

# Reinventar tu carrera para hacer lo que te inspira



Venezuela  
Francia

**Jessica Rojas**, Coach Ejecutivo, Coach especializada en Desarrollo de Talento y Carrera, Facilitadora en PNL  
Certificada por la Escuela Superior de PNL  
Experta certificada en DoLquest  
Fundadora de Alba Institute

**E**n algún momento de la vida, las condiciones parecen estar dadas para hacer un cambio en nuestra carrera. Bien sea porque nos mudamos de país, porque hay cambios internos en la empresa y nuestro nombre salió en la lista de despidos, porque las condiciones políticas y sociales del país no parecen darnos oportunidades, porque simplemente no le vemos sentido al trabajo que hacemos cada día, etcétera.

**¿Cuántas cosas nos ocurren, que marcan puntos de coyuntura de tal importancia que rompen nuestros paradigmas y nos obligan a enrumbar la vida de una forma diferente?**

**¿Por qué es importante reinventarnos profesionalmente?**

Según las últimas estadísticas (diferentes fuentes), el porcentaje promedio de tiempo que una persona pasa en sus actividades diarias es el siguiente: 20% durmiendo, 15% en transporte (público o privado), entre 40% y 50% trabajando, cerca de 10% en tareas domésticas y solo alrededor de 5% haciendo algo que les gusta. Es decir que la mayor parte del tiempo se nos va en el trabajo, nos sentimos bien o no en él.

Curiosamente, **alrededor de 59% de la población activa en el mundo no está**

**satisfecha en su puesto de trabajo**, aun si se encuentra en una gran empresa con beneficios y la seguridad proporciona estabilidad laboral.

**Esto ocurre porque la mayoría de las personas no se detiene a definir una carrera que esté alineada con sus valores y talentos verdaderos**, lo que no es evidente, ya que en el colegio no nos enseñan acerca del desarrollo personal, y los test vocacionales –cuando se hacen– están basados únicamente en el coeficiente intelectual y en las habilidades, pero no en las preferencias, ni en los valores, ni en la personalidad ni en los talentos naturales.

Cuando analizo la vida profesional de las personas, llego a la conclusión de que hay tres tendencias principales:

**1.** La mayoría de las personas que han terminado la escuela y tienen una buena educación buscan un trabajo que se ajuste estrictamente a lo que han estudiado, incluso si éste no los hace felices.

**2.** La mayoría de las personas que no han tenido la oportunidad de recibir ningún nivel de educación (o muy poco), buscan un trabajo porque tienen que ganarse la vida y pagar las facturas.

**3.** Solo alrededor del 1% de la población, independientemente del nivel de educación que tengan, se fijan metas basadas en sus valores y talentos, persiguen sus sueños y tienen una carrera que les hace felices.

Parece injusto pensar que solo el 1% de la población se siente realmente feliz con su vida profesional, son capaces de superar los retos que enfrentan y crecen en el camino. No es coincidencia que el 99% de la fortuna del mundo la tiene un 1% de la población del mundo. Esto hace reflexionar, ¿no es así?

Ahora, ¿cuál es tu caso?, ¿tú también pasas la mayor parte del tiempo en el trabajo y te sientes insatisfecho? **Si eres de los que piensa que la vida debería tener un propósito y podrías ser auténtico, es el momento de reinventar la carrera.** Creo firmemente que es esencial construir una carrera basada en los valores y preferencias de cada quien, donde **podamos utilizar nuestros mejores talentos y habilidades para agregar un valor indiscutible en donde estemos.**

### **¿Por dónde comenzar? Un coach puede ayudarte a definir**

Primero lo primero. **Reinventarse requiere conocerse a sí mismo y reflexionar las cosas con honestidad.** Siempre les digo a mis clientes que la única persona que va a vivir con ellos toda la vida son ellos mismos, y al ser así, debemos ser francos y fieles con nosotros. Las otras personas vienen a nuestra vida para cumplir una misión y acompañarnos en ciertas etapas. Así que debemos actuar en función de nosotros, por supuesto, siendo ecológicos y sin hacer daño a otros.

Es importante tomar conciencia de nuestros valores y preferencias. Cuando hablo de valores no me refiero solo a la parte ética, sino **a lo que realmente le damos más valor, lo que es más importante y prioritario para nosotros.**

Cada persona tiene diferentes áreas que desarrollar y, juntas, forman al ser integral. Según el Dr. Demartini, especialista en comportamiento humano, las siete áreas en la vida son: mental, física, financiera, vocacional, social, familiar y espiritual. Saber determinar cuál es nuestra preferencia en cada una de estas áreas y cómo nos sentimos respecto a ellas es la clave para tener una vida plena de satisfacción.

**Permítete conocerte, entender tu per-**

**sonalidad, tus habilidades y tus talentos.** Entiende el perfil que ofreces con tus puntos fuertes y tu valor agregado. **Dos personas pueden tener exactamente las mismas habilidades, pero las personalidades distintas hacen que cada uno tenga un valor distinto que agregar.** ¿Cuál es el tuyo? ¿Cómo haces tú las cosas de manera auténtica?

### ¿En dónde y cómo reinventarse?

La economía de hoy (a pesar de las crisis, las guerras y cualquier otro conflicto que el mundo enfrenta) representa **oportunidades para crear valor, crear orden, crear empleos, conectar con otros, fomentar la tolerancia, facilitar nuestras operaciones cotidianas, evaluar riesgos y nuevas tendencias, crear nuevas formas de enseñar, de viajar e, incluso, de cocinar,** es decir, **oportunidades para lo que sea!**

**El coaching puede ayudarte a entender que todo lo que se necesita para reinventarse es tener es un poco de creatividad** y entender el mercado del país en el que vives. Algunas preguntas que podrían realizarse son: ¿conoces cuál es la demanda y la oferta de donde estás?, ¿has analizado cuáles son las necesidades actuales y las nuevas tendencias?, ¿has pensado qué tipo de actividad puedes hacer o que producto o servicio podrías ofrecer en función de lo que tu mercado está desarrollando?

El paso siguiente es pensar en el canal, es decir, cómo monetizar tus talentos y habilidades. Para ello, debes entender qué modelo económico o sistema te permitirá capitalizar tus habilidades para lograr una carrera que te genere los ingresos necesarios para vivir tranquilamente. Por ejemplo, ¿Te sería posible trabajar en una empresa, en una institución académica o en alguna organización sin fines de lucro?

¿Te gustaría emprender o no? ¿Te gustaría crear una empresa física o por internet?

Por último, **recuerda que reinventarse requiere hacer la diferencia.** No solo para ti y tu vida profesional, sino también para los otros. En este momento debes pensar cuál es tu valor agregado y cómo aportar tu autenticidad en lo que sea que decidas hacer. **Permítete contribuir a tu manera, usando tus talentos naturales y siendo líder en tu área. De esto se trata, de poder ser tú mismo y disfrutar de tu carrera tanto como de tus hobbies.**

### ¿Hasta dónde quieres llegar?

Cuando entramos en la dinámica de reinventar la carrera, la motivación y las ganas de hacer lo que queremos nos llevan a imaginarnos hasta lo inimaginable. ¡Esta sensación es realmente genial! Y pienso que es importante tenerla siempre con nosotros en este proceso, ya que la motivación se convierte en la energía que nos permite seguir y perseverar, incluso ante los obstáculos más difíciles de superar.

Sin embargo, **los sueños solo son sueños si no se definen y se planifican correctamente.** Por eso es importante definir un objetivo profesional. **Ayúdate de tu coach y define qué quieres ser y cómo quieres ser profesionalmente.** No importa el tamaño de la meta, lo que importa es que esté bien definida y que los objetivos estén claros para ti. Recuerdo, querer llegar lejos requiere que seamos capaces de separar esa **gran meta en pequeñas metas que sean alcanzables y realistas.**

Diseña tu plan y determina las acciones a tomar con ayuda de tu coach para que te muestre qué sí es real y qué está alejado de la realidad. **Es importante fijar fechas** para que tengas una idea de cuánto

tiempo te va a tomar la transición de carrera; de este modo podrás manejar más fácilmente la ansiedad y el estrés. **Toma en cuenta los recursos que tienes y los que vas a necesitar para cumplir tus objetivos.**

### **¿Qué es lo más difícil de la transición y cómo superarlo?**

Lo más difícil de una transición de carrera es la sensación de que la mayor parte del mundo está en contra de nosotros. Tener una idea y atreverse a perseguirla puede provocar desaprobación en el resto de las personas que no están alineadas con nuestras ideas. Esto se conoce como resistencia externa, e incluso la persona más fuerte del mundo puede caer en la trampa de sentirse abrumado por el proceso de transición y caer en la presión y la falta de fe de los demás.

**Lo más difícil en la transición es dar el primer paso. Los miedos atacan:** miedo al fracaso, miedo al éxito, miedo a la soledad, miedo a la burla, miedo al no saber, miedo a hablar en público, miedo a invertir, miedo a perder el tiempo, miedo a perder lo que se tiene, miedo a alejar a los seres queridos, miedo a no reconocerse, y todos los otros miedos que se te ocurran. Hasta los miedos que no sabíamos que existían aparecen en este proceso; a esto se le conoce como resistencia interna.

**Tanto la resistencia interna como la externa se superan buscando apoyo; el coaching es una de las mejores herramientas que puedes utilizar.** Después de que yo misma pasé por una reconversión de carrera y de preguntar a otras personas que están en este proceso, he llegado a entender que lo más se necesita para superar los miedos y la resistencia externa es tener un apoyo incondicional y profesional.

**Tener un coach que confíe en lo que estás haciendo y que te guíe cuando tengas dudas es un factor de éxito enorme, que definitivamente no tiene precio, lo que tiene es valor!**

**También debes preparar tu mente. Pasar por una transición implica saber adaptarse y corregir ciertas cosas.** Tu cerebro está acostumbrado a una serie de eventos, rutinas y prácticas que hace cada día, pero cuando ya no estás haciendo lo mismo, necesita tiempo para entender lo que está pasando y adaptarse a esos nuevos patrones.

**Mi consejo sería que programes a tu cerebro por adelantado, que tengas una visión.** Está comprobado que el cerebro no hace una diferencia entre la realidad y la imaginación, él crea el camino neuronal y anticipa la sinapsis que se necesita para crear el resultado deseado. **Practica la visualización creativa para que el cerebro empiece a activar aquellos circuitos neuronales que necesitará para adaptarse más fácilmente.**

**Hablando por experiencia personal, reinventarme profesionalmente es una de las mejores decisiones que he tomado en mi vida.** Hoy me siento plena, no solo porque hago lo que me inspira y doy lo mejor de mí cada día, sino porque **puedo decir que cada acción que tomo tiene una verdadera intención detrás, y actuar con intención crea más valor para mí y para los demás.** Cada etapa de la reconversión la he vivido con intensidad y me ha ayudado a crecer personal y profesionalmente.

**Si tienes una intención genuina de crear valor y de disfrutar tu vida plenamente, tú también podrás reinventarte, hacer lo que te inspira y vivir de eso. ¡Permítete vivir y actuar con intención y motivación!**