

NOVÁ KARIÉRA

po 40 či až po 50?

Je štyridsať sviečok na torte príliš veľa na začatie novej kariéry? Ako urobiť kariérnu zmenu, ak máte 40 či 50 rokov? Je aj po štyridsiatke správny čas na prehodnotenie kariéry?

text: Ladislava Molnárová, foto: olonezec/123RF, archív Amrop

Nedokážete si predstaviť, že by ste v súčasnej pracovnej oblasti zotrvali až do dôchodku? Ste vôbec ochotné vydržať za aktuálnych podmienok pracovať tak dlho? Ak nie, mali by ste si nájsť zamestnanie či spôsob realizácie, ktoré vás budú baviť až do konca aktívneho života. A možno aj dlhšie. Ak o tom uvažujete, nasledujúce riadky budú pre vás užitočné, milé čitateľky.

» *Hľadajte novú životnú výzvu. Ak vás vaša práca nenapĺňa, vyskúšajte niečo nové. Možno cítite, že v sebe máte skrytý potenciál, alebo si chcete splniť detský sen. Aj to je dobrý dôvod na kariérnu zmenu. Nezabudnite, v 21. storočí platí, že štyridsiatka je nová tridsiatka.*

Možno sa obávate, že na zmenu kariéry je neskoro. Hoci to môže znieť banálne, nikdy nie je neskoro. To však neznamená, že vaša kariérna zmena bude jednoduchá alebo že ju zvládnete bez väčšieho úsilia. Zmena môže byť náročná, aj keď sa na ňu dobre pripravíte. Ak vás v minulosti niečo veľmi bavilo, avšak nikdy ste sa tomu nevenovali, môžete sa k tomu vrátiť. Alebo možno existuje úplne nová oblasť, ktorá v čase, keď ste si rámovali maturitné vysvedčenie alebo vysokoškolský diplom (kedy to bolo? pred rokom či okolo roku 2000?), ešte vôbec nebola.

Máte krízu stredného veku alebo už nevidíte zmysel v tom, čo robíte? Alebo len hľadáte, čo robiť ďalej? Najprv si hneď na začiatku vyjasnite, aký máte dôvod na zmenu kariéry a nový cieľ implementujete ruka v ruke s nastavovaním rovnováhy medzi osobným a pracovným životom. Pravdepodobne ste v štádiu, keď máte manžela, dieťa, prípadne viac detí. Možno ste v pozícii matky – samoživiteľky a potrebujete naštartovať finančné príjmy.

Výraz „zmena kariéry po štyridsiatke“ môže znieť skľučujúco, nevhodne i hlúpo, avšak zároveň aj prevratne, odvážne i aktuálne. V každom prípade je to kariérna voľba, ktorú robí veľa žien – alebo o nej minimálne uvažuje! Na rozdiel od minulosti, keď bola celoživotná kariéra vašich rodičov späť s tou istou spoločnosťou či s rovnakou pozíciou, súčasné neustále sa meniace podnikateľské

prostredie si vyžaduje, aby profesionáli zostali pružní a aktívni vo svojom kariérnom rozvoji, či už to znamená návrat do práce, alebo zmenu kariéry aj po štyridsiatych narodeninách.

Z mojich skúseností vyplýva, že ženy, ktoré začínajú druhú alebo novú kariéru po štyridsiatke, majú veľa príležitostí. Ak na podporu využijeme štatistické údaje, tak sa v poradenskej praxi stretávame väčšinou so ženami v tomto veku. Keď váhajú, pretože sa obávajú zmeny povolania alebo vstupu do zamestnania po dlhšej prestávke, je dôležité si uvedomiť, aké výrazné množstvo skúseností a zručností ponúkajú. Či už ide o vytvorenie druhej kariéry a o nadviazanie na odborné znalosti alebo o začatie novej kariéry a o stavanie na doterajšej praxi, ženy v oboch skupinách dokážu ponúknuť viac ako dost.

Možno ste čítali o viacerých (neraz i vynútených) kariérnych zmenách počas pandémie a po nej. Vašej pozornosti pravdepodobne neunikol príbeh Tammy Hauserovej (57 rokov, Florida USA), ktorá musela uprostred pandémie prerušiť svoje podnikanie. Aby si zabezpečila alternatívny príjem, bola počas karantény kreatívna a zrenovovala historické zmrzlinárske auto, ktoré našla na online trhovisku. Nazvala ho ChillMobile a teraz podniká a ponúka zmrzlinu a mrazené pochútky na rôznych podujatiach v susedstve. Jej ročný príjem z predaja zmrzliny v tomto historickom aute dosiahol 100 000 dolárov!



Podnikanie so zmrzlínarským vozidlom je skvelou vedľajšou prácou pre každého, kto ešte chce po štyridsiatke aktívne pracovať a podnikáť. Môžete sa mu venovať po večeroch alebo cez víkendy, aby ste si privyrobili a vytvorili alternatívny zdroj príjmu. „Buď podnikateľka, naštartuj vlastný biznis!“ „Kedy, ak nie teraz?“ – také niečo si počas pandémie hovorili mnohé ženy, ktoré nútene opustili pracovnú pozíciu a musia prehodnotiť, čo ďalej. Mnohé sme aj predtým mali podnikateľské nápady alebo sme chceli začať podnikáť a mať paralelnú kariéru, ale nemali sme na to čas, peniaze či odvalu. Nikdy nie je neskoro pustiť sa do toho a rozbehnúť vlastný nápad. Mnohé ženy vo veku 40 rokov a viac našli vieru vo vlastné sily a sebavedomie vydať sa na túto cestu.

Máme štyridsať, no nie sme samy, ktoré rozmyšľame a smerujeme ku kariérnej zmene. Na webovej stránke Svetového ekonomického fóra sa od začiatku roku 2022 skloňuje The Great Reshuffle – teda veľká reorganizácia pracovného trhu. Údaje síce sú z pracovného trhu v USA, avšak obdobné posuny možno pozorovať aj na európskom kontinente. Čo sa teda deje? Aktuálne nastáva veľká reorganizácia na strane zamestnancov, a tá ovplyvňuje pracovný trh. A čo táto Great Reshuffle znamená? Miliómy ľudí opustili, aj pod tlakom pandémie, svoje zamestnanie, aby si našli plnohodnotnejšie pracovné pozície s väčšou flexibilitou – práve to sa nazýva Veľká zmena alebo Veľká reorganizácia.

Počas pandémie mali mnohí zamestnanci možnosť pracovať na diaľku. Túto flexibilitu mnohí oceňujú a chcú si ju zachovať aj po skončení pandémie. Veľký počet voľných pracovných miest znamená, že plat, zamestnanecké benefity a flexibilita v práci sa stávajú rozlišujúcimi faktormi pri výbere zamestnávateľa. O to viac vnímame aj dôležitosť zamestnávateľskej značky. Začalo sa to ako tzv. Veľká Výpoveď – masy zamestnancov, ktorých inšpiroval alebo donútil lockdown, aby dali výpoveď. Teraz sa tento trend na trhu práce zmenil na niečo viac. Po období pandémie a bezprecedentnej neistoty a rozvratu miliómy pracovníkov opúšťajú

svoje zamestnanie, aby hľadali pracovné pozície s lepšou rovnováhou medzi pracovným a súkromným životom a pracovisko, ktoré viac zodpovedá ich hodnotám. Tento jav, táto veľká zmena, otriasa trhom práce. Je čoraz jasnejšie, že mnohí zamestnanci neodchádzajú z práce ihneď, ale sú v procese hľadania niečoho, čo by ich viac naplňovalo a čo by viac vyhovovalo ich hodnotám a životným situáciám. Mnohí z nich si založili vlastné podniky, alebo úplne zmenili povolanie.

Dnes je na trhu práce generácia X, Y aj Z – čo predstavuje veľký mix a veľkú konkurenciu. Ak máte viac ako štyridsať rokov, porozmýšľajte, o čo viac ponúkate potenciálnemu alebo aktuálnemu zamestnávateľovi v porovnaní so ženou či s mužom, ktorí majú 25 alebo 35 rokov? A ktorí majú určite nižšie platové požiadavky. Prečo by si mal zamestnávateľ vybrať práve vás? Aké sú vaše silné stránky a prednosti?

Kariéru žien vrátane tých po štyridsiatke by mohlo podporiť aj prekonávanie rodových bariér na pracovisku. Nalejme si čistého vína: rodová rovnosť na vedúcich pozíciách je od nás vzdialená ešte desaťročia – zamestnávateľia musia zintenzívniť úsilie na podporu prijímania, povyšovania a udržania žien na vedúcich pozíciách. Automatizácia a digitalizácia prináša takisto nové výzvy pre ženy a bude akýmsi pozitívnym ventilátorom určitých rodových bariér na pracovisku.

» *Správa Svetového ekonomického fóra o globálnych rodových rozdieloch 2020 odhaduje, že pri súčasnom tempe pokroku bude trvať 99,5 roka, kým sa dosiahne rodová rovnosť.*

V našich zemepisných šírkach sa zvykne hovoriť: „Starého psa novým kúskom nenaučíš.“ Prečo potom chlapi z Mythbusters vycvičili dvoch sedemročných aljašských malamutov sedieť, klačať a počítať už po štyroch dňoch tréningu!? Inými slovami, psy sa dajú vycvičiť. Vek nie je prekážkou.

5 OBLASTÍ, V KTORÝCH JE POTREBNÉ MAŤ JASNO SKÔR, NEŽ SA POKÚSITE O KARIÉRNÚ ZMENU

Rada 1

Prečo? Najprv preskúmajte, prečo chcete zmeniť kariéru

Prečo by ste po takom dlhom čase chceli zmeniť kariéru? Je možné, že vo vás vaše kedysi zvolené alebo vtedy dostupné povolanie vyvoláva pocit vnútornej mŕtvolky alebo vyhorenia a už vás nenapĺňa? Možno sa necítite docenené pri práci, ktorú vykonávate, a máte víziu robiť niečo zmysluplnejšie... Možno ste nespokojné s peniazmi, ktoré zarábate, a dúfate, že nová kariéra to zmení. Alebo je dokonca pravdepodobné, že vám nejde o peniaze, ale skôr o novú inšpiráciu.

Ako sa môžete pripraviť na zmenu kariéry v strednom veku? Neexistuje jednoznačný návod. Ako ste zistili, že túžite po zmene, že chcete novú kariéru? Začnite tým, že sa seba opýtate, aký druh práce zodpovedá vašim záujmom. Skúste sa nájsť v dobrovoľníctve alebo v práci na čiastočný úväzok, aby ste zúžili svoju oblasť na tú, v ktorej môžete a chcete podať najlepší výkon.

Uvedomenie si, čo chcete robiť, môže byť len prvým krokom k vašej zmene, ale určite je tým najväčším a najdôležitejším.



Rada 2

Návrat do školy? Zvážite možnosť opäť sa vzdelávať

Mnohí ľudia majú dojem, že formálne vzdelanie je absolútne nevyhnutné na získanie daného zamestnania. Napríklad, absolventi obchodnej fakulty sa dostanú na pozíciu v marketingu, absolventi technických odborov na technickú pozíciu a podobne.

Je síce pravda, že na vaše problémy s trávením sa radšej pozriete kvalifikovaný lekár alebo na rozvodové konanie právnik, avšak v reálnom svete to tak pri mnohých pracovných pozíciách nie je. Vaše vzdelanie a skúsenosti z dlhoročnej praxe nemusia byť zbytočné pri zmene povolania. Hľadajte zručnosti, ktoré by sa vám hodili, tzv. prenosné zručnosti.

A neustále buďte hladné po nových vedomostiach a využívajte online formy vzdelávania. Pandémia ich priniesla neúrekom za prístupné ceny, a to dokonca aj na prestížnych univerzitách a s prestížnymi lektormi.

Rada 3

Možno potrebujete zmeniť pozíciu, nie prácu

Hľadáte zmenu kariéry alebo nové úlohy? Je veľký rozdiel v tom, ako môžete tieto dve rôzne situácie riešiť. Zmena kariéry si od vás bude vyžadovať, aby ste sa na vyhlí známym vyšliapaným chodníčkom a vybrali sa na inú cestu, po ktorej ste nikdy predtým nešli. Zatiaľ čo zmena úlohy si bude vyžadovať, aby ste, obrazne povedané, prešli z jedného jazdného pruhu do druhého. Kariérne sa môžete rozvíjať aj horizontálne, nielen vertikálne – stúpaním po kariérnom rebríku.

Ak ste výskumníčkou v oblasti medicíny, ktorá je neustále spojená so zmenami, predkladáte návrhy na získanie rôznych grantov, sledujete najnovšie svetové trendy a výskumy a vaša práca je celé roky spojená s hľadaním nových medicínskych objavov, pravdepodobne ste pripravená na zmenu. Naopak, ak ste posledných

18 rokov účtovníčka alebo pracujete na nezmenenej pozícii v štátnej správe, vaša pripravenosť na zmenu je otáznava a možno až nereálna. Pracovali ste ako nákupca pre maloobchodný reťazec? Určite ste sa naučili dostatok odborných trikov na to, aby ste obchodné znalosti a sieť kontaktov preniesli do vlastného podnikania.

Rada 4

Využite svoju sieť

Váš vek je výhodou. Váš 40-ročný život vám určite priniesol dostatočne širokú sieť sociálnych kontaktov (veru, už od materskej školy), z ktorej niektorí môžu byť zamestnaní v oblasti vašej budúcej kariéry. Tak sa s nimi spojte a nehanbite sa požiadať o radu či o pomoc. Ponúknite im vašu dobrovoľnícku prácu, ak to povaha pracoviska umožňuje. Nájdite spôsob, ako sa k nim pridať a pozorovať ich každodenné činnosti. Inými slovami, hľadajte spôsoby, ako sa zoznámiť s vašim budúcim zamestnaním alebo s podnikaním. Ak sa vám podarí rozvíjať vašu sieť správne, možno vás budúci zamestnávateľ alebo obchodný partner spozná lepšie, než ponúka životopis, ten, ktorý je bez zjavných relevantných skúseností v konkrétnej oblasti. Vaša osobná zanietenosť a entuziazmus ukážu, ako vám na novej práci záleží oveľa viac ako akékoľvek „ozdoby“ vo vašom CV.

Rada 5

Oslovte kariérneho poradcu alebo kouča


Žijeme v ére internetu a existuje veľa možností, ako vyhľadať odborníkov, ktorí vám pomôžu nájsť uplatnenie vo vašej novej kariére. Má to však jeden háčik. Musíte vedieť nájsť si správny druh kouča, ktorý vyhovuje vašim potrebám a cieľom. Vyhľadávач vám ich ponúkne množstvo, zamerajte sa však skôr na referencie. Pýtajte sa, aké majú skúsenosti v oblasti, do ktorej sa chcete posunúť a aký je zoznam ich spokojných klientov. Hľadajte takých kariérnych koučov či poradcov, ktorí majú dostatočnú dôveryhodnosť a pracujú online aj offline. Napríklad, či boli spomenutí alebo citovaní na iných webových stránkach, či sa o nich priaznivo diskutovalo v diskusných skupinách. Poradili vašej kolegyni či kamarátke? Pozor na tých, ktorí z vás len vopred vytiahnu veľkú sumu peňazí a ich profesionálna cesta sa začala certifikátom minulý rok. ❌

Autorka je konzultantka pôsobiacia v oblasti Talent Acquisition, kariérneho a personálneho poradenstva.


ADVISERS OF THE FUTURE


www.bdoslovakia.com



 AUDIT

 DANE

 PODNIKOVÉ PORADENSTVO

 OUTSOURCING

 PRÁVNE PORADENSTVO