

تغییر شغل چیست؟

تغییر شغل اقدامی ترسناک به نظر می‌رسد. به طور کلی، هر چیزی که از جنس «تغییر» باشد، دشوار، زمان‌بر و ترسناک است؛ زیرا قرار است که از محدوده امن خود خارج شویم. عوض کردن شغل اما از مواردی است که بیش از پیش به گوش می‌رسد و هرروز نیز خواهان بیشتری پیدا می‌کند. شاید این مسئله در گذشته و در چند سال ابتدایی افراد که تازه وارد بازار کار شده بودند، مطرح بود، اما امروزه تقریباً حد و مرز سنی را رد کرده‌است. در این مقاله تغییر شغل در [سیمپل اچ آر](#) قصد داریم به بررسی دلایل این اتفاق و بهترین گام‌های انجام آن بپردازیم.

دلیل تغییر شغل چیست؟

شاید اصلی‌ترین دلیل اینکه امروزه «تغییر شغل» زیاد شده است، این باشد که افراد بیشتری نگرش سنتی به کار را قبول ندارند؛ نگرشی که می‌گفت چند سال اول زندگی برای یادگیری، سپس وارد دوره جدی کار می‌شویم و سپس بازنشسته می‌شویم و از دستاوردهایی که داشته‌ایم، لذت می‌بریم. در حال حاضر، ما بیشتر با افرادی روبه‌رو هستیم که تغییرات مداوم در شغل خود ایجاد می‌کنند و آن سه مرحله را به صورت خرد خرد در طول دوران زندگی خود انجام می‌دهند. آن‌ها مهم‌ترین دغدغه‌ای که دارند، پیدا کردن [کار معنادار](#) برای زندگی‌شان است. علاوه بر این، هر جا که احساس کنند این معنا را پیدا نمی‌کنند، دیگر صبر و تحمل نسل‌های قبل را ندارند و بلافاصله دست به کار می‌شوند. در این زمینه، ما پیشنهاد می‌کنیم ۲ مقاله‌ای که در سیمپل اچ آر آماده کرده‌ایم، تحت عنوان‌های [نگهداشت نیروی انسانی](#) و [تجربه کارکنان](#)، را مطالعه کنید تا بتوانید به معنادادن کارهای پرسنل خود کمک کنید.

بهترین سن برای تغییر شغل

شاید در گذشته می‌توانستیم بگوییم که بهترین زمان برای تغییر شغل، دهه ۲۰ سالگی افراد است؛ اما امروزه به هیچ عنوان چنین حرفی را صحیح نیست. شاید بهترین پاسخ به این سؤال، این باشد: «بهترین زمان برای تغییر شغل، هر زمانی است که شما احساس کنید باید شرایط خود را تغییر دهید.» مهم‌ترین مؤلفه در عوض کردن شغل، خود «شما» هستید. همچنین مؤلفه‌های دیگری نیز به این پروسه، سرعت بخشیده‌اند؛ مانند توسعه هوش مصنوعی که در [مقاله تاثیر استفاده از هوش مصنوعی ChatGPT در سازمان و آینده کسب و کار](#) آن را بررسی کرده‌ایم.

به‌طور کلی، سرعت تغییرات تکنولوژی در دنیا به اندازه‌ای افزایش یافته است که بسیاری از مشاغلی که امروزه جزو مشاغل پرمقاصی در دنیا هستند، تا ۲ سال گذشته وجود نداشتند. پس نیاز است که ما هم نیز همراه با این تغییرات، تغییر و خود را به‌روز کنیم. بنابراین نیاز به تغییر دادن شغل، نه‌تنها چیز بدی نیست؛ بلکه اگر در شما وجود ندارد، احتمالاً شرایط محیطی خود را به‌درستی بررسی نکرده‌اید.

چرا تغییر شغل سخت است؟

هر تغییری سخت است، اما تغییر شغل در این دوران سخت‌تر از قبل شده است. علاوه بر این، نمی‌توان شغل خود را تغییر نداد؛ زیرا مجبور هستیم با تغییرات دنیا خود را به‌روز و پیشرفت کنیم. در این راه ممکن است مسائل شخصی مختلفی نیز ما را تحت تأثیر قرار دهد اما به‌طور کلی، مسائلی که باعث می‌شود این کار سخت‌تر از گذشته صورت گیرد، شامل موارد زیر است:

- **مسیر نامشخص:** در گذشته، مسیر پیشرفت شغلی بسیار شفاف و مشخص بود. برای مثال، اگر قصد داشتید مدیر مالی شوید، می‌دانستید که باید تحصیلات دانشگاهی حسابداری داشته باشید. در ادامه نیز از فعالیت‌های ساده و ابتدایی در حسابداری شروع کنید تا رفته‌رفته بتوانید کارهای پیچیده‌تر را انجام دهید و به مدیریت مالی برسید. اما امروزه با شغل‌های جدیدی روبه‌رو هستیم که هنوز [طراحی مسیر شغلی](#) مشخصی برای آن‌ها وجود ندارد و حتی هنوز وارد دانشگاه‌ها نیز نشده‌اند اما بازار به آن‌ها نیاز دارد. بنابراین، شغل‌های بسیاری هستند که مسیر آکادمیک و مسیر شغلی مشخص ندارند که افراد آن‌ها را ببینند و علاقه داشته باشند اما ندانند که از کجا باید شروع کنند و چطور

وارد آن شغل شوند. چند دلیل برای وقوع این اتفاق وجود دارد که عبارتند از: کم شدن ارتفاق هرمی سازمان‌ها و شکل گرفتن سازمان‌های فلت در [طراحی محیط کار](#) که مراتب سازمانی در آن‌ها معنی ندارد، فعالیت تعداد زیادی از متخصصین به صورت [فریلنسری](#) و [دورکاری](#) که پاره‌وقت و مشاوره‌ای با سازمان‌ها کار می‌کنند.

- **گم شدن:** یکی دیگر از مواردی که باعث سخت‌تر شدن مسیر تغییر شغل می‌شود، نداشتن یا کاهش احساس عضویت در گروه است. در دوره‌های قبل و باتوجه به اینکه مسیر شغلی افراد شفاف‌تر بود، افراد با تخصص‌های مشابه، بسیار ساده‌تر دور یکدیگر جمع می‌شدند؛ اما باتوجه به اینکه امروزه، افراد در مسیر شغلی خود تغییرات فراوانی انجام می‌دهند، پیدا کردن آن گروه دشوارتر شده و گم‌شدگی و تنها ماندن بیشتر احساس می‌شود.

باتوجه به اینکه این تغییر مسیر شغلی در سنین بالاتری نسبت به گذشته ادامه دارد و به‌طور کلی، مهارت‌ها در سمت‌های ارشدتر خاص‌تر می‌شود، بازهم پیدا کردن این گروه را دشوارتر می‌کند. در نتیجه همه این‌ها، اینطور به نظر می‌رسد که برای فردی که در تغییر مسیر شغلی قرار گرفته، در این مسیر تنها است.

چگونه تغییر شغل دهیم؟

تا به اینجا با پیچ‌وخم‌های تغییر دادن شغل آشنا شده‌اید و در ادامه، قصد داریم که ۳ گام عملی برای این کار را معرفی کنیم که بسیار ساده و درعین حال، کارآمد هستند.

۱. گام نخست: بدون مکث

بعد از اینکه تصمیم گرفتیم شغل خود را تغییر دهیم، معمولاً یک مکث طولانی همراه ما می‌شود و دیگر کاری انجام نمی‌دهیم. با اینکه می‌دانیم که دیگر دوست نداریم کاری که درحال انجامش هستیم را انجام دهیم، ولی نمی‌دانیم که چه کاری باید انجام دهیم. در نتیجه، زمان را به تعویق می‌اندازیم و صبر می‌کنیم تا تمام مراحل را به‌طور کامل طراحی کنیم سپس شغل خود را تغییر دهیم. اما این روش کار نمی‌کند یا خیلی سخت کار می‌کند. پیشنهاد سیمپل اچ آر این است که در گام نخست تغییر شغل خود، هرکاری که همین حالا در توان شما است را انجام دهید و اجازه دهید بقیه موارد به مرور زمان ساخته و پرداخته شوند. این تمایل در ما وجود دارد که انجام کارها را به زمانی دیگر،

که احساس می‌کنیم شرایط بهتری برای انجام آن داریم، موکول کنیم؛ اما باید سعی کنیم جلوی این تمایل را بگیریم.

۲. گام دوم: تحمل برزخ

ما در حال گذشتن از کارمان، از چیزی که برایمان بسیار شفاف است و هرروز آن را زندگی می‌کنیم، به سمت چیزی هستیم که برایمان جدید بوده و اطلاعاتمان نسبت به آن کامل نیست. این فاصله را می‌توانیم برزخ بنامیم که در حال عبور از چیزی شفاف به چیزی نامشخص هستیم. این برزخ خوشایند نیست، زمان بر و اذیت‌کننده است، اما باید بدانید که یکی از مراحل که در تغییر شغل باید آن را سپری کنید، این مرحله است. این مرحله برزخ نه تنها بد نیست؛ بلکه زمانی است که شما دقیقاً به آن نیاز دارید تا هویت جدید کاری خود را بسازید، مهارت‌های جدیدی یاد بگیرید و ارتباطات تازه‌ای را شکل دهید.

۳. گام سوم: معاشرت با حرفه‌ای‌ها

زمانی که در برزخ به سر می‌برید، یکی از کارهایی که می‌تواند تغییر شغل شما را بسیار هموارتر کند، **منتورینگ** و پیدا کردن منتور مناسب در زمینه شغلی است که قصد ورود به آن را دارید. پیدا کردن شخصی که در حوزه موردنظر شما به صورت حرفه‌ای مشغول به کار است، می‌تواند جلوی بسیاری از اشتباهات ممکن شما را بگیرد.

به سادگی، شغل‌تان را تغییر دهید

با کاهش ماندگاری پرسنل در سازمان، افزایش سرعت تغییرات و نیاز بازارها و تغییر در **ساختار سازمانی**، نیاز به تغییر شغل بیش از پیش وجود داشته و احساس می‌شود. در کنار این‌ها، یادگرفتن این مهارت برای همه افرادی که فعالیت سازمانی انجام می‌دهند، ضروری است. باید توجه داشته باشیم که در عوض کردن شغل، بیشتر احتمال شکست برای انتظار طولانی‌مدت و کاری نکردن است و برای اینکه بتوانیم جلوی این اشتباه را بگیریم، باید همین امروز و الان، هر آن چیزی که می‌توانیم برای تغییر شغل‌مان انجام دهیم را به کار ببریم و اجازه دهیم با گذشت زمان، ادامه مسیر برایمان هموارتر شود.