

## Flexibilizar las expectativas profesionales durante la crisis, clave para salir reforzados

- El desarrollo horizontal crece como una alternativa para salir del desempleo y volver a crecer tras la crisis: ofrece una carrera por delante, sitúa de nuevo al profesional en el mercado laboral y aumenta su empleabilidad para cuando la situación mejore.
- Son ya muchos los profesionales que deciden dar este paso atrás, e incluso rebajar sus expectativas salariales hasta un 30%, con el objetivo a medio plazo de volver a crecer cuando las circunstancias lo permitan.
- Otras alternativas laborales que están creciendo entre los más emprendedores, y a pesar de la crisis, son el autoempleo (como autónomo o freelance).
- Los profesionales que perdieron su empleo hace un año ya han comprobado que las posibilidades de conseguir otro trabajo similar son escasas y aferrarse únicamente a esta alternativa puede impedirles continuar con su transición de carrera.
- 10 consejos para que el efecto desánimo no cunda entre los profesionales: el objetivo no es encontrar cualquier trabajo, sino continuar con éxito la trayectoria profesional.

**Madrid, 16 de febrero de 2010.-** Hace un año, Adecco, líder en gestión de recursos humanos, analizó cuál estaba siendo la reacción de los parados ante la falta de empleo. Por un lado, se observaba cómo los parados más cualificados (aún no afectados fuertemente por los despidos) no aceptaban puestos de trabajo que no encajaran con sus expectativas profesionales y experiencia. Sin embargo, la situación se presentaba bien distinta en el caso de los parados menos cualificados, los cuales fueron las primeras víctimas de la crisis.

Un año después, Adecco, a través de su consultora de recolocación Creade Lee Hecht Harrison, ha analizado si se está produciendo algún cambio con respecto a esta actitud de los parados. Tras un ejercicio en el que se ha duplicado el número de personas que lleva en paro más de un año, 2009 ha concluido con 1,5 millones de profesionales en desempleo de larga duración, frente a los 685.000 que se contaban al cierre de 2008.

Al mismo tiempo, las oportunidades de empleo se han reducido fuertemente en 2009, pues las empresas no crearon puestos de trabajo, sino que destruyeron un total de 1.210.900 empleos. ¿Cómo están reaccionando los parados ante este escenario? ¿Cuál es el camino para no dejarse llevar por el pesimismo?

Creade Lee Hecht Harrison, consultora de recolocación que se encarga de ayudar a buscar una alternativa profesional a los despedidos en expedientes de regulación de empleo (ERE), propone las diferentes alternativas para estos casos tan delicados de desempleo de larga duración.

Según Nekane Rodríguez, Directora General de Creade Lee Hecht Harrison, lo importante es encontrar el camino y para ello hay que abrir la mente para analizar las diferentes opciones que se pueden presentar. “Al principio del camino, muchas personas recién despedidas tenían en mente una sola posibilidad, ese trabajo ideal al que sólo querían optar. Ahora, un año después todavía sin trabajo, son más flexibles y han cambiado sus objetivos ideales por otros que les aportarán satisfacción personal y **han decidido dar un paso atrás en este camino para volver a crecer en un futuro no muy lejano**”.

Llegados a este punto se están dando casos cada vez más frecuentes de profesionales con amplia experiencia y responsabilidades que han aprovechado la oportunidad de un trabajo que encaja con el nuevo proyecto vital descubierto en el contexto económico actual. Es un nuevo reto, con una carrera por delante que vuelve a situar al profesional en el mercado laboral y proveerle de nuevas habilidades. Por ello, **son ya muchos los profesionales que deciden dar este paso atrás, e incluso rebajar sus expectativas salariales hasta un tercio, con el objetivo a medio plazo de volver a crecer cuando las circunstancias lo permitan.**

## Un paso atrás para volver a crecer

En épocas de bonanza, cuando el mercado laboral está en continuo crecimiento, los profesionales tienden a mirar siempre hacia arriba planteándose un desarrollo profesional vertical. Sin embargo, en estos momentos ese planteamiento puede llevar a la inmovilización pues el mercado laboral apenas está creando puestos de trabajo que permitan seguir creciendo hacia arriba.

Los profesionales que fueron despedidos hace un año ya han comprobado que las posibilidades de conseguir este objetivo son muy escasas y van aterrizando lentamente sobre el mercado laboral actual. Así, **sus expectativas han ido bajando y se muestran más flexibles a la hora de plantearse otras opciones para salir del desempleo** (puesto, salario, sector, movilidad geográfica, etc.)

Crede Lee Hecht Harrison ayuda a los participantes de sus programas de recolocación a abrir la mente para descubrir nuevos objetivos alcanzables que permitan al profesional reconducir su carrera.

En la actualidad, el planteamiento comienza a ser diferente. En lugar de un desarrollo vertical, algunos profesionales empiezan a trazar un desarrollo horizontal con una carrera por delante para después dar el salto. Llegar a este cambio de visión no resulta fácil, pues estos profesionales provenían de puestos muy elevados con unos sueldos también muy altos.

Sin embargo, según Nekane Rodríguez, **aferrarse únicamente a esta alternativa puede impedirles continuar con su transición de carrera y caer en una espiral de estancamiento profesional, y como consecuencia, personal:** “es imprescindible sacar la parte positiva de cada situación y evitar la obsesión de querer recuperar lo que tenía. La nueva situación no debe estar encaminada hacia una obsesión por conseguir un empleo, sino que puede ser el momento oportuno para replantearse un proyecto de vida. El empleo nos aporta unos ingresos económicos imprescindibles, pero no es lo único en nuestras vidas. Es también importante valorar lo que esta situación nos está permitiendo hacer y disfrutar (formación, hijos, deporte, amigos,...), para mantener una actitud positiva a pesar de los continuos estímulos externos tan pesimistas”.

Pero no hay que olvidar que la cuestión salarial juega un papel crucial en muchos casos y todo depende de las circunstancias personales de cada economía doméstica. Para valorar una posible oportunidad laboral en la que el sueldo desciende de forma importante, el profesional debe realizar una planificación financiera para analizar la problemática que esta reducción salarial podría provocar en su contexto económico.

Este análisis en muchos casos rompe con el miedo que nos bloquea a tomar decisiones e ilumina el camino hacia la satisfacción personal. En los casos en los que el profesional cuenta con una indemnización y otro ingreso familiar, estos pueden actuar como colchón para adaptarse a los nuevos ingresos familiares. “Cuando estos profesionales abren su mente y ven el futuro a medio-largo plazo, comprenden que les compensa ganar hasta un tercio menos que antes, y volver a recuperar su carrera profesional desde otra perspectiva. Esta actitud activa les será muy positiva de cara al futuro cuando la economía mejore, pues para las empresas un trabajador que haya estado inactivo durante tanto tiempo pierde competitividad”, explica Nekane Rodríguez.

Por supuesto, no hay que olvidar que cada persona tiene sus propias responsabilidades económicas, y que en estos momentos hay casi 400.000 familias más que en 2008 con todos sus miembros en paro, sumando un total de 1.2220.000 familias.

Pero la empleabilidad en estos casos es fundamental. Entre las ventajas, oportunidades y amenazas que en todo proceso de transición de carrera deben plantearse, **el aumento de la empleabilidad es una de las ventajas más importantes a la hora de aceptar un nuevo puesto de trabajo, aunque esté por debajo de los objetivos iniciales.** Mantenerse fuera del mercado laboral por mucho tiempo, reduce aún más las posibilidades de encontrar un empleo, y cuando la economía mejore, hará más difícil conseguir un puesto de trabajo similar al que se perdió antes de la crisis. En cambio, **continuar el desarrollo profesional de una forma horizontal con miras a dar el salto en esa empresa o en otra será más fácil si se está dentro del mercado cuando éste comience a crecer.**

## Crece el autoempleo entre los más emprendedores

El empleo por cuenta ajena por supuesto que no es la única alternativa para salir del desempleo. **El autoempleo, ya sea como autónomo o freelance, crece entre los profesionales como una alternativa a su situación a pesar de la crisis.**

Un ejemplo claro de esta tendencia, es el aumento de los participantes de los programas de recolocación de Createe Lee Hecht Harrison que han decidido continuar la carrera profesional por su cuenta en 2009. **El 12% de los participantes de programas individuales (dirigidos a mandos intermedios y directivos) ha optado por el autoempleo en 2009, siendo 4 puntos porcentuales más que un año antes.**

No cabe duda de que esta opción merece un elevado reconocimiento en un año en el que se han cerrado 1.264.689 de empresas. Pero también se crearon 79.617 nuevas sociedades, lo que demuestra que aún son muchos los emprendedores que desafían los estímulos pesimistas del ambiente que les rodea.

Esta opción requiere un estudio de viabilidad serio, además de una inversión económica inicial, especialmente en los casos de autónomos. Pero otra opción que se está dando en el mercado actual y que no requiere tanta inversión, pero sí una completa red de contactos, es la de freelance.

Profesionales con una gran experiencia y conocimiento de su sector, puede moverse por él de forma independiente ofreciendo sus servicios. Esto se está dando de forma cada vez más habitual en sectores como el de la consultoría o los medios de comunicación. Las ventajas de esta alternativa profesional también son muchas, pues además de mantenerte activo en el mercado laboral, abre las puertas de nuevos contactos que podrían ofrecer un nuevo reto profesional.

## Consejos para que no cunda el desánimo

En momentos en los que alrededor sólo se escuchan noticias pesimistas, resulta complicado mantener una actitud positiva durante la búsqueda de empleo. Por eso, Createe Lee Hecht Harrison propone **10 consejos para que el efecto desánimo no cunda entre los profesionales.** El objetivo no es encontrar cualquier trabajo, el objetivo será continuar con éxito tu trayectoria profesional, y eso nunca se construye con una visión a corto plazo:

1. Lo primero de todo piensa bien qué vas a hacer con la indemnización, controla los gastos y prepárate para 1 año de búsqueda.
2. Buscar trabajo es un trabajo en sí mismo y requiere de estrategia, esfuerzo y disciplina.
3. No te obsesiones con encontrar únicamente un trabajo, enmarca tu nueva situación dentro de tu proyecto vital.
4. No pierdas los hábitos que dirigían tu vida personal. Márcate unos horarios y establece una serie de rutinas diarias que te satisfagan y hagan sentirte vivo.
5. Aprovecha el tiempo para disfrutar de la familia, amigos y aficiones. Todo aquello que antes echabas de menos y no podías hacer por falta de tiempo.

6. El deporte puede ayudarte a sentirte más ágil, física y mentalmente. Busca aquel deporte que mejor encaje con tus gustos y motivaciones.
7. ¿Hacia dónde voy? No te pierdas. Un objetivo para ser consistente es ser realista y por ello, debes alinear tres conceptos claves:
  - Qué sé hacer y qué puedo hacer; cuál es mi experiencia, mis logros, mis competencias y mis puntos fuertes.
  - Qué es lo que más me gusta hacer, lo que me motiva. Piensa en aquello en lo que sientes que quieres invertir tu tiempo, aquello con lo que disfrutas.
  - ¿Conoces cómo está el mercado? Piensa y analiza qué es lo que el mercado está demandando y cómo se adaptan tus experiencias y motivaciones a él.
8. No te obsesiones con querer lo que tenías. Abrir las expectativas a otros sectores, puestos y zonas geográficas te concederá nuevas oportunidades.
9. No caigas en la frustración Sé consciente de lo que necesitas y de lo que deseas, y no lo confundas. Vivimos en un mundo lleno de posibilidades que nos hacen creer que todo está al alcance de nuestras manos y que si no lo obtenemos no seremos felices.
10. Sueña y sé generoso contigo mismo. Mima el tiempo, dedicándolo a tus objetivos y prioridades. No juzgues, las cosas son lo que son, pero, según la interpretación que les demos, adquieren nuevos matices. Permítete disfrutar de cada día.

### **Sobre Creade Lee Hecht Harrison**

**Creade–Lee Hecht Harrison** es una compañía del grupo ADECCO, líder en el mercado nacional e internacional en la gestión de procesos de cambios empresariales.

Trabaja para facilitar los procesos de cambio en los que se ven inmersas las organizaciones y sus profesionales, ofreciendo las soluciones óptimas en Transición de Carreras, Reestructuraciones y Liderazgo.

---

Para cualquier aclaración no dudéis en poneros en contacto con nosotros. Un cordial saludo:

Marina Gómez/Luis Perdiguero  
Dpto. de Comunicación Adecco  
Tlf: 91 432 56 57  
[marina.gomez@adecco.com](mailto:marina.gomez@adecco.com)  
[luis.perdiguero@adecco.com](mailto:luis.perdiguero@adecco.com)

Silvia Enrique /Laura García  
R Comunicación  
Tlf: 670 61 92 50  
[silvia.enrique@trescom.es](mailto:silvia.enrique@trescom.es)  
[laura.garcia@trescom.es](mailto:laura.garcia@trescom.es)