

Marta Ocampo:
EL ALMA TAMBIEN VA AL TRABAJO

Cuando oímos hablar de un taller de Constelaciones Organizacionales es probable que pensemos que nada tiene que ver con nosotros, que no tenemos ningún asunto de empresa que tengamos que resolver y no encontramos motivos para asistir a una constelación para resolver problemas de las organizaciones.

Como persona que trabaja en este campo, me gustaría hacer una reflexión de las aportaciones del método de Constelaciones al ámbito laboral y a las organizaciones.

La introducción del método de las Constelaciones Organizacionales en España es un proceso lento. Según mi experiencia, en la mayoría de los casos las Constelaciones Organizacionales se realizan como fruto de un trabajo de asesoría al cliente. En su lugar ha ido ganando fuerza la búsqueda de soluciones a problemas personales en el trabajo, lo que llamamos Constelaciones Laborales.

El factor esencial en el desarrollo de las Constelaciones Organizacionales es la persona. En mi visión, es un proceso que parte de la familia, para pasar por lo personal en el trabajo, y que va introduciéndose poco a poco en las organizaciones, buscando el lado humano de estas.

Las Constelaciones Organizacionales abarcan diferentes ámbitos de actuación, según el sistema en el que se plantea el asunto a resolver: podemos visualizar básicamente dos sistemas, un macro sistema organizacional y un microsistema personal correspondiente a cada una de las personas que componen la organización y que a su vez está influenciado por el sistema interpersonal y familiar.

Una Constelación Organizacional en su forma más pura trabaja en el macro sistema de la empresa, tratando de resolver asuntos relacionados con el funcionamiento de la organización, su estrategia, sus objetivos, sus departamentos, los grupos, las funciones. De esta manera los asuntos a tratar en una Constelación Organizacional se refieren a temas de la gestión, estructura de la organización, pero no a asuntos

personales. En una Constelación Organizacional desplegamos el macro sistema, buscando comprender los órdenes, sus dinámicas y sus interrelaciones. Miramos allí para hallar la solución.

Normalmente los asuntos a tratar son estratégicos, o que preocupan a la organización, por ejemplo, la pérdida de ventas, de clientes, problemas con la competencia, desarrollo de proyectos, lanzamiento de nuevos productos, adquisiciones, fusiones, clima laboral, motivación y desempeño de los equipos, problemas de liderazgo...

En este sentido las personas que asisten a una Constelación Organizacional suelen ser Directivos de una empresa, Directivos de Recursos Humanos, jefes, responsables de área o departamento, dueños, fundadores o gestores de empresa.

Sabemos que cuando trabajamos en una Constelación Organizacional estamos actuando en diferentes sistemas simultáneamente pero decidimos quedarnos en el nivel funcional y no en el personal.

LA CONSTELACIÓN LABORAL: ACLARAR ASUNTOS PERSONALES EN EL TRABAJO.

Algunos problemas laborales se pueden resolver desde la gestión, y puede aplicarse una Constelación Organizacional para buscar soluciones desde el punto de vista operativo y funcional, mientras otras veces no corresponde a la organización solucionar estos asuntos, porque no son problemas de la empresa aunque se relacionen con el trabajo. En muchas ocasiones los problemas laborales no tienen que ver con la organización, ni con el trabajo. De hecho muchos conflictos interpersonales en el trabajo tienen sus raíces de forma inconsciente en que una persona se relaciona con su familia. Estos pueden ser asuntos personales sin resolver que se arrastran en el tiempo y que determinan la manera como nos relacionamos con el trabajo y el tipo de dinámicas que establecemos.

Cuando alguien me plantea un problema personal en el trabajo, suelo desplegar la constelación a nivel organizacional, para comprobar si el asunto corresponde o no a la organización. Con alta frecuencia la experiencia demuestra que cuando hay un problema personal en el trabajo, gran parte del problema depende de los asuntos personales que el cliente no haya resuelto y que se manifiestan en el trabajo. Por supuesto el sistema de la empresa forma parte de la realidad, influye y entra en juego con el sistema personal.

Al desplegar la constelación se puede percibir la frontera entre lo organizacional, personal y familiar. Cuando el elemento de peso esta en el sistema personal pasamos

la frontera, entramos en otro campo de información y configuramos una constelación laboral en la que, los elementos relevantes son la persona y su trabajo.

Pasamos muchas horas en el trabajo. Creamos un tipo de relación, y una dinámica muy particular con ello a la que le imprimimos nuestro sello personal. En esa interrelación con el trabajo, extrapolamos modos de funcionar y de crear vínculos aprendidos previamente, que generan en muchas ocasiones tensión y sufrimiento. Por otro lado encontramos ambientes laborales difíciles, altamente competitivos, con juegos de poder, conflictos e intereses que generan malestar laboral.

Una actitud personal que arrastra cargas y asuntos sin resolver, debilita nuestra capacidad de adaptación creativa al entorno laboral, creando sufrimiento en el trabajo. Esto es un asunto de suma importancia. Nuestra alma también va al trabajo y cuanto menos sea la capacidad de adaptación creativa al ambiente de trabajo, más sentimiento de tristeza, más falta de sentido encontramos en el trabajo, más se comprime el alma, más impedidos estamos para desarrollar nuestro potencial personal y profesional.

A pesar del mal ambiente de trabajo en muchas empresas, la capacidad de adaptación y la salud emocional depende de cada uno de nosotros, en última instancia cada uno somos responsables de la actitud que adoptemos frente a las circunstancias en el trabajo.

Con frecuencia hacemos del trabajo un símbolo, de alguna manera el trabajo nos sirve de reflejo de algo que tenemos que *ver*, para buscar el equilibrio en nuestro propio sistema personal.

En las Constelaciones Laborales voy comprobando como el trabajo se convierte en un mensajero que invita al cliente a *ver* temas personales sin resolver.

Una de las primeras aportaciones de una constelación laboral es *ver* el trabajo desde otra perspectiva, y en consecuencia ganar claridad, comprender las dinámicas que hemos establecido y liberar al trabajo de cargas que no le corresponden. Mucho sufrimiento en el trabajo desaparece cuando somos capaces de ver y asentir la realidad tal como es.

Ver el trabajo con otros ojos, ser capaces de liberar los propios recursos para establecer una relación más sana y creativa con el trabajo, abriendo caminos de solución para trabajar plenamente, dar a nuestra alma el sitio que le corresponde en el trabajo, son sin duda razones para asistir a un taller de Constelaciones Laborales.

En concreto es útil asistir a un taller de Constelaciones Laborales cuando hay:

- conflictos con compañeros de trabajo, con jefes, con socios,
- pérdidas económicas,
- dificultades en la relación con el dinero,
- dificultades para lograr el éxito,
- exceso de responsabilidad,
- conflicto con los objetivos asignados
- necesidad de encontrar el equilibrio entre la vida personal y profesional,
- desmotivación por el trabajo,
- dificultades para empezar una nueva actividad,
- dificultades para ver claro el objetivo tomar decisiones,
- dificultades para llevar acabo un proyecto,
- emprender y gestionar el propio negocio,
- dificultades para encontrar trabajo

En este sentido una Constelación Laboral puede ser de ayuda para cualquiera de nosotros, pues todos de alguna manera tenemos una vinculación con el trabajo, con los proyectos, con la economía, a todos nos preocupa de alguna manera la conciliación de la vida laboral con la personal y familiar: seamos jefes, empleados, autónomos, trabajadores independientes o personas en paro.

Un taller de Constelaciones Laborales nos permite explorar y encontrar soluciones a una de nuestras actividades más significativas - el trabajo, no solo por el tiempo que pasamos en él o por el factor económico, sino también por nuestra dimensión humana. El trabajo es un campo de realización personal en el que podemos desarrollar o no nuestras capacidades personales, sociales, y profesionales. En todo caso el trabajo es un medio para conocernos a nosotros mismos, es un medio para que nuestra alma se exprese, pues también ella va a trabajar en el mejor de los casos.

© Marta Ocampo, febrero 2009

www.martaocampo.net