

Gestionarea schimbarilor in cariera

Viața profesională se află într-o continuă dinamică. Paradigma cu care am crescut mulți dintre noi ca studiile finalizate in tinerețe ofera o cariera permanenta nu mai este de mult valabilă.

Job – Cariera - Vocatione

Jobul este o activitate pe care o faci în primul rând cu scopul de a câștiga bani. Prin job poți să te întreții și să-ți acoperi nevoile de bază, nu este necesar să ai un interes foarte puternic.

Cariera este o succesiune de joburi sau experiențe profesionale într-un anumit domeniu sau industrie, succesiune care să-ți ofere oportunități de creștere, avansare și realizare profesională. Necesită un angajament pe termen lung, investiție în educație și formare continuă, iar o carieră presupune un scop / obiectiv personal foarte bine definit.

Vocația este o chemare pe care o simți pentru o anumită activitate, adesea asociată cu un sentiment de misiune sau dedicare. O vocatione implică pasiune și dedicare, iar cei norocoși vor putea să-și transforme vocatione chair într-un job și o viitoare carieră. Privind viața profesională din această nouă perspectivă, avem mult mai multe opțiuni prin care putem să dăm viață unor interese și dorințe profesionale, fără a mai pune prea multă presiune pe job. Schimbările din viața profesională îți pot afecta unul sau mai multe dintre planurile de mai sus, pentru că în viața de zi cu zi, fiecare dintre noi ne putem afla într-o situație în care avem unul sau mai multe hobby-uri, un job sau o carieră, și poate o vocatione pe care ne dorim să o explorăm într-un anumit mod.

Stereotipuri care ne blochează dezvoltarea profesională :

1. Studiile academice sunt esențiale

Conform unui raport LinkedIn, 75% dintre angajatori pun acum mai mult accent pe abilități și experiență decât pe diplome. Într-o piață a muncii competitivă, angajatorii valorifică competențele practice și capacitatea de adaptare a candidaților. Aceasta deschide noi oportunități pentru cei care au urmat cursuri online sau au dobândit experiență prin stagii și proiecte practice.

2. Cariera trebuie să fie liniară

Un studiu Deloitte arată că 60% dintre angajați iau în considerare trasee de carieră non-lineare, incluzând pauze în carieră și schimbări de industrie. Traseele non-lineare aduc diversitate și noi perspective în echipă. De asemenea, acești angajați sunt adesea mai flexibili și mai deschiși la schimbare, ceea ce poate aduce un avantaj competitiv organizațiilor. Un nou mod de abordare a muncii implică construirea unei cariere bazate pe diversitatea intereselor și abilităților, în loc să te concentrezi pe un singur domeniu

de expertiză. Această strategie oferă flexibilitate și reziliență profesională, permițând valorificarea talentelor multiple și adaptarea rapidă la schimbările din piața muncii.

3. Un singur angajator pentru întreaga carieră

Bureau of Labor Statistics raportează că un angajat își schimbă locul de muncă de aproximativ 12 ori pe parcursul carierei. Mobilitatea profesională permite angajaților să-și dezvolte competențe variate și să-și extindă rețeaua profesională. Această tendință pare că este esențială pentru dezvoltarea continuă și adaptarea la noi tehnologii și practici de lucru.

4. Munca la birou ramane o normă

FlexJobs raportează că 80% dintre angajați preferă opțiuni de lucru remote sau programe flexibile. Flexibilitatea muncii poate crește satisfacția și productivitatea angajaților, reducând în același timp stresul și timpul petrecut pe drum. De asemenea, companiile care oferă aceste opțiuni au un avantaj competitiv în atragerea talentelor de top. Linia între extreme e destul de fină și putem ușor pica în capcana generalizării. Important de menționat că nici munca remote 100% nu avantajează coeziunea echipei, ce se dovedește tot mai mult a fi un factor esențial în performanță. Cel mai indicat e ca fiecare organizație să decidă sistemul de lucru în baza unor diagnoze de nevoi făcute eficient.

5. Femeile nu pot echilibra cariera și familia

Un studiu McKinsey arată că femeile în poziții de leadership performează la fel de bine sau chiar mai bine decât colegii lor bărbați. Femeile aduc perspective diverse și abilități valoroase în leadership, contribuind la succesul și inovația organizațiilor. Susținerea echilibrului între viața profesională și personală pentru toți angajații este esențială pentru un mediu de lucru echitabil.

6. Cariera se termină la pensionare

Mulți profesioniști aleg să lucreze și după vârsta de pensionare. Continuarea activității profesionale după pensionare aduce beneficii economice și sociale, atât pentru angajați, cât și pentru angajatori. Acești angajați oferă stabilitate și continuitate, menținând în același timp un nivel ridicat de expertiză în echipele de lucru. În străinătate exista în organizații un concept numit "The Silver project" prin care companiile ajută seniorii să se pregătească de exit din viața profesională și să își găsească hobby-uri, voluntariate sau mini jobs după pensionare.

7. Angajații cu pauze în carieră sunt mai puțin valoroși

Conform unui studiu Harvard Business Review, angajații care au luat pauze în carieră revin cu perspective noi și îmbunătățite. Pauzele în carieră pot contribui la dezvoltarea personală și profesională, oferind angajaților oportunitatea de a-și reîncărca bateriile și de a dobândi noi abilități. Aceste experiențe pot aduce valoare adăugată organizațiilor prin inovație și creativitate.

8. Joburile pe termen lung sunt cele mai sigure

În 3ontinua3l actual, joburile pe termen lung nu mai garantează siguranța. Adaptabilitatea și dezvoltarea 3ontinua a abilităților sunt esențiale pentru securitatea locului de muncă. Angajații care investesc în învățare 3ontinua și își diversifică competențele sunt mai pregătiți să facă față schimbărilor rapide din piața muncii.

Cum treci mai ușor peste schimbarea în cariera

Schimbare de mindset: fii deschis să te adaptezi și să treci prin procesul ăsta învățând din fiecare obstacol. O schimbare de carieră nu o să se întâmple peste noapte, te așteaptă o călătorie lungă în care este nevoie să fii foarte ancorat în viziunea și ceea ce-ți dorești să obții. Ia-ți câteva momente inclusiv să scrii pe o foaie cum ar arăta noul job / noua carieră pe care ți-o dorești. Descrie în cât mai multe detalii cum arată o zi din viața ta odată ce ai ajuns acolo, s-ar putea ca nu foarte târziu să fii surprins cum acestea devin realitate.

Networking: atunci când faci o schimbare de carieră, primul loc unde ai putea să cauți o nouă etapă / un nou pas, este chiar în baza ta de cunoștințe și colaboratori. Păstrează o relație cu cei cu care ai lucrat, conectează-te pe rețelele profesionale precum LinkedIn și cere recomandări de la cei cu care ai fost în contact.

Cercetare: caută industrii și roluri care te-ar putea interesa. Vezi dacă în lista ta de hobby-uri sau vocații este ceva ce ar putea să devină chiar un job. Participă la întâlniri cu profesioniști din diverse domenii pentru a-ți face o imagine cât mai clară a ceea ce-ți dorești. Tot în etapa de research uită-te și la cererea pieței. Asigură-te că noul domeniu / noua ta carieră are un viitor.

Upskill / Reskill: participă la cursuri și instruirii, inclusiv oportunități de învățare și dezvoltare online. Poți începe cu un astfel de curs online, apoi să continui cu o experiență la locul de muncă, astfel te vei asigura că ai o înțelegere mai profundă și completă.

Un aspect fundamental de luat în considerare este că schimbarea carierei este un proces complex și personal. Nu există o rețetă universală pentru reușita acestei tranziții, deoarece fiecare persoană are experiențe, abilități și interese diferite. Este esențial să îți cunoști și să îți evaluezi atent propriile pasiuni și obiective pentru a face o alegere informată în ceea ce privește noua carieră. O decizie de schimbare a carierei poate fi însoțită de stres și anxietate. Procesul de căutare a unui nou loc de muncă, învățarea de noi abilități și adaptarea la un mediu profesional diferit pot aduce provocări psihologice semnificative. Este important să recunoști aceste aspecte și să cauți modalități de gestionare a stresului și de susținere a sănătății mintale.

Sprijinul social joacă un rol crucial în succesul schimbării carierei. Familia, prietenii și colegii pot oferi sprijin emoțional, consiliere și încurajare în acest proces. De asemenea, conectarea cu oameni care au trecut prin experiențe similare poate fi valoroasă, deoarece poți învăța din poveștile lor și poți obține sfaturi utile.

Schimbarea carierei poate aduce cu ea oportunități de creștere și dezvoltare personală. Învățarea de noi abilități și explorarea unor domenii profesionale noi pot contribui la îmbogățirea experienței de viață și la dezvoltarea unei perspective mai largi asupra lumii. Este important să vezi această schimbare în carieră ca pe o oportunitate de dezvoltare și de a împlinire într-un mod nou. Pentru a face o tranziție de succes într-o nouă carieră, planificarea și pregătirea sunt esențiale. Alocarea de timp pentru stabilirea obiectivelor, pentru identificarea resurselor necesare și pentru dezvoltarea abilităților este crucială.

Un alt aspect demn de luat în considerare este că schimbarea carierei poate avea un impact asupra echilibrului dintre viața personală și cea profesională. Este posibil ca noile cerințe și responsabilități să afecteze timpul pe care îl petreci cu familia și prietenii. Gestionarea eficientă a timpului și menținerea unui echilibru sănătos între viața personală și cea profesională sunt esențiale pentru bunăstarea generală.

Schimbarea carierei este un proces semnificativ, care aduce cu ea o varietate de provocări și oportunități. Este important să fii pregătit și să îți cunoști propriile nevoi și aspirații înainte de a lua o astfel de decizie. Sprijinul social și gestionarea sănătoasă a stresului sunt esențiale pentru succesul oricărei schimbări în carieră. Cu planificare și determinare, schimbarea carierei poate reprezenta un pas important în direcția unei vieți profesionale mai împlinite și satisfăcătoare.

Intocmit de

Expert informare si constientizare

Orzea Corneliu Gheorghe


martie 2025