



SERIE TIEMPO DE BUSCAR

Y ahora qué?

El proceso de
recuperación ante la
pérdida del
trabajo





¿Y AHORA QUÉ?

El proceso de recuperación ante la pérdida del trabajo

CONTENIDO

Cuando tu mundo se derrumba	2
¿Existe ayuda para quien pierde el trabajo?.....	3
¿Cómo reaccionas ante la pérdida del empleo?	11
¿Con qué podemos contar?.....	27
Esperanza en la oscuridad	31

En los momentos difíciles de nuestra vida, muchos nos hemos dado cuenta de que los amigos más preciados son aquellos que han atravesado situaciones similares.

Esta es una de las razones por las cuales vamos a contarte la historia de un hombre que ha pasado por la angustia de perder el trabajo; y lo haremos, no sólo desde la perspectiva de un asesor y orientador vocacional, sino también de alguien que ha experimentado personalmente lo que significa verse afectado por la reorganización de una compañía.

En las páginas siguientes, Chuck Fridsma, mi amigo y compañero de trabajo en RBC, relata algunas de sus experiencias de pérdida de empleo y de fe, y lo hace de una manera que esperamos que sea de ayuda para ti o para alguien cercano a tu vida.

Mart De Haan

CUANDO TU MUNDO SE DERRUMBA

Las estadísticas son asombrosas. En un tiempo de inestabilidad económica global como hacía décadas que no se veía, la estadística más inquietante no es el alza y la caída de la bolsa, ni los miles de millones de dólares en ayudas del gobierno, ni tampoco los fracasos corporativos; aunque todos están relacionados. La estadística más abrumadora es el número de personas que se han quedado sin trabajo. Sólo en el 2008, en los Estados Unidos, han sido despedidas más de tres millones de personas, muchas de las cuales fueron añadidas a la lista mediante una llamada o una reunión con el supervisor, donde escucharon estas palabras: «Lo siento, pero tenemos que despedirte».

Pero los datos no nos cuentan toda la historia. Lo más chocante es la pérdida humana. No importa si nos

han sacado de la plantilla o privado de nuestros derechos, despedido o subcontratado, dejado ir u obligado a hacerlo. La pena y la terrible sensación de miedo, rabia, confusión e inseguridad que vivimos cuando nuestro mundo se viene abajo puede parecer más de lo que podemos soportar.

En el clima de incertidumbre económica actual, lo que solía tener importancia ya no hace mucha diferencia.

En el clima de incertidumbre económica actual, lo que solía tener importancia ya no hace mucha diferencia. Ser eficaz en el trabajo, tener un largo historial de buen desempeño o estar altamente calificado ya no garantiza la seguridad de conservar nuestro empleo en un futuro inmediato. La caída

en picada de los mercados de valores ha menguado el ahorro que habíamos atesorado cuidadosamente para nuestra jubilación; entonces, nos preguntamos: «Y ahora, ¿qué hago?»

¿EXISTE AYUDA PARA QUIEN PIERDE EL TRABAJO?

¿Dónde buscar ayuda cuando nuestro mundo se derrumba? Debido a la magnitud de la crisis de desempleo, se dispone de más ayuda que nunca. Hay profesionales capacitados y muchos recursos que pueden ayudarnos a ver más claro el panorama y guiarnos para tomar los próximos pasos con determinación.

El desempleo, particularmente el inesperado, puede ser una experiencia difícil y estresante. Y como son tantos los aspectos de nuestra

vida que están vinculados con nuestro trabajo, cuando lo perdemos, no recibimos sólo un impacto económico, sino que también nos afecta social, emocional, física y aun espiritualmente.

Durante años, parte de mi trabajo fue ayudar a otras personas a atravesar la experiencia de perder el empleo, mostrándoles comprensión y aconsejándolas en los momentos de crisis.

UNA MANO AMIGA

Mientras trabajaba con una gran organización cristiana de salud mental, fui contratado por una firma internacional de asesoría para carreras transitorias. Luego de acordar con los empleadores, nuestro objetivo era asesorar y aconsejar a organizaciones que estaban despidiendo empleados; luego, estar a su disposición cuando ocurrían despidos, para evaluar y orientar a las personas afectadas.

Parte de mi rol era asesorar a individuos que acababan de perder sus