

GIV DIN DRØM EN CHANCE

Mette Jensen skiftede lederjobbet i Danske Bank ud for at blive selvstændig karriererådgiver. Nu hjælper hun andre med til at tage små og store skridt i retning af et mere lykkeligt og givende arbejdsliv

En ny kurs i karrieren. En anden uddannelse. En drøm om at blive selvstændig.

Måske har du tænkt tankerne, men stoppet dig selv med alverdens forbehold om, at det vil tage tid, koste penge osv.

Det gjorde Mette Jensen også - indtil hun lærte at tage de første små skridt i retning af et nyt og mere givende arbejdsliv. Nu hjælper hun andre med at gøre det samme.

”Du skal ikke lægge ud med et hovedspring, men bare tage et lille skridt, hvor du undersøger din drøm nærmere. Hvad vil det reelt kræve af tid og penge, og hvad kan du bruge dine nuværende kompetencer til”, spørger Mette.

Hun er uddannet coach og indehaver af firmaet GetBusyLiving, som blandt andet tilbyder karrieresparring, lederrådgivning og erhvervscoaching for agile teams.

Firmaets navn er et citat fra filmen ’En Verden Udenfor’. Det handler om at komme i gang med at leve - at turde have en drøm og tro på den - ligesom den uskyldigt dømte hovedperson i filmen, forklarer Mette, som er 42 år.

En søgen efter mening

I efteråret sagde hun farvel til sit faste lederjob i Danske Bank efter 21 år i banken.

”Jeg har været super glad for at arbejde i sektoren og for at være leder. Den menneskelige side af jobbet har lært mig en masse om relationer og om at få afdelinger til at trives”, fremhæver Mette, som også har været it-leder i mange år.

”Da jeg var yngre, var det da fedt for mig at blive anerkendt for et vellykket it-projekt. Men det er det menneskelige, som motiverer mig og betyder mest for mig”, bemærker hun.

Mette fik drejet sit job i Danske Bank mere i den retning og har ar-

bejdet med strategi og forandringskultur, agile transformationer og kommunikation.

Samtidig konsulterede hun en coach, bl.a. for at få afklaret, om hun skulle noget andet. Omkring slutningen af 2019 blev hun klar over, at der skulle ske noget.

”Det er en livsproces, som har udviklet sig med alderen. En søgen efter mere mening”, forklarer Mette.

Hun ville være coach og læse psykologi, men kunne ikke selv se forløbet for sig. Coachen hjalp hende med at blive konkret og forbedre det et skridt ad gangen og med målet for øje - ligesom man forbereder projekter i banken.

Hjælp fra andre giver superkræfter

At række ud efter hjælp og modtage det i gavmilde doser har været en kæmpe positiv overraskelse for Mette - og en stor kontrast til at gå alene med sine planer:

”Der er så mange, som har lyst til at hjælpe andre. Regnskab, hjemmeside og markedsføring - det har venner eller venners venner hjulpet mig med. Jeg er også kommet med i iværksætternetværk på Facebook, hvor folk hjælper hinanden helt naturligt”, fortæller Mette.

Hun er meget social og havde derfor mange overvejelser om at skulle arbejde alene som selvstændig. Men hun har aldrig følt sig mindre alene:

”Den store opbakning fra andre er min superkraft. Det havde jeg slet ikke set komme”.

Mette har et formaliseret samarbejde med en anden coach. Sammen tilbyder de blandt andet erhvervscoaching til agile teams og NLP-kurser. NLP (Neuro Lingvistisk Programmering) var grundlaget for Mettes egen coaching og første uddannelsesskridt i retning af den nye karriere.



Kort fortalt går det ud på, at vores fortællinger om os selv og andre, påvirker vores tilstand/følelser, og ved at ændre sproget/fortællingen i en mere positiv retning kan vi også få flere positive følelser:

En omvendt beregning

Mette er nu i gang med at bygge en psykoterapeutuddannelse oven på sine NLP-kundskaber. Hun har fået delvis økonomisk støtte til sine uddannelser fra Finanskompetencepuljen og fra Danske Bank, hvor et outplacement-forløb blev konverteret til uddannelseskroner. Resten har hun selv betalt.

Og det har været hver en krone værd:

”Jeg har mere ro på i mit liv og en dyb følelse af, at det er det rigtige. Når en klient går herfra og har fået hjælp og afklaring, er det dybt tilfredsstillende og meningsfuldt for mig”.

Det samme oplever Mette som frivillig i Psykiatrifondens telefonrådgivning for psykisk syge og deres pårørende.

På hjemmefronten glæder hun sig over et mere fleksibelt familieliv med børnene Molly og Johan på hhv. 7 og 11 år.

”Jeg kan selv skrue op og ned for mine klientaftaler – alt efter om børnene er hos mig eller deres far”, siger Mette, som er fraskilt.

Hun glæder sig over at have fået mere tid til at høre musik, som er essentielt for hendes livsglæde, og sørger også for at afsætte tid til løbeture, hvile og andre ting, der er gode for hende.

Det betyder meget mere for Mette end en fast solid løn, der tiker ind hver måned:

”Før i tiden brugte jeg mange penge på takeaway og rengøring - for at købe tid. Nærvær og motion koster ikke mange penge, men gør mig glad. Det gjorde pengene ikke”, pointerer hun.

I stedet for at have et mål om skulle tjene det samme som i banken, lavede Mette en omvendt beregning, hvor alt unødvendigt blev skåret fra.

”Jeg vil kunne beholde mit hus, og vi skal have ordentligt mad. Der går jeg ikke på kompromis. Men jeg kan sagtens undvære mærkevarer og besøg på fine restauranter”, siger Mette.

En omvendt beregning kan være det første skridt i en ny retning, men den kan også sætte en stopper for en drøm.

”Det er jo ikke alt, som kan realiseres. Men det er ærgerligt ikke at tage det første lille skridt og få afklaret, om din tanker skal udledes eller aflives”, slutter Mette.

Mette Jensen tilbyder en gratis afklarings-samtale. Kontakt og yderligere information på www.getbusyliving.dk

Fire små skridt i en ny retning

1. Få sparring – f.eks. hos en coach.
2. Planlægning og forberedelse. Hvor vil du gerne være om et år, og hvordan kommer du derhen? Undersøg, hvad det vil kræve af tid, økonomi mm.
3. Kompetenceafklaring. Hvordan kan dine nuværende kompetencer komme i spil i det nye? Eksempel: en rådgiver er typisk servicemindet og kan sælge.
4. Ræk ud. Folk vil gerne hjælpe. Brug dit netværk.

Kilde: Karriererådgiver Mette Jensen, GetBusyLiving
