

*Mit tett az utóbbi időben
karrierje előmozdítása
érdekében?*

[Karrierváltástereszt]



*Készítette: Kránitz Éva
karrier-tanácsadó és coach*

Tel.: +36 20 590 55 23
www.karriervaltas.hu
kranitz.e@coachingpartner.hu

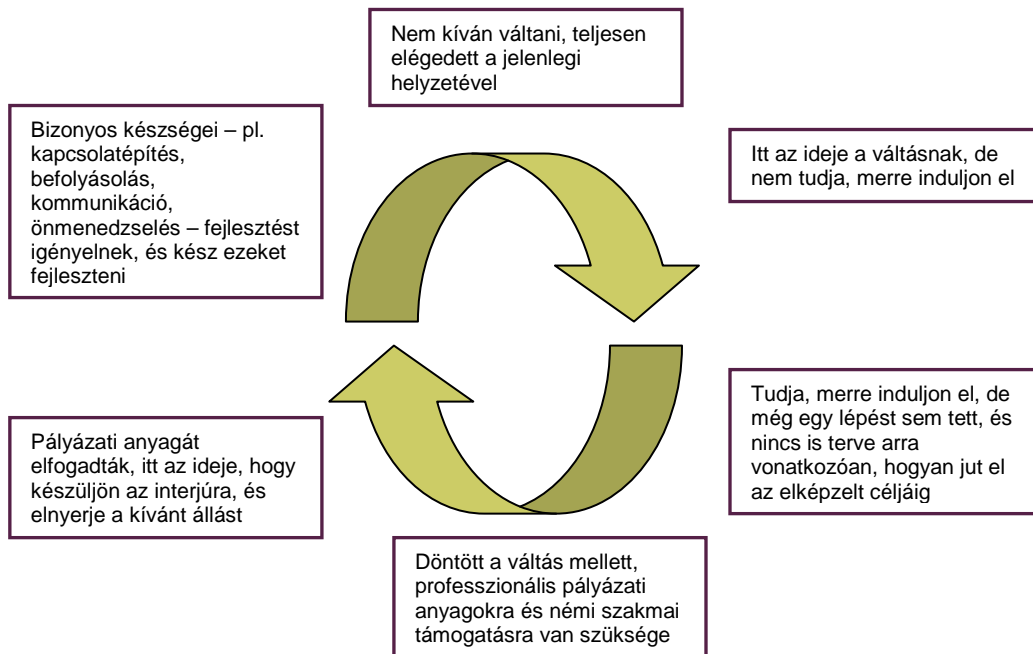
Copyright © 2010 Formosa
Consulting

Karrieren – szakmai életúton, életpályán, pályafutáson – már nem kizárólag azt értjük, hogy felemelkedünk egy szervezet képzeletbeli ranglétráján, vagy minél több beosztottunk legyen. Sokkal inkább azt, hogy értékesebbé válni piacképes kompetenciákon keresztül, ami pl. szakértelmet, hozzáértést, a vezetői készségek szélesítését és elmélyítését, végső soron pedig személyiségünk kiteljesítését jelenti. A jövőben célszerű több szakmát elsajátítani és megélni, hogy sokoldalúvá váljunk és az „élethosszig tartó foglalkoztathatóság” számára kedvező körülményeket teremtsünk.

A szakmai életút sokféleképpen bontakozhat ki: vannak, akik egy adott szakterületen lépésről lépésre haladnak, és szakértői vagy vezetői karriert választanak, mások nagy ívű váltások során bontakoznak ki. Egyesek a váratlanul adódó lehetőségeket kihasználva gyors vagy éppen sajátos életpályát járnak be. A nők és a férfiak karrierje is általában különbségeket mutat, a nők karrierjének alakulásában a családalapításnak ugyanis jelentős szerep jut.

Bármilyen módon is bontakozzék ki valakinek a karrierje, a teljes életszakasz alatt többször is sor kerülhet szakma-, munkakör-, munkahely-, iparágváltásra, vagy lehet valakiből vállalkozó, befektető. Az alábbi teszt elsősorban azoknak a szakembereknek és vezetőknek nyújt gyors áttekintést a karrierváltás szükségességéről és lehetséges lépéseiről, akik alkalmazottként építik karrierjüket.

Az alábbi ábra a karrierváltás folyamatának lehetséges lépéseit mutatja be.



Az alábbi rövid kérdőív kitöltése és értékelése segítségével lesz abban, hogy

1. áttekintse, hol tart a karrierváltás folyamatában,
2. meghatározza, mi a következő lépés, amit tenni fog,
3. milyen erőforrások állnak a rendelkezésére már most, hogy változtasson és elérje a céljait.

Karikázza be a válaszait!

KARRIERVÁLTÁSTESZT

1. Rendelkezik-e világos jövőképpel szakmai életútja tekintetében?
 - a. Nem. Elveszettnek érzi magát, nem tudja, mi lehetne a következő lépés.
 - b. Igen, egy másik iparágban/cégnél/szakmai területen szeretne elhelyezkedni, vagy Igen, éppen váltásban van, és tudja, milyen állást szeretne megpályázni, Igen, már megpályázott néhány állást, de nem hívták be interjúra/nem ön kapta végül az állást.
 - c. Igen, maradna a jelenlegi munkahelyén, de szeretne magasabb/más pozícióba kerülni.
2. Mennyire elégedett a jelenlegi munkáltatójával?
 - a. Nem elégedett. Szívesebben dolgozna máshol, de még nem gondolta át, hol.
 - b. Nem elégedett. Szívesebben dolgozna máshol, és konkrétan tudja, melyik céghez/cégekhez menne dolgozni.
 - c. Elégedett. Szeretne maradni, szívesen kipróbálná magát más munkakörben is.
3. Mennyire elégedett a jelenlegi munkakörével, feladataival?
 - a. Nem elégedett. Nem talál motivációt a munkahelyén (pl. nehéz azonosulnia a feladataival, a szervezet értékeivel, monoton a munkája, mókuserékben forog, nem jön ki a főnökével/munkatársaival).
 - b. Elégedett, ennek ellenére itt az idő, hogy váltson.
 - c. Nem elégedett. Nagyobb kihívást, több felelősséget, magasabb fizetést szeretne.
4. Tudja-e, hogy mik az erősségei: milyen tapasztalatokra, készségekre és személyiségbeli jellemvonásokra tud építeni karrierje következő állomásán?
 - a. Néhány dologgal tisztában van, de összességében a válasza: nem. Sok önben a bizonytalanság a tekintetben, hogy milyen potenciállal rendelkezik.
 - b. Többnyire: igen. Reméli, hogy rendelkezik a megfelelő felkészültséggel ahhoz, amit szeretne elérni.
 - c. Igen. Magabiztosnak érzi magát, szeretne magasabb/önnek jobban megfelelő munkakörbe kerülni, ami több felelősséggel, pl. csapatvezetéssel is jár.
5. Rendelkezik professzionálisan megírt önéletrajzzal?
 - a. Nem. Nincs önéletrajza, vagy nincs frissítve.
 - b. Nem. Van ugyan egy saját maga által készített önéletrajza, amellyel pályázik, de nem hívják be interjúra.
 - c. Nem. Úgy gondolja, nincs szüksége önéletrajzra, mert továbbra is a jelenlegi munkaadójánál szeretne dolgozni, habár később esetleg más munkakörben.
6. Hogyan jellemezné a jelenlegi felelősségi körét/vezetői szintet, ahol dolgozik?
 - a. Nem tudja. Nem vezetőként dolgozik.
 - b. Megfelelő. Jóllehet szeretné magát más területen kipróbálni, pl. más munkakörben, más cégnél, más iparágban, vállalkozóként.
 - c. Kész arra, hogy továbblépjen, éppen csak egy kis támogatásra volna szüksége, hogy végre megtegye az első lépéseket.
7. Hogy érzi, felettese értékeli az ön munkáját?
 - a. Jelenleg nincs főnöke.
 - b. Nem. Éppen váltásban van, amiben ez is közrejátszik.
 - c. Talán. Úgy véli, többet is tudna tenni cége eredményes működéséért, amennyiben ezt fair módon értékeli.

Értékelés: Adja össze az egyes betűkre adott válaszait!

A _____
A = # 1. Karrierlépés

B _____
B = # 2. Karrierlépés

C _____
C = # 3. Karrierlépés

Olvassa el a legmagasabb pontszámhoz tartozó választ, és megtudja, mire érdemes fordítani a figyelmét szakmai karrierje jelenlegi szakaszában.

1. Karrierlépés

Mi a következő lépés szakmai életútján?

Elindulni a „NEMKIVÁNTOS HELYZETBŐL” az ÚJ KARRIERIRÁNY” felé.

Önre vonatkozik, amennyiben:

- Szakmai életútját nem találja kielégítőnek, de bizonytalan a következő lépést illetően.
- Váltásban gondolkodik, de úgy érzi, nincs hozzá elég ereje.
- Tudja, mivel foglalkozna szívesen, de nem rendelkezik a megfelelő tudással, tapasztalattal vagy készségekkel, vagy kockázatosnak tartja, hogy olyan területen próbálkozzon, amely izgalmas ugyan, ám alacsonyabb megélhetést biztosít.
- Úgy érzi, teljesen rossz úton jár, valami egészen mást kellene csinálnia, de fogalma sincs arról, hogy konkrétan mit.
- Úgy érzi, ahol most dolgozik, az nem önnek való munkahely.

Úgy érzi, itt volna az idő váltani, de érzelmileg kimerült vagy pillanatnyilag erőtlen ahhoz, hogy megtegye az első lépéseket. Lehet, hogy bizonytalan a tekintetben, hogy mit is szeretne valójában, vagy mi lehetne a következő lépés. Amennyiben jelenleg alkalmazott, már egy ideje foglalkoztatja, hogy otthagya a jelenlegi munkahelyét, de bele van ragadva ebbe a nemkívánatos helyzetbe. Időnként észébe jut, hogy mást is csinálhatna, tovább kellene lépnie, de nem tudja, hogyan valósíthatná meg.

Egy karrierváltást bizony feszült helyzetek kísérhetnek, de ha van konkrét célja, ismeri a célja eléréséhez szükséges utat, és van, akihez tanácsért fordulhat, amikor elakad, akkor nagy eséllyel sikeresen fog tudni váltani.

Amit ebben a helyzetben tehet:

- Gondolja át, mi az a 3 legfontosabb dolog, ami igazán örömet okozna önnek, és elégedettséggel töltené el munkája, szakmai életútja tekintetében.
- Határozza meg azt a 6-8 elvárását, ami jó lenne, ha jellemezné karrierjének következő állomását (pl. minimumfizetés, földrajzi elhelyezkedés, rugalmas munkaidő, fejlődési és/vagy előrelépési lehetőség stb.).
- Írja le azt a munkakörnyezetet, szervezeti és vezetési kultúrát, amiben jól érezné magát, és a legtöbbet tudná magából kihozni.

További ötlet: Ha ezen a ponton szüksége van segítségre, böngésszen az interneten az aktuális állásajánlatok között, és gyűjtse ki magának azokat, amelyek első olvasatra izgalmasnak tűnnek. Így egyrésztől tájékozódik az aktuális munkaerőigényekről, másrésztől fel tudja mérni, mi az, ami igazán felkelti az érdeklődését.

Amiben szakember segítségére számíthat:

- Új karrierút megtalálásában, valódi motivációi, vágyai felderítésében, azaz annak felismerésében, hogy ön mit is szeretne valójában.
- Erősségei feltárásában, illetve abban, hogy miben kellene fejlődnie ahhoz, hogy céljait elérje.
- Olyan terv felvázolásában, ami a jelenlegi helyzetéből elvezeti az elképzelt céljáiig.

Bővebb információt a www.karriervaltas.hu oldalon talál. Ha további segítségre van szüksége, kérjen konzultációs időpontot a 20 590 55 23-as telefonszámon vagy a kranitz.e@coachingpartner.hu e-mail címen.

2. Karrierlépés

Az eddigi munkahely-/karrierváltási próbálkozásai eredménytelenül végződtek.

Jusson el a „NEM FIGYELNEK FEL RÁM” helyzetből az „ENGEM VÁLASZTANAK” -ba!

Önre vonatkozik, amennyiben:

- Tudja, mi volna a következő karrierlépés az ön számára, de nem tudja, hogyan kerülhetne a cégek/toborzók látókörébe.
- Tudja, mi volna a következő karrierlépés az ön számára, de nincs elegendő ideje és energiája, hogy az első lépéseket megtegye.
- Elküldött néhány pályázati anyagot, de nem hívták be interjúra.
- Behívták interjúra, de végül nem ön kapta meg az állást.

Ön kész arra, hogy váltson, és tudja, mire (legalábbis körvonalakban). Lehet, hogy még nem tette meg az első lépéseket, mert még a gondolattól is megrémül, hogy mivel jár egy váltás (pl. önéletrajzírás, állásinterjú). Vagy mindezzel ki van békülve, csak éppen ideje nincs arra, hogy a folyamatot elindítsa. De az is lehet, hogy már megtette az első lépéseket, csak lendületét veszítette a sikertelen próbálkozások miatt (pl. pályázatára még csak nem is reagáltak a cégek).

Amit ebben a helyzetben tehet:

- Számba veszi az ismerőseit. – Ma már a legtöbb cégnél, mielőtt egy állást nyilvánosan meghirdetnek, megkérdezik a munkatársakat, van-e az ismeretségi körükben megfelelő jelölt az adott pozícióra. Vannak cégek, ahol ún. ajánlóprogram is működik, és a munkatársakat jutalmazták azért, ha az általuk ajánlott ember beválik. Készítsen egy listát ismerősei nevével, akiknek a segítségét kérheti.
- Megtekinti az aktuális álláshirdetéseket. – Böngéssze át az álláshirdetéseket a weben. Ehhez egyrészt a következő leggyakrabban látogatott oldalakat ajánlom: www.profession.hu, www.jobinfo.hu, www.expressz.hu, www.jobline.hu, www.job.hu, www.jobpilot.hu, www.jobmonitor.hu, www.cvonline.hu, www.workania.hu, www.manpower.hu, www.randtsad.hu.

Érdeemes egy listát összeállítani az iparágában működő/szóba jöhető cégekről, és ezek weboldalait is megtekinteni, ugyanis a cégek először ott teszik nyilvánossá a nyitott pozíciókat.

- Keressen meg néhány toborzással foglalkozó céget. – Küldje el pályázati anyagát toborzással foglalkozó cégeknek, és vegye fel velük a kapcsolatot. A legismertebb toborzócégek, akiket megkereshet: www.profiipower.hu, www.grafton.hu, www.randstad.hu, www.trenkwaldner.hu, www.kellyservices.hu, www.focusconsulting.hu, www.manpower.hu, www.tesk.hu.
- Fejlessze magát. – Gondolja át, miben kellene fejlődnie ahhoz, hogy elérje, amit szeretne. Milyen tudás, tapasztalat és/vagy készségek meglétét feltételezi a kívánt munkakör, terület. Szánjon időt és energiát saját maga fejlesztésére, tanuljon tovább, iratkozzon be egy tanfolyamra, kérjen új, nagyobb kihívást jelentő feladatokat főnökétől.

További ötlet: Határozzon meg és jelöljön ki a naptárában minden napra vagy hétre bizonyos mennyiségű időt, amikor vágyai, tervei megvalósításán dolgozik, pl. amikor felkeresi régi iskolatársait, ismerőseit, frissíti az önéletrajzát, álláshirdetéseket keres, felkeres egy karrier-tanácsadót, -coachot. Tekintse ezt a témát kiemelt fontosságúnak, és tartson ki az elhatározása mellett.

Ha további segítségre van szüksége, kérjen konzultációs időpontot a 20 590 55 23-as telefonszámon vagy a kranitz.e@coachingpartner.hu e-mail címen.

3. Karrierlépés

Munkája nem nyújt kihívásokat, és úgy érzi, nem tud benne kiteljesedni. Szeretne továbblépni, pl. vezető beosztásba vagy szervezetén belül más munkakörbe.

Jusson el a „SZERETEM, AMIT CSINÁLOK, DE...” helyzetből a „TELJESEN ELÉGEDETT VAGYOK” -ba!

Önre vonatkozik, amennyiben:

- Szereti az iparágat/munkáját, de több felelősséget szeretne.
- Szeretné tudni és felkészülni arra, hogyan juthatna néhány éven belül az ön által vágyott pozícióba.
- Megdolgozott azért, amit szakemberként elért, és most vezetői készségeit szeretné fejleszteni.
- Sok minden van a tarsolyában, amivel hozzá tudna járulni cége eredményességéhez, de nincs rá lehetősége, hogy ezt megtegye.

Ön kész arra, hogy láthatóvá tegye magát a szervezetben, és több felelősséget vállaljon. Vagy továbblépjen és új munkahelyet keressen, mert a jelenlegi szervezetben már nincsenek további előmeneteli lehetőségek az ön számára. Az ön számára az a kérdés, hogyan tud további kompetenciákat fejleszteni, vagy a meglévőket elmélyíteni, ill. hogyan tud előrelépni karrierjében, pl. magasabb vezetői pozícióba.

Amit ebben a helyzetben tehet:

- Átgondolja, mik az elvárások karrierje következő állomásán.
- Kompetenciái fejlesztésébe kezd, pl. kapcsolatépítés, befolyásolás, hitelesség megteremtése, asszertivitás stb.

Ha további segítségre van szüksége, kérjen konzultációs időpontot a 20 590 55 23-as telefonszámon vagy a kranitz.e@coachingpartner.hu e-mail címen.

TEGYE MEG AZ ELSŐ LÉPÉSEKET!

Gondolja át, hol tart és hova szeretne eljutni, és alakítson ki egy olyan hozzáállást, amivel sikerre viszi az elképzeléseit.

#1. lépés: Tekintsen hittel és optimistán a jövőbe! Hagyjon fel azzal a gondolattal, hogy most válság van, kevés a jó munkalehetőség, teljesen le van terhelve, és nincs most ideje a váltással járó teendőkre, vagy már számtalanszor próbálkozott sikertelenül. Mindig vannak új lehetőségek, mert a cégeknek folyamatosan szükségük van tehetséges és jól teljesítő emberekre. Lehet, hogy még ön sem tett meg mindent annak érdekében, hogy elérje, amit szeretne, vagy mást kellene tennie, hogy eredményt érjen el.

#2. lépés: Keressen támogatókat céljai eléréséhez! Egy idegen városban, országban is használ térképet, GPS-t, vagy megkérdez másokat, ha el akar érni egy meghatározott helyre. Persze lehet, hogy mindezek nélkül is oda talál, ahová szeretne, csak közben párszor eltéved és időt veszít. Kérjen tanácsot a környezetében lévő emberektől, akik sikeresen menedzselik szakmai életpályájukat, vagy forduljon szakemberhez.

#3. lépés: Legyen tudatos abban, amit elérni szeretne! Gondolja át, hol tart most, hova szeretne eljutni, és mi kell ahhoz, hogy szakmai életútja megfeleljen annak, amire vágyik. Ki irányítja jelenlegi karrierjét, ön vagy mások? Abban az iparágban, cégnél, munkakörben dolgozik-e, ahol a tehetségét, erősségeit a leginkább ki tudja bontakoztatni? Miben kell ahhoz fejlődnie, hogy versenyképes maradjon? A lényeg, hogy alakítson ki proaktív hozzáállást karrierje irányításához ahelyett, hogy passzívan reagáljon a külvilág hatásaira.

Kész arra, hogy felhagyjon azzal, hogy olyan dolgokra vesztegeti az idejét, amelyek nem okoznak valódi örömet? Önön múlik, hogy átgondolja, mit is szeretne igazán, és megtegye az első lépéseket.



Kránitz Éva vagyok, vezetőfejlesztéssel és karrier-tanácsadással, -coachinggal foglalkozom. Az eddigi szakmai pályafutásom során kétszer váltottam iparágat (IT, tanácsadás) és szakterületet (marketing, HR), voltam beosztott és vezető, alkalmazott és vállalkozó, dolgoztam multinacionális és magyar tulajdonú cégeknek, több iparágban, itthon és külföldön. Több száz állásra pályáztam, és sok interjún vettem részt (akár mint jelentkező, akár mint interjúztató) az életemben. Minden alkalmazotti állásomat pályázat útján nyertem el, az egyik esetben kilenc interjút követően.

Ma már szinte csak azzal foglalkozom, ami igazán érdekel, és örömet okoz. Úgy gondolom, megérte időt és energiát fektetni szakmai életutam tudatos irányításába. Remélem, tapasztalataimmal sokaknak értékes segítséget tudok nyújtani!

Köszönöm a figyelmét!

Sikeres váltást kívánok!

Kránitz Éva | karrier-tanácsadó és coach

36 20 590 5523

kranitz.e@coachingpartner.hu

www.karriervaltas.hu

www.coachingpartner.hu