

Lo que los recién graduados necesitan saber acerca de trabajar a distancia

Lia Garvin

Con licencia de
 **Harvard
Business
Review**

Tiempo de lectura:
2.5 minutos

DESARROLLO PERSONAL

El trabajo remoto llegó para quedarse, en una u otra forma, para el 45% de la fuerza laboral. Aun así, muchos lugares de trabajo tienen dificultades para definir sus expectativas con respecto a la flexibilidad en torno a dónde y cuándo trabajan los empleados.

Es especialmente difícil para las personas que ingresan a la fuerza laboral durante esta crisis de identidad corporativa. Afortunadamente, los recién graduados tienen una ventaja significativa: una nueva perspectiva y muy pocos sesgos hacia la forma de trabajar anterior al COVID-19; los recién graduados están mejor equipados para adaptarse a lo que les depara el futuro.

He aquí tres consejos para ayudar a los profesionales de carrera temprana a prepararse para el futuro y prosperar en el trabajo:

— **REDUZCA SUS DEFENSAS DE COMUNICACIÓN:** Cuando es nuevo en la fuerza laboral, encontrar el equilibrio adecuado entre ser su auténtico yo y encajar en la cultura de su empresa puede requerir algunos ajustes. Antes de dejar que una respuesta de una sola palabra a su correo electrónico perfectamente elaborado arruine su día, considere que existen diferencias generacionales cuando se trata de interpretar la comunicación digital.

Cuando comience a caer en una espiral de sentimientos negativos, replantee el enfoque, pasando de usted mismo hacia su jefe. Cuando cambia su enfoque hacia el exterior, despersonaliza la situación y genera empatía al considerar la experiencia y la perspectiva de otra persona.

— **ESTABLEZCA Y REESTABLEZCA SUS LÍMITES:** Cuando comienza un nuevo trabajo, puede ser tentador sumergirse primero y establecer límites después. Sin embargo, trate de no establecer expectativas insostenibles en torno a sus horas de trabajo o producción. Establecer un equilibrio podría ser algo como establecer horas de trabajo en su calendario o discutir su horario con su gerente.

Dado que la vida puede cambiar rápidamente, no tenga miedo de restablecer y examinar sus límites anteriores. Por eso usted necesita tener un sistema para verificarse a sí mismo cuando se sienta fuera de equilibrio, para que pueda volver a alinearse y evitar el agotamiento.

Este artículo es útil para:

- *Tener la capacidad de adaptarse al trabajo digital y presencial*
- *Encontrar el equilibrio entre ser auténtico y encajar en la cultura empresarial*
- *Crear un ambiente laboral más inclusive y empático*

Los recién graduados están mejor equipados para adaptarse a lo que les depara el futuro.

— **APROVECHE LA ASINCRONÍA:** Conforme la fuerza de trabajo se distribuye cada vez más, nuestra comunicación y toma de decisiones deben pasar de sincrónicas y en tiempo real, a ser asincrónicas. Esto facilita las cosas para los miembros del equipo que trabajan en diferentes horarios en todo el mundo y crea un ambiente de trabajo más inclusivo, además de reducir el estrés de sentirse excluido de la toma de decisiones críticas si se pierde una gran reunión. Este tipo de estrés a menudo nos obliga a elegir entre nuestro trabajo y nuestra familia, amigos u otras obligaciones personales.

La asincronía puede ser un ajuste difícil para las personas nuevas en la fuerza laboral. Puede ser difícil obtener respuestas a preguntas simples cuando no puede simplemente acudir a un colega en busca de ayuda. Mientras se pone al día en un nuevo trabajo, escriba las preguntas que tenga para su gerente o compañeros y envíelas antes de sus reuniones en tiempo real. Esto permitirá que los miembros de su equipo respondan sus preguntas al comienzo de la reunión o le envíen sus respuestas por correo electrónico antes de reunirse. Luego, durante su tiempo juntos, pueden concentrarse en otros temas.

La “mentalidad de principiante” que viene con ser un recién graduado puede ser un superpoder que ayuda a acelerar la forma en que su equipo navega por nuevas formas de trabajo. Todos debemos construir colectivamente una mejor cultura laboral, donde las personas se sientan más incluidas, valoradas y alentadas a encontrar un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida.

DESARROLLO PERSONAL

Dado que la vida puede cambiar rápidamente, no tenga miedo de restablecer y examinar sus límites anteriores.

Todos debemos construir colectivamente una mejor cultura laboral.

Sobre el autor:

Lia Garvin es líder de operaciones en Google.



El servicio para desarrollar habilidades directivas con contenidos de Harvard Business Review en español.

...Porque hoy depende de usted.

www.dirigehoy.com
contacto@dirigehoy.com