**Praca i kariera 2.0 a mity, którymi karmili Cię rodzice.**

**Z danych raportu opublikowanego niedawno przez Work Services wynika, że niemal co piąty Polak (19%) rozważa wyjazd do pracy za granicę. Jako motywy wyjazdów podawane są najczęściej m.in.: wyższe zarobki niż w Polsce i wyższy standard życia za Zachodzie. Z drugiej strony, jak podaje inny raport aż 32% polskich pracodawców, ma problemy ze znalezienie pracowników. Najwyraźniej wzajemne oczekiwania pracowników i pracodawców na rynku pracy mocno aktualnie się rozmijają. A być może słowa praca i kariera w dzisiejszych czasach znaczą już coś zupełnie innego, niż miało to miejsce kilkanaście lat wcześniej?**

**Co to znaczy kariera?**

W słowniku języka polskiego możemy przeczytać, że kariera, to zdobywanie coraz wyższej pozycji w jakimś zawodzie, lub w jakiejś dziedzinie, ale też sukces zdobywany w tym obszarze, czy przebieg czyjejś pracy zawodowej w ciągu całego życia. Czy jednak w dobie dynamicznie zmieniającego się świata definicja ta wciąż jest aktualna?

Takie tradycyjne rozumienie terminu kariera prawdopodobnie jest bliskie twoim rodzicom, którzy ukończyli różne szczeble edukacji, a później wspinali się po kolei na poszczególne stopnie w strukturze organizacyjnej firmy, w której nierzadko mogli przepracować nawet całe swoje życie.

**Model świata.**

W świecie zawodowym, w którym funkcjonowali, miał miejsce powolny, ale stały postęp, co sprzyjało poczuciu stabilizacji i co za tym idzie względnej przewidywalności nadchodzących zmian. Te wszystkie doświadczenia wpływały na kształtowanie się ich modelu świata, który później miał też wpływ na sposób wychowywania przez nich swoich dzieci.

Model świata można porównać do oprogramowania komputera, a nas samych jako istoty fizyczne i warunki, w jakich funkcjonujemy do sprzętu komputerowego. O modelu świata człowieka (oprogramowaniu) decydują pierwsze lata życia.

Niektóre źródła podają, że do czwartego a inne, że do około szóstego roku życia tworzą się skrypty, które następnie wykorzystujemy przez całe nasze dorosłe życie. Tak, więc mając dwadzieścia, czterdzieści albo więcej lat i żyjąc już w zgoła innych warunkach, często postępujemy w sposób zupełnie nawykowy, który jest adekwatny dla dziecka, ale już nie dla dorosłej osoby.

**Twój model świata determinuje to, czego doświadczasz w życiu.**

Możesz w tym momencie zaprotestować i powiedzieć, nieprawda przecież dokonuję świadomych wyborów, planuję swoje życie i konsekwentnie realizuję stawiane sobie cele.

Dobrze, przypomnij sobie zatem, jak reagujesz np. na krytykę? Jak zachowujesz się, gdy sprawy nie toczą się po twojej myśli? Lub gdy ktoś ma inne zdanie niż ty w kluczowej kwestii?

Czy twoje reakcje różnią się jakościowo od tych jakie miały miejsce, gdy byłeś dzieckiem? A zastanawiałeś się może, w jaki sposób dokonujesz ważnych dla siebie wyborów np. to, że znalazłeś się na tym, a nie na innym kierunku studiów?

W jakim stopniu była to twoja świadoma decyzja, będąca np. wynikiem analizy trendów, jakie będą panować na rynku pracy za pięć, lub dziesięć lat w momencie, kiedy będziesz rozwijać swoją karierę zawodową?

A może miałeś wizję swojej życiowej drogi już na początku edukacji i na tej podstawie zbudowałeś plan rozwoju, który systematycznie realizujesz?

Jeżeli miałeś taką dużą samoświadomość już w tamtym momencie, to doskonale zdawałeś sobie sprawę ze swoich silnych stron, ale także słabości i zapewne jesteś człowiekiem, który z pasją realizował się zawodowo.

**Work–life balance.**

Pytanie jednak, czy w swojej wizji przyszłego życia uwzględniłeś to, jak twoja kariera zawodowa będzie wpływać na życie bliskich ci osób? Oraz jak dalece inne wartości, które są dla ciebie istotne, będziesz mógł, realizować w swoim życiu wykonując to, co zaplanowałeś?

W pracy jako coach spotykam się nie tylko z osobami, które są na początku drogi rozwoju zawodowego, ale również z tymi, którzy są już specjalistami, mają wieloletnie doświadczenie, sukcesy zawodowe.

W pewnym momencie jednak gdy wspinając się po szczeblach kariery, docierają na szczyt, zauważają, że ich drabina była oparta nie o tę ścianę, na której szczycie chcieliby się znaleźć. A wtedy w ich życiu pojawi się pustka, poczucie straconego czasu, zaprzepaszczonych marzeń…

Nawiązując do wcześniej przytoczonej definicji kariery, okazuje się, że słowo to ma aktualnie jednak o wiele głębszy wymiar niż utożsamianie go jedynie z pracą zawodową. Często, gdy kogoś zapytać o to, kim jest, odpowie: jestem inżynierem, lekarzem, prawnikiem, nauczycielem itd. A po chwili namysłu doda jeszcze: jestem córką, matką, bratem, kolegą…

Liczba ról, tożsamości, jakie mamy w życiu jest naprawdę duża. Po to, by to zilustrować, posłużę się metaforą. Wyobraź sobie, że jesteś rolnikiem, chyba że nie musisz sobie tego wyobrażać, bo rzeczywiście nim jesteś;) Namaluj teraz w swojej wyobraźni obraz tego, jak planujesz które z pól obsiejesz określonym rodzajem ziarna. Na jednych może będzie pszenica, na innych być może rzepak, wybór należy do Ciebie... A teraz spójrz na te zasiewy, których dokonałeś i widząc ich różnorodność, zastanów się jak, to odnosi się do całokształtu Twojego życia?

**W swoim życiu każdy z nas uprawia różne poletka.**

Można powiedzieć, że każdy z nas niezależnie od tego, kim jest, uprawia w swoim życiu różne poletka. Właśnie tak, jak robi to rolnik ze swoimi uprawami. Z tym że w kontekście naszego życia tymi poletkami mogą być np.: kariera zawodowa, rodzina, zdrowie, przyjaciele, rozwój osobisty itd. Czasami człowiek koncentruje się na jednym z obszarów i szczyci się tym, jak on pięknie się rozwija, ale jednocześnie traci z oczu to, że na innym poletku pojawiają się chwasty. Czy w takiej sytuacji można mówić o równowadze między życiem zawodowy i prywatnym (work–life balance), albo o szczęściu?

**Decyzje podejmowane bez pełnej świadomości lub naszego udziału pozbawiają nas poczucia odpowiedzialności za rezultaty działań.**

A co jeżeli droga edukacji, jaką wybrałeś, nie była wynikiem, tak głębokiej i świadomej analizy z twojej strony? Może twój wybór kierunku studiów został zdeterminowany faktem, że w owym czasie był to po prostu jeden z najbardziej popularnych kierunków studiów? A skoro tak wiele osób, go wybierało, to przecież nie mogli się mylić, że po jego ukończeniu będzie stała przed nimi świetlana przyszłość. A może ten wybór jest wynikiem inspiracji płynącej z twojego otoczenia-projekcją marzeń twoich rodziców? Albo może uważasz wręcz, że był zupełnie to przypadkowy wybór?

Niezależnie jak odpowiesz na te pytania, kluczowe jest to, że podjąłeś tę decyzję prawdopodobnie bez pełnej świadomości, co pozbawiło cię poczucia odpowiedzialności za jej rezultaty a w konsekwencji, może prowadzić do niższej efektywności w przyszłym zawodzie.

Ważne jest jednak to, że mimo wszystko była to dla ciebie najlepsza z możliwych decyzji w tamtym momencie. Teraz gdy masz więcej informacji i jesteś na innym etapie swojego życia, to oczywiście różnie możesz oceniać tę decyzję. Nic jednak nie jest jeszcze stracone i nie ma większego sensu poczucie żalu, czy to do siebie samego, czy też do tych, którzy pomogli ci podjąć decyzję.

Twoi bliscy na pewno mieli najlepsze intencje, chociaż ich rozumienie kariery nie jest adekwatne do dzisiejszych czasów. Oni mieli poczucie, pewności zatrudnia, stały etat, możliwość rozwoju w ramach jednej organizacji. A tobie przyjdzie się zmierzyć na rynku pracy z dynamicznie zmieniającym się otoczeniem, w którym praca na etacie stopniowo jest zastępowana pracą zadaniową, czy pracą przy projektach.

Będziesz uczestniczył w kolejnych rekrutacjach, ciągle podnosił swoje kwalifikacje tak, aby móc konkurować o kolejne zlecenia. Bardziej dla ciebie niezbędne okażą się kompetencje, które dotychczas były charakterystyczne raczej dla przedsiębiorców niż pracowników. Jednym słowem przyjdzie ci funkcjonować w zmiennym i niepewnym otoczeniu i od ciebie będzie zależało, czy i jak szybko przystosujesz się do nowych warunków.

**Jak zaktualizować własny software i zmienić model świata?**

Możesz podążać utartą ścieżką, zdobywać coraz to nową wiedzę i kolekcjonować kolejne dyplomy, jednak jak się okazuje dla pracodawców, są one zdecydowanie mniej istotne niż doświadczenie, czy tzw. miękkie kompetencje kandydata.

Możesz również zacząć świadomie planować karierę, swój rozwój, dokonując wglądu w siebie i określając, co chcesz osiągnąć. Możesz tworzyć wizję siebie w przyszłości, po to, by zbadać, w jakim stopniu twoje cele są spójne z twoim systemem wartości i czy będziesz w stanie wzbudzić swoją wewnętrzną motywację do działania.

A gdy w twoim życiu pojawi się więcej samoświadomości i odpowiedzialności zaczniesz osiągać zdecydowanie lepsze efekty i staniesz się bardziej konkurencyjny, a dawne zagrożenia zaczniesz postrzegać jako możliwości.

Masz zatem szansę zaktualizować oprogramowanie, które kieruje twoim życiem-twój model świata. Otoczenie, w którym żyjesz, ulega ciągłym zmianom, niezależnie od tego, czy ci się to podoba, czy nie i tak nie masz na to wpływu. Oczywiście możesz wyrażać swoją dezaprobatę, dla takiego obrotu spraw, ale czy narzekanie przynosiło Ci kiedyś jakieś pozytywne rezultaty? A może warto zaakceptować to, że pewne sprawy są poza naszą kontrolą?

*"Boże, daj mi cierpliwość, bym pogodził się z tym, czego zmienić nie jestem w stanie. Daj mi siłę, bym zmieniał to, co zmienić mogę. I daj mi mądrość, bym odróżnił jedno od drugiego".*

*-Marek Aureliusz*

**Możesz zmienić filtry, przez które postrzegasz ten świat a przez to stać się bardziej efektywnym w każdym obszarze życia.**

Jedną z metod, która może być dla Ciebie pomocna, jest coaching, który może dostarczyć ci narzędzia, dzięki którym wprowadzisz świadome zmiany w swoim życiu w oparciu o własne refleksje, wnioski i zasoby a praca z coachem pozwoli ci zwiększyć samoświadomości, spojrzeć na pewne sprawy z perspektywy niezależnego obserwatora i zbudować większą wiarę we własne możliwości.

Oczywiście nikt za Ciebie nie dokona zmian w Twoim życiu, coach może być jedynie wsparciem, kimś, kto ułatwi Ci przejście przez proces zmian. Kluczowe jednak będzie Twoje działanie pomiędzy poszczególnymi sesjami, bo wtedy dzieje się to, co jest najważniejsze.

W zdobyciu wiedzy o narzędziach, które pozwalają zaktualizować swój osobisty software, bardzo pomocne będę dla Ciebie również szkolenia oraz poradniki. W tym przypadku będziesz mieć szansę dowiedzieć się jakie mechanizmy, kierują naszymi reakcjami, zachowaniami oraz jakie istnieją sposoby, aby zmienić swoje stare nawyki na takie, które będą wspierały Twój rozwój.

Pamięta jednak, że sama wiedza nie doprowadzi Cię tam, gdzie zmierzasz. Możesz zgromadzić olbrzymią bibliotekę złożoną z literatury dotyczącej samorozwoju, możesz uczestniczyć w dziesiątkach szkoleń i warsztatów, ale jeżeli nie będziesz systematycznie wykonywał ćwiczeń i zadań rozwojowych to, jedyne co uzyskasz, to będzie chwilowy przypływ energii po przeczytaniu książki, lub uczestnictwie w szkoleniu.

Pomyśl sam, czy gdybyś np. w ogóle nie umiał pływać i wziąłbyś udział w dwudniowej prelekcji na temat technik pływania, a później przeczytał jeszcze kilka książek na ten temat to, czy poszedłbyś na basen i skoczył do wody w najgłębszym miejscu basenu?

Nie chciałbym, abyś zrozumiał te słowa jako negowanie przeze mnie roli, jaką w samorozwoju odgrywa zdobywanie wiedzy z książek i szkoleń. Zależy mi bowiem na tym, abyś uświadomił sobie, że bez Twojego zaangażowania, ale większego niż wysiłek włożony w czytanie książki, czy uczestnictwo w warsztatach nic samo się nie wydarzy.

Być może znasz nawet takie osoby w swoim otoczeniu, które wcale nie mówią o tym, że pracują nad własnym rozwojem, nie czytają literatury, nie bywają na szkoleniach, nie mają coachów, a mimo to skutecznie osiągają to, do czego dążą. Cóż są i takie osoby, które nie rozmyślają zbyt wiele, ale przede wszystkim koncentrują się na działaniu, a nie na ciągłym poszukiwaniu, być może lepszych metod, czy skuteczniejszych technik.

Każdy z nas jest inny i każdy podąża inną drogą. Jest jednak coś, co może skopiować od takich osób. Skoncentruj się na wdrażaniu w życie swoich planów, zacznij działać i świadomie zarządzać swoją karierą, ale nie od jutra, bo najlepszy moment, żeby zacząć, jest własnie teraz!

Notka prasowa sporządzona na podstawie artykułu opublikowanego na blogu [KlimTomasz.pl](http://www.klimtomasz.pl/) pt.: ["Praca i kariera 2.0 a mity, którymi karmili Cię rodzice."](http://klimtomasz.pl/praca-i-kariera-2-0-a-mity-ktorymi-karmili-cie-rodzice/)