

Sa imi schimb sau nu job-ul? Urmarile psihologice ale schimbarii.

1. Când anume ar trebui să luăm în considerare posibilitatea de a schimba job-ul? Care sunt "simptomele" la care ar trebui să fim atenți ?

In general ne gandim sa ne schimbam job-ul in momentul in care nu mai avem motivatie sa facem acel lucru, cand observam ca am face orice numai sa nu mergem la serviciu, cand nu mai muncim cu placere si cand prioritatile din viata noastra se schimba (de exemplu o sarcina sau un divort vor interfera cu cheful de munca).

Pentru a sti cand ar trebui sa ne schimbam job-ul ar trebui sa urmarim cum stam cu motivatia, sa ne intrebam: „care este motivul pentru care ne-am ales acest job?, Ce mi-ar place sa fac si as fi fericit?”. Daca observam ca facem acest job doar din motive financiare ar trebui sa ne reorientam catre altceva unde am munci de placere.

2. Care sunt efectele de ordin psihologic care apar ca urmare a unui job nepotrivit?

Un job nepotrivit se aseamana cu un partener nepotrivit. Nu ne place, nu avem motive sa il pastram dar ne este mai comod asa decat sa il schimbam. Sunt foarte multi dintre noi care poate ne simtim ca parca ce facem la serviciu nu ni se potriveste.

Daca stiti exact care este job-ul care vi se potriveste ca o manusa faceti un plan si schimbati jobul, daca inca nu stiti ce v-ar place sa faceti si sa castigati bani, cautati raspunsul sigur il veti gasi.

Cei care stau mult timp intr-o slujba pot fi din ce in ce mai nemultumiti, nefericiti, stresati, nu vor da randament, le va scadea stima de sine si e posibil sa isi descarce nervii in familie.

3. Poate depăși satisfacția unui câștig material semnificativ lipsa de interes, atracție față de un job? Cu alte cuvinte e un job bănos și ideal?

Nu, un job banos nu e si ideal. Toti avem talente, motivatii, activitati la care suntem foarte buni si excelam si activitati la care suntem neindemanatici. De aceea daca nimerim sa facem ceea ce ne place si suntem buni, iar salariul este mare inseamna ca imbinam utilul cu placutul, felicitari acesta este cazul ideal.

In celalalt caz putem castiga bine dar mergem la serviciu doar din cauza motivatiei financiare si atat. Se aseamana cu povestea din cuplu, iti place de partener doar din punct de vedere financiar la un moment dat si in cuplu si in job ne vom da seama ca banii nu ne fac asa de fericiti si ca satisfactia noastra e mult mai importanta.

Pe termen scurt satisfactia financiara ne poate tine interesul treaz dar pe termen lung vom observa ca suntem nefericiti de job-ul nostru. Atunci e momentul sa il schimbam.

4. Există o vârstă la care reconversia profesională e potrivită?

Nu exista o varsta la care reconversia profesională e potrivită. Putem schima jobul si domeniul in care activam la orice varsta, important e sa avem motivatia necesara pentru acest lucru si sa avem incredere in noi. De altfel sprijinul familiei, prietenilor sau a unui psiholog ne poate ajuta sa trecem peste aceste schimbari cu bine.

5. Avem nevoie de un anumit temperament sau trăsături de caracter pentru a ne reorienta profesional ?

Fiecare temperament e potrivit pentru anumite domenii. De exemplu extravertitii sunt mai buni in job-urile care implica interactiunea cu oamenii, pe cand introvertitii lucreaza mai bine singuri si comunica prin e-mail. Colericii sunt buni in posturi de conducere, sangvinicii sunt buni pentru relatii publice si comunicare, melancolicii sunt contabilii ordonati iar flegmaticii vor fi executanti foarte buni.

Reorientarea profesionala nu are legatura cu temperamentul sau personalitatea ci cu motivatia, talentele si interesele noastre.