tomar grandes decisiones. Y todo ello guiado por una absoluta integridad”.

La vida se ha vuelto líquida; el trabajo, también. “Las organizaciones empresariales todavía tienen un gran reto de futuro ante la necesidad de desarrollar un entorno cultural que acoja estos nuevos modelos y asegure el sentimiento de pertenencia, la vinculación a la compañía y la capacidad de enseñar a través del ejemplo a las nuevas generaciones”, resume Ana Fresno. El mundo, al final, estará en manos de quienes den con la tecla para adaptarse y readaptarse todas las veces que haga falta.

¿CÓMO SER MÁS FLEXIBLE?

Al igual que todos los buenos hábitos, la flexibilidad mental se entrena. Estos son los consejos de Amagoia Eizaguirre, conocida en Instagram como @habituatea y autora de *El pequeño libro de los hábitos saludables* (ed. Alienta).

ENFÓCATE

“Anota en una hoja tus preocupaciones y divídelas en áreas de influencia y de no influencia. No malgastes la energía en esta última. Céntrate en las cosas que están en tu mano”.

APRENDE

“Ya no hace falta estudiar un máster para saber de un tema concreto. Existen plataformas donde hay cursos de todo tipo. Debes estar abierta a aprender algo nuevo cada día”.

CONÓCETE

“Identifica tus fortalezas y debilidades. Todos somos buenos en algo, la clave es identificar tus fortalezas para aportar valor a los nuevos proyectos e ir creando una marca propia”.

HAZTE VISIBLE

“Por muy buena que seas, si nadie te conoce no te sirve de nada. Haz *networking*, acude a eventos, ábrete cuentas en redes sociales donde puedas mostrar tu valía...”.

TRABAJA LA AUTOESTIMA

“Párate y analiza todos los logros que has ido consiguiendo a lo largo de tu vida. Tener una autoestima saludable es de vital importancia para saber que, ante cualquier cambio, serás capaz de asumir nuevos retos”.