

Escuela de valores y de la primera cita de trabajo
Kalena de Velado, REVISTA FEMENINA ELLA, Julio de 2006

Estás por graduarte de la universidad y tienes varias entrevistas de empleo en la etapa final. En la empresa con mejores posibilidades te espera una cita con el gerente de mercadeo regional en un desayuno de trabajo.... Y piensas: "¿Estaré actualizada con mis maneras en la mesa?"

Hoy, las comidas de negocios y de trabajo son lo usual, de tal forma que se las está incluyendo en el proceso de selección de personal. Al comer con alguien te das a conocer de forma integral porque se puede conversar a fondo. ¿Por qué se aprecia mejor la personalidad de alguien en el ritual de una comida? Quizás las últimas investigaciones de expertos economistas y nutricionistas te ayuden a apreciar los valores humanos inherentes a una comida, ya sea en familia, con amigos o con colegas.

De acuerdo a la autora del best seller "El poder sorprendente de las comidas en familia", Miriam Weinstein, existen evidencias científicas de que tus esfuerzos y los de tu madre por cenar y almorzar con tus hermanos y papá habitualmente, dan frutos educativos y ventajas competitivas a la hora de optar por puestos de trabajo, porque las comidas familiares frecuentes ayudan a reducir la incidencia de los jóvenes en malos hábitos de conducta. Reducen el uso de drogas y alcohol en exceso y fortalece los buenos hábitos de inteligencia y estabilidad emocional así como un manejo equilibrado del estrés. Estas conclusiones de sentido común las he podido apreciar a lo largo de mi experiencia en formación y capacitación profesionales, por la que he observado un renovado interés general en la etiqueta de la mesa. Esta se aprende y práctica en el hogar, permitiendo luego que los almuerzos y desayunos de trabajo se aprovechen al máximo, enfocándose en el tema de la reunión. Algunos aspectos de la etiqueta en las comidas para actualizar en las comidas de familia:

Se debe tener un menú balanceado y planeado semanalmente, el cual debe ser respetado por toda la familia para aprender a comer de todo. Esto genera una mentalidad abierta y multicultural, necesaria para negociar. Permite ahorrar en las compras del supermercado y motiva a que los miembros de la familia cooperen en la preparación.

Comer alimentos sencillos con mantel y servilletas de tela lavable crea una atmósfera cordial y acogedora, apta para aprender y compartir. Especialmente cuando no hay distractores (televisión, periódicos, contestar teléfonos, música estridente o portátil, etc.), se puede aprender a ser un conversador agradable. Los cubiertos ordenados a los lados del plato base se utilizan de afuera para adentro. No comiences a comer hasta que tu anfitrión no lo haga o te indique que lo hagas. No hables con la boca llena ni mastiques con la boca abierta.

Si algo te molesta al masticar, como semillas, huesos de pollo, etc. puedes sacarlo, discretamente, de la misma forma en que entró. Si es muy complicado, di "con permiso" y ve al baño a solucionarlo.

Parte el pan con la mano, trocito a trocito. Unta de mantequilla con el cuchillo cada trocito partido y nunca toda la rebanada de una vez. Se puede pinchar un pedazo de pan con el tenedor para recoger salsa del plato.

Si quieres compartir algo del plato de otro, colócalo en tu plato del pan y se lo pasas. No se sopla la sopa o la comida caliente.

No hables mucho e indiscriminadamente de cosas negativas personales. Beber licor es una elección poco razonable en una entrevista de empleo, así como el de contar chistes de doble sentido y de mal gusto.

Si se es invitada a comer, es importante al ordenar, preguntar a tu anfitrión que va a pedir para tener una idea y elegir algo similar en precio, tipo y calidad.

