

## 5 ting du kommer til at fortryde i din karriere

Af: *Susanne Teglkamp, Ledelsesrådgiver i Teglkamp & Co.* [www.tegkamp.dk](http://www.tegkamp.dk)



Du har kun et liv og kan ikke gøre det om. Det ved vi godt, men alligevel accepterer vi indimellem nogle ting i vores tilværelse og ikke mindst i vores arbejdsliv, som i bedste fald blot er en kvalificeret måde at lade tiden gå og i værste fald opleves som drænende og meningsløst. Vi skylder os selv, at tage vores liv og de valg, vi rent faktisk har, alvorligt, så vi ikke på et sent tidspunkt i livet sidder og fortryder ting, vi kunne have gjort noget ved.

### 5 ting folk fortryder, når de ligger for døden

Bronnie Ware en australsk sygeplejerske, der gennem mange år plejede folk, der lå for døden, talte med patienterne om deres liv og om der var noget i deres liv, de havde fortrudt. Meget af det folk fortrød, handlede om det levede liv generelt men i høj grad også om deres arbejdsliv, som jo er en stor del af vores liv. Der var 5 ting, som gik igen i samtalerne med de mange døende patienter:



#### 1) Ikke at have forfulgt håb og drømme i livet

Jeg synes, at denne fortrydelse er tankevækkende og møder den faktisk ofte, når jeg rådgiver folk, der er på seniorniveau i deres karriere.

De fleste af os har i vores unge år mange drømme om, hvad vi gerne vil beskæftige os med. Men undervejs bliver drømmene trængt til side af de krav og forventninger, vi møder fra vores nærmeste og fra omgivelserne i øvrigt. Nogle gange dukker der muligheder op undervejs i vores karriere - muligheder som vi af forskellige grunde ikke tør forfølge.

Har du en karrieremæssig drøm, du ikke har fået gjort noget ved og som du ved, at du vil fortryde resten af dine dage? Måske skulle du genoverveje, om ikke du skulle forsøge at forfølge den drøm?

#### 2) At have arbejdet alt for meget

Ingen kommer sovende til succes. Har man ambitioner, så skal der som regel også lægges en del arbejdstimer. For mange bliver det imidlertid en livsstil og noget, man aldrig sætter spørgsmålstejn ved. Mange og især mænd oplever på et tidspunkt, at deres børn er blevet voksne, mens de selv var på arbejdet. De oplever, at de har været en alt for lidt til stede i deres børns liv, mens de voksede op, at de faktisk ikke har nogen særlig tæt relation til deres nu voksne børn.

Har du et liv ved siden af jobbet? Overvej om de mange timer, du lægger på jobbet, er båret af andres krav og forventninger til dig eller om de primært er båret af de krav, du stiller til dig selv og din interesse for jobbet. Overvej, om du har de rigtige prioriteringer i dit liv.

#### 3) At have manglet modet til at sige sin mening

Konfliktskyhed på arbejdspladsen er en stor udfordring. Mange mennesker bider rigtig meget i sig og holder sig tilbage for at sige deres mening af frygt for at såre andre, blive misforstået

eller skabe en konflikt. Problemet er, at når vi holder vores mening tilbage, så sidder det alligevel indeni og gnaver. Ofte er vores forestilling om, hvad der kan ske, hvis vi siger vores ærlige mening, langt fra virkeligheden. Vi forestiller os det værste, som bygger på antagelser og dårlige erfaringer fra tidligere oplevelser.

Mangler du af og til modet til at sige din ærlige mening i vigtige spørgsmål? Overvej hvad der er årsagen til, at du mangler modet – ligger årsagen hos dig selv eller hos omgivelserne? Hvad er det værste der kan ske? Og hvis det værste sker, hvad er så alternativet, hvis du ikke siger din mening?

#### **4) At have mistet kontakten med vennerne**

De fleste prioriterer jobbet højt. Ofte bruger vi alt vores energi på jobbet og der bliver meget lidt tilbage til venner og bekendte. Hvis ikke man er opmærksom, svinder omgangskredsen stille og roligt ind. Vi mister undervejs kontakten med vennerne fra vores tidlige ungdom og karriere. Vores venner er en del af vores netværk og netværk skal plejes undervejs for at bestå.

Jeg møder mange mennesker, der på et tidspunkt i deres karriere bliver afskediget og skal ud og søge nyt job. Aktivisering af netværket i forbindelse med jobsøgning kan være det, der gør, at man hurtigere får landet et nyt job. Så er det bare ærgerligt, hvis netværket ikke er blevet plejet undervejs i karrieren og er blevet reduceret til stort set ingenting.

Passer du dit netværk, din familie, dine venner og bekendte - også når du ikke lige står og har brug for det?

#### **5) At nedprioritere lykken i livet**

Den australske sygeplejerske fandt det meget gribende, at mange mennesker først på dødslejet blev klar over, at de i deres liv havde jagtet status, gods og guld i troen på at lykken lå der. De måtte erkende, at det var de ikke blevet lykkelige af, at lykken lå i at værdsætte de gode ting i livet, ting som ikke er materielle, men som oftest har noget at gøre med relationer og med at leve i nuet.

Overvej hvad der gør dig lykkelig i livet. Og hvis lykkelig er for stort et ord, så tænk over i hvilke sammenhænge, du føler den største glæde i livet. Giver du plads nok i dit liv til at opleve de små stunder af lykke og glæde, der opstår undervejs i dit liv?



### **En opfordring**

Det er da pokkers at skulle vente til vi er tæt på afslutningen af dette liv med at stilles os selv de store alvorlige spørgsmål i livet.

Min opfordring til dig er derfor at tage fat på disse spørgsmål mens du endnu kan gøre noget ved det.

**Susanne Teglkamp** er konsulent og direktør i Teglkamp & Co. Hun er uddannet jurist og reserveofficer og har suppleret med flere lederuddannelser senest Executive Board Programme på INSEAD. Susanne Teglkamp fik Ildsælprisen 2012 af DJØFs Brancheforening Selvstændige.

Susanne Teglkamp har tung ledelsesmæssig erfaring og har bl.a. været kommunaldirektør, HR-direktør i to forskellige it-virksomheder og udviklingschef. Hun har i mange år arbejdet som managementkonsulent, karriererådgiver og facilitator. Susanne Teglkamp sluttede sin karriere som reserveofficer som oberstløjtnant. Susanne Teglkamp er i 2015 blevet tilknyttet Forsvarsakademiets Censorkorps som censor i faget ledelse. Derudover har Susanne Teglkamp udgivet flere bøger, hvoraf den seneste 'Fusioner og forandringsledelse i praksis' udkom oktober 2016.

Se mere på [www.tegkamp.dk](http://www.tegkamp.dk)

## Karriererådgivning - hvor skal du hen og hvordan?



Er du på den rigtige hylde og hvordan ser din hylde ud? Vil du gerne blive mere klar på, hvad du vil med din karriere? Så kan det være en god idé at sparre med en person, som ikke er en del af din hverdag.

**Teglkamp & Co.** tilbyder karriererådgivning på timebasis eller et på forhånd tilrettelagt forløb på i alt 5 timer.

Læs mere her: <http://www.tegkamp.dk/Karriereudvikling.pdf>