



# Un año sabático ¿por qué no?

Si el mejor cocinero del mundo puede, tú también. **Volverás con más ganas y mejores ideas. Pero sé prudente: si la empresa está en crisis, aplázalo.**

por Raquel Mulas

## CUANDO FERRAN ADRIÀ ANUNCIÓ SU DECISIÓN DE CERRAR DURANTE DOS AÑOS EL BULLI

-el restaurante que tanto reconocimiento le ha brindado- y tomarse un tiempo para reinventarse como artista gastronómico, muchos trabajadores sentimos el impulso de hacer lo mismo: dejar nuestro empleo una temporada para respirar, pensar y caminar de nuevo con más fuerzas e ideas, algo que todas las personas nos deberíamos plantear en algún momento de nuestras vidas, pero que no hacemos porque para ello hay que tener "la valentía de salir de nuestra zona de confort", declara Eugenio de Andrés, socio director de Tatum, consultora de Recursos Humanos. "Vivimos anestesiados por la rutina, por el acomodo, por el bienestar de nuestra sociedad, y sólo en algunos momentos de lucidez tomamos conciencia de nuestra realidad, de lo que nos gusta y, sobre todo, de lo que no nos gusta.

Motivados por esos momentos nos podemos dar cuenta de que la vida que llevamos no es la que queremos. Tomarnos un año sabático nos puede ayudar a descifrar cómo sería dedicarnos a lo que 'siempre nos ha gustado', o bien a buscar otras alternativas si no lo tenemos claro", comenta el experto.

### CÓMO AFECTA A LAS EMPRESAS

Sin embargo, solicitar el ansiado año sabático no parece estar al alcance del común de los mortales. Para empezar, porque la mayoría necesita un sueldo que se dejaría de percibir durante un año. Y también porque las empresas suelen poner muchas trabas para liberar al trabajador, ya que en muchos casos implica que deben guardarle su puesto durante un tiempo. "Esto es muy complicado en determinadas posiciones: un gestor de grandes cuentas, un responsable de equipo, etc. Hay puestos difíciles de sustituir temporalmente. Además,

Con esta medida, el trabajador gana...



... tiempo para poder dedicarse a otra actividad, siempre teniendo en cuenta que durante ese periodo no va a percibir ingresos. Por lo que o tiene dinero ahorrado, o bien otra forma de ganarse la vida. En España lo solicitan sobre todo mujeres, para poder dedicarse más a su familia sin tener que abandonar definitivamente su carrera, aunque también hay quien lo utiliza para formarse.

### Y la empresa...

..., facilitando estas medidas, deja de perder buenos profesionales por motivos personales, aunque corre un riesgo de desvinculación, ya que en la distancia muchos deciden no reincorporarse.

está la incertidumbre sobre si el empleado va a volver o no", dice Eugenio de Andrés, y puntualiza: "En una organización grande, estas circunstancias son más fáciles de capear, pero no olvidemos que el 95% del tejido empresarial de este país son pymes, que tienen muchos menos recursos para afrontar estas situaciones".

### LEALTAD ANTE TODO

Aunque la decisión de tomarse un año sabático es un acto individual, de Andrés afirma que se debería tener en cuenta la coyuntura económica que vivimos: "Creo que, como decía Ortega, una persona es ella y sus circunstancias y, por tanto, cuando uno contrae un compromiso con otra parte (empresa o persona) debe ser consecuente y no romperlo en un momento en el que puede hacer daño. Con esto quiero decir que, si la situación de la compañía lo permite, uno se puede acoger a esta medida con honestidad. Pero si trabaja en una organización donde ahora que las cosas vienen mal dadas se le necesita, y la empresa se ha portado bien con él, creo que (siendo leales) tocaría arrimar el hombro y ayudar a superar la tormenta. Es de bien nacidos ser agradecidos". ■

FOTO: GTRÉS

"En empresas muy avanzadas se insta a los profesionales a tomarse un año sabático para que **SE OXIGENEN** y vuelvan con ideas y energía renovadas", comenta el consultor de RR HH Eugenio de Andrés.

## PARA DAR EL PASO

Hay vida más allá de un año sabático o de un tiempo en el paro. Estos libros te ayudan a encontrarla.



### /Afrontar la aventura empresarial/

Crear tu propia empresa puede ser una opción excelente. Pero primero debes hacer un acto de reflexión y preguntarte: '¿Qué pretendo alcanzar?', '¿tengo una buena idea de negocio?', '¿puedo conseguir financiación?' ¡Lánzate ya! Javier Inaraja. Ed. Planeta Empresa, 17,50 €.



### /Salir del bache de forma constructiva/

Todo proceso de cambio es duro, sobre todo pasar del empleo al paro. Los autores de este libro lo saben muy bien y por eso ofrecen, junto a sus propios testimonios, una serie de recomendaciones para salir del trance de una forma constructiva. Punto y seguido. Varios autores. Editorial Empresa Activa, 14,50 €.

## CONSULTORIO. LA ABOGADA

### RESPONDE A TU CORREO

«En mi empresa me han propuesto 'teletrabajar' desde mi propio domicilio, pero tengo miedo a perder mis derechos como empleada. ¿Me pueden obligar a aceptar?».



Ana Belén Martínez, abogada, resuelve todas tus dudas.

Este marco de relación, por el cual se realiza un trabajo fuera de las oficinas de la empresa, de manera habitual gracias a las tecnologías de la información, es absolutamente voluntario para empresa y empleado. Por lo tanto, no podrían imponértelo. En cualquier caso, los 'teletrabajadores' tienen exactamente los mismos derechos que el resto de la plantilla de la empresa, realicen su actividad dentro o fuera de las sedes. Sin embargo, no puede obviar-

se que, dadas las particularidades del teletrabajo, puedan ser necesarios acuerdos individuales o colectivos entre la compañía y el empleado, como por ejemplo el compromiso de facilitar la formación necesaria al asalariado para utilizar el equipo técnico que la empresa ponga a su disposición.

## »» TODOS LOS TRUCOS EN TU WEB ««

Desde cómo quitar una mancha de boli hasta el modo de espesar una salsa.



FOTO: THINKSTOCK

### Cocina

Parece que los trucos no tienen importancia; sin embargo, saber cómo espesar una salsa, realizar el corte a una carne, conservar unos tomates al vacío o descongelar correctamente un pescado hace la vida más fácil... y la comida más rica. En nuestra sección de trucos de cocina los tenemos todos.

### Hogar

Olvidate de tirar prendas de ropa o alfombras por alguna mancha rebelde: entra y descubre los más de 10.000 trucos para el hogar que ofrecemos en la web. Problemas con mascotas, niños, limpieza, bricolaje... No habrá percance en tu casa que miapractica.es no solucione.

### Belleza

Cuando ahorrar es una de las premisas, por los tiempos que corren, los cosméticos muy caros se convierten en opciones prohibitivas. Para que no tengas que elegir entre estar guapa o llegar a fin de mes, te proponemos soluciones como, por ejemplo, que te hagas tus propias mascarillas.

## LA RECETA ES MÍA PREMIOS SEMANALES

Tan grande ha sido vuestra entrega y participación en nuestro blog *La receta es Mía*, que hemos querido premiaros realizando sorteos todas las semanas, en lugar de cada mes. Entra y participa enviándonos una receta: este reloj y cinturón de Xti pueden ser tuyos.

