

# DORADZTWO ZAWODOWE 3D

## Perspektywy

W artykule zaprezentowane zostały trzy perspektywy, z których warto przyrzeć się poradnictwu zawodowemu. Przedstawione metody pracy, wizje na prowadzenie rozmowy doradczej z osobami bezrobotnymi, poszukującymi zatrudnienia, mogą pomóc w usprawnieniu procesu doradczego, posłużyć jako inspiracja do wprowadzania w życie własnych pomysłów.

Dialog z partnerami rynku pracy jest punktem wyjścia do dalszego działania w kierunku nowoczesnej aktywizacji zawodowej, dlatego zachęcam do dzielenia się wiedzą i sugestiami.



Źródło: pixabay.com

### Pierwsza perspektywa

#### Żywe obrazy

Myśląc o czymś, widzimy to oczami wyobraźni, chociaż w tej samej chwili nie ma przedmiotu odniesienia do obecnego w świadomości obrazu. Dzieje się tak, dlatego że posiadamy zdolność myślenia wizualnego. Różnorodne obrazy mentalne, które pojawiają się w naszej wyobraźni, odzwierciedlają to, co chcemy uczynić realnym lub wymazać z pamięci.

W obrazach zakodowana jest nieuchwytność chwili. Stanowią one bodziec do działania, powodują przypływ emocji. W urywkach, przeblyskach – dostarczanych przez pamięć fragmentaryczną, kryją się skomplikowane uczucia. Pod prostymi kreskami – sinusoidalne emocje. Piksele zapisywane w świadomości są, tak jak litery na kartce. Zaczynają łączyć się, tworzyć wyrazy, zdania, historie. Towarzyszą nam przy tym różnorodne doznania, które warto poddawać analizie.

Umysł ludzki jest twórczy. Pozwala nam przekuwać myśli w działania. Coraz trudniej jest to robić, ponieważ sytuacja epidemiczna zmusza nas do zamknięcia w „czterech ścianach”. Bezprecedensowy rok 2020, zdominowany przez pandemię, wciągnął społeczeństwo w wir online, ale także odsłonił nowe możliwości.

Przewagę nad licznymi przeszkodami daje nam wyobraźnia, która dynamicznie przekracza bariery rzeczywistego świata. Może ona przebić się na zewnątrz i pomóc działać w kreatywny sposób, za pomocą dostępnych środków. Pytanie brzmi: jak ją uruchomić i zacząć malować żywe obrazy?

Powstający pejzaż życia jest indywidualnym i unikatowym dziełem każdego z nas. Nie tworzy się go za pomocą farb, pędzla ani nawet cyfrowego pióra, tylko siły umysłu. Nie jest do tego potrzebny też talent artystyczny. Sztuką jest pogodzenie się z warunkami, w jakich przyszło nam żyć, ale też życie w zgodzie ze sobą i naturą poprzez ponowne odnalezienie swojego miejsca w różnobarwnym krajobrazie.

Odkrycie siebie na nowo możliwe jest dzięki powrotowi do korzeni – swoich zapomnianych pragnień. Co prawda, nowoczesność przysłała tradycję, jednak czujemy potrzebę sięgania do przeszłości i czerpania z niej inspiracji. Podobnie, nasze prawdziwe dążenia zakryte są bieżącymi sprawami lub obawą przed nieznanym. Mimo to, w głębi duszy tli się iskra, która czeka aż powstanie z niej płomień.

Przyglądając się sobie i swoim dokonaniom, warto poszukać tego, co zostało zepchnięte do nieświadomości, w tym stłumionych w danej chwili, pozytywnych emocji.

Poskładanie w całość pojawiających się myśli i fragmentów obrazów, może być fascynującym, metafizycznym doświadczeniem.

Kolejnym etapem ożywienia obrazu jest wybrzmienie w duchu analogowego syntezyzatora. Wydobycie dźwięku zakłóconego przez szum, ale oryginalnego, będącego przeciwieństwem cyfrowego, powtarzalnego. Następuje wówczas uwolnienie swojego prawdziwego głosu i własnego zdania.

W momencie połączenia wrażeń wzrokowych oraz dźwiękowych, zaczyna powstawać żywy obraz emocji, który może zostać wychwycony i opisany podczas rozmowy doradczej.

Obraz ten służy jako lustro. Pozwala na autoidentyfikację oraz budowanie poczucia własnej wartości. Ułatwia także konstruktywną ocenę swoich potrzeb i możliwości, a także ustalenie priorytetów oraz wyznaczenie celów.

W mojej opinii, pomoc klientom w zrozumieniu sensu tych obrazów i emocji z nimi związanych ułatwia pracę doradcą. Pomaga w uświadomieniu problemów. W tym przypadku, rozmowa doradcza pozwala, podobnie jak w coachingu samodzielnie działać rozmówcy oraz stać się niezależnym artystą i kreatorem własnego świata.



Źródło: pixabay.com



Źródło: pixabay.com

## Druga perspektywa

### Niepowtarzalna projekcja

**B**ycie kreatorem własnego świata i jednocześnie wnikliwym obserwatorem, oznacza ciągłe poszukiwanie sposobów i metod działania oraz zdobywanie wiedzy. Tej płynącej zarówno ze swoich zobrazowanych emocji i potrzeb oraz pochodzącej z zewnątrz – ogólnej i specjalistycznej.

Każdego dnia, na naszych oczach powstaje niepowtarzalna produkcja. Tym realistycznym i oryginalnym filmem o nas samych jest stan naszego umysłu, zdrowia, wiedzy oraz zgromadzonych doświadczeń, a także nasze zasoby niematerialne, takie jak talenty i pasje.

Nadanie uchwyconym już ujęciom ostrości i kolorów, a następnie wprowadzenie ich w ruch staje się możliwe w momencie samoakceptacji. Bez przełamania barier i rozwiązania wewnętrznych konfliktów, pokazanie siebie światu jest niemożliwe. Poznanie siebie generuje chęć poznawania innych. Samoświadomość jest podstawą do dalszego działania, w którym pomaga wiedza pochodząca z różnych, zewnętrznych źródeł.

Nieustannie przez umysł przepływa rzeka informacji. Naszym zadaniem jest oddzielanie prawdy od fałszu, własnego zdania od cudzego oraz ustalanie priorytetów. Łatwiej dokonywać tej analizy, zatrzymując się przez chwilę w pędzie życia. Działa to na zasadzie stop-klatki. Przyglądając się wstrzymanemu na ekranie, obrazowi, można zauważyć detale i pozwolić sobie na chwilę refleksji. Tak samo, odkładając bieżące sprawy na bok i dając sobie czas na przemyślenia, można zmienić podejście do danej sprawy i nabrać dystansu.

Wydaje się, że pole widzenia zostało znacznie ograniczone przez lockdown. Bywają chwile wątplenia, a świat, dotychczas namacalny, zaczyna stawać się coraz bardziej abstrakcyjny i odrealniony.

Internet zarzucający sieć na swoich użytkowników, z każdym dniem zacieśnia te więzy. Na każdym kroku, wirtualna dłoń, wręcz wyłaniająca się z monitora, niczym w filmie fantasy, zaczyna stawać się męcząca. Może ona jednak okazać się pomocna, a głos w słuchawce odpowiedzieć, pokierować, pocieszyć. Bywa niekiedy jedyną deską ratunku w rwącym nurcie rzeki problemów, a czasem drobnym sygnałem, wskazówką. Ponadto, na zewnątrz dozwolone jest obecnie wychodzenie jedynie w masce. Poza tą ochronną istnieje także przybrana, niewidoczna gołym okiem, pod którą ukryta jest prawdziwa osobowość. Niestety odsłonięcie twarzy, nawiązanie kontaktu, i mówienie o emocjach staje się coraz trudniejsze. Z tego powodu, że wiele lęków, uaktywnionych w dobie pandemii, próbuje nas odizolować i zakryć w całości. Zrzucenie z siebie tego ciężaru jest możliwe poprzez otwarcie się, zaufanie oraz rozmowę, nawet prowadzoną zdalnie.

W tych trudnych czasach niepewności, kiedy kontakty międzyludzkie zostały ograniczone, a ochronna maska i odległość utrudniają komunikację, coraz bardziej potrzebne staje się wsparcie i dialog, także w zakresie radzenia sobie z emocjami.

Poradnictwo zawodowe dostarcza wiedzy nie tylko z zakresu zawodoznawstwa, ale także na temat technik samopoznania oraz autoprezentacji. Są to działania m.in. pomagające w zrozumieniu emocji i kontrolowaniu ich, odzyskaniu wiary we własne możliwości, a tym samym ułatwiające planowanie kariery zawodowej oraz poszukiwanie pracy.



Biorąc pod uwagę dynamicznie zmieniającą się sytuację na krajowym i zagranicznym rynku pracy, czynniki zewnętrzne: społeczne, gospodarcze, ekonomiczne oraz wewnętrzne: stan emocjonalny, zdrowotny, nie sposób pominąć zaangażowania w proces doradczy wielu specjalistów, zgodnie z indywidualnymi potrzebami klienta.

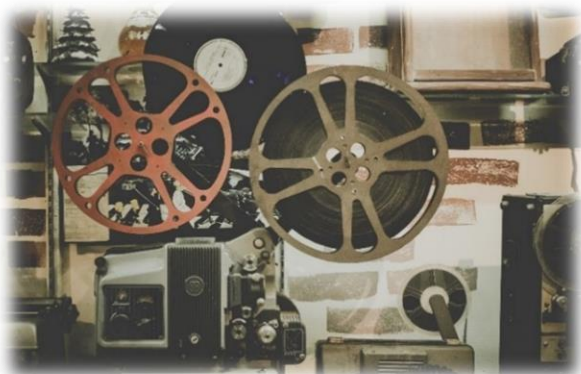
Konieczne jest połączenie różnych koncepcji, metod, technik, narzędzi doradczych, żeby działania te przynosiły pożądane efekty.

Kontynuując proces poradniczy, stopniowo można pomagać klientowi w budowaniu poczucia własnej wartości oraz w zrzucaniu przybranych masek, tak aby zaakceptował siebie lub dążył do zmian w zgodzie ze swoimi wartościami i przekonaniami.

Do tego celu, potrzebne jest jednocześnie świeże spojrzenie i wprawne, doświadczone oko doradcze, czyli współpraca.

Rola informacyjna doradcy, polegająca na przekazywaniu wiedzy m.in. o zawodach i możliwościach rozwoju czy podnoszenia kwalifikacji, jest ważna. Tak samo istotne jest pochylenie się nad kontekstem emocjonalnym i wdrożenie pomocy psychologicznej oraz innych koniecznych form wsparcia. Niezbędne jest czerpanie wiedzy z różnych dziedzin nauki i korzystanie z dobrych praktyk, a także odwaga we wprowadzaniu innowacji czy otwartość na nowe pomysły.

Uważam, że kreatywny rozwój doradztwa zawodowego powinien następować elastycznie wraz z rozwojem sytuacji, w oparciu o realne możliwości klienta i doradcy, a także warunki pracy oraz dostępne formy wsparcia. Kluczowe znaczenie ma świadomość wielowymiarowości działań doradczych oraz projektowanie ich we współpracy instytucjonalnej – z pracownikami wewnątrz firmy oraz międzyinstytucjonalnej – z partnerami rynku pracy.



Źródło: pixabay.com



Źródło: pixabay.com

## Trzecia perspektywa

### Sens życia

**B**ywają chwile, w których wydaje się, że nasze działania nie mają sensu. Przez takie nastawienie często tracimy motywację, a pomysły trafiają do szuflady naszej podświadomości. Często próbują powracać, ale są tłumione przez pesymizm i brak wiary w ich powodzenie.

W trudnej sytuacji pytanie „Dlaczego?”, warto zamienić na „Jak?”. Taka metoda znacznie ułatwia poszukiwanie alternatywnych rozwiązań, a w połączeniu z kreatywnością, umożliwia wyjście poza schematy oraz innowacyjne działanie.

Poczucie sensu można odzyskać, wnosząc w działania prawdziwą część siebie. Dbając o swój rozwój osobisty i zawodowy, przeciera się szlaki kolejnym celom. Nawet jeśli nasze kroki są małe, to stopniowo prowadzą do większych zmian.

W każdym, nawet najdrobniejszych czynach tkwi sens. Najtrudniejszym zadaniem jest uświadomienie sobie tego i wykorzystanie kreatywności, posiadanych kompetencji, mocnych stron, talentów i pasji, a w chwilach zwątpienia, szukanie tego, co da się pozytywnie przekształcić i zrealizować.

Demotywatory pochodzące z różnych źródeł, próbujące ciągnąć w dół, mogą zostać zastąpione motywatorami, które pokonają siłę grawitacji. Poszukiwanie pozytywnych aspektów danej sytuacji wzmacnia i daje siłę do dalszego działania.

Każda z naszych emocji jest specyficzna oraz podlega zmianom w zależności od różnych czynników wewnętrznych i zewnętrznych, dlatego trudno odnaleźć jeden właściwy sposób działania czy stały motywator, który będzie nas napędzał.

Życie potrafi zaskakiwać, rozdając codziennie inne karty. Mimo wszystko, to my zdecydujemy, na jakich zasadach będziemy żyć.

Nasze postępowanie i nastawienie zależy od nas samych. Online czy offline – nadal przyszłość jest w naszych rękach.

W tych niepewnych czasach, nie można mówić o stałości, tylko o ciągłym poszukiwaniu bodźców, źródeł inspiracji i wiedzy.

Co może nam w tym pomóc?

Po pierwsze, elastyczność – ta cecha pozwala na adaptację do nowych warunków. Po drugie, wsparcie ze strony drugiego człowieka, które niweluje poczucie osamotnienia i zmniejsza poziom lęku.

Doradca zawodowy traktowany jako towarzysz podróży po ścieżkach kariery, może odegrać znaczącą rolę w życiu osoby zmagającej się z trudnymi wyborami i pomóc jej w ustaleniu celów oraz odkryciu pasji czy powołania. Jest tym, który wspiera, wskazuje właściwy kierunek, informuje o możliwościach oraz pobudza kreatywność i zachęca do aktywności na każdym etapie wędrówki.

Postępująca automatyzacja i digitalizacja procesów zmienia nasze środowisko życiowe oraz biznesowe, zmuszając nas do dokonywania zmian, uczenia się i nabywania nowych umiejętności. Gwarancja realnej pomocy ze strony specjalistów rynku pracy, daje poczucie bezpieczeństwa. Dla wielu osób jest ona niezbędna, żeby stawiać kolejne kroki.

Zaangażowanie w proces doradczy ze strony doradcy i osoby radzącej się, jest jak wykorzystanie siły nośnej. Umożliwia umysłom – podobnie jak ptakom, wnoszenie się i swobodny lot – tworzenie nieszablonowych rozwiązań.

Nauka i wiedza, współpraca i otwartość na pomysły, empatia i autentyczność, to wszystko ma znaczenie w procesie doradczym i rzutuje na jego wyniki. Połączenie różnych stylów, metod doradczych, narzędzi pracy, pomysłów, pozwala na właściwą, wieloaspektową ocenę indywidualnego potencjału klienta, dobranie odpowiednich strategii pomocowych, co w efekcie wpływa na dokonanie przez niego trafnych wyborów zawodowych.

Doradztwo zawodowe to dla mnie inspirujący proces poznawczy, podróż w zakamarki umysłu, do korzeni natury, a także koncentrujący się na unikatowej historii życia, mechanizmie powstawania emocji, poszukiwaniu źródeł motywacji. Jedną z ważnych zasad w nim, jest zgoda na wyrażenie emocji oraz pomoc w radzeniu sobie z nimi.

Stawiam na poradnictwo zawodowe, prowadzone w warunkach, które odpowiadają obu stronom, w atmosferze sprzyjającej tworzeniu wspólnej opowieści.



Źródło: pixabay.com



Źródło: pixabay.com