

Autocunoasterea si alegerea carierei

Articol oferit de catre echipa **HART Human Resource Consulting**

www.hart.ro, www.consiliereincariera.ro

Autocunoasterea sau cunoasterea de sine se dezvolta odata cu varsta si cu experientele prin care trecem. Pe masura ce persoana avanseaza in varsta, dobandeste o capacitate mai mare si mai acurata de a se cunoaste pe sine.



Totusi, niciodata nu vom putea afirma ca ne cunoastem pe noi insine in totalitate; cunoasterea de sine nu este un proces care se incheie odata cu adolescenta sau tineretea. Confruntarea cu evenimente diverse poate scoate la iveala dimensiuni noi ale personalitatii, care sunt deja consolidate, insa cu care intram in contact numai in anumite contexte.

Unul dintre aceste evenimente joaca un rol deosebit de important in cadrul procesului cunoasterii de sine. Este vorba despre **momentul alegerii carierei**, care – afirma specialistii – poate fi asociat cu dobandirea identitatii profesionale, numai odata ce se realizeaza integrarea si adaptarea initiala la profesie.

Exista insa situatii in care aceasta adaptare este resimtita in plan afectiv ca un soc, datorat **confruntarii intre realitate si ideal**, intre investitiile afective ale tanarului in activitatea profesionala si feedback-ul primit din partea angajatorului.

Asteptarile pe care tinerii le au fata de primul loc de munca variaza in functie de motivatiile profesionale ale acestora, care devin in prezent din ce in ce mai concentrate in jurul **nevoii de statut** si de **securitate financiara**, pe care psihologii le includ in categoria **motivatiilor «de igiena»**.

La polul opus acestui tip de motivatii se afla asa-numitele **motivatii intrinseci**, care au ca sursa **dorintele, nevoile, si trebuintele proprii fiecaruia dintre noi**, cu care din pacate intram prea putin in contact, riscand a ne instraina treptat de sine, si a ne crea **o falsa identitate sociala si profesionala**.

Sa alegi o profesie care nu se potriveste cu ceea ce esti si cu adevaratele tale dorinte este ca si cum te-ai privi intr-o oglinda care deformeaza imaginea. Insa este posibil ca intr-o zi aceasta sa se sparga si sa fie nevoie sa cumperi o alta noua. Uitandu-te in ea, vei putea fie sa constati ca nu este nici o diferenta, fie ca exista discrepante intre imaginea veche si cea noua, aceasta experienta avand in unele cazuri efecte pozitive sau negative in planul imaginii de sine, si deci, al cunoasterii de sine.

Acelasi lucru se poate intampla si in cazul raportului dintre motivatiile tale profesionale si actualul sau viitorul loc de munca. Este posibil ca, neavand o posibilitate

de reflectare corectă a acestor interese privind cariera, să constatăți cu uimire că puteți schimba numeroase profesii, fără să ajungeți în final la o cunoaștere de sine cât mai completă, adică fără să vă consolidați o identitate de muncă.

Ce putem însă face pentru a nu ajunge în asemenea situații, care ar putea naște stări de anxietate, îndoială față de sine și chiar față de ceilalți? Dacă răspunsul care vă vine cel mai ușor în minte este «să ne cumpărăm o oglindă bună» înseamnă că sunteți una dintre persoanele care doresc să intre în contact cu **propriile motivații referitoare la alegerea carierei**.

Și este bine să știți că puteți avea surprize plăcute sau neplăcute când vă veți vedea așa cum sunteți cu adevărat în context profesional... sau puteți să constătați că sunteți neschimbat, ceea ce înseamnă că ați atins un nivel optim al cunoașterii de sine.

Ana Ionescu