



ISSN 1692-0945

Revista electrónica de Psicología Social
FUNLAM

APROXIMACIÓN A LA CONCILIACIÓN ENTRE TRABAJO Y FAMILIA

Katerine Barrera Marín

Estudiante del Programa de Psicología
Funlam

Hasta los años treinta, en América latina, el trabajo fuera del hogar correspondía únicamente al hombre, pues a la mujer, se le asignaban los trabajos domésticos y el cuidado de sus hijos. Sin embargo, a partir de ésta época se ha convertido en un problema el sostenimiento del hogar, puesto que se han ido incrementando los gastos, debido a la evolución cultural, industrial, y de otras índoles, que traen consigo la necesidad de que todos los miembros de la familia aporten económicamente.

Es de anotar, que el trabajo, es una actividad vital para el ser humano, permitiéndole su bienestar económico y el desarrollo de las sociedades. Según, Lamela (1998, p. 50), “el aspecto más elemental de la actividad laboral es el hecho de que se trabaja para subsistir”.

Toda actividad laboral tiene efectos positivos y negativos; por un lado favorece el desarrollo intelectual, físico y social del ser humano, pero en el segundo aspecto vemos que se ha incrementado el estrés, los divorcios, los altibajos emocionales, y los abandonos al proceso de desarrollo que tienen los hijos, lo cual, se relaciona muchas veces, con que los padres de familia deben dar óptimo rendimiento en sus empresas, y esto, a la vez, les exige capacitarse cada día más, ya sea realizando cursos o estudios universitarios a los que deben dedicar su tiempo libre.

El ambiente laboral también repercute en el ambiente familiar y social, ya que el individuo es un ser único que no puede ponerse y quitarse los roles como si se tratase de un vestido; los efectos que generan las actividades realizadas en el lugar de trabajo, inciden muchas veces en el comportamiento frente a las personas con quienes convive o se relaciona y viceversa. Por esto se hace necesario, que tanto la empresa como el trabajador garanticen un buen equilibrio entre ambos, así, las relaciones dentro y fuera de la misma serán más apropiadas.

Puede pensarse, que las personas que trabajan, no tienen tiempo suficiente para estar en contacto con sus hijos, estos, sienten que se les abandona o no se les ama lo suficiente. Debeljuh y Jáuregui (2004) plantean que en el contexto latinoamericano, “Con frecuencia el cuidado de los niños pequeños o de los enfermos queda en manos de los abuelos u otros parientes cercanos” p. 93. Aquí, juega un papel muy importante la creatividad y las muestras de afecto de los padres hacia sus hijos, para hacerles comprender el motivo de su ausencia, que en este caso serían las responsabilidades laborales.

A esto se puede agregar que quienes dejan a sus hijos al cuidado de terceros, muchas veces al llegar a casa los encuentran ya descansando de las largas jornadas que tienen en el colegio, y de toda la energía que gastaron en el día, lo cual afecta a los trabajadores porque no pueden compartir con sus familiares.

Lo que acabamos de observar nos conduce a emitir una hipótesis sobre los trabajadores colombianos, quienes deben lidiar con las diferentes exigencias del empleo y la familia, y peor aún deben muchas veces callar ciertas incomodidades o malestares que los afecta en su estabilidad emocional, por temor a causar enojo a sus superiores o lo que sería peor a perder el empleo, en este país donde las oportunidades de trabajo son pocas.

Tal y como Debeljuh y Jáuregui proponen “equilibrar el trabajo y la familia, el ámbito laboral y el ámbito doméstico, es la lucha diaria de toda persona que debe satisfacer las demandas, a menudo contrapuestas, de ambas esferas de su vida”. (2004 p. 91) y en este sentido empieza a jugar un papel

importante la búsqueda de estrategias, sobre todo por parte de los trabajadores, para lograr hacer una acertada distribución del tiempo, con la cual se pueda, atender a las necesidades de todos los componentes de su hogar y su trabajo; y si esto no se pudiera llevar a cabo en los días laborales, se deberían aprovechar al máximo los días libres para compartir con sus seres queridos.

Si tenemos en cuenta los planteamientos de Melendo (1994 citado en Debeljuh y Jáuregui 2004) según el cual “la empresa debe considerarse como auténtica forja de humanidad, crisol de personalidades maduras y equilibradas, gracias al trabajo humanizado que ofrece a quienes colaboran con ella”, se pensaría que se lograría un mayor éxito personal y empresarial, en la medida en que se le garantizara a los trabajadores un equilibrio emocional entre su ámbito familiar y laboral, lo cual afectaría positivamente por un lado el rendimiento de los trabajadores y por el otro su bienestar emocional.

Se observa entonces la urgencia de que los empresarios consideren estos temas, para que también piensen en la realización personal e integral de todos sus trabajadores, con miras a una compañía más humana, que optimice la calidad de vida, de todo el personal, lo cual redundará en el fortalecimiento de la empresa y la productividad.

Finalizando, se ponen a consideración, las ideas aquí expuestas, para que tanto las empresas como los trabajadores, se fijen metas que conduzcan a la excelencia de unos y otros, pensando siempre en el mejoramiento del ámbito familiar, social y empresarial, donde todas las partes se sientan satisfechas, y además se pueda llegar a la solución de diferencias, de una manera acertada entre los ámbitos ya mencionados, que influyen en la estabilidad emocional de todos los implicados en el proceso laboral.

REFERENCIAS

- Debeljuh, Patricia. Jáuregui, Kety (2004). TRABAJO Y FAMILIA Hacia una cultura familiar amigable en el contexto latinoamericano: *cuadernos de difusión escuela de administración de negocios para graduados*, 16, 91-102
- Feldman Lya, Vivas Eleonora, Lugli Zoraide, Zaragoza Joanmir, Gómez Viviola. (2008) Relaciones trabajo-familia y salud en mujeres trabajadoras: *Salud Pública México* 50, 482-489.

- Lamela Viera, María del Carmen. (1998) *La cultura de lo cotidiano estudio sociocultural de la ciudad de Lugo*. Madrid: Ediciones Akal S.A.
- Bethell, Leslie. (1997) *Historia de América Latina economía y sociedad desde 1930*. M. Chocano (trad) Barcelona: Ed. Crítica (trabajo original publicado en 1994)