

Меняем работу, если она надоела!

Многим женщинам хорошо знакома ситуация – очень хочу поменять работу, но мучают сильные страхи от одной мысли о кардинальных изменениях. Для того, чтобы принять правильное решение, нужно ответить на вопрос – что конкретно меня не устраивает в настоящей работе и каким бы я желала видеть свое новое рабочее место?

Когда стоит сменить работу: конкретные примеры

Давайте рассмотрим, в каких случаях стоит серьезно задуматься о смене работы:

- **Работа не подразумевает повышения по служебной лестнице и совершенно не способствует профессиональному росту.**

Если имеющаяся работа мешает воплощению Ваших идей и сильно тормозит раскрытие Вашего потенциала, то стоит всерьез подумать о поисках новой работы, которая будет полностью соответствовать Вашим ожиданиям.

Следует отметить, что отнюдь не всегда можно доверять только собственным представлениям. При этом можно пригласить начальника на диалог относительно карьерного роста и дальнейших перспектив. После этого можете принимать окончательное решение о смене работы.

- **Работа не приносит морального удовлетворения или даже причиняет страдания.**

Достойная работа должна по-настоящему увлекать, вызывать живой интерес у сотрудника. Если даже одна мысль о том, что нужно идти на работу, вызывает у Вас грусть и депрессивные переживания, то есть смысл задуматься – не пора ли коренным образом поменять свою жизнь? Невозможно же постоянно находиться в стрессовом состоянии, ведь это может стать причиной серьезных нарушений жизненно важных функций организма.

- **Работа противоречит Вашим жизненным ценностям.**

Если работа не совпадает с Вашими моральными нормами и нравственными устоями, то она вряд ли принесет Вам душевное удовлетворение, независимо от уровня ее оплаты.

→ **Трудности во взаимоотношениях с коллегами или конфликт с начальством.**

Это веская причина, по которой перед женщинами встает выбор – а нужно ли мне менять работу? Плохие отношения с сотрудниками и руководителем накладывают негативный отпечаток на трудовые процессы и личное самочувствие. В таких случаях оптимальным выходом будет попытка налаживания доброжелательных взаимоотношений. Если же это не приведет к ожидаемым результатам, то стоит серьезно подумать о смене рабочего места.

→ **Работа не соответствует финансовым ожиданиям.**

Зачастую нелюбимая работа, которая совершенно не способствует развитию личности и получению достойной зарплаты, удерживает лишь своей стабильностью. Для того чтобы принять жизненно важное решение, нужно преодолеть себя, свои страхи и неуверенность.

Как женщине не бояться сменить работу: полезные советы

- Для начала следует разобраться в себе и выделить причины неудовлетворенности Вашей работой – слишком требовательный руководитель, условия труда, которые негативно сказываются на состоянии Вашего здоровья, и т.д.
- Можно также пообщаться с людьми, работающими на аналогичных должностях в иных фирмах для проведения тщательного анализа ситуации.
- Если Вы придете к выводу, что многие моменты Вас не устраивают, то нужно найти в себе силы для дальнейших радикальных перемен.
- Подумайте о желаемых сферах деятельности Вашего будущего. Определитесь с теми занятиями, которые вызывают у Вас эмоциональный подъем и душевное удовлетворение. Вспомните, какие профессии Вас всегда привлекали, начиная с ранних детских лет и заканчивая настоящим временем, и зафиксируйте их на бумаге.
- Займитесь тем делом, которое делает Вас действительно счастливым – будь то рисование, музыка или спорт.

- Смело выходите из «зоны комфорта» и увольняйтесь. Если Вы мечтаете о личной самореализации, то Вам просто необходимо сделать решительный шаг – оставить нелюбимую работу в прошлом.
- Найдите надежных покровителей – друзей, родственников, коллег, – которые пережили подобную ситуацию и в корне изменили свою жизнь. Прислушайтесь к их советам.
- Поставьте перед собой конкретную цель и идите к ней, пусть и небольшими, но уверенными шагами.

И, заключительный, но самый главный совет – поверьте в свои силы, и у Вас обязательно все получится!