

El paro se “para” con tu familia mejor que en solitario



“Que

darse en el paro” casi siempre nos llega sin avisar y en el peor momento... por eso nunca es bien recibido por muy diversos motivos

“Estar sin trabajo y en el paro” es una frase demasiado genérica y al tiempo con una gran carga negativa para el que la pronuncia y para quien la escucha. Es por eso por lo que no debemos abusar de su uso y cuando se tenga que incluir en un discurso hay que matizarla cuanto antes, dando otros datos que ubiquen mas y mejor la situación real en su totalidad.

Una de las grandes limitaciones que produce “estar en el paro”, es que a casi nadie en principio nos gustan los cambios y menos los **cambios impuestos** y con un futuro impredecible...

Sin embargo “**lo único permanente es el cambio**” y desde que nacemos aunque nos queramos resistirnos a ello. Tenemos que aprender a descubrir esa fuerza invisible que llevamos en nuestro interior, que

nos ayuda a comprender el cambio y nos hace verlo como una **oportunidad** y no como una desgracia y que llamamos **RESILIENCIA**

Esa fuerza interior es curioso pero no se compra, no se alquila, no se vende y por supuesto no se oposita para obtenerla para siempre... pero sí que tenemos un espacio gratuito donde la puedes **cultivar, cuidar y proteger** como un huerto propio que te da de comer: TU FAMILIA.

En tu familia puedes estar cultivando **resiliencia** sin tener porque “estar en el paro” es como querer cultivar especias aromáticas y medicinales para tu propio uso en el hogar según vayamos necesitando a lo largo de la vida.

“Estar en el paro” de puertas para fuera de tu familia puede afectar:

- A tu economía.
- A tu estatus social.
- A tu reconocimiento o proyección profesional.

“Estar en el paro” de puertas para dentro de tu familia:

- Te puede condicionar la natalidad si se está en edad de procrear.
- Te puede acelerar la mortalidad si se sostiene en el tiempo la situación de no trabajo.
- Puede provocar déficit nutricional o sobrepeso.
- Desencadena alteraciones en los estados de ánimo.
- Lleva al sedentarismo.

Porque “estar en el paro” afecta más a la persona que está dentro de casa que la que está fuera, es por lo que la **familia juega un papel estabilizador** fundamental para conseguir “salir del paro” de su mano sin graves deterioros **físicos y psicológicos**.

ESTAR BUSCANDO TRABAJO EN FAMILIA HACE QUE NUNCA:

- Te sientas sol@
- Vivas sol@
- Te mantengas sol@
- Descubras tus nuevas habilidades sol@
- Te enfrentas a los problemas sol@
- Los sinsabores no los saboreas sol@

WWW.SOPHYA.ES

Desde tu pareja hasta el último de tus hijos aunque sea un bebe, todos son un bálsamo de resiliencia en tu vida. Todos tienen una función reparadora y aromática en tu vida, déjales entrar. No ningunes ni obvies a ninguno porque todos son parte de un todo TU FAMILIA.

“Los tuyos” son tu causa y tu motivo al mismo tiempo para estar junto a ellos mientras cambias o encuentras un nuevo trabajo. Cuando uno ha trabajado para vivir con su familia- si te falta el trabajo- la familia siempre permanece y se adapta como si de un guante en tu mano se tratara.

“La familia no es un apéndice independiente de tu mundo laboral sino que está ahí y la sientes y toda ella te siente como algo propio”

“Habla, ríe, come, llora, sueña con tu FAMILIA os necesitáis ahora más que NUNCA”