

A2.43.1 El teletrabajo

Praca zdalna



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.

Telepraca może być wygodna, bo nie trzeba iść do **biura** i łatwiej zorganizować sprawy w domu. Ale jeśli ktoś pracuje poza standardowymi godzinami, granica między pracą a czasem wolnym przestaje być wyraźna. Wtedy **godziny pracy** mogą się wydłużyć, a pogodzenie życia zawodowego z prywatnym staje się trudne. Przy dobrej organizacji **elastyczność** może pomóc. Najlepsza jest równowaga między domem a biurem.

1. ¿Qué ventaja tiene trabajar desde casa?
 - a. Hay que desplazarse todos los días.
 - b. Es obligatorio trabajar de noche.
 - c. No se puede cocinar nunca.
 - d. Permite cuidar a los niños y hacer tareas en las pausas.
2. ¿Qué problema aparece cuando se teletrabaja demasiado?
 - a. El límite entre el trabajo y el ocio se vuelve poco claro.
 - b. La oficina está más cerca de casa.
 - c. Hay más reuniones presenciales cada día.
 - d. La productividad siempre sube sin parar.

1-d 2-a

2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Carlos y Marta hablan del teletrabajo: ventajas y desventajas

Carlos i Marta rozmawiają o pracy zdalnej; zalety i wady

- Carlos:** ¿Sigues trabajando desde casa o ya has vuelto a la oficina algunos días? *(Nadal pracujesz z domu, czy wróciłaś już do biura w niektóre dni?)*
- Marta:** Ahora lo combino. Trabajo tres días desde casa y dos en la oficina; así tengo un poco de equilibrio. *(Teraz to łączę. Pracuję trzy dni z domu i dwa w biurze — dzięki temu mam lepszą równowagę.)*
- Carlos:** Tiene sentido. El teletrabajo es cómodo, sobre todo porque no tienes que desplazarte cada día. *(To ma sens. Praca zdalna jest wygodna, zwłaszcza że nie musisz codziennie dojeżdżać.)*
- Marta:** Sí, se nota mucho. Ahorro tiempo y puedo organizarme mejor. *(Tak, to naprawdę czuć. Oszczędzam czas i mogę lepiej się zorganizować.)*
- Carlos:** Aunque, si somos sinceros, separar el trabajo de la vida personal no siempre es fácil. *(Chociaż, jeśli mamy być szczerzy, oddzielenie pracy od życia prywatnego nie zawsze jest łatwe.)*
- Marta:** Totalmente. A veces sigo contestando correos cuando los niños ya están dormidos. *(Zdecydowanie. Czasem nadal odpisuję na maile, kiedy dzieci już śpią.)*

- Carlos:** A mí me pasa igual. Parece que tenemos más flexibilidad, pero al final trabajamos más horas. *(U mnie jest tak samo. Wydaje się, że mamy większą elastyczność, ale w praktyce pracujemy więcej godzin.)*
- Marta:** Exacto, y con el tiempo eso genera cansancio y estrés. *(Dokładnie, a z czasem to powoduje zmęczenie i stres.)*
- Carlos:** Lo entiendo. He leído que mucha gente se concentra mejor desde casa, pero también se siente más agotada. *(Rozumiem. Czytałem, że wiele osób lepiej się koncentruje, pracując z domu, ale też czuje się bardziej wyczerpanych.)*
- Marta:** Por eso intento respetar mis horarios y cerrar el portátil a una hora fija. *(Dlatego staram się trzymać swoich godzin i zamykać laptopa o stałej porze.)*
- Carlos:** Buena idea. Creo que el teletrabajo funciona mejor cuando se combina con días en la oficina. *(Dobry pomysł. Myślę, że praca zdalna działa najlepiej, gdy łączy się ją z dniami w biurze.)*
- Marta:** Sí, la oficina también aporta el contacto con los demás, y eso es muy importante. *(Tak, biuro daje też kontakt z innymi, a to jest bardzo ważne.)*

1. ¿Cómo organiza Marta su trabajo entre casa y oficina? *(Jak Marta organizuje swoją pracę między domem a biurem?)*
- a. Trabaja en un espacio de coworking todos los días. b. Trabaja tres días desde casa y dos en la oficina.
- c. Trabaja dos días desde casa y tres en la oficina. d. Trabaja todos los días en remoto y nunca va a la oficina.
2. ¿Qué problema comentan Carlos y Marta sobre el teletrabajo? *(Jaki problem związany z pracą zdalną omawiają Carlos i Marta?)*
- a. No tienen ordenador portátil y no pueden conectarse. b. En la oficina no hay herramientas digitales ni plataforma.
- c. La conexión a internet en casa es siempre mala. d. Es difícil separar el trabajo de la vida personal y se trabaja más horas.

1-b 2-d