



BUSCANDO TRABAJO: PASO POR PASO

BALANCEA TU VIDA

PASO 13

Cuando tú haces cambios en tu vida (un trabajo nuevo, una nueva escuela) puede afectar a muchas personas. Tú sabes que el cambio es bueno. Pero es posible que tú, tu familia y amigos se sientan confusos. Puede afectar a las personas en diferentes formas.

Puede ser que te sientas presionado y cansado. Te puedes estar preguntando si tienes tiempo para hacer todo. Puede ser que te sientas culpable probando algo nuevo.

Tu compañera o compañero puede pensar que te perderá o que cambiarás.

Tus amigos quizás no entiendan tampoco. ¡Es posible que ellos quieran un nuevo trabajo también! Quizás ellos piensen que ya no tendrás tiempo para convivir con ellos.

Tú puedes comenzar a balancear todo lo que está ocurriendo, y a ayudar a otros a sentirse cómodos si:

- **EXPLICAS** que el trabajo es solo una pequeña parte de tu vida. No estás cambiando como persona. Tú continúas siendo un padre o madre de familia, compañero, hijo o amigo. Tratarás de dedicarle tiempo a todos.
- **PLANIFICAS**. Haz una lista de las cosas que tienes que hacer y ¡hazlas!
- **COMPARTE** tu cambio con tu familia. Enséñales dónde trabajas o a qué escuela asistes...diles por qué te gusta.

Tomar el tiempo para explicarles ayudará a que todas sepan cuánto significa en tu vida este cambio. Todos se sentirán mejor. Si tú piensas que surgirán problemas, esto es lo que puedes hacer: Haz una lista de las cosas que pueden llegar ser a problemas. Decide lo que puedes hacer. Escríbelo. ¡Hazlo!

MI PROBLEMA PODRÍA SER:

- Le voy a hacer falta a mi familia
- Será difícil dejar a mis hijos
- Mi problema _____

LO QUE VOY A HACER:

- **EXPLICARLES** que pasaré mi día libre con ellos
- Seleccionar buen cuidado para mis hijos...planear tiempo especial para estar con ellos
- Mi solución _____

Recuerda, será más fácil balancear todo en tu vida si dialogas y planeas por adelantado.