El tiempo es oro, y quien lo pierde, pierde un tesoro

TODOS sabemos desde hace tiempo, y cada día hay más investigación sobre el tema, que el dinero no compra la felicidad, aunque lo necesitemos. Las personas más ricas donan grandes cantidades de manera altruista, porque esa conducta generosa les hace más felices. Dar de forma desinteresada proporciona felicidad a quienes pueden y lo practican. Porque el dinero no lo es todo, es una parte importante en nuestra vida, porque nos hace independientes y autónomos. Sin embargo hoy mucha gente valora más el tiempo, su tiempo, el ocio, más que el dinero. Lo cual nos indica que la comunidad laboral camina más hacia "tener tiempo" para la cultura, salud personal, afectiva y social..., que hacia un sueldo mayor. ¡Por eso decimos que el tiempo es oro, y el que lo pierde, pierde un tesoro!

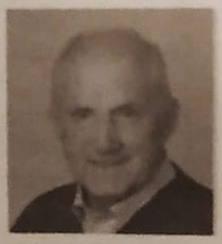
Las empresas se están dando cuenta que invertir en el trabajador, en su descanso, en su salud y en la conciliación familiar, en flexibilidad de horarios, formación... supone unos rankings de efectividad en el trabajo que les hacen más productivos y más felices. Esta manera de pensar lleva consigo un cambio radical. El hecho de que nos planteemos estos nuevos conceptos en cuanto al trabajo y al trabajador significa que algo está cambiando en la mentalidad y en la manera de entender la vida. Está más que demostrado que se trabaja mucho mejor sin presión y si la persona se siente valorada por sus respectivos directivos. De hecho los trabajadores valoran mucho más un premio o estímulo emocional y cultural, que la subida del sueldo.

Hoy el trabajador desea trabajar para vivir, no vivir para trabajar como hemos observado en culturas orientales, donde el horario de trabajo es una media de 55 horas semanales. Inclusive, hemos leído en varias investigaciones, que quienes renuncian a sus vacaciones anuales, duplican el riesgo de un ataque cardíaco.

Hemos logrado una jornada laboral como la que hoy tenemos en nuestro país de 40 horas semanales (según el estatuto de los trabajadores). Casualmente el año 2019 cumplimos cien años de aquella efeméride ("Aquel 3 de abril de 1919 el presidente del Gobierno español, Álvaro Figueroa Torres, conde de Romanones, firmó el decreto que fijó como máxima la jornada laboral de 8 horas y reconocía a los sindicatos con capacidad para la negociación"). Supuso para todos un nivel de calidad de vida tan grande, que el trabajo fue evolucionando y convirtiéndose en una vía de maduración personal y de aporte constructivo a la sociedad a la que pertenecemos y servimos. Hace un siglo que se consiguió ese objetivo que dio un gran cambio cultural en toda España y Europa después.

Este año 2020 entra en vigor la ley de permiso de paternidad abonado por la Seguridad Social de 12 semanas y la mujer de 16 semanas. Una medida que favorece la mayor integración del padre en la familia y al mismo tiempo, evitar reticencias socio-laborales al no contratar a la mujer por su embarazo. El trabajador y la empresa van ganando calidad en el trabajo y consiguiendo entre todos dar un mayor valor a su tiempo libre. Y teniendo ese tiempo libre, que lo considera como sueldo emocional, se siente mejor y trabaja mejor... No por trabajar más horas y hacer un trabajo perfecto, sin tener en cuenta el descanso, se es más feliz. Los resultados de Silvia Bellezza, de la Escuela de Negocios de Columbia, nos determina que si el dinero les permite comprar tiempo y ocio, entonces el dinero sí lo valoran en mayor medida, pero siempre que sea para comprar tiempo libre, en cuyo caso consideraremos que el tiempo libre razonadamente recompensado como sueldo, lo valoran mucho más que el aumento del propio sueldo.

Emilio Garrido



Emilio Garrido-Landívar Especialista en Psicología de la Salud