

Ocho secretos personales que no debes revelar en tu trabajo

<http://www.expansion.com/emprendedores-empleo/desarrollo-carrera/2015/07/20/55acd25c22601d14158b4587.html?cid=SIN8901>

Con tus compañeros de trabajo -incluso con tu jefe- pasas cada día más tiempo que con tu familia y amigos. Sé honesto, pero no te pases de transparente. No es necesario que sepan todo sobre ti.

Todo el mundo sabe qué reacción provoca demasiada confianza... Y un exceso de información sobre lo que pensamos, somos, opinamos, cómo vivimos, o cuánto ganamos, puede resultar perjudicial para nuestra carrera profesional; sobre todo si ésta se desarrolla cotidianamente junto a colegas y superiores con los que convivimos casi tanto o más que con nuestra familia o amigos más íntimos.

Dejando aparte las ventajas e inconvenientes (de todo hay) que implica ser amigo de nuestro jefe o tener amigos entre los compañeros de trabajo... Y dejando aparte incluso los excesos de amistad y relación con unos y otros, debes tener en cuenta que la transparencia exagerada con quienes convives cada día en tu entorno laboral puede traerte problemas. Conviene preservar una esfera privada y guardar para ti ciertas cosas que nadie debería conocer:

- Para empezar, si le das demasiada información a tu jefe cometes un error. No tienes por qué contarle lo que haces en tu tiempo libre, los fines de semana, con quién sales; u ofrecerle datos sobre tu vida familiar y amistades. Quien te manda no tiene por qué saber nada de esto.
- Muchas de las cosas que dices, y la información que brindas pueden afectarte en un escenario laboral en el que la línea entre la vida personal y la profesional queda casi completamente difuminada. Ten en cuenta que determinadas herramientas y fórmulas de contacto hacen posible una accesibilidad las 24 horas que acarrea una disponibilidad nunca vista por parte de los empleados. Esa forma de vida que publicas sin pensar en las consecuencias puede hacerte candidato a esa disponibilidad exagerada por parte de tu empresa y de quien te manda.
- Evita una sinceridad excesiva acerca de tus problemas personales. Cuidado con hacer pública tu negatividad hacia los compañeros, el trabajo, el jefe o incluso tu vida privada. Aquí inevitablemente entra en juego tu actividad en redes sociales. Vomitar en ellas lo mal que te ha ido el día, criticar a tu empresa, a tu jefe o a tus compañeros de trabajo es una mala idea. Y peor aún es caer en el insulto.
- Si decides quejarte (sobre todo de tu superior), ten en cuenta que la queja debe ser concreta, porque el objetivo cuando la emites es que algo cambie. Cuanto más concreta sea, más fácil será lograrlo.
- Conviene que estos arranques de sinceridad estén basados en hechos, y nunca en juicios o interpretaciones.
- Debes decirle a tu jefe cómo te hace sentir aquello que criticas, dejando claro lo que quieres. Habla en términos de necesidades, si es que precisas más apoyo o buscas un trabajo retador...

- En cualquier caso, vomitar las quejas -sobre todo en redes sociales- no es una buena inversión de futuro. No sólo porque alguno de los citados pueda llegar a verlo. También debes tener en cuenta que los reclutadores y otras empresas están rastreando las redes, y esas protestas quedarán ahí para siempre. Piensa en el día que quieras cambiar de trabajo.
- El exceso de información que puede perjudicarte también se refiere a las fotos o comentarios que tienen que ver con tu vida privada. Algunos piensan que hacen un uso adecuado de las redes, pero en realidad están asumiendo un altísimo riesgo profesional.
- Es muy fácil hablar y aconsejar, aunque resulta difícil poner en práctica los consejos. La situación más complicada se da cuando tienes un jefe que te amarga la vida, que es un inepto y ejerce una influencia tóxica. A pesar de todo, cuidado con lo que dices y cómo lo dices: si tu jefe no está a la altura de tus expectativas, la mejor manera de transmitir lo que crees que hay que mejorar es hacerlo con serenidad, firmeza y corrección.
- Si después de hacerlo no hay cambios que te satisfagan, la opción es clara: márchate a otro proyecto profesional. Esto es lo que suele llevar a decir que la gente se va de sus jefes, no de sus empresas.
- No aires que estás buscando trabajo. Cuando uno busca empleo desde su actual puesto, las consecuencias dependen de quién lo sepa. No es igual mantenerlo en secreto o que el jefe esté al tanto de esa búsqueda. Y las implicaciones personales y profesionales pueden ser distintas si, a pesar de no haberlo comunicado, nuestro superior se entera.
- No le digas a tu jefe que estás mal pagado, ni compares su sueldo o el de otros compañeros con el tuyo.
- Ten cuidado con determinadas circunstancias de socialización con tu jefe o con tus colegas de trabajo que pueden hacerte especialmente transparente y vulnerable. En esos momentos se baja la guardia y se hacen o se dicen cosas de las que uno puede arrepentirse. Es algo así como ampliar un rol profesional a un ámbito que en su origen es privado.
- La clave está en que todo lo que aparece cuando estás de copas, o si vas al gimnasio, a un evento, o participas en algún deporte o competición con tus compañeros, no se queda ahí. Esa influencia ya habrá afectado a tu imagen y no podrá separarse de tu marca profesional.
- De la misma manera que en la entrevista de trabajo no deben hacerte preguntas sobre tu salud, origen étnico o extracción social, ni pueden tomar decisiones en función de la fotografía que adjuntes con el currículum ni por causa de la edad (por exceso o por defecto), hay muy pocas situaciones en las que te conviene airear tu historial médico, o si padeces determinadas enfermedades.