

¿Cómo reorientar tu carrera profesional?

TISOC Coaching, escuela europea líder en coaching en español, ha presentado una serie de recomendaciones y claves para aquellos que se planteen iniciar una nueva trayectoria profesional, bien por estar afectados por el desempleo o porque aspiren a una actividad laboral distinta, más acorde con sus propias capacidades y su preparación.

Redacción

29 de julio de 2014

 Enviar a un amigo



 Seguir a @IbercampusES

Según el autor de estos consejos, Pedro Palao Pons, coach de TISOC, "a nivel laboral, el shock de la crisis y la consiguiente lacra del desempleo han supuesto en numerosos casos la quiebra de los esquemas de confort en los que los trabajadores vivían instalados. Buscar la salida a tan complicada situación exige a menudo reinventarse profesionalmente y adaptarse a una nueva actividad".

Responsables de TISOC Coaching señalan que este cambio de orientación laboral no es tarea fácil de afrontar, y requiere no solo modificar hábitos laborales, sino también prepararse mentalmente para afrontar los nuevos retos que se van a presentar, bien al cambiar de orientación laboral o al iniciar una actividad emprendedora dentro del mismo área profesional.



En opinión de Palao Pons, “los nuevos tiempos exigen adaptación, frescura, optimismo, deseos y ganas de aprender. Conseguir todo esto, y, sobre todo, mantenerlo cuando las cosas se complican, exige preparación”.

Claves para reinventarse con éxito

Aprende a dejar. Apegarnos irremediamente a “lo habitual” o “lo que hemos hecho siempre” puede ser un lastre para tu futuro. No importa qué hacías antes, sino qué harás mañana.

Descubre tus puntos fuertes. Trabaja en tus competencias, pero solo en las tres que tú consideres más fuertes. Analiza en qué tres cosas eres especial, diferente, singular y, por supuesto, bueno. No importa que no tenga relación con lo que has hecho hasta ahora. Recuerda: “Si siempre haces lo mismo, siempre obtendrás idénticos resultados”.

Analiza tu área de mejora. No se trata de analizar en qué fallas, sino en qué puedes o debes mejorar para lograr hacer aquello en lo que eres bueno.

Traza tu plan de acción. Pero no te compliques la vida haciendo miles de planes. Al cerebro le encanta divagar, y al final nos perdemos en basura mental. Crea un Plan de acción de cinco puntos con un primer paso claro y definido, que tenga la fecha de puesta en marcha.

Establece un compromiso. Comprométete con tus acciones y prepáralas lo mejor que puedas. No te permitas excusas para dejar de cumplir con lo que te has propuesto. Y una vez hecho, reconócelte el mérito de cumplir el compromiso.

Controla lo controlable. Puede que te digan que eso no es para ti, que no es tu momento, que llegas tarde, que es una mala idea... El ruido siempre aparece cuando uno menos lo espera, por eso, controla lo controlable. Ejecuta aquellas acciones que dependen de ti, de tu voluntad y de tus ganas, y deja fuera de tu plan de acción y de tu “plan de preocupación” aquello que no depende directamente de ti.

Sé crítico. Si lo hacen los demás ¿por qué no lo vas a hacer tú? Pero desecha la crítica destructiva. Trabaja en positivo y aparta de tu mente términos limitantes y absolutos como “Jamás, Nunca, Siempre, Cada vez que...”.

Busca lo que realmente te apasiona. Las cosas se pueden cambiar, alterar o modificar. Nada es inamovible y una estrategia o, incluso una acción bien planeada, a veces debe alterarse. Lo que no debería cambiar es la pasión que pones en lo que haces, en lo que deseas, en lo que planificas. Si le pones pasión a tu cambio laboral, tienes medio trabajo hecho.