

MANAGEMENT / CONCILIACIÓN

Guía para sobrevivir a los cambios continuos

El libro propone seis estrategias para alcanzar el equilibrio entre la vida personal y profesional

J. CARDONA
Madrid. Uno de los retos empresariales que está sobre la mesa de muchas grandes y medianas empresas es la capacidad de desarrollar políticas flexibles para gestionar la diversidad o la conciliación de la vida profesional y personal de los ejecutivos.

La incorporación de la mujer a la vida laboral, la globalización, la inmigración, o las nuevas aplicaciones de la tecnología han supuesto importantes cambios sociales que, pese a ofrecer muchas nuevas posibilidades de desarrollo personal, también crean abundantes problemas, especialmente en el ámbito del equilibrio personal y profesional.

Las mujeres tienen

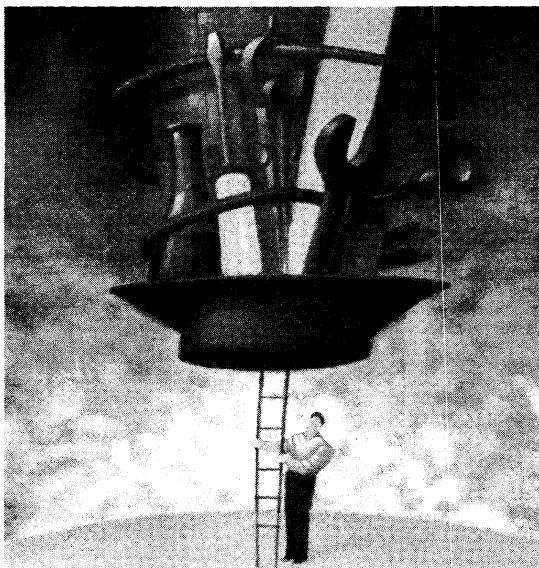
“La mayoría de las personas lo que hacen es apretar más la marcha”

mayores posibilidades para explotar su vida pública y su potencial; los hombres también las tienen para explorar sus capacidades sin verse obligados a renunciar a sus sueños por las obligaciones familiares.

Sin embargo, las jornadas de trabajo cada vez son más largas y la ruptura de las barreras entre el trabajo y el hogar amenazan el equilibrio personal hasta el punto de que salta a la vista que “ésta no es manera de vivir”, asegura Sally Helgesen en su última obra: *Abierto las 24 horas*.

El libro puede ser una buena guía para mantenerse a flote cuando el trabajo invade la vida de una persona hasta casi anularla, o cuando transforma su vida en algo increíblemente complicado.

Para Helgesen, conocida tras su libro *The female advantage*, “muchos hemos reaccionado forzando la marcha. Trabajamos más y nos esforzamos por ser más



organizados y eficientes. Planificamos horarios ambiciosos y exigentes, ponemos el reloj una hora antes cada mañana, nos olvidamos de holgazanear durante el almuerzo y usamos el tiempo para ser más productivos.

No obstante, nuestros heroicos esfuerzos por establecer una disciplina con frecuencia tienen el efecto de robarnos espontaneidad y capacidad de gozo y acabamos preguntándonos para qué sirve nuestra vida”.

Precisamente, *Abierto las 24 horas* está dedicado a devolver a la vida el sentido para que el cuerpo no sea sólo “el ve-

hículo para transportar mi cabeza hasta el ordenador”, como caricaturiza Helgesen.

Para ello, el libro presenta seis estrategias claras, extraídas de la experiencia de la autora —conferenciante, consultora, participante en el Financial Times Leadership Dialogu...— y de cientos de entrevistas realizadas con personas destacadas en el mundo de los negocios.

Lo primero es conocer nuestras prioridades, valores, temperamento, carácter y ambiciones. Para ello, la autora recomienda aceptar la propia historia personal y hacer balance regularmente.

La segunda estrategia es aprender a zigzaguear, es decir, aprender a dominar el arte de la improvisación y haciendo hincapié en la formación permanente.

La autora sugiere también crear el propio trabajo, en el que se pueda manifestar los valores personales y las pasiones.

La cuarta estrategia para recuperar el equilibrio personal consiste en desarrollar una activa red de apoyos, aprendiendo a llegar al fondo

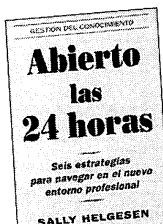
de las relaciones con rapidez y esforzándose por dominar el simple arte de mirar a la gente a la cara. En este capítulo se propone de manifiesto la importancia de mantener, crear si fuera necesario o reforzar las relaciones personales.

La quinta estrategia

“Dos claves: ser realista y evitar asumir obligaciones innecesarias”

enseña cómo crear lo que Tom Peters denominó la “marca personal” en su memorable artículo “Conviértete en una marca”. Se trata de crear una fuerte identidad personal que mafieste el sentido de uno mismo en el mundo exterior.

La última estrategia consiste en seguir el ritmo de la renovación. Algo nada sencillo a juzgar por la abundante literatura sobre gestión del cambio. Ahí entran dos de los consejos más prácticos: ser realista y evitar asumir obligaciones innecesarias.



Abierto las 24 horas. Sally Helgesen. Ed. Urano (Empresa Activa), diciembre de 2003. 256 páginas. 14 euros. ISBN: 84-95787-24-5