

- 1- ¿Qué quieres lograr?
Un modelo profesional realizador, rentable y conciliable con la familia
De qué manera específica tu modelo profesional actual no es conciliable con la familia?
Te pongo en contexto: mi marido y yo vivíamos y trabajábamos en Alemania hasta que trasladaron a mi marido a Buenos Aires por un proyecto de 3 años (nos queda 1 año y medio) y justo hace un año que fuimos papás. Ahora cuido de mi bebé y de la casa y quiero enfocar el tiempo que me sobra en perfilar mi currículum y proyectar mi futuro profesional (en Alemania). El trabajo que tengo allí es plenamente conciliable con la familia (es la gran ventaja que tiene). Cuando menciono el punto de la conciliación es por que no estoy dispuesta a renunciar a ella por encontrar algo con lo que me sienta realizada.
Qué te impide sentirte realizada con tu trabajo ahora?
La índole de la tarea administrativa (monotonía, repetición), la falta de retos (plantearme tareas retadoras significaba sobrecargarme con respecto a mis compañeros) y la carencia de proyección.
- 2- ¿Depende de vos?
En algunos aspectos, sí.
En qué aspectos depende de vos? **De conseguir formular la línea profesional que me interesa, trabajar en ella (especializarme) y buscar en esa línea.**
En cuáles no? **El mercado laboral y su oferta.** De quién más depende? **De los empleadores de la ciudad donde vivo.**
- 3- ¿Cuál será el resultado al alcanzar el objetivo?
Estabilidad emocional y económica.
De qué manera tus no estás estable emocional y económicamente ahora?
No estar satisfecha con la tarea desempeñada y no tener perspectivas de cambio me genera una ligera ansiedad y desánimo durante la jornada laboral.
Económicamente estoy estable pero la brecha salarial con mi marido es enorme y eso me genera inseguridad.
- Qué te impide estar estable, específicamente?**
La inquietud de querer algo más y no saber si es realista creer que está a mi alcance. Sentirme desagradecida por no estar satisfecha con un trabajo adecuado que me ofrece unos ingresos fijos, protección sindical y conciliación con la familia.
- Qué pasaría si estuvieses estable en tus emociones: qué pensarías y harías diferente?**
O bien aceptar la situación quedando satisfecha con el balance de aspectos positivos o bien ganar la confianza en mí misma y el empuje de perder esa zona de confort por apostar por una nueva perspectiva.
- De qué manera te comunicarías si estuvieses estable?**
Con mayor firmeza y seguridad. Con menos variables e incertidumbre.
- Qué actitudes tendrías si estuvieses estable emocionalmente?**

- 4- ¿Cómo sabrás cuando lo hayas logrado?
Cuando la actividad profesional se corresponda con mis aptitudes e inquietudes.
Cuáles son tus aptitudes e inquietudes específicamente?
Soy traductora pero no me gusta ejercer como tal en exclusiva porque es una profesión muy solitaria. Me gusta trabajar en un ámbito internacional, comunicativo, llevando a cabo proyectos o una tarea en la que sienta que ayudo a alguien o a algo, en contacto con gente.
- 5- ¿Qué verás, oirás y sentirás cuando hayas alcanzado tu objetivo?
Supongo que veré y oiré lo mismo que ahora solo que quizás desde otra perspectiva, no creo que tan distante a la actual. Sentiré plenitud, orgullo y satisfacción.
Desde qué perspectiva? Qué te impide adoptar esa perspectiva ahora?
La verdad me cuesta enfocar esta pregunta. No sé qué puedo ver, oír o sentir de manera diferente sin saber cómo me voy a sentir cuando alcance mi objetivo. Y teniendo en cuenta que mi objetivo es cambiar de trabajo, veré y oíré otro entorno y a otros compañeros de trabajo y sentiré emoción y responsabilidad de emprender un proyecto nuevo.
- Qué te impide sentirte orgullosa y satisfecha ahora?**
Haber estudiado y trabajado mucho y no poder sacarle partido a esa trayectoria porque estoy sobrecalificada para el puesto de trabajo que ocupo.
- De qué parte de vos no estás satisfecha y orgullosa?**
De conformarme con menos por valorar siempre la oportunidad que se me está dando por encima de mis expectativas.
- 6- ¿Cuándo, dónde y con quién quieres lograr tu objetivo? ¿Hay algún momento en que no lo desees?
En un plazo de un año y medio, en Alemania (aunque no tiene porqué estar ligado a un lugar concreto) y con mi familia. Es una motivación constante e incondicional.
De qué manera no tiene que estar ligado a un lugar concreto?
Hoy en día y en concreto en mi profesión existe la posibilidad de trabajar por internet, por lo que aunque resida en Alemania, si se da un trabajo online en cualquier otro país, el lugar sería irrelevante.
- 7- ¿De qué manera lograr este objetivo cambiará tu vida?
Mejorando mi autoestima y el concepto de mí misma, empoderándome
Qué te impide estimarte ahora?
No tener confianza plena en mis aptitudes y en los resultados que podría conseguir.
- Cuál es tu concepto de vos misma específicamente?**
En algún momento asumí (con complacencia) que a nivel académico soy mediocre: soy buena e inteligente, pero nunca seré la mejor. Confundo ser realista con ser más exigente conmigo misma de lo que lo son los demás y eso me lleva a alejarme del perfeccionismo.

- 8- ¿Con qué recursos cuentas para alcanzar el objetivo?
Con formación universitaria, experiencia profesional, motivación intrínseca y formación complementaria. continua.
Y con qué recursos internos contás (actitudes, habilidades, capacidades, creencias, etc) para alcanzar tu objetivo?
Dispongo de la capacidad de autoreflexión, de análisis de los resultados que obtengo con mi patrón de conducta y la capacidad de reformular qué deseo y cómo alcanzo ese objetivo.
- 9- ¿Qué necesitas para lograrlo?
Lograr definir el concepto laboral y desarrollar el modelo para alcanzarlo.
El concepto tiene que ver con un emprendimiento o un trabajo en relación de dependencia?
Contemplo ambas opciones, aunque por comodidad y tranquilidad económica prefiero un empleo por cuenta ajena.

Qué te impide definir el concepto, específicamente?
Desconocer un puesto o profesión que aune mis aptitudes, intereses en el contexto de la ciudad en la que vivo en Alemania.
- 10- ¿Qué te impide alcanzarlo?

El mercado laboral de la ciudad en la que resido, la falta de confianza en mí misma, la ausencia de un modelo concreto que empezar a desarrollar, el vértigo a salir de la zona de confort.
Qué parte de salir de la zona de confort te da vértigo?
Fracasar. Perder un salario. Perder algo aceptable por ambicionar algo mejor.

Cuál es tu zona de confort específicamente?
Un trabajo con contrato indefinido, cómodo, que no me supone un reto o exigencia, en el que están muy contentos con mi rendimiento y capacidades, con flexibilidad de horarios y de elección de vacaciones, con plena conciliación familiar y con un salario garantizado y adecuado al puesto que ocupo.

De qué manera el mercado laboral de la ciudad en la que estás te impide encontrar un modelo profesional realizador?
El mercado laboral de la ciudad en la que resido está muy centralizado en la industria automotriz y yo soy una española traductora de francés y profesora de idiomas que quiere trabajar en el mundo corporativo sin tener experiencia directa en este ámbito. Tengo estudios y tengo experiencia pero no relacionadas con este sector.
- 11- ¿Cómo sabrán los demás que alcanzaste tu objetivo?
Supongo que a través de mí
- 12- ¿Cuál será el primer paso para lograr tu objetivo?
Hacer cursos de formación profesional y crecimiento personal.
De qué manera específica los cursos te ayudarán a encontrar el modelo profesional?

**Estar en contacto con nueva información me motiva y activa la mente.
También puedo perfilar mi currículum con formación relacionada a mis
intereses elevada al ámbito profesional.**

13- ¿Cuáles serán los siguientes?

Definir las características de ese puesto de trabajo deseado y plasmarlas o bien en el mercado laboral existente o en un modelo de negocio propio.