

Anexo 1. Entrevista a Alegra Software

Entrevista

Franklin Martin Mccubbin Trejo
Laura Sofia Zapata Muñoz

Universidad del valle - Sede Tuluá
Administración de Empresas
Octavo semestre

—————→ ¡Bienvenidos

Equilibrio Vida-Trabajo en Empresas con Modalidad de Trabajo Remoto en el Sector Tecnológico

La investigación analiza cómo el trabajo remoto ha transformado las dinámicas laborales en este sector, lo que ha tenido un impacto significativo en la productividad, la salud mental y el bienestar de los empleados.

El objetivo es comprender mejor los desafíos y oportunidades del equilibrio entre vida laboral y personal en un entorno de alta demanda como el tecnológico.



Tiempo basado en trabajo que interfiere con la familia

- ¿Con qué frecuencia el tiempo que dedicas al trabajo limita tu capacidad para cumplir con tus responsabilidades familiares y/o eventos familiares importantes?

Tiempo basado en familia que interfiere con el trabajo

- ¿Alguna vez has dejado de realizar actividades importantes en el trabajo debido a compromisos familiares?



Tensión basada en trabajo que interfiere con la familia

- ¿En qué medida el estrés del trabajo afecta tus relaciones familiares o tu habilidad para disfrutar el tiempo en casa?

Tensión basada en familia que interfiere en el trabajo

- ¿Cómo afecta el estrés familiar tu desempeño y concentración en el trabajo?
¿Has notado que los problemas o tensiones en casa disminuyen tu rendimiento laboral?

Comportamiento basado en trabajo que interfiere con la familia

- ¿Alguna vez has sentido que los comportamientos o actitudes que usas en el trabajo afectan tus interacciones familiares?

Comportamiento basado en familia que interfiere con el trabajo

- ¿Te has encontrado utilizando comportamientos de la vida familiar que no funcionan tan bien en el trabajo?

Fuente: Elaboración propia de los investigadores (2025)