

### EL VALOR DEL TIEMPO PARA LA COMUNICACIÓN Y LAS RELACIONES

**Dr. D. Ignacio BUQUERAS Y BACH.**

*Académico de Número de la Sección de Humanidades de la Real Academia de Doctores de España.*

Las relaciones humanas se crean y se sustentan a través de la comunicación. Por eso es preciso hacer de ella un instrumento de ayuda para desarrollar relaciones firmes y constructivas – familiares, sociales, laborales... – que beneficien a las personas involucradas y a toda la sociedad.

En la comunicación no hay reglas de aplicación universal, ni recetas mágicas, de ahí que nadie obtenga un éxito total en sus relaciones con otras personas. Están hechas de vivencias impactantes y reflexiones profundas, que propician una preeducación de las actitudes hacia uno mismo, hacia los demás y hacia la vida.

Toda comunicación, además de un contenido, incluye determinada información sobre cómo debe entenderse dicho contenido. Nunca afinaremos lo suficiente nuestras antenas receptoras y emisoras, para salir airosos de esta difícil tarea. No existe una relación perfecta, en la que nunca se den desigualdades, malinterpretaciones o desavenencias. Se hace necesaria la comunicación abierta, sincera y honesta para facilitar la convivencia.

#### Diversidad

Las relaciones humanas se desarrollan en circunstancias concretas de edad, sexo, raza, jerarquía, ideología, normas sociales, épocas históricas, tradiciones culturales, situaciones ecológicas y expectativas personales. Cada relación humana es única. Se podría repetir la celebre expresión de José Ortega y Gasset: "yo soy yo y mis circunstancias". Una persona egoísta no se comunica igual que una servicial; ni la dominante y la sumisa, la enérgica y la apática, la audaz y la tímida...

Es curioso que, siendo tan importantes las relaciones interpersonales, solo recientemente se ha suscitado un movimiento de estudio y

promoción de las mismas. Se han conjugado diversos factores para que hayan adquirido esta trascendencia. Entre ellos figuran el apresuramiento de la vida moderna, la cual, sobre todo en las grandes ciudades, se ha vuelto artificial, agresiva y presionada por los frecuentes amontonamientos, por las frustraciones de todo tipo y por el diluvio de estímulos de las propagandas comerciales y políticas; los cambios tecnológicos y sociales, que han roto los cauces tradicionales por los que discurría la vida de nuestros abuelos; la complejidad y automatización de las organizaciones laborales, que da lugar a relaciones distantes e impersonales; la desaparición, respecto a quienes desempeñan papeles de autoridad (jefes, profesores, padres...), de la respetuosa sumisión al superior porque es superior; y la globalización, de manera que los pueblos ya no viven por separado, sino que son conscientes de la ilimitada interacción en el mundo, en la que todos tenemos que ver con todos.

Asimismo, en las últimas décadas se han producido experiencias, investigaciones y publicaciones, que han aportado grandes resultados sobre la persona y, particularmente, en su desarrollo y sus relaciones.

#### La comunicación, esencial en el ámbito laboral

Las relaciones entre los jefes y sus colaboradores inciden de manera directa en la consecución de las metas y los objetivos empresariales. Considero que ambas partes han de caminar juntos en la misma dirección.

Los directivos deben reconocer a los empleados como personas que buscan, a través de su trabajo, llenar necesidades físicas, psicológicas y sociales, y que merecen ser tratadas con dignidad. Las empresas deben reconocer más el resultado obtenido que el tiempo invertido, y situar en los puestos clave a los hombres y mujeres que aporten valor a la entidad. Han de poner los medios para que los empleados se sientan motivados, corresponsables y con ganas de trabajar. Las relaciones deben ser más humanas, más próximas, más cuidadosas que en otras épocas, aplicando nuevos modos de ejercer la dirección.

Por su parte, los empleados deben comprometerse con la empresa y asumir que hay



épocas con alta carga de trabajo en las que tienen que esforzarse más. Se debe pasar del trabajador al dictado a uno al que se le concede más autonomía, pero a la vez se le exigen resultados y compromiso.

Si el jefe confía en su colaborador y éste demuestra con resultados el valor de su trabajo, deja de tener sentido el férreo control horario y presencial. La transformación debe fluir de arriba abajo: si la dirección no da ejemplo, es imposible que cale en la cultura de los miembros de la organización.

Toda empresa tiene la necesidad básica de introducir y desarrollar un programa de comunicación interna que le permita alcanzar sus metas sin dificultades. Pero este programa no consiste solamente en informar a los empleados de los planes, sino también de demostrar que la acción que conduce desde los planes al cumplimiento de las mismas es beneficiosa, tanto para los directivos como para los empleados.

### Aprovechar el tiempo

El factor tiempo es muy importante en nuestras relaciones. Creo que debemos aprovecharlo al máximo, dado que es limitado e irrecuperable. La permanente sensación de falta de tiempo es una de las características de la sociedad actual. Vivimos con la impresión de fondo de que quizás podríamos aprovecharlo más, y mejor, o estar haciendo más cosas, o llegar más lejos. Y nos sentimos culpables por no conseguirlo. Sólo tenemos una vida, y desaprovecharla nos da pánico. Las vacaciones son un buen ejemplo de ello: más que saborearlas, las convertimos de alguna forma en productivas: para dar una imagen ante los demás, para acopiar recuerdos y fotografías..., para algo más que el simple disfrute.

Como no podemos alargar el día, ni sabemos administrarlo bien, prescindimos de algunas actividades. Lamentablemente, tendemos a eliminar las no productivas, es decir, las placenteras. Pensamos que, si nos queda algún hueco, ya iremos a tomar un café con un amigo o daremos un paseo, lo cual no llega a suceder. Pero si dejamos de hacer lo que realmente nos gusta, al final no nos gustará hacer nada, lo cual es peligroso. Termina por resentirse nuestro

estado de ánimo, y eso nos perjudica, afecta a nuestra relación con los más próximos, y disminuye nuestra productividad laboral.

Debemos dar el máximo valor al tiempo, tanto al propio como al de los demás, y aprender a gestionarlo. Es "lo único que realmente nos pertenece", según Baltasar Gracián; y "la materia de la que estamos hechos", para Benjamín Franklin. Es la clave de nuestro bienestar, porque el estrés normalmente no lo causan las actividades que realizamos, sino la falta de tiempo para llevarlas a cabo. Todos tenemos 24 horas, 1.440 minutos o 86.400 segundos, y, según los utilicemos, seremos más felices y haremos más felices a quienes nos rodean o, por el contrario, crearemos crispación y problemas, proyectando sobre otras personas nuestros rencores y frustraciones.

Esta labor debe iniciarse en la familia y la escuela, desde las cuales ha de enseñarse a los niños a valorar el tiempo de estudio, de descanso, de ocio... Y ha de proseguir en los restantes niveles educativos. Con el paso de los años, hemos visto que muchos de los conocimientos que habíamos adquirido no nos servían, o se habían quedado obsoletos por los nuevos conocimientos, por el cambio de las circunstancias o los avances tecnológicos. Pero saber valorar el limitado tiempo del que disponemos, y gestionarlo adecuadamente, es necesario en todas las edades de la vida.