



Pódcast #343

Cinco señales de que debes abandonar tu trabajo

- *Creo que voy a cambiar de trabajo*
- *¡Pero si empezaste ayer!*
- *Sí, lo sé, pero es que hay unas señales que no me gustan...*

¡Hola! Soy Óscar. Gracias por acompañarme en un nuevo episodio del pódcast de unlimitedspanish.com.

Recuerda, como siempre, puedes conseguir el texto de este episodio en mi página web:

www.unlimitedspanish.com
sección pódcast.

Muy bien. Hoy estoy muy contento de estar aquí con vosotros en otro episodio de nuestro pódcast. Hoy, vamos a charlar sobre un artículo de un periódico.

Este artículo habla de cinco señales que indican que necesitas cambiar de trabajo. Y pensé, ¿por qué no compartirlo contigo?

Vamos a verlas.

#1 Odias cuando te preguntan sobre tu trabajo.

Según el artículo, si odias —esto es una palabra fuerte— cuando la gente te pregunta sobre tu trabajo, puede que sea hora de pensar en un cambio.

Sobre esto, la verdad, creo que tiene bastante sentido. Si cada vez que alguien te pregunta "¿Cómo te va en el trabajo?" te sientes mal, tal vez hay un problema. ¿Quién quiere sentirse así? Nadie, ¿verdad?

Pero tal vez, cuando no estás en el trabajo, simplemente quieres desconectar. Esto es, dejar de pensar siempre en el trabajo. Así que, odias que te pregunten por tu trabajo porque quieres hablar de otras cosas. Por tanto, esta señal quizás no es tan clara.

#2 Los domingos los pasas mal.

Sí, es algo común. El fin de semana es corto y como se dice, pasa muy rápido. Así que es hasta cierto punto normal sentirse algo triste porque el día siguiente es lunes y tienes que trabajar.

Según el artículo, si lo pasas mal los domingos, que quiere decir que estás muy triste o negativo, es porque al día siguiente tienes que trabajar en algo que no te gusta en absoluto.

Estoy bastante de acuerdo. Creo que hasta cierto punto es razonable esta señal. No es normal pasarlo mal cada domingo. Quizás necesites un cambio, buscar un nuevo trabajo.

#3 Te afecta la autoestima

Según el artículo, es una señal que debes dejar tu trabajo si te hace sentir mal contigo mismo, es decir, te afecta la autoestima. Aquí, bueno, tengo mis reservas. Es cierto que un entorno de trabajo tóxico no es lo mejor para tu autoestima, pero también es importante recordar que lo que valemos como personas no tiene que ver solo con nuestro trabajo. Somos más que lo que hacemos para pagar las facturas.

#4 Odias entrar en LinkedIn

La cuarta señal era un poco inesperada. Según el artículo, si te molesta entrar en LinkedIn, la red social para empresas y trabajadores, deberías considerar un cambio de trabajo. Este punto, la verdad, no lo veo claro. LinkedIn es simplemente una plataforma que

ayuda a conectar personas y empresas. Decir que odiar LinkedIn es una señal de que necesitas cambiar de trabajo, no estoy tan seguro de ello.

#5 Descansas mal

Y la última señal que nos da el artículo es si el trabajo te estresa tanto que no puedes descansar bien. En parte, estoy de acuerdo con esto. Si te despiertas por la noche pensando en el trabajo, si tienes pesadillas con él, eso definitivamente no está bien. Pero hay que recordar que otras cosas, no solo el trabajo, pueden hacer que no durmamos bien.

En fin, como ves, hay varias señales que podrían indicar que es hora de cambiar de trabajo. Pero recuerda, no hay una lista mágica que te diga cuándo es el momento perfecto para hacerlo. Recuerda, cada persona es diferente.

Muy bien. ¿Qué piensas tú? ¿Crees que estas señales son indicativas de que necesitas cambiar de trabajo?

PUNTO DE VISTA (mejora tu gramática)

Vale. Ahora vamos a practicar con un punto de vista. Céntrate en los cambios producidos entre versiones.

Estas técnicas las puedes encontrar implementadas al 100% en mis cursos completos en:

www.unlimitedspanish.com
sección productos.

Muy bien, empecemos.

Alberto siempre ha sido muy dramático, pero últimamente, su trabajo lo está llevando a límites absurdos.

Cada vez que alguien le pregunta sobre su trabajo, Alberto se convierte en un actor de teatro, interpretando una tragedia cómica: "¿Cómo me va?", exclama con un suspiro dramático, "¡Pregunta al cielo, que a veces me ve llorar en el cuarto de baño!".

Los domingos, Alberto los pasa mal, inventando escenarios extravagantes de cómo será el lunes. A veces incluso cuenta hacia atrás los segundos hasta que tiene que entrar en la oficina.

Su autoestima también está afectada. Un día se siente como el rey del mundo cuando logra arreglar la impresora. Al siguiente, se siente muy mal cuando se olvida de usar un clip en sus documentos.

Alberto odia LinkedIn. Cada vez que ve a sus amigos lograr cosas fantásticas, él sólo puede pensar: "Seguro que ellos no tienen que luchar contra la máquina de café para conseguir una dosis decente de cafeína".

Por último, descansa tan mal que empieza a soñar con presentaciones de PowerPoint interminables. En un sueño, se encontró a sí mismo presentando "100 maneras de perseguir ratones"... En una sala llena de gatos que eran directores ejecutivos.

Un día, en medio de una reunión de equipo, Alberto se levantó, hizo una reverencia teatral y dijo: "Amigos, abandono el trabajo. No puedo más". Así que dejó su trabajo por uno mucho mejor: Probador de camas.

Vale, ahora imagina la misma historia en plural.

Alberto y Juanita siempre han sido muy dramáticos, pero últimamente, su trabajo los está llevando a límites absurdos.

Cada vez que alguien les pregunta sobre su trabajo, Alberto y Juanita se convierten en actores de teatro, interpretando una tragedia cómica: "¿Cómo nos va?", exclaman con un suspiro dramático, "¡Pregunta al cielo, que a veces nos ve llorar en el cuarto de baño!".

Los domingos, Alberto y Juanita los pasan mal, inventando escenarios extravagantes de cómo será el lunes. A veces incluso cuentan hacia atrás los segundos hasta que tienen que entrar en la oficina.

Su autoestima también está afectada. Un día se sienten como el rey y la reina del mundo del cuando logran arreglar la impresora. Al día siguiente, se sienten muy mal cuando se olvidan de usar un clip en sus documentos.

Alberto y Juanita odian LinkedIn. Cada vez que ven a sus amigos lograr cosas fantásticas, sólo pueden pensar: "Seguro que ellos no tienen que luchar contra la máquina de café para conseguir una dosis decente de cafeína".

Por último, descansan tan mal que empiezan a soñar con presentaciones de PowerPoint interminables. En un sueño, se encontraron a sí mismos presentando "100 maneras de perseguir ratones"... En una sala llena de gatos que eran directores ejecutivos.

Un día, en medio de una reunión de equipo, Alberto y Juanita se levantaron, hicieron una reverencia teatral y dijeron: "Amigos, abandonamos el trabajo. No podemos más". Así que dejaron su trabajo por uno mucho mejor: Probadores de camas.

Bueno, al final, Alberto y Juanita consiguen un mejor trabajo: probadores de camas. Durante el día duermen en una cama para probarla y por la noche descansan después del duro trabajo. No está mal :)

Muy bien. ¡Estamos en el final! Gracias por acompañarme en este episodio. Recuerda seguirme para no perderte ninguno. ¡Hasta la próxima semana!



Óscar Pellus

unlimitedspanish.com