

5 NÕUANNET, KUIDAS TEHA KARJÄÄRIPÖÖRET

Meie karjäär võib kulgeda erinevalt. Osa meist on osanud teha noorena teadlikke valikuid, teised aga läinud õppima vanemate või sõprade soovitusel, sest endal on kindel teadmine puudunud. Teinekord võib aga karjäär kulgeda hoolikalt valitud erialast sõltumata sootuks teises valdkonnas.



ANNE-MARI ERNESEKS
Psience OÜ
partner ja
karjäärinõustaja

Elu näitab, et täiskasvanuna hakkame oma karjäärile teadlikult tagasi vaatama alles olude sunnil – olgu selleks tervisest tulenevad põhjused, koondamine vm. Vahel võib aastaid tehtud töö ka lihtsalt ammenduda ja tekib soov kogeda uut. Olles karjäärinõustajana sellistes olukordades inimeste kõrval ja vaa- dates nendega koos karjäärile tagasi, üritame üles leida kunagised varju jäänud soovid ja unistused. Teinekord on varjus olnud unistus inimesega pikalt kaasas käinud, ent on igapäevaelu keerises siiski tegemata jäänud. Kui elu meid valima sunnib, tehakse need unistused teoks.

Mis meid sellistes olukordades aitab?

1 | **Ära karda.** Kui sinu uus valik ei sobi, on sul alati võimalik naasta varasema elukutse juurde. Kogemus on avastada ka seda, mis meile ei sobi, ja üldjuhul viib see pigem uute põnevate võimalus- teni.

2 | **„Find your flow“.** Kui sul veel kindlat visiooni ei ole, pane esimese sammuna kirja kõik tegevused, mis sulle meeldivad ja energiat annavad. See, mis meeldib ja hästi välja tuleb, kannab meid kõrgemale. Kui sinu elus on selliseid tegevusi vähe, võivad sobivate alternatiivide valikul olla abiks karjääri- harjutused, mille leiad näiteks töö- kassa karjääriveebist. Võid alati paluda endale toeks ka karjäärinõustaja.

3 | **Võta aega, et enda jaoks meeldivaid asju katsetada.**

Sellistes tegevustes olles aeg peatub ja mõte saab vabama liikumise. Need on olukorrad, mis annavad võimaluse tavarutiinist välja astuda ja saada tunnetust sellest, millega end tegelikult siduda soovime.

4 | **Räägi inimestega, kes töötavad sinu unistuste alal.**

Uuri, milline see elu päriselt välja näeb, ja pane kirja enda tugevused, mis annaksid sulle võimaluse õnnestuda. See aitab sul muutusi ellu viies endasse uskuda. Jaga oma mõtteid ka lähedastega, kes muutuste teel sinu tugisambaks saavad.

5 | **Võta üks samm korraga ja leia enda jaoks sobiv üleminek.**

Tihti hoiab meid tagasi teadmine, et peame

mingis valdkonnas kogenud eksper- dina alustama uut karjääri nullist. See võib tähendada, et esialgu tuleb panustada õppimisele aega ja ka sissetulek on sel ajal madalam. Õppimine ja eri karjäärideede kombineerimine on tänapäeval, mil elukestev õpe on saanud normaalsuseks, märkimisväärselt lihtsam kui varem. Tuleb lihtsalt enda jaoks sobiv kombinatsioon leida.

Võib aga juhtuda ka nii, et karjäärimuutuse soov pädib tõdemusega, et senine karjäär ongi olnud see kõige sobivam. Jõudes selle teadmiseni teadlikult, annab see meile otsitud rahu ning pakub teinekord uues kuues läbimõel- duna võimalust ka nüansside kaudu oma karjääri siiski värskenda, näiteks õppides oma erialal mõne spetsiifilisema suuna juurde või jätkates sama elukutsega uues valdkonnas. ■

