



POSITIVA  
COMPAÑÍA DE SEGUROS



POSITIVA EDUCA  
Pensando en ti

# TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

## COMUNIDAD NACIONAL

### DE CONOCIMIENTO EN:

### SALUD Y SEGURIDAD ANTE EL TELETRABAJO



REIR  
AMOR  
VIVIR  
SALUD  
DAR  
APRENDER  
SEVICIAL  
AGRADECER  
APRENDER  
TOLERANCIA  
COLIDADIDAD

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

LA ASEGURADORA  
DE TODOS LOS  
COLOMBIANOS



Positiva Compañía de Seguros



@PositivaCol



PositivaCol



Positiva Colombia



El emprendimiento es de todos

Minhacienda



**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



**COMUNIDAD NACIONAL**

DE CONOCIMIENTO:

---

**EN SALUD Y SEGURIDAD ANTE EL TELETRABAJO**

---



**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA



**EXPERTO LÍDER**

---

**DE LA COMUNIDAD**

**Nohora Valbuena**

[nohoravalbuena@telmex.net.co](mailto:nohoravalbuena@telmex.net.co)

Contacto: +57 310 6807612



**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

“

La experiencia no es lo que te  
sucede, sino lo que haces con lo

**QUE TE SUCEDE**

Aldous Huxley

”



**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

**EL TELETRABAJO Y EL  
TRABAJO EN CASA, RETORNO  
DE EXPERIENCIAS EN EL MARCO  
DE LA EMERGENCIA POR EL  
COVID-19**

# TABLA DE CONTENIDOS



## Momento 1



Generalidades del Teletrabajo y el Trabajo en Casa



## Momento 2



Aplicación del Método de Retorno de Experiencias en el contexto de crisis suscitado por el COVID-19



## Momento 3



Aprendizajes para la implementación del Teletrabajo y el Trabajo en Casa



## OBJETIVO GENERAL



Capitalizar a partir del Retorno de Experiencias en el contexto de emergencia por el COVID-19, conocimientos para la implementación del Teletrabajo y el Trabajo en Casa.

## OBJETIVO ESPECIFICO 1

Lograr que los participantes reconozcan los aspectos claves que diferencian la implementación del Teletrabajo y el Trabajo en Casa.

## OBJETIVO ESPECIFICO 2

Identificar elementos del método de Retorno de Experiencias.

## OBJETIVO ESPECIFICO 3

Identificar a partir del Retorno de Experiencias, elementos para implementar el Teletrabajo y el Trabajo en Casa.

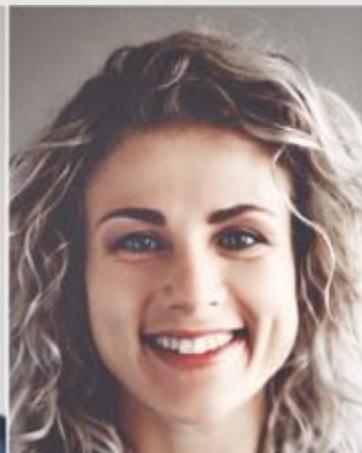


**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

# EVALUÉMONOS

## Sondeo

---



# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## ¿Son lo mismo?

### Teletrabajo

"Una forma de organización laboral, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas o prestación de servicios a terceros **utilizando como soporte las tecnologías de la información y comunicación -TIC-** para el contacto entre el trabajador y la empresa, **sin requerirse la presencia física del trabajador en un sitio específico** de trabajo". (Artículo 2, Ley 1221 de 2008).

### Trabajo en Casa

"Habilitación al servidor público o trabajador del sector privado para **desempeñar transitoriamente** sus funciones o actividades laborales por fuera del sitio donde habitualmente las realiza, **sin modificar la naturaleza del contrato o relación laboral** respectiva, cuando se presenten **circunstancias ocasionales, excepcionales o especiales**, privilegiando el **uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones**". (MinTrabajo, Proyecto de Ley, 2020).

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## Retorno de Experiencias - REX

“Prácticas, estrategias y herramientas que permiten aprender a partir de la experiencia”.

Fuente: Fundación para una Cultura de la Seguridad Industrial (FonCSI)



# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## Retorno de Experiencias - REX

### Aprendiendo del pasado

- Evaluación de la eficacia y pertinencia de la organización desplegada frente a la crisis.
- Introducción de nuevas prácticas.
- Valorar el compromiso de los colaboradores.
- Reconocer las competencias.
- Identificar nuevas prácticas.



- Mejorar el funcionamiento de las áreas.
- Mejorar y transformar el trabajo.
- Prepararse para el futuro.
- Crear referencias comunes.
- ...

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## REX – Fuentes potenciales de efectos

---

- Miedos relacionados con continuidad del negocio.
- Miedos frente a la enfermedad.
- Dificultades para conciliar la vida personal y profesional.
- Aislamiento social.
- Tensión exacerbada por los correos, control del trabajo...
- Carga de trabajo incrementada – sobreconexión – dificultades operacionales.
- Cambios en la continuidad de la actividad.
- Deficientes condiciones de SST.
- ...



# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## REX – Análisis de exigencias, recursos y regulaciones

	Prácticas, acciones, recursos	Efectos esperados sobre el desempeño	Efectos esperados sobre la Seguridad y Salud en el Trabajo
¿Qué aspectos se conservan?			
¿Qué aspectos se eliminan?			
¿Qué se mejora?			
¿Qué novedades se introducen?			
Aspectos por revisar			

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## REX – Plan de acción

Temas	Descripción de la Acción	Responsable	¿Para quién es la acción?	Medios a movilizar	Temporalidad (Corto – Mediano – Largo término)	Prioridad	Indicador / Resultado

- Debe ser realista
- Se ha de socializar
- Se debe hacer seguimiento

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

Cuestionario exploratorio teletrabajo – Guía para un retorno saludable al trabajo tras el Covid-19:

En primer lugar, te pedimos que valores cómo ha sido tu experiencia de teletrabajo durante el periodo de teletrabajo en confinamiento comparándola con la situación anterior

Durante el teletrabajo en confinamiento	En relación a antes de la pandemia		
	Mejor	Igual	Peor
He podido organizar adecuadamente mi tiempo de trabajo			
He podido controlar mis horas de dedicación al trabajo			
He contado con los medios e información suficientes para realizar mi trabajo			
He podido comunicarme de manera satisfactoria con mis superiores y con mis compañeros/as de trabajo			
He contado con el apoyo de mi supervisor/a o de mi jefe/a cuando lo he necesitado			
He contado con el apoyo y ayuda de mis compañeros/as cuando lo he necesitado			
He podido expresar mis dudas y preocupaciones y me he sentido escuchado/a			
Me he sentido motivado/a para desempeñar mi trabajo			
He podido conciliar mi trabajo con mi vida familiar/personal			
Siento que la empresa valora el esfuerzo que hemos realizado entre todos y todas			

Queremos saber, ahora, si la VUELTA AL TRABAJO te genera una especial preocupación (más allá de una preocupación general por la situación) por el riesgo de contagio frente al coronavirus.

¿Te inquieta o preocupa mucho que...	Sí	No
la empresa no sea un espacio seguro y protegido frente al coronavirus?		
no puedas ir y volver del trabajo de forma segura sin riesgo de contagio?		
la posible acumulación de gente (entrada y salida, espacios comunes) no se controle de forma segura?		
no seas capaz de aplicar las medidas de prevención durante el desarrollo normal de tu actividad?		
haya gente en la empresa que no cumpla responsablemente las medidas de seguridad frente al coronavirus?		
el contacto con tus compañeros/as durante el trabajo no se pueda realizar de manera segura?		
las relaciones con personal externo a la empresa no se lleven a cabo de manera segura?		

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

Cuestionario exploratorio teletrabajo – Guía para un retorno saludable al trabajo tras el Covid-19:

También te preguntamos sobre si personalmente estás especialmente preocupado/a (más allá de una preocupación general por la situación) por los cambios que se puedan producir en tu trabajo tras el confinamiento.

Me inquieta o preocupa mucho si a la vuelta al trabajo...	Sí	No
cambiará sustancialmente la forma de realizar mi trabajo		
aumentará mi carga y/o tiempo de trabajo		
mis condiciones salariales empeorarán o no mejorarán lo que tenía previsto		
me cambiarán mis horarios, turnos y/o días de descanso		
tendré que seguir haciendo tareas en teletrabajo		
no seré capaz de desempeñar mi trabajo como antes		
la relación con los mandos será más complicada		
me será más difícil trabajar en equipo		
el riesgo de quedarme sin trabajo es mayor		

Por último, queremos saber cómo te sientes emocionalmente tras el período de confinamiento:

En las últimas semanas, te has sentido	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Solo alguna vez	Nunca
Muy nervioso/a					
Tan bajo/a de moral que nada podía animarte					
Calmando/a y tranquilo/a					
Desanimado/a y triste					
Feliz					
Llena/o de vitalidad					
Con mucha energía					
Agotado/a					
Cansado/a					

# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## 10 Acciones para tener éxito

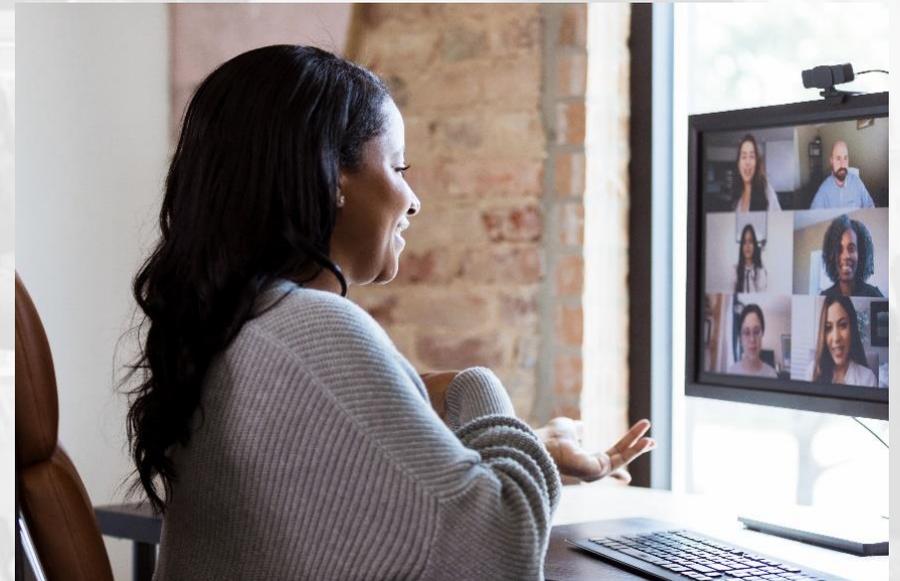
1. Desarrollar y fortalecer competencias.
2. Comunicar las proyecciones de la empresa.
3. Tranquilizar y sensibilizar sobre las medidas tomadas.
4. Convenir y formalizar reglas para la implementar el Teletrabajo o el Trabajo en Casa.
5. Compartir buenas prácticas de forma regular – SST, desempeño...



# TELETRABAJO – TRABAJO EN CASA

## 10 Acciones para tener éxito

6. Prestar atención a lo vivido individual y colectivamente.
7. Velar por el funcionamiento del colectivo – diálogo, socialización, resolución de conflictos...
8. Facilitar el trabajo colaborativo.
9. Adaptar con regularidad los objetivos y el contenido del trabajo.
10. Gestionar las dificultades operacionales y aprender de las experiencias.



# BIBLIOGRAFIA

## Para los inquietos...

---

1

<https://www.teletrabajo.gov.co>

2

[https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Guia Retorno Saludable Covid-19.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Guia_Retorno_Saludable_Covid-19.pdf)

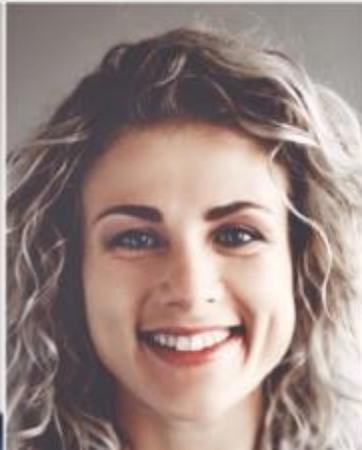


**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

# EVALUÉMONOS

## Sondeo

---



# PREGUNTAS

1

¿En el Trabajo en Casa, cómo se aplican los controles?

2

¿Para acceder al teletrabajo debo tener alguna condición especial de salud, invalidez, madre cabeza de familia de hijos menores, edad?

3

¿Cómo interviene la empresa para hacer una acomodación de oficina de confort?. La experiencia vivida en pandemia en los hogares, no se contaba con un espacio. Se aumento el estrés y la comunicación deficiente.



**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

CONSULTA

# TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

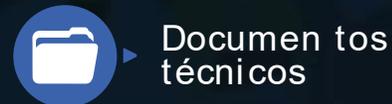
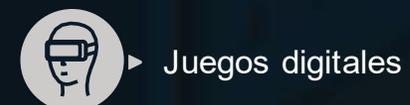
[www.positivatravesia.co](http://www.positivatravesia.co)

**+1.000** Acciones educativas

- ✓ Cursos
- ✓ Seminarios
- ✓ Workshop
- ✓ Talleres
- ✓ Simposios
- ✓ Paneles
- ✓ Congresos
- ✓ Lanzamientos
- ✓ Coloquios



# RECUERDA QUE POSITIVA — TIENE PARA TI —





**TRAVESÍA 2021**  
FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

# PLAN NACIONAL DE EDUCACIÓN

Positiva Educa

SENTIR  
SONREIR  
CAMINAR  
RESPIRAR  
FELICIDAD  
ENAMORARSE  
APRENDER  
SOÑAR  
ALCANZAR  
HABLAR  
FELIZ  
DESPERTAR  
AGRADECER  
FAMILIA





POSITIVA  
COMPAÑÍA DE SEGUROS



POSITIVA EDUCA  
Pensando en ti

# TRAVESÍA 2021

FELICIDAD Y CONCIENCIA POR LA VIDA

## COMUNIDAD NACIONAL

### DE CONOCIMIENTO EN:

### SALUD Y SEGURIDAD ANTE EL TELETRABAJO



REIR  
AMOR  
VIVIR  
SALUD  
DAR  
APRENDER  
SEVICIAL  
AGRADECER  
APRENDER  
TOLERANCIA  
COLIDADIDAD

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

LA ASEGURADORA  
DE TODOS LOS  
COLOMBIANOS



Positiva Compañía de Seguros



@PositivaCol



PositivaCol



Positiva Colombia



El emprendimiento es de todos

Minhacienda