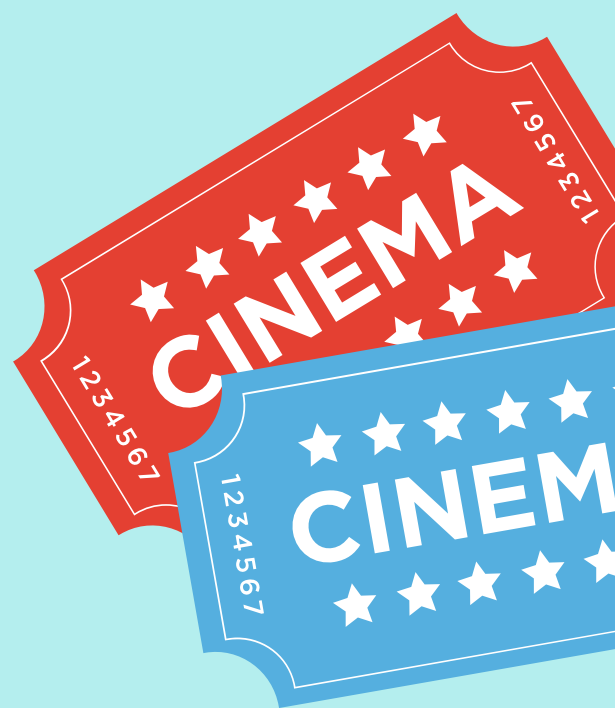


10

Principios Orientadores Para Conciliar vida Personal, Familiar y Laboral en el Trabajo



*Consejo Nacional de la
Cultura y las Artes*



1) Desarrollo Personal

Debemos concebir el desarrollo personal no sólo con aspectos personales, sino que también laborales. Por lo anterior, es necesario hacer ejercicios en cuanto a nuestros deseos y el tiempo que estamos dedicando para el desarrollo de estos en nuestras esferas personales, familiares y laborales, las que además deben estar en armonía para tener una conciliación de vida personal, familiar y laboral positiva.

2) Respeto a la Diversidad

Reconocer y respetar la diversidad familiar, socio educativa, cultural y de género que existen en nuestros compañeros, es fundamental para que entre nosotros mismos generemos empatía por el otro. Para algunos el concepto de familia se remonta al modelo tradicional (padre, madre e hijo), pero en nuestra institución hay quienes viven solos(as), con sus padres, amigos, parejas, entre otras opciones. Son igualmente familia e igual de respetable en su conformación .

3) Enfoque Inclusivo

Tener un enfoque inclusivo en cada una de nuestras labores, permite que los servicios que damos a la ciudadanía sean mucho más accesible, menos estigmatizadores y excluyentes. Pero además favorecen las relaciones internas en los equipos de trabajo, lo que facilita la conciliación laboral y personal en la institución.

4) Protección a la maternidad y paternidad

Se considera este principio para proteger el vínculo de padre y madre con sus hijos(as), lo que fomenta la importancia del apego, la lactancia y los derechos y deberes de las mujeres y hombres en esta materia, así como la importancia de este hito desde el momento de la concepción o procesos de adopción y cuidado personal.

5) Autocuidado

Estar bien es una responsabilidad también personal, es necesario recordar la importancia del auto cuidado y el respeto por los espacios personales de los laborales, a fin de evitar tensiones conciliatorias. En ese sentido, recordamos que el Servicio de Bienestar del Consejo Nacional de la Cultura y las Artes potencia este principio, no dudes en consultarnos si lo necesitas, ya que actividades, convenios y bonos son para ello.

6) Respeto por tiempos de descanso

Funcionarios(as) y trabajadores(as) de la institución que tienen feriado legal, así como días administrativos, pueden hacer uso de dichos días para compatibilizar y respetar los tiempos que dedican a sus esferas personales y familiares. Estas fechas son importantes para estar en armonía con los espacios de trabajo.

7) Participación

Con respecto a la participación, hacemos alusión a aquellas actividades o acciones donde se solicite la opinión de funcionarios(as) y trabajadores(as) en materia de conciliación de vida personal, familiar y laboral, pues su participación es importante ya que la institución está preocupada por establecer criterios formales que fomenten la armonía en los espacios públicos y privados, evitando así tensiones conciliatorias en el lugar de trabajo.

8) Flexibilidad

Para estos efectos la entenderemos como la capacidad para adaptarse a las diversas circunstancias que puedan generar un impacto en nuestra vida personal, familiar o laboral. Por lo anterior, se sugiere que este sea un principio que se incorpore en funcionarios(as) y trabajadores(as), a fin de facilitar el equilibrio en los diversos espacios de desarrollo.

9) Vida Saludable

La vida saludable no significa solamente una alimentación sana o realizar actividad física, tiene relación con la ejecución de actos que nos hacen bien física y mentalmente, por lo anterior, se sugiere considerar este concepto en la vida personal pero también en el trabajo, hacer lo que nos gusta nos ayudar a ser personas más felices.

10) Optimización del tiempo

Optimizar el horario laboral no significa trabajar menos horas, sino que aprovechar de mejor manera la jornada de trabajo, saber priorizar las responsabilidades diarias que tenemos en el trabajo pero también en el ámbito personal, por lo anterior, sugerimos planificar de manera diaria, semanal, o mensual dependiendo de cada caso, a fin de optimizar algo que tanto valoramos, el tiempo.