

DUELO PROFESIONAL (PARTE III)

Proceso de búsqueda de una nueva opción profesional Servijob, 21 Jun-'04
http://www.servijob.com/application/ServiJob?opihist=0&ses=1&principalportletinicio=NA_4&vengo=opcion&id2=10899

El mercado ofrece distintos tipos de apoyo a la búsqueda de una nueva opción profesional, todas ellas con el objetivo común de aminorar al máximo el tiempo de búsqueda de la mejor alternativa en el entorno empresarial adecuado.

De carácter público: Sin coste para el usuario. Acciones formativas y de consultoría en Técnicas de Búsqueda de Empleo, promovidas por los Ayuntamientos, el INEM u organismo competente en el ámbito autonómico.

De carácter privado: Con coste para el usuario y dos tipos de servicio:

- ✓ Consultorías de Outplacement: financiadas por la excompañía.
- ✓ Consultorías de Inserción: financiadas por el desempleado.

Dado que el proceso de duelo asociado a la pérdida de empleo convoca emociones y reacciones, es importante tener en cuenta algunos detalles antes de iniciar el "trabajo de buscar trabajo":

1.- No precipitarse los primeros días en el envío masivo del CV por correo, llamadas ó entrevistas. Siendo aconsejable un período de descanso (mínimo 10/15 días), como recompensa por la tensión vivida antes de la ruptura y antes de:

- ✓ Reflexionar sobre el conocimiento de uno mismo y sus condiciones de Empleabilidad y trazar un Objetivo Profesional. Es decir, la definición precisa del perfil del puesto y de las empresas "diana" - sector de actividad, zona geográfica, tipo de compañía, maquinaria utilizada, ...-.
- ✓ Una vez establecido el Objetivo, podremos enfocar la campana de búsqueda a los mercados más adecuados y posicionarnos en cada uno, aunque nos parezca limitar las posibilidades de acceso a un nuevo puesto. Aprovechando para desarrollar, en caso necesario, las habilidades más relevantes para su consecución.
- ✓ Aterrizar en la etapa de transición profesional con buena argumentación sobre "el porqué" de la "salida", indispensable al trabajar la Red de Contactos e interaccionar con los potenciales reclutadores.

Es importante vaciarse para poder volver a llenarse. Reflexionar y modificar las circunstancias para acoger nuevas oportunidades.

Las preguntas clave en la definición del Objetivo Profesional son las siguientes: ¿QUÉ PUEDO HACER? ¿QUÉ SE HACER? y ¿QUÉ QUIERO HACER? La intersección entre las tres será el lugar al que nos dirigimos, porque: "Si no sabes hacia que puerto navegas, ningún viento te será favorable (Séneca)" y, con una buena definición, se consigue optimizar la búsqueda -tiempo y adecuación entre aspiraciones y competencias- al actuar directamente sobre la empleabilidad.

Tras el Autoanálisis y una vez planteado el Objetivo, se estará en condiciones de valorar el Desarrollo Profesional que se requiere y elaborar el Plan de Comunicación eficaz: estableciendo la red de contactos, redactando currículum y preparando entrevistas de trabajo.

2.- Otros temas que es importante considerar al inicio del proceso de transición:

- ✓ Valorar como comunicar al entorno familiar y de amistades, para conseguir la máxima armonía y un clima de normalidad. A los hijos pequeños es conveniente explicarles lo que ocurre, adaptado a su nivel de entendimiento y matizando que la pérdida de trabajo no es culpa de nadie, pues podrían llegar a notar la ansiedad de los padres.
- ✓ Saber que el trabajo requiere una dedicación equivalente a una jornada laboral y es importante continuar realizando las actividades acostumbradas hasta la desvinculación (llevar ó recoger a los hijos a la escuela, compras del hogar, tareas domésticas...).
- ✓ Replantearse el presupuesto familiar eliminando gastos superfluos pero dentro del ritmo de vida habitual, sin recortes económicos drásticos. Analizar el entorno económico (control de gastos, previsión de economía familiar a corto-medio plazo).
- ✓ Tener presente las personas en las que se puede confiar y de las que se puede esperar ayuda; mantenerse en contacto con ellas.
- ✓ Mantenerse físicamente activo y con buenos hábitos de alimentación y descanso, para controlar el estrés que las situación puede conllevar.

Y confiar... no desanimarse y visualizar el resultado!. Porque las cosas empiezan a hacerse realidad cuando se expresan en palabras, esquemas e imágenes. Con aspiraciones claras y perseverancia, es cuestión de tiempo que el objetivo se materialice; porque estamos creando las circunstancias adecuadas para que la oportunidad se dé (*ver ANEXO I y II*). Decía Picasso: "NO SÉ EN QUE MOMENTO LLEGAN LA INSPIRACIÓN Y LA CREATIVIDAD, LO QUE SÉ ES QUE HAGO TODO LO POSIBLE PARA QUE, CUANDO LLEGUEN, ME ENCUENTREN TRABAJANDO."

SÓLO TRIUNFA EN EL MUNDO QUIEN SE LEVANTA
Y BUSCA LAS CIRCUNSTANCIAS,
Y LAS CREA SI NO LAS ENCUENTRA.
(GEORGE BERNARD SHAW)

ANEXO I

EL BAMBÚ JAPONÉS (LA BRÚJULA INTERIOR, ÁLEX ROVIRA CELMA)

No hay que ser agricultor para saber que una buena cosecha requiere de buena semilla, buen abono y riego constante. También es obvio que quien cultiva la tierra no se para impaciente ante la semilla sembrada y grita con todas sus fuerzas: "¡Crece, maldita seas!".

Con el bambú japonés ocurre algo muy curioso que lo transforma en no apto para impacientes. Siembras la semilla, la abonas, y te ocupas de regarla constantemente. Durante los primeros meses no sucede nada apreciable. En realidad, no pasa nada con la semilla durante los primeros siete años, a tal punto que un cultivador inexperto estaría convencido de haber comprado semillas estériles. Sin embargo, durante el séptimo año, en un periodo de sólo seis semanas, la planta de bambú crece... ¡más de 30 metros!

¿Tarda sólo seis semanas en crecer? ¡No! La verdad es que se toma siete años para crecer y seis semanas para desarrollarse. Durante los primeros siete años de aparente inactividad, este bambú genera un complejo sistema de raíces que le permiten sostener el crecimiento que vendrá después.

En la vida cotidiana, muchas personas tratan de encontrar soluciones rápidas, triunfos apresurados sin entender que el éxito es simplemente resultado del crecimiento interno y que éste requiere tiempo. Quizá por la misma impaciencia, muchos de aquellos que aspiran a resultados a corto plazo, abandonan súbitamente justo cuando ya estaban a punto de conquistar la meta. Es tarea difícil convencer al impaciente de que sólo llegan al éxito aquellos que luchan en forma perseverante y saben esperar el momento adecuado.

De igual manera, es necesario entender que en muchas ocasiones estaremos frente a situaciones en las que creeremos que nada está sucediendo. Y esto puede ser extremadamente frustrante. En esos momentos (que todos tenemos), recordemos el ciclo de maduración del bambú japonés. Y no bajemos los brazos ni abandonemos por no ver el resultado esperado, ya que sí está sucediendo algo dentro de nosotros; estamos creciendo, madurando.

No nos demos por vencidos, vayamos gradual e imperceptiblemente creando los hábitos y el temple que nos permitirán sostener el éxito cuando éste, al fin, se materialice. El triunfo no es más que un proceso que lleva tiempo y dedicación. Un proceso que exige aprender nuevos hábitos y nos obliga a descartar otros. Un proceso que exige cambios, acción y formidables dotes de paciencia.

ANEXO II

RANAS EN NATA (DÉJAME QUE TE CUENTE ..., JORGE BUCAY)

Dos ranas cayeron en un recipiente de nata. Inmediatamente se dieron cuenta que se hundían: era imposible nadar o flotar demasiado tiempo en esa masa espesa como arenas movedizas. Al principio, las dos ranas patalearon en la nata para llegar al borde del recipiente. Pero era inútil; sólo conseguían chapotear en el mismo lugar y hundirse. Sentían que cada vez era más difícil salir a la superficie y respirar.

Una de ellas dijo en voz alta: "No puedo más. Es imposible salir de aquí. En esta materia no se puede nadar. Ya que voy a morir, no veo por qué prolongar el sufrimiento. No entiendo qué sentido tiene morir agotada por un esfuerzo estéril". Dicho esto, dejó de patalear y se hundió con rapidez, siendo literalmente tragada por el espeso líquido blanco.

La otra rana, más persistente o quizá más tozuda se dijo: "¡No hay manera! Nada se puede hacer para avanzar en esta cosa. Sin embargo, aunque se acerque la muerte, prefiero luchar hasta mi último aliento. No quiero morir ni un segundo antes de que llegue mi hora. Siguió pataleando y chapoteando siempre en el mismo lugar, sin avanzar un centímetro, durante horas y horas. Y de pronto, de tanto patalear y batir las ancas, agitar y patalear, la nata se convirtió en mantequilla.

Sorprendida, la rana dio un salto y, patinando, llegó hasta el borde del recipiente. Desde allí, pudo regresar a casa croando alegremente.

BIBLIOGRAFIA

Bucay, Jorge (2001). EL CAMINO DE LAS LÁGRIMAS. Editorial Grijalbo.

Bucay, Jorge (1999). DÉJAME QUE TE CUENTE. RBA Integral.

Buendía, J., Ramos, F. (2001). EMPLEO, ESTRÉS Y SALUD. Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S.A.)

Coelho, P. (1988). EL ALQUIMISTA. Editorial Planeta

Krishnamurti J. (1994). EL VIVIR Y EL MORIR. Editorial Planeta.

Marinoff, L. (2002). MÁS PLATÓN Y MENOS PROZAC. Ed. Punto de Lectura

Menapace, M. CUENTOS RODADOS. Editorial Patria Grande

Rovira Celma, A. (2003). LA BRÚJULA INTERIOR. Colección Empresa Activa. Ediciones Urano.

Spencer Jonson, M.D. (1998) ¿QUIÉN SE HA LLEVADO MI QUESO?. Colección Empresa Activa. Ediciones Urano.

Trias de Bes, F., Rovira Celma, A. (2004). LA BUENA SUERTE. Colección Empresa Activa. Ediciones Urano.