

„Recepta na karierę”, czyli psychologiczne - i nie tylko – uwarunkowania drogi do sukcesu

Czym jest kariera?

Kariera (z francuskiego: *carriere* – tor wyścigowy, bieg; z języka łacińskiego: *cirrus* - wóz) – to, potocznie, dla wielu:

- przebieg pracy zawodowej
- zdobywanie coraz wyższej pozycji, osiągnięcie sukcesu
- przebieg życiowej działalności, szybki awans, sukcesy, powodzenie
- szybkie zdobywanie coraz wyższych stanowisk w działalności społecznej, naukowej i zawodowej, powodzenie w życiu; dobra pozycja życiowa

Specjaliści od naukowego podejścia do problemu wyboru zawodu i rozwoju kariery przyjmują jednak bardziej skomplikowaną definicję kariery, ale zawiera ona najważniejsze cechy i uwarunkowania kariery zawodowej. Donald Super, już ponad 30 lat temu, tak oto sprecyzował to pojęcie. **Kariera jest:**

- polem zdarzeń składających się na życie;
- sekwencją kolejnych prac zawodowych i innych ról życiowych, których połączenie wyraża poziom zaangażowania danej osoby w pracę w jej ogólnym wzorcu samorozwoju;
- serią stanowisk, na których otrzymuje się wynagrodzenie lub nie, zajmowanych przez daną osobę od okresu młodzieńczego do okresu emerytalnego, w której zawód jest tylko jednym z wielu połączeń ról związanych z tą pracą, takich jak rola ucznia, pracownika czy emeryta, z rolami pozazawodowymi, takimi jak rola w rodzinie czy społeczeństwie.

O karierach możemy mówić tylko wtedy, gdy ktoś dąży do ich rozwoju.

Warto zauważyć także, iż słowo *kariera* TAKŻE zrobiło karierę. Kiedyś oznaczało ono zwyczajnie: zawód, fach, stanowisko. Dziś prędeż kojarzy się ze szczytem, na który od przedszkola wielu uczestniczy w „**wyścigu szczurów**”. Niech będzie tego dopełnieniem bezdyskusyjnie pejoratywne określenie „**karierowicz**” - osoba, która bez skrupułów dąży do zrobienia kariery i **za wszelką cenę** chce osiągnąć sukces życiowy.

Przyjmijmy zatem krótką i wyważoną definicję:

**„K a r i e r a – t o d r o g a p r o f e s j o n a l n e g o r o z w o j u , k t ó r ą c z ł o w i e k
z a m i e r z a p r z e j ś ć w s w o i m ż y c i u z a w o d o w y m ”**

Wędrowanie drogą rozwoju zawodowego, przeplatane rozwojem osobistym zaczyna się nie od dziś. Ono trwa od urodzenia do starości, aż po schyłek życia. Nie zaczyna się jutro – ono cały czas TRWA. Trzeba tylko, w tym momencie, gdy jesteś na rozdrożu – zapytać siebie oraz doradców – którą drogą powinienem/powinnam pójść?

Jak się okazuje – filozofię pomysłu na drogę do kariery znajdziemy nawet w bajkach. Nie jest prawdą, że są one pisane dla dzieci. Mądrość, także dla dorosłych szukających recepty, jak zrobić karierę – znajdziesz w bajce Lewisa Carrolla „*Alicja w Krainie Czarów*”, w słynnym dialogu Alicji z Kotem–Dziwakiem:

- „– Czy nie mógłby pan mnie poinformować, którądy powinnam pójść?
 – To zależy w dużej mierze od tego, dokąd pragnęłabyś dojsć – odparł Kot – Dziwak.
 – Właściwie wszystko mi jedno.
 – W takim razie również wszystko jedno, którądy pójdziesz.
 – Chciałabym tylko dostać się dokądś – dodała Alicja w formie wyjaśnienia.
 – Ach, skoro tak – na pewno tam się dostaniesz, jeśli tylko będziesz szła dostatecznie długo.”

- Kot – Dziwak (niczym profesjonalny doradca) – odpowiada słusznie Alicji, iż:
- wybór zależy od niej samej (*to zależy w dużej mierze od tego, dokąd pragnęłabyś dojsć*)
 - wybór zależy od wielu ścieżek, którymi można iść (*wszystko jedno, którądy pójdziesz*)
 - sukces jest gwarantowany („**NA PEWNO** tam dojdiesz”)
 - sukces oznacza cel - „dojsć dokądś” („**na pewno TAM** dojdiesz”)
 - dochodzenie do sukcesu / droga do kariery – długo trwa i wymaga wytrwałości („*jeśli tylko będziesz szła dostatecznie długo*”).

Prosta recepta zawiera jednak skomplikowane składniki. Mieszczą się one w kluczowych obszarach odpowiedzi na ważne pytania, które, jak Alicja – każdy musi sobie postawić:

1. KIM JESTEM?

2. KIM CHCĘ BYĆ?

3. DOKĄD i jak ZMIERZAM?

Odpowiedź **na pierwsze pytanie** zmusza do autoanalizy i samooceny. Odpowiedz sobie, jakie są Twoje **zainteresowania, zdolności, cechy charakteru i osobowości**. Zastanowienia wymagają **preferencje**, które pozwolą Ci oddzielić to, czego nie lubisz od tego, co może popychać Cię do wędrówki na skróty i szybciej dojdiesz do celu. To ważny azymut mądrej aktywności i zapowiedź sukcesu. Także – gwarant, że praca zawodowa stanie się przyjemną częścią Twojego życia. A warto o to walczyć – wszak w pracy zawodowej spędzimy **POŁOWĘ** życia! Zapytaj siebie o **stan zdrowia** – gdzie leżą ograniczenia Twoich możliwości, a gdzie ich nie ma. Pamiętaj, że świat pracy coraz bardziej elastycznie przyjmuje mniej sprawnych i że można o protezach dojsć na biegun północny, a astmatycy wchodzą na szczyty gór! Musisz myśleć pozytywnie, ale bądź dla siebie także obiektywnym sędzią – Twoja samoocena musi być adekwatna i realnie oddawać Twój osobisty potencjał.

Nie zapominaj o **potrzebach i wartościach**, które cenisz. One są „kotwicami kariery”. Motywują do poszukiwania własnego miejsca w świecie pracy i, aby być w zgodzie z nimi, będziesz nie raz i nie dwa – porzucać pracę i rozpoczynać wędrówkę na nowo. Hierarchia potrzeb i wartości – to bagaż i dar jednocześnie - wychowania i edukacji. Zawdzięczamy je rodzinie, środowisku, w którym żyjemy, miejscu zamieszkania i szkole, w której się uczymy. Uświadom sobie także, jakie posiadasz **kompetencje** – czyli co potrafisz, jaką masz **wiedzę**, jakie **umiejętności** wyróżniają Cię od innych i stanowią mocne strony. Przyzwyczajeni do tylu lat nauki – nieraz z trudnością widzimy inne, niż wiedza szkolna – walory. To, co potrafisz zrobić – to także np. umiejętność słuchania, sprawna praca z komputerem, szybkie wyszukiwanie i przetwarzanie informacji, zdolność koncentracji w warunkach stresu czy presji czasu. Jeśli posiadasz potwierdzenie Twoich umiejętności (zaświadczenia, certyfikaty) – to tym lepiej. To Twoje ATU.

Porównaj już dziś własne zasoby z oczekiwanymi od pracownika przez współczesnych pracodawców. Oto **cechy idealnego kandydata** (absolwenta) do pracy:

- Wykształcenie kierunkowe (często liczy się renoma uczelni)

- Wiedza specjalistyczna (zwłaszcza w odniesieniu do stanowisk inżynierskich)
- Znajomość języków obcych (co najmniej jednego w stopniu bardzo dobrym)
- Znajomość programów komputerowych
- Doświadczenie zawodowe zdobywane jeszcze w trakcie nauki (praktyki, staże, wolontariat)
- Umiejętności interpersonalne i predyspozycje osobowościowe, takie jak:
 - *komunikatywność*
 - *systematyczność*
 - *kreatywność*
 - *samodzielność*
 - *zdolności analityczne*
 - *chęć uczenia się*
 - *dyspozycyjność*
 - *motywacja*
 - *entuzjazm*
 - *zaradność*
 - *uczciwość*
 - *otwartość na doświadczenia*
 - *umiejętność pracy w grupie*
 - *stabilność emocjonalna*
 - *odporność na stres*
 - *optymizm*

Te ostatnie (umiejętności interpersonalne i w/w predyspozycje osobowościowe) - uznawane są w świecie profesjonalistów od kreowania kariery za KOMPETENCJE MIĘKKIE o znaczeniu KLUCZOWYM dla sukcesu zawodowego – KARIERY.

Czy powinieneś być IDEAŁEM pracownika? Nie musisz, ale warto wiedzieć, iż im bliżej będziesz ideału, tym więcej możesz oczekiwać dla siebie OD pracodawcy, poza szansą na dobrą pracę i karierę.

Idealny pracodawca, to taki, który zapewnia pracownikowi:

- *profesjonalne szkolenia i rozwój*
- *perspektywę wysokich zarobków w przyszłości*
- *przyjazne środowisko pracy*
- *możliwość znalezienia równowagi pomiędzy życiem zawodowym i osobistym*
- *jasne ścieżki awansu*
- *kreatywne i dynamiczne środowisko pracy*
- *stabilne zatrudnienie*
- *finansowanie dalszej edukacji*
- *możliwość samodzielnego zarządzania swoim czasem pracy*
- *konkurencyjne wynagrodzenie*

Powoli nasz rynek pracy ulega przeobrażeniom z „rynku pracodawcy” na „rynek pracownika”. Już teraz, na pewno dotyczy to najlepszych. To oni dokonują wyboru pracodawcy, a nie odwrotnie. Choćby dlatego warto zbliżyć się do ideału....

Pytanie drugie – **KIM CHCĘ BYĆ?** – to pytanie o pomost między przeszłością, teraźniejszością i przyszłością; wymaga połączenia wiedzy i wizji odnoszących się do Twojej osoby i celu. Cel drogi zawodowej – da odpowiedź na trzecie pytanie, ale także

pomoże Ci zaplanować, kim **możesz / mógłbyś** być, bo - wyznacza to Twoje **poczucie wartości i poziom samooceny**. Nie bez znaczenia dla perspektywy, kim możesz być – jest to, kim dzisiaj jesteś! Tak więc pytanie „Kim chcę być?” jest pytaniem o związek między tym, co kiedyś, tym, co teraz, i tym – co kiedyś będzie.....

Odpowiedź zależna będzie nie tylko od Twoich osobistych zasobów i doświadczenia życiowego, ale także – **pożądanych wartości**, które będziesz chciał DALEJ pielęgnować. **Aspiracje i ambicje** wyznaczają Ci niższy lub wyższy poziom / szczebel, na który będziesz się wspinać. Niezliczony wybór i oferta kierunków kształcenia, form pobierania nauki, ilość zawodów (około 2.5 tysiąca!!!) na rynku pracy – daje Ci przywilej **dokonania wyboru na miarę** twojego potencjału, preferowanego stylu i poziomu życia.

John Holland odkrył, iż wśród ludzi istnieją określone typy osobowości zawodowej, podobnie, jak zróżnicowane jest środowisko zawodowe. Typy środowisk i typy osobowości „przyciągają się”, stanowiąc o poszukiwaniu, wyborze lub porzuceniu zawodu / pracy.

Ludzie poszukują takiego środowiska pracy, które umożliwi im realizację własnych umiejętności, wyrażanie postaw, wartości, cech charakteru, preferowanych ról oraz będzie zgodne z ich spostrzeganiem samego siebie. Holland wyróżnia **sześć dominujących typów** osobowości zawodowej i sześć odpowiadających im środowisk pracy: **realistyczny, badawczy, artystyczny, społeczny, przedsiębiorczy i konwencjonalny**.

Jeśli poszukiwanie środowiska przez osobę o określonym typie osobowości zawodowej nie kończy się powodzeniem, jednostka odczuwa konflikt, frustrację, ma niskie osiągnięcia i niski poziom satysfakcji z pracy. Sytuacja taka ma miejsce, gdy na przykład osoba o typie społecznym zmuszona jest pracować w środowisku realistycznym. Nic dziwnego, że je porzuca, szukając dla własnej osobowości zbieżnego z typem miejsca w świecie pracy. Tak realizuje się odpowiedź na drugie pytanie. I, także – pytanie pierwsze, zarazem.

Na pytanie trzecie „**DOKĄD i jak ZMIERZAM?**” - wiadomo już, iż każdy odpowie – DO CELU, a celem jest osiągnięcie kariery, sukces. Czy jednak na pewno? Ludzie, którzy osiągną upragniony cel i „zrobią karierę” – przecież idą dalej. Ich wędrowanie dalej trwa..... Zatem celem może być nie tylko koniec drogi, ale WĘDROWANIE. Kariera i sukces „... *nie jest ani celem podróży, ani też samą podróżą, lecz sposobem, w jaki ją odbywamy. A/.../ sukces jest procesem, nie piedestałem, na którym można się wygodnie usadowić.*”

Jest wiele dróg prowadzących do sukcesu. Także dla Ciebie. Mówi się często o nich jako o ścieżkach kariery. Mówi o nich także Lewis Carroll, autor bajki, ustami Kota – Dziwaka: „wszystko jedno, **któredy** pójdziesz.... a na pewno tam **zajdziesz**”. To dla Ciebie ważna wskazówka.

Cel – jest konieczny. Choćby dlatego, że udowodniono, iż „*ci, którzy nie mają własnych celów, zawsze będą pracować dla tych, którzy je mają*”. Jeśli cel – to niezbędny jest PLAN.

STRATEGIE planowania i realizacji **KARIERY** są bardzo indywidualne. Są wypadkową odpowiedzi na wszystkie trzy pytania. Osadzone są na **kotwicach kariery**, które są mieszanką osobistego potencjału, głównie - motywacji, pragnień, wartości. Wyznaczają indywidualizm ścieżki kariery, ideał kariery i ideę sukcesu: życiowego i zawodowego. W zależności od tego, ile znaczą dla Ciebie:

- Profesjonalizm
- Przywództwo
- Autonomia i niezależność
- Bezpieczeństwo i stabilizacja

- Kreatywność i przedsiębiorczość
- Usługi i poświęcenie dla innych
- Wyzwania
- Styl życia

- taką obierzesz strategię planowania przyszłości i wizję kariery.

Specjaliści najczęściej wymieniają następujące strategie – typy karier:

1. STRATEGIA: „Iść naprzód” – gdy ktoś:

Chce należeć do elity. Lubi odpowiedzialność i bycie autorytetem. Lubi być nagradzany za rezultaty swej pracy. Dąży do wyzwań. Aby to osiągnąć wysuwa pracę na plan pierwszy, opracowuje szczegółowy plan kariery, inwestuje w nią wielkie środki i stara się „pisać szybko”, poszukując wyzwań i odbierając korzyści. Chętnie uczestniczy w „wyścigu szczurów”.

2. STRATEGIA: „Bezpieczeństwo” – gdy ktoś:

Stawia na lojalność wobec pracodawcy i firmy. Lubi pisać się w górę, jednak nie robi tego na siłę. Jest gotów zrobić wszystko, by pomóc odnieść sukces, ale niekoniecznie – swojej karierze. Ceni sobie stabilizację i bezpieczeństwo w pracy. Chętnie dopasowuje się do kultury i organizacji firmy, zapewniając więź emocjonalną. Buduje sieć wsparcia. Podejmuje starania, by stać się członkiem elity, ale głównie dla zapewnienia bezpieczeństwa.

3. STRATEGIA: „Wolność” – gdy ktoś:

Ceni własną autonomię. Ma duże poczucie niezależności. Nie lubi konformizmu i uległości. Jest powściągliwy, trudny do poznania. Lubi znaleźć sobie nisze, w której jego opinia jako eksperta będzie niepodważalna. Skupia się na realizowaniu swoich celów, najlepiej czuje się na samodzielnych stanowiskach, z pełną odpowiedzialnością za własną pracę. Źle znosi ścisłe podporządkowanie szefowi. Nie interesują go stanowiska kierownicze. Lubi być o jeden krok przed innym.

4. STRATEGIA: „Równowaga” – gdy ktoś:

Ukrywa swe poglądy, stawia na konformizm. Ceni sobie jednocześnie życie osobiste i karierę. Poświęca wiele uwagi godzeniu prywatnej części życia z zawodową. Wyznaje zasadę szczęśliwej równowagi – „work-life balance”. Jest pracowity i gotowy zabłysnąć w czasie kryzysu. Ma zawsze czas na drobne przyjemności. Realizuje zobowiązania w zgodzie z sobą, asertywny, przestrzega reguł. Nie podejmuje kuszących ofert pracy, gdyby miało na tym stracić życie osobiste.

5. STRATEGIA: „Sukces”- gdy ktoś:

Jest utalentowany i chce swoje zdolności wykorzystywać. Fachowiec, stawia na profesjonalizm. Nastawiony na rozwój osobisty. Łatwo się nudzi, popychany pasją do przodu. Jest motywowany przez ciekawą pracę, nie przez pieniądze. Ma wspaniałe pomysły, ale jest kiepskim menedżerem. Lubi sprawiać wrażenie nieprzeciętnego. Poszukuje stymulujących zadań. Kreatywny, z nastawieniem na wprowadzanie zmian. Stale przygotowuje się, by przeciwstawić się przeciwnościom.

Najnowsze badania wśród studentów (2008) pokazują znakomicie ranking wartości, celów i oczekowań współczesnej, polskiej młodzieży, związanych z pracą zawodową na miarę KARIERY.

66 % - pragnie zostać specjalistą w swojej dziedzinie

47 % - chce mieć stabilną sytuację zawodową

45 % - chce zachować równowagę pomiędzy życiem zawodowym a osobistym

33 % - potrzebuje podejmować nowe wyzwania

- 29 % - ceni to, by w pracy mieć możliwość bycia niezależnym lub autonomicznym
- 28 % - potrzebuje być przedsiębiorczym i kreatywnym
- 21 % - chciałoby być oddanym sprawie
- 16 % - chce zarządzać ludźmi
- 13 % - marzy, by zrobić międzynarodową karierę (więc jest szansa, że 87% zostanie TU i TERAZ, licząc na karierę w kraju!)

A TY? Czego pragniesz? O jakiej pracy marzysz? Jaką wartość i „smak” ma dla Ciebie praca, zawód, kariera? O jakim życiu marzysz? Co jest Twoim ideałem – życia, pracy? Odpowiedz sobie. Tak realizuje się sens trzeciego, kluczowego pytania....

Wybierz własne cele i strategię – pomysł na sukces. Skrojony DLA CIEBIE, PRZEZ CIEBIE. Tylko Ty potrafisz zrobić to najlepiej. Pamiętaj – jakkolwiek zaplanujesz i dokądkolwiek dojdiesz – będzie to Twoja własna kariera. Każdy, bez wyjątku – jest architektem własnego losu. Każdy ma swój potencjał i własną drogę rozwoju. Każda jest dobra, jeśli jest na indywidualną miarę. **Każdy**, bez wyjątku, **jest THE ONE** – jedyny, niepowtarzalny. I ma własną ścieżkę kariery. Musisz ją odnaleźć. Sam lub z pomocą doradców. Wybór należy do Ciebie.

Tylko – nie czekaj już ani chwili! Idź, by „dojść dokądś”. Nie przestawaj! Jeśli będziesz chciał/a wystarczająco długo iść – NA PEWNO TAM ZAJDZIESZ!

A teraz zacznij pisać „Receptę na KARIERĘ”:

1. Świadomość własnego potencjału
2. Dobra orientacja w świecie pracy
3. Umiejętność korzystania z różnych źródeł informacji
4. Otwartość i elastyczne dostosowanie się do zmian
5. Samodzielność , aktywność, inicjatywa w działaniu
6. Gotowość uczenia się przez całe życie
- 7.
- 8.
- .
- .
- .
- .
- .

Potem podpisz, z datą.....

Gratuluje!!! Właśnie realizujesz swoją KARIERĘ, według własnej recepty!.... Pisz dalej, już nie przeszkadzam.....

Powodzenia -

Anna Wierzchowska-Szymanek