Newsletter

GENTE & TRABAJO

DICIEMBRE / 2021

www.oconorconsulting.com

"NAVIDAD, OPORTUNIDAD DE HERMANDAD"

Guayaquil: (04) 2136245 / 0994951094
Quito: 0987290067

O´CONOR CONSULTING

Contenido

Artículos.

- **Navidad una oportunidad para fortalecer el equipo**
- ***7 causas de la depresión en Navidad y cómo enfrentarlas***
- ***Cuando te toca trabajar en Navidad***

Vacantes

- Nuevas / En proceso

Responsabilidad Social

Teléfono amigo

Guayaquil

Av. Jaime Roldós Aguilera, Ciudad Colón, Parque Empresarial Colón Edf. Empresarial I, Mezanine Oficina 08

- comunicaciongye@oconorconsulting.com -

Quito

Av. 6 de Diciembre N34-360 y Portugal, Edificio Zyra, Piso 12, Oficina 1201

- comunicacionuio@oconorconsulting.com -

Editorial

Estimados Amigos:

Estas próximas fiestas, Navidad y Año Nuevo nos motivan para los buenos deseos de hermandad y días mejores, superando como estamos ya los coletazos de la pandemia.

También son magníficas oportunidades para afianzar los lazos de compañerismo, de trabajo en equipo e identificación con los propósitos de la empresa. En realidad, dadas las condiciones actuales del entorno socio-económico que vivimos, no hay mejor acción y estrategia que juntar y agradecer a los colaboradores y así genera alto compromiso.

En la presente edición de ”Gente & Trabajo” de Diciembre publicamos ideas para los festejos en la empresa e incluso para aquellos negocios que tienen que trabajar mientras otros festejan.

Felices fiestas en familia, con los compañeros de la empresa, y prosperidad para el 2022.

Saludos,

José Fernando Mosquera

O´CONOR CONSULTING

IDE
BUSINESS SCHOOL
UNIVERSIDAD HEMISFERIOS

FORTALECE TU DESTREZA EN LA TOMA DE DECISIONES

MDE

MAESTRÍA EN DIRECCIÓN DE EMPRESAS

RPC-SO-40-No.727-2019

Cerca de 500 sesiones con casos reales

2 semanas internacionales de estudio

24 meses de duración

DICIEMBRE 2021

Título de cuarto nivel de magíster otorgado por:

UNIVERSIDAD HEMISFERIOS

Universidad Casa Grande

Guayaquil
(593-4) 371 25 60
(593) 97 870 4703
mdeg@ide.edu.ec

Quito
(593-2) 382 79 98
(593) 98 960 3870
mdeq@ide.edu.ec

ASSOCIATION OF MBAS ACCREDITED

Miembro EFMD

Navidad una oportunidad para fortalecer el equipo

Ya se respira ambiente navideño en todos los rincones, así que es momento de pensar cómo celebrar la Navidad en la empresa. Aunque no lo creas, celebrar la Navidad con los compañeros del trabajo mejorará la productividad y el ambiente.

Celebrar la Navidad en la empresa

La Navidad puede ser amada u odiada, no existe término medio. De todas maneras, como responsable de Recursos Humanos o manager de equipo, tu tarea es lograr el buen ambiente laboral y la unión del equipo. A continuación te damos las razones por las que tienes que celebrar la Navidad en tu empresa.

Motivos para celebrar la Navidad en la empresa

- Mejora la relación entre los compañeros de trabajo.
- Se reconoce el trabajo que los empleados realizan durante todo un año.
- Mejora el sentimiento de pertenencia a la empresa.

  Atracción y retención de talento.
- Es una manera de integrar a los nuevos compañeros.

Actividades en Navidad para la empresa

- A continuación, os damos algunas ideas de actividades de navidad en la empresa. ¡El éxito está asegurado!
- Lo primero será ambientar la oficina. Así que, entre todos deberéis decorar la oficina con motivos navideños. Aunque dentro de la oficina, es un ratito divertido en el que olvidarse de las tareas.
- Puedes crear un árbol de los deseos. En el tradicional árbol de Navidad, los empleados podrán sus deseos para el 2019 de forma anónima, de manera que los responsables sabrán qué mejorar de cara al próximo año.
- El amigo invisible siempre es buena opción. Aunque a veces no es sencillo decidir qué regalar, lo cierto es que es un juego divertido. Y que ayuda a conocer a los compañeros.

- Rifas o sorteos. En el caso en que la empresa no pueda permitirse comprar cestas de navidad para la empresa, por ejemplo, podrá comprar varios productos y sortearlos o rifarlos. ¡Un bingo siempre es divertido!

- Celebra actividades que involucren a la familia de los empleados. En muchas empresas se organizan «Family Days navideños».

  Estas actividades nunca pueden ser obligatorias, pues habrá gente que no quiera participar en ellas. De todas maneras, verás como la participación de los empleados es mayor de lo que imaginas.

Regalos de Navidad para empleados a coste cero para la empresa

Pero no todo son regalos materiales, si eres una empresa pequeñita e incluso si haces otro tipo de actividades, hay regalos como los que citamos a continuación que siempre van a agradecer los empleados.

- Jornada intensiva durante la época navideña. Puedes cambiar el horario y dar la tarde libre a tus empleados. Por ejemplo desde el día 22 de diciembre y hasta el 7 de enero, los empleados podrían disfrutar de jornada intensiva y disfrutar de su tiempo libre.

- ¡Dota de flexibilidad de horarios a tus empleados! Con herramientas como Sesame los empleados sabrán cuánto tiempo han trabajado o cuánto falta por trabajar. De esta manera podrán acudir a los festivales del cole de los niños, ultimar compras o simplemente disfrutar del ambiente navideño. Y esto solo es posible con una jornada laboral flexible.

- Concede, al menos, los días 24 y 31 de diciembre libres, para que los empleados puedan disfrutar de esas fechas con sus familiares o amigos.

  Y conociendo las ventajas de celebrar la Navidad en el trabajo y todas las actividades que se pueden hacer, ¿vas a quedarte parado?

7 causas de la depresión en Navidad y cómo enfrentarlas

La depresión es una enfermedad que afecta a la persona y al entorno familiar. Durante los meses de noviembre y diciembre, es muy frecuente en la sicología de los seres humanos, pues el ambiente festivo y otros factores pueden influir en el estado emocional de las personas.

La depresión se presenta de manera frecuente sobretodo en los jóvenes, porque no tienen la capacidad de discernimiento para analizar las circunstancias.

Esta enfermedad mental es la principal causa del suicidio, sobre todo cuando está acompañada de la bipolaridad. Por sus características son muy parecidas, pero son diferentes. La depresión bipolar tiene mayor riesgo de pasar al acto de suicidio porque tiene más impulsividad y agresividad.

Para muchos la navidad no representa la alegría y felicidad, sino que sinónimo de tristeza, soledad y depresión. Entre las causas para que detone la depresión en la época navideña, están:

1. Tener predisposición genética

Estudios han demostrado que las personas cuyos padres o hermanos tuvieron depresión, triplican las probabilidades de padecerla, en comparación con aquellas que no tienen familiares cercanos con esta enfermedad mental. Es decir, si una persona con antecedentes familiares, de carácter melancólico, con estrés o que viva algún suceso traumático, tiene muchas más posibilidades de desarrollar depresión.

2. Estar expuesto a la soledad

Las fiestas de la Navidad representan para la mayoría de las personas una oportunidad para compartir con sus seres queridos. Desafortunadamente, no todos tienen esta dicha. La soledad en Navidad es uno de los mayores problemas personales a los que se enfrentan quienes, en esta época del año, deben vivir una situación personal delicada o no contar con la compañía de sus seres queridos por múltiples motivos.

3. Estar rodeado de publicidad que muestra la unión, la armonía y la paz familiar

La publicidad, en esta época del año, influye negativamente en las personas que no tienen de cerca a sus seres queridos ya que generalmente lo idealiza con escenas en las que se ve a la familia unida. Sin embargo, es posible mitigar los efectos negativos de la soledad durante las fiestas navideñas, para ello te recomiendo realizar actividades que nunca hayas experimentado como salir y socializar con gente nueva, hacer actividades de caridad, etc.

4. Tener problemas económicos

La crisis financiera ha cambiado las vidas de muchas familias ecuatorianas y sus estilos de vida, por tanto la Navidad es una época para celebrar con austeridad. Generalmente, esta realidad resulta más duro para los niños ya que son los protagonistas absolutos de estas fechas, sin embargo, como

adulto es importante no abrumarse de esta realidad, ya que hay cosas más importantes como gozar de buena salud y tener a nuestros seres queridos con vida.

5. Sufrir la pérdida de seres queridos

Durante Navidad y Año Nuevo, muchas personas recuerdan con más anhelo a los seres queridos que en su momento estuvieron, su ausencia es más palpable, y por ende el vacío que se sentimos es inmenso. Si recuerdas a tus seres queridos que han fallecido y quieres hablar de ello, no ocultes ese sentimiento, intenta hablar de los aspectos más positivos y cosas agradables que marcaron tu corazón. Hablar de ellos ayudará a que te sientas más aliviado.

6. Contar con una fuente de pocos ingresos o falta de trabajo

El desempleo es una de los problemas más frecuentes, por lo que muchas personas se encuentran en situaciones de angustia porque no pueden sustentar las necesidades básicas de sus familias. Desarrolla la paciencia, tolerancia y, sobre todo, calma en esta época. Sigue buscando ese empleo que tanto anhelas o emprende una actividad económica, puedes empezar haciéndolo en casa, explora tus habilidades; ten confianza en ti y transmíte a tus hijos esa seguridad que necesitan.

7. La migración de los padres

Sentimos que la Navidad ya no es la misma porque esas personas ya no están. Recuerda que la Navidad puede seguir siendo vivida con alegría y con felicidad, si la tomamos como otro momento más en nuestras vidas. Ten presente que tus familiares migraron y no han fallecido, que pronto los volverás a ver y gozarán momentos inolvidables en estas fiestas. Una llamada en esta Navidad puede conectarte y sentir cerca a tu ser querido que se encuentra lejos físicamente. Gracias a la tecnología se han acortado las distancias y puedes permanecer en contacto con tus seres queridos casi como si estuvieran a tu lado.

Para evitar que caer en riesgo de entrar en un cuadro depresivo, te recomiendo integrarte en grupos sociales y de ayuda comunitaria, socializar, renovar los lazos familiares y a no aislarte.

Sentirse triste, apagado, sin energía, sin motivación, sin capacidad de alegrarse a pesar de las cosas buenas que suceden, tener un sueño o descanso perturbado y la pérdida del apetito son síntomas de alerta para reconocer la depresión, si reconoces que padeces algunos de ellos, busca ayuda profesional inmediatamente.

Cuando te toca trabajar en Navidad

No es lo mejor que te podía haber pasado, pero te ha tocado trabajar en Navidad. Muchas personas con diferentes profesiones se levantan temprano para afrontar una jornada laboral un día como hoy. Sanitarios, servicios de emergencias de todo tipo, asistencia en carretera, hostelería o atención al cliente de infinidad de empresas tampoco descansan cuando el resto está de celebración. Son los servicios 24/7 (24 horas al día, 7 días a la semana), trabajan todos los días del año, también el 25 diciembre y el 1 de enero.

Los demás disfrutan, tú tienes que trabajar en Navidad

Aunque ya te habías hecho a la idea, hay que reconocer que salir por la puerta para ir a trabajar ha sido más duro que otros días. Seguramente has dormido menos y te toca abrir regalos por la tarde, en el mejor de los casos. Dependiendo del tipo de profesión, puede que no sean días muy productivos así que puedes aprovechar para dejar adelantado trabajo o plantificarte el resto de los días.

Se cobra un poco más y puedes obtener días de libranza a cambio

Ante lo inevitable solo nos queda tener una buena actitud. Es un fastidio tener que trabajar en Navidad, sí, pero veámoslo por el lado positivo. En primer lugar, lo económico. A este tipo de jornadas se le añade un plus para compensar el perjuicio que pueda suponer. Suelen ser extras más o menos sustanciosos que corresponden a días especiales, al que se puede añadir el plus de nocturnidad. Muchas veces, estos turnos se cubren con personas que se ofrecen voluntariamente, aprovechando que no todo el mundo celebra estas fiestas. Este tipo de extras se fijan en convenio. Si te ha tocado trabajar contarás con un poco más de dinero y, en la mayoría de los casos, con un día adicional de descanso.

Se crea buen ambiente de celebración

Días como estos suelen ser intensos en servicios de emergencias sanitarias, pero en aquellos que se está de guardia por si surge un imprevisto, el ambiente normalmente es más tranquilo. El contexto de las fiestas también propicia un clima alegre y distendido en el lugar de trabajo. Los jefes no suelen estar y en la oficina se relajan las formas. Déjate invadir por el espíritu navideño y alégrate el día en el trabajo.

Trabajar en Navidad quizás no te viene mal como excusa

Y, además, no a todo el mundo le apetece estar de celebraciones. Debido a múltiples circunstancias quizás no apetezca celebrarlo mucho o son fechas que no tienen un significado especial para ti. Tener que trabajar se convierte entonces en una buenísima excusa para librarse de eventos donde no apetece estar. Qué mejor pretexto que “Lo siento…no voy a poder estar…Tengo que trabajar…” Excusa irrebatible.

Oportunidad para sacar un poco de dinero y empezar bien el año

Las Navidades son una oportunidad para personas que no han podido trabajar durante todo el año o lo han hecho muy poco. Estudiantes, personas desempleadas o con pocos meses cotizados, que encuentran en estas fechas la posibilidad de ganar un dinero y no andar tan ajustados para empezar el año. El sacrificio tiene todo el sentido, y seguro que lo estarás afrontando con alegría.

Sea cual sea el motivo por el que te encuentras trabajando piensa que es importante que estés cubriendo el puesto ese día. Y que todo tiene un comienzo y un fin, y tú has

empezado por lo más duro. ¡Feliz Navidad!

O'CONOR
CONSULTING

CON EL SERVICIO DE SELECCIÓN DE EJECUTIVOS DE O'CONOR CONSULTING ATRAIGA BUENOS GERENTES y a la hora de acordar la remuneración con el Elegido no tiene que dañar su escala salarial, lo que Usted necesita es ASESORIA INTEGRAL SOBRE "COMPENSACIONES", un amplio concepto de beneficios mutuos.

O'CONOR CONSULTING es la firma más efectiva en ASESORÍA INTEGRAL SOBRE COMPENSACIONES porque, además, no determinamos nuestros honorarios según porcentajes del sueldo del Ejecutivo contratado. Esto nos permite ser CIERTAMENTE OBJETIVOS informando al cliente sobre el Mercado Salarial Real; para que Usted no termine remunerando erráticamente a su nuevo colaborador.

O´CONOR
CONSULTING

O'CONOR CONSULTING esta a sus ordenes para Consultorías de Evaluación y Mejoramiento del Clima Laboral y Gestión del Desempeño.

CONSÚLTENOS!!

Quito: José Fernando Mosquera / 0992742570

O´CONOR CONSULTING

Nuevas Vacantes
#OfertaLaboral

Selección de:	**EMPRENDEDORES NEGOCIOS CARNICOS**
Datos de la empresa:	Importante empresa de consumo masivo
Búsqueda realizada en:	Quito / Guayaquil / Manta
Vacante para:	Quito / Guayaquil / Manta
Consultor responsable:	Todos //

Selección de:	**GERENTE COMERCIAL**
Datos de la empresa:	Importante empresa de cable, telefonia y televisión
Búsqueda realizada en:	Quito Guayaquil Manta
Vacante para:	Manta
Consultor responsable:	Ana Paola Hurtado / ahurtado@oconorconsulting.com

Selección de:	**ASISTENTE CONTABLE**
Datos de la empresa:	Importante empresa del floricola
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**GERENTE CORPORATIVO DE RRHH**
Datos de la empresa:	Importante empresa comercial
Búsqueda realizada en:	Quito/ Guayaquil/ Cuenca
Vacante para:	Cuenca
Consultor responsable:	Cristina Davila / cdavila@oconorconsulting.com

Selección de:	**ASESOR COMERCIAL DE CAMPO**
Datos de la empresa:	Importante empresa de cable, telefonia y televisión
Búsqueda realizada en:	Manta
Vacante para:	Manta
Consultor responsable:	Gabriela Peña / gpena@oconorconsulting.com

O´CONOR CONSULTING

Nuevas Vacantes
#OfertaLaboral

Selección de:	**GERENTE DE COMPRAS CORPORATIVO**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector consumo masivo
Búsqueda realizada en:	Quito y Guayaquil
Vacante para:	Cuenca
Consultor responsable:	Gabriela Peña / gpena@oconorconsulting.com

Selección de:	**INGENIERO AGRONOMO**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector floricola
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**GERENTE COMPRAS DE SUPERMERCADOS**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector consumo masivo
Búsqueda realizada en:	Quito y Guayaquil
Vacante para:	Cuenca
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**GERENTE DE TI**
Datos de la empresa:	Importante empresa de tecnología
Búsqueda realizada en:	Guayaquil
Vacante para:	Guayaquil
Consultor responsable:	Gabriela Peña / gpena@oconorconsulting.com

Selección de:	**CONTROLER**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector industrial
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Ana Paola Hurtado / ahurtado@oconorconsulting.com

O´CONOR CONSULTING

Nuevas Vacantes
#OfertaLaboral

Selección de:	**GERENTE DE VENTAS**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector farmacéutico
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Gabrila Peña / gpena@oconorconsulting.com

Selección de:	**CONTADOR GENERAL**
Datos de la empresa:	Importante empresa de consumo masivo
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**ASESOR MEDICO**
Datos de la empresa:	Importante empresa de sector farmaceutico
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Costarica
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**KAM**
Datos de la empresa:	Importante empresa sector farmaceutico
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Guatemala
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**JEFE DE COMPRAS**
Datos de la empresa:	Importante empresa sector logistico
Búsqueda realizada en:	Guayaquil
Vacante para:	Guayaquil
Consultor responsable:	Oscar Bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**SUPERVISOR DE OPERACIONES**
Datos de la empresa:	Importante empresa sector logistico
Búsqueda realizada en:	Guayaquil
Vacante para:	Guayaquil
Consultor responsable:	Ana Paola Hurtado / ahurtado@oconorconsulting.com

Selección de:	**SUBJEFE DE COBRANZA**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector de la consturcción
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Ana Paola Hurtado / ahurtado@oconorconsulting.com

Selección de:	**CONTADOR GENERAL**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector de la consturcción
Búsqueda realizada en:	Quito
Vacante para:	Quito
Consultor responsable:	Oscar bonilla / obonilla@oconorconsulting.com

Selección de:	**JEFE DE FIDELISACIÓN DE CLENTES**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector logístico
Búsqueda realizada en:	Guayaquil
Vacante para:	Guayaquil
Consultor responsable:	Gabriela Peña / gpena@oconorconsulting.com

Selección de:	**SUPERVISOR DE OPERACIONES**
Datos de la empresa:	Importante empresa del sector logístico
Búsqueda realizada en:	Guayaquil
Vacante para:	Guayaquil
Consultor responsable:	Ana Paola Hurtado / ahurtado@oconorconsulting.com

BÚSQUEDA INTELIGENTE DE TALENTOS

O´CONOR
CONSULTING

ESTUDIOS INTERNOS

OUTPLACEMENT
E INTERNSHIP

CONSULTORÍA PARA
EL LARGO PLAZO

ENCUESTAS
DE MERCADO

CAPACITACIÓN

DESARROLLO DEL
TALENTO HUMANO

Guayaquil:
Av. Jaime Roldós Aguilera, Ciudad Colón
Parque Empresarial Colón,
Edificio Empresarial I - Mezanine, Oficina 08
Teléfono: (04)2136245 - 0999514400

Quito:
Av. 6 de Diciembre N34-360 y Portugal,
Edificio Zyra, Piso 12, Ofi. 1201
Teléfono: 0987290067

www.oconorconsulting.com

INCAE
BUSINESS SCHOOL

Programas Abiertos:

Retos y sostenibilidad de las empresas familiares
Enero 19, 2022

Primera generación del MAIT 2022 celebra con cena su cierre de clases en INCAE

Executive MBA
Degree Program inicio: 12 de Marzo del 2022

*Publicidad no oficial, sólo para fines informativos

Más información en:

www.incae.edu/es

La Fundación Teléfono Amigo, actúa en el Ecuador 30 años, ofrece auxilio emocional a través de su teléfono *(02) 290-6060*, el que es publicitado por diferentes medios de comunicación.

Las personas necesitadas de auxilio y orientación frente a crisis emocionales y problemas, llaman para recibir apoyo y acogida emocional por parte de expertos capacitados, psicólogos o estudiantes de psicología o profesionales de Recursos Humanos, voluntarios que donan pocas horas de su tiempo a la semana para esta labor.

El entorno actual hace que se necesite más voluntarios,
SUSCRÍBASE COMO VOLUNTARIO y apoye esta noble causa.
Para mayor información comuníquese al *(+593) 98 729 0067*

Al unirse como empresa, puede beneficiarse de conferencias gratuitas en temas de como manejar las crisis emocionales en el trabajo y en el hogar.