



TELETRABAJO ***Y ARMONÍA DE VIDA***

El teletrabajo en Colombia es una forma de organización laboral que consiste en el desempeño de actividades utilizando como soporte las tecnologías de información y comunicación para el contacto entre el trabajador y la empresa, ***sin requerirse la presencia física del trabajador en sitio específico de trabajo***, según la Ley 1221 de 2008 (Decreto reglamentario 0884 de 2012).



Más allá de la normatividad, el teletrabajo es justamente el ***desarrollo de una capacidad como país y de hacer posible un sistema de cotidianidad laboral*** que permita responder las necesidades de las responsabilidades profesionales en la distancia y, al mismo tiempo, equilibrar la vida laboral con el entorno familiar y autonomía personal.



El desarrollo natural de esta capacidad, que es hacer de **los sitios de vivienda un lugar adicional para dar respuesta al teletrabajo en sus diferentes modalidades o entornos, es una oportunidad también de demostrar la resiliencia y la adaptación a los cambios**. Su práctica nos reta a establecer pautas organizacionales, profesionales y personales para garantizar eficiencias, balance vida y trabajo y el cuidado de la salud.



A continuación, te presentamos algunas recomendaciones esenciales que permiten encontrar armonía en la realización del teletrabajo.



El teletrabajo, y sus diferentes modalidades, **requiere de la confianza en los equipos** para evitar caer en un estilo de liderazgo orientado al control y transitar a un liderazgo orientado al empoderamiento.



DESDE LO LABORAL:

Planea espacios semanales de encuentros que sean realmente necesarios con el equipo.

Genera espacios de comunicación clara frente a disposiciones de Compañía.

Define claramente horarios, agenda y valida que el equipo lo haga, evitando generar solicitudes fuera del horario laboral, a través de una planeación de actividades.

Agenda la lectura de correos, documentos y consultas propias de tu responsabilidad. Organiza la semana laboral antes de su inicio.

Es muy importante en el teletrabajo, o cualquier modalidad, la asignación de procesos y tareas con resultados alcanzables.



DESDE LO PERSONAL



El reto es desconectarte. Es una decisión personal administrar y balancear los tiempos laborales, personales y familiares.

Existen realidades de contexto. Por ejemplo, la situación actual del COVID-19 puede reflejar en las personas sentimientos y emociones de ansiedad por los impactos económicos y se pueden sentir presionadas en un marco de contexto laboral y perder control del balance y armonía personal y familiar.

Evita los sobreesfuerzos para mostrar rendimientos mayores en tiempos de recortes de personal. Pueden afectar la salud.

Establece descansos, pautas activas y planeación de actividades básicas que compensen su rutina laboral.

Cuida tu salud acudiendo a las citas preventivas y de control que son necesarias en las rutinas de vida.

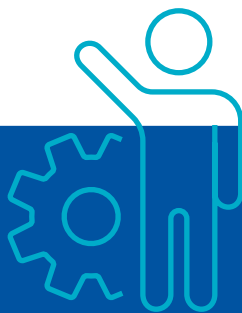
DESDE LO LABORAL:

Genera y busca redes de apoyo para los teletrabajadores que en su entorno laboral conviven con personas que requieran un cuidado especial como hijos pequeños, personas mayores de edad y en situación de discapacidad a fin de generar mayor tranquilidad en la ocupación laboral.

Establece horarios y responsabilidades en familia para las actividades del hogar, cuidado de los niños, monitoreo de tareas y alimentación en familia.

Conciliación de momentos de descanso y silencio para el desarrollo de las actividades.

Para los líderes de teletrabajadores:



El líder marca la pauta: el teletrabajo es una oportunidad para consolidar el rol del líder en el equipo. **No se trata de establecer un número de interacciones, sino de la calidad de las conversaciones.** Pueden ser pocas, pero estas interacciones con confianza permiten fortalecer la autonomía y el cumplimiento de logros

Planear uno o dos espacios semanales con el equipo a través de chats, videoconferencias o llamadas para mantener un espacio de comunicación clara frente a disposiciones de la empresa, comunicación de cambios, abordar el estado emocional de las personas y revisar el avance en el proceso.

La casa sigue siendo el lugar para el descanso: el líder debe promover la planeación y conciliación de momentos de descanso, definiendo claramente horarios y agenda, y garantizar que no solo el líder lo cumpla, sino los compañeros del equipo y de otras áreas de la empresa para que se garantice una práctica organizacional.

La familia y sus interrelaciones en el trabajo:

Comprender que el empleado comparte su espacio de manera permanente con su grupo familiar durante la jornada de trabajo y las interrupciones para algunas familias, por las edades de los niños, mascotas, adultos mayores o personas con discapacidad o por particularidades de convivencia son naturales.

El liderazgo se construye con confianza “Es igualmente importante confiar que ser confiables”.



