

A2.43.1 El teletrabajo

Die Telearbeit



El **teletrabajo** puede ser cómodo porque no hay que ir a **la oficina** y es más fácil organizar la casa. Pero si una persona trabaja fuera del horario normal, el límite entre trabajo y ocio no está claro. Así, las **horas de trabajo** pueden aumentar y la conciliación se vuelve difícil. Con buena organización, la **flexibilidad** puede ayudar. Lo mejor es un equilibrio entre casa y oficina.

Telearbeit kann bequem sein, weil man nicht ins **Büro** gehen muss und es einfacher ist, den Haushalt zu organisieren. Aber wenn jemand außerhalb der normalen Arbeitszeit arbeitet, ist die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit nicht mehr klar. So können die **Arbeitszeiten** steigen und die Vereinbarkeit wird schwierig. Mit guter Organisation kann die **Flexibilität** helfen. Am besten ist ein Gleichgewicht zwischen Zuhause und Büro.

1. ¿Qué ventaja tiene trabajar desde casa?
 - a. Hay que desplazarse todos los días.
 - b. Es obligatorio trabajar de noche.
 - c. Permite cuidar a los niños y hacer tareas en las pausas.
 - d. No se puede cocinar nunca.
2. ¿Qué problema aparece cuando se teletrabaja demasiado?
 - a. La oficina está más cerca de casa.
 - b. La productividad siempre sube sin parar.
 - c. El límite entre el trabajo y el ocio se vuelve poco claro.
 - d. Hay más reuniones presenciales cada día.
3. ¿Qué pasa si se trabaja antes o después del horario normal?
 - a. Se trabaja menos horas.
 - b. Se reduce el bienestar.
 - c. Se descansa mejor.
 - d. Se evita todo el estrés.
4. ¿Qué solución se recomienda para aprovechar lo mejor de las dos opciones?
 - a. Escribir más correos cuando los niños duermen.
 - b. Trabajar solo de noche para estar tranquilo.
 - c. Encontrar un equilibrio entre casa y oficina.
 - d. No volver nunca a la oficina.

1-c 2-c 3-b 4-c

2. Lesen Sie den Dialog und beantworten Sie die Fragen.

Carlos y Marta hablan del teletrabajo: ventajas y desventajas

Carlos und Marta sprechen über Homeoffice: Vor- und Nachteile

Carlos: ¿Sigues trabajando desde casa o ya has vuelto a la oficina algunos días? *(Arbeitest du immer noch von zu Hause aus oder bist du an manchen Tagen schon wieder im Büro?)*

Marta: Ahora lo combino. Trabajo tres días desde casa y dos en la oficina; así tengo un poco de equilibrio. *(Ich mache jetzt beides. Ich arbeite drei Tage von zu Hause aus und zwei im Büro – so habe ich eine gute Balance.)*

- Carlos:** Tiene sentido. El teletrabajo es cómodo, sobre todo porque no tienes que desplazarte cada día. *(Das ergibt Sinn. Homeoffice ist bequem, vor allem weil du nicht jeden Tag pendeln musst.)*
- Marta:** Sí, se nota mucho. Ahorro tiempo y puedo organizarme mejor. *(Ja, das merkt man deutlich. Ich spare Zeit und kann mich besser organisieren.)*
- Carlos:** Aunque, si somos sinceros, separar el trabajo de la vida personal no siempre es fácil. *(Aber wenn wir ehrlich sind, ist es nicht immer leicht, Arbeit und Privatleben voneinander zu trennen.)*
- Marta:** Totalmente. A veces sigo contestando correos cuando los niños ya están dormidos. *(Absolut. Manchmal beantworte ich noch E-Mails, wenn die Kinder schon schlafen.)*
- Carlos:** A mí me pasa igual. Parece que tenemos más flexibilidad, pero al final trabajamos más horas. *(Bei mir ist es genauso. Es wirkt, als hätten wir mehr Flexibilität, aber am Ende arbeiten wir mehr Stunden.)*
- Marta:** Exacto, y con el tiempo eso genera cansancio y estrés. *(Genau, und mit der Zeit führt das zu Müdigkeit und Stress.)*
- Carlos:** Lo entiendo. He leído que mucha gente se concentra mejor desde casa, pero también se siente más agotada. *(Ich verstehe das. Ich habe gelesen, dass sich viele Menschen zu Hause besser konzentrieren können, sich aber auch erschöpfter fühlen.)*
- Marta:** Por eso intento respetar mis horarios y cerrar el portátil a una hora fija. *(Deshalb versuche ich, meine Zeiten einzuhalten und den Laptop zu einer festen Uhrzeit zuzuklappen.)*
- Carlos:** Buena idea. Creo que el teletrabajo funciona mejor cuando se combina con días en la oficina. *(Gute Idee. Ich glaube, Homeoffice funktioniert am besten, wenn man es mit Tagen im Büro kombiniert.)*
- Marta:** Sí, la oficina también aporta el contacto con los demás, y eso es muy importante. *(Ja, und das Büro bietet auch den Kontakt zu den anderen – und das ist sehr wichtig.)*

1. ¿Cómo organiza Marta su trabajo entre casa y oficina?

- | | |
|--|--|
| a. Trabaja en un espacio de coworking todos los días. | b. Trabaja tres días desde casa y dos en la oficina. |
| c. Trabaja todos los días en remoto y nunca va a la oficina. | d. Trabaja dos días desde casa y tres en la oficina. |

2. ¿Qué problema comentan Carlos y Marta sobre el teletrabajo?

- | | |
|--|---|
| a. Es difícil separar el trabajo de la vida personal y se trabaja más horas. | b. En la oficina no hay herramientas digitales ni plataforma. |
| c. No tienen ordenador portátil y no pueden conectarse. | d. La conexión a internet en casa es siempre mala. |

1-b 2-a