Как уйти из найма на фриланс безболезненно

Автор:
Наталия Швецова

Как уйти из найма на фриланс безболезненно

Наталия Швецова

Эта книга для вас, если вы намерены уйти из найма на фриланс. Поможет плавно спланировать переход, чтобы путь был максимально безболезненным. Какие шаги необходимы для перехода. Какие навыки нужны на фрилансе. Как определить направление деятельности. Какая поддержка поможет не свернуть с намеченного пути.Наталия Швецова, карьерный консультант, коуч, психолог, делится своим увлекательным карьерным путешествием. Дает рекомендации, исходя из личного опыта и работы с клиентами.

Наталия Швецова

Как уйти из найма на фриланс безболезненно

Предисловие

Еще в юности я увлеклась ведением дневника, где коллекционировала цитаты, афоризмы, высказывания самых разных авторов на всевозможные темы. Большой отклик в моей душе нашли мудрые изречения Омара Хайяма. Вооружась цветными ручками, газетами и журналами, я садилась за стол напротив окна, из которого падал солнечный свет, и погружалась в философские размышления о прочитанном, смотрела в окно, сквозь которое виднелось чистое

голубое небо. Мне было легко и спокойно. В моей голове не было мыслей о прошлом или будущем, я была здесь и сейчас.

В дальнейшем, когда я устроилась на работу и у меня появилась семья, ведение дневника я забросила. И в день увольнения, мило беседуя с бывшими коллегами, я вдруг озвучила свое намерение написать книгу. Я сама не поняла, откуда возникла эта идея. Видимо, в моей душе таилось неосознанное желание. В тот момент у меня не было представления, о чем я буду писать. Но, видимо, мое намерение было настолько сильным, что меня стали преследовать рекламные заголовки про написание книг. Я стала подписываться на различные блоги, каналы, связанные с писательством.

В ходе одного из обучений, когда я выполняла упражнение по определению миссии, родилась небольшая глава книги о силе предков, и мое намерение написать книгу обрело определенный смысл. Идея книги заключается в том, чтобы рассказать своим потомкам о важности знания истории рода, переданных родом талантов, о родовом наследии.

Соглашусь с авторами книги «Сила предков. Как законы рода помогают освободиться от обид, вины и реализовать цели»:

«Судьбы представителей каждого рода – это не просто истории, это подсказки. И если вы сумеете правильно ими воспользоваться, то откроете для себя огромный источник жизненной силы, которую даст вам родовое наследие, а также увидите те места в своей жизни и судьбе, на которые стоит обратить внимание».

Написание книги про свой род я решила отложить. Необходимо больше времени для погружения в эту тему, сбора информации. На сегодня передо мной стоят другие задачи.

Чтобы не сбиваться с намеченного пути, я решила отписаться от всех лишних каналов. И все равно меня находили по электронной почте, в ленте социальных сетей. Чем дольше я откладывала написание книги, тем чаще меня преследовали заголовки «Как написать и издать книгу». В один момент я все-таки сдалась. Благодаря очередному призыву я оказалась на марафоне Евгении Королевой «Книга за 10 дней». За что ей бесконечно благодарна.

В первую очередь я благодарна Высшим силам, создавшим, оберегающим меня и помогающим мне. Своим родителям за то, что дали мне эту жизнь. Своим предкам за переданные таланты и способности, которые есть во мне. Своей семье за то, что она есть у меня. Своим замечательным детям за то, что выбрали меня. Супругу. Всем своим учителям, преподавателям, наставникам и кураторам на курсах. Всем тем, кто встречается на моем жизненном пути, делится своими знаниями и опытом. Клиентам, доверившимся мне. И, конечно же, себе, своему подсознанию за большие и маленькие достижения, победы и поражения. Список благодарностей можно продолжать бесконечно. Предлагаю вернуться к содержанию книги.

Определяя тему написания книги, свой выбор я остановила на развитии деятельности на фрилансе, поскольку сама прохожу этот путь и знаю, что тема актуальна для многих.

Идея книги заключается в том, чтобы как можно большее количество людей, желающих перейти из найма на фриланс, прошли этот путь максимально безболезненно. Выбрали, исходя из имеющегося потенциала, врожденных и приобретенных талантов, то направление деятельности, которое будет приносить не только удовольствие, пользу людям, но и финансовый достаток. Знаю по себе, каково быть недостаточно подготовленным к работе на фрилансе, и надеюсь, что моя история поможет другим набить наименьшее количество шишек.

Содержание книги может быть полезно и тем, кто хочет сменить работу или направление деятельности более осознанно, ориентируясь на свои истинные желания и интересы, глубинные ценности, жизненные приоритеты и ориентиры, имеющийся потенциал и таланты.

Предлагаю перейти к прочтению глав.

Введение

Смысл купить нельзя. Ничего не дает зарабатывание денег,

если я на своей работе страдаю от пустоты и отсутствия смысла.

Мы не можем это компенсировать.

(Отрывок из лекции А. Лэнгле,

известного австрийского психотерапевта)

Всегда ли человек строит профессиональный путь осознанно, опираясь на свои желания и интересы, ценности и таланты?

Возможно, и да, но, как показывает практика, зачастую дело обстоит по-другому. Основным мотивом для трудоустройства выступает зарабатывание денег. И по истечении времени под влиянием рутинной работы, ежедневного взаимодействия с другими людьми, конфликта ценностей происходит выгорание. С этого и начну.

Сначала предлагаю познакомиться поближе!

Меня зовут Наталия Швецова (в девичестве Пластун). На момент написания книги мне 41 год, замужем, воспитываю двух замечательных детей.

Я карьерный консультант, коуч, психолог, помогаю людям осознанно строить профессиональный путь, исследуя потенциал, врожденные и приобретенные таланты, глубинные ценности. Помогаю укрепить внутреннюю точку опоры, обрести уверенность в себе и достигать поставленных целей. По совместительству наставник для экспертов, желающих уйти из найма на фриланс.

Начала трудовую деятельность в 19 лет и на протяжении 20 лет я работала в найме, предоставляя государственные услуги населению, ходя из года в год по одному и тому же коридору. Прошла карьерный путь от рядового сотрудника до управленца. И однажды выгорев от рутинной работы, которая перестала приносить вдохновение и удовольствие, пошатнув внутреннюю точку опоры, ложась ночью спать в обнимку с паническими атаками, я решила, что пора что-то менять. У меня было два варианта: поменять свое отношение к работе либо

саму работу. В силу эмоционального состояния, ориентируясь на свои ценности, я выбрала второй вариант.

Всегда ли было так? Всегда ли работа была рутиной для меня? Конечно же, нет. Я жила и дышала своей работой. Я была полна сил, энтузиазма и вдохновения. Глаза горели. Я хваталась за все новое и интересное. Мое желание работать было круглосуточным. Мне некогда было болеть, отдыхать. Ночами генерировались идеи, стратегии по улучшению качества работы.

Для многих мое увольнение стало «удивительным» с точки зрения неожиданности. «Я просто так удивлена. Я помню, как вы были преданы своему делу, не взирая ни на что. Мне казалось, что вы будете последней, кто оттуда уйдет». Такого рода фразы я слышала от людей после увольнения.

Скорее всего, так и предполагалось, что по старой, классической схеме место работы я не сменю до пенсии. Но более вероятным на тот момент был другой исход. Как сказала моя подруга, которая долго не могла поверить в случившийся факт: «Я думала, что тебя оттуда только вынесут». «Так себе перспективка», – подумала я. И лишний раз убедилась, что приняла правильное решение.

Признаюсь, принять решение и кардинально изменить профессиональный путь было нелегко; пугал страх неизвестности, перемен, осуждения, но случилось так, как должно было случиться. И несмотря на тревожность и беспокойство о дальнейшей судьбе, я решила, что передо мной уникальная возможность взять историю жизни под контроль. Возможность пересмотреть взгляды на жизнь, увидеть ее с новой стороны, определить дальнейшую профессиональную деятельность, ориентируясь на свои желания, интересы, истинные ценности. Я больше не ограничена привычной рутиной, могу сама определять, что же для меня по-настоящему важно и ценно. Через помощь людям делать то, к чему лежит моя душа, что вдохновляет. Но как?

Еще до увольнения появлялась идея стать психологом, помогать людям справляться с возникающими сложностями. Однажды поделившись своим намерением с наставником, услышала важную мысль о том, что мне для начала самой не помешало бы к обратиться к психологу. Сначала мне было неприятно услышать такие слова, но, оценив внутреннее состояние, я осознала, что так и есть. «Значит мои дела совсем плохи,» – подумала я. «Если мое состояние написано на лице и считывается окружающими, как я могу помогать другим людям, когда мне самой нужна помощь? Блеск в глазах пропал, силы иссякли.

Фраза «У меня больше нет сил» стала для меня негативной аффирмацией.

Стоило ли сразу увольняться при эмоциональном выгорании? Ответ на этот вопрос, пожалуй, индивидуален. Для меня это был единственный и оптимальный вариант на стадии моего выгорания. Необходимы были продолжительный отдых, поддержка психолога, трудоустройство в другую организацию или смена сферы деятельности.

После увольнения я решила, как говорят в самолете, «надеть сначала кислородную маску себе, а потом другим». Важно было хорошенько отдохнуть, найти и устранить причину выгорания. Детально продумать стратегию дальнейшего профессионального развития. Заняться тем делом, которое будет приносить радость и удовольствие мне, а также пользу другим людям. Понять свои перспективы и достичь намеченной цели. Несомненно, на просторах интернета много различной информации о том, как можно со всем этим справиться, тем не менее разобраться самостоятельно не получалось, и я прибегла к помощи специалистов. Самокопание, особенно когда не знаешь куда копать, не только бесполезно, но и может усугубить ситуацию.

Год ухода из найма принес мне множество положительных эмоций. Был крайне насыщенным, переломным и незабываемым. Я хорошенько отдохнула вдали от городской суеты в окружении близких мне людей. Открыла для себя много новых возможностей, в том числе работу на фрилансе, удаленно вне офиса, из любой точки мира. Именно в этот период и началась новая история моей жизни, моей деятельности на фрилансе.

Когда я видела вокруг множество уставших, потерявших рабочий энтузиазм, людей, которым процесс работы не приносит удовольствия, мне хотелось им помочь, подсказать, как улучшить эмоциональное состояние и вновь вернуть утраченный интерес к работе. Но, к сожалению, в тот момент моих знаний в области карьерного консультирования было недостаточно, и я решила, что их нужно получить. Я начала искать возможность получить дополнительное образование.

Выйдя из четырех стен офиса, я окунулась в онлайн-мир, где открылось столько возможностей получения дополнительного образования, заработка, профессий. О многих я даже не слышала. Различные тренинги, вебинары, мастер-классы и много всего интересного. Непонятные для меня слова. В какой-то момент я почувствовала себя пришельцем с другой планеты. Да, я пользователь

социальных сетей, но лишнего времени изучать всю эту информацию у меня не было, я жила по принципу: работа-дом-работа. После работы хотелось спрятаться в тишине, и желательно чтобы никто не трогал. Внутри я испытывала «раскол». Моя душа разрывалась на части. Мое тело сопротивлялось каждое утро, когда надо было идти на работу. Я не понимала, кто я. Куда я иду? Зачем я иду? Какой выбор сделать? Уйти или остаться? В чем смысл жизни?

«Мы испытываем раскол внутри себя, когда забываем, кто мы. Когда есть одна часть в себе, в которую мы верим, и другая часть, в которой мы считаем, что так правильно, так должно быть, так надо. Когда ты каждый день соглашаешься на насилие над собой. Когда на работу ходишь не ты, а твой корсет. Две истории про тебя. Одна история – у тебя есть сила, ты ответственный, ты кто-то в глазах других людей, и вторая, которая звучит как: я больше не могу, я не хочу, мне это не нужно». (Отрывок из разбора ситуации Михаилом Саидовым, основателем Академии Экспоненциального Коучинга, на вводном тренинге по методике Экспоненциального коучинга в ноябре 2022 года).

Это был не первый тренинг на моем пути в мир фриланса к получению новых знаний, новой деятельности, которая отзывается в моей душе. Как я ее определила? Прослушивая очередной вебинар, я вдруг почувствовала невероятное вдохновение, заряд эмоций, мурашки по телу и, услышав слово «Карьерный психолог», я поняла, что это то, что мне нужно. Так я погрузилась в получение новых и разнообразных знаний и умений, параллельно проходя обучение в Школе онлайн-маркетологов, разрабатывая маркетинговую стратегию по выбранному направлению. «Разве так бывает?!» – спросите вы.

Да, порой люди так находят свое призвание, доверившись интуиции. Несомненно, меня преследовало множество страхов, синдром самозванца. Возникали сопротивления. Но знания о том, что уверенность приходит ближе к финишу, и мотивационная поддержка со стороны помогали мне не свернуть с намеченного пути. Да, это огромные усилия работы над собой, но, думая о конечной цели, о том, как многого возможно достичь, дойдя до конечной точки маршрута, я решила, что пойду только вперед! Ни шагу назад!

Моя история, может быть, чем-то похожа на вашу, но это вовсе не означает, что надо кардинально менять направление своей деятельности или сразу уходить из найма в «свободное плавание», тем более если к этому хорошенько не подготовиться. Нет единого пути для всех. У каждого свой путь, свои методы его прохождения и достижения поставленных целей. Каждый из нас уникален и

талантлив в своем роде. Но несомненно одно: если вас не устраивает текущая ситуация, вы чем-то недовольны, относитесь к работе с безразличием, не видите смысла в том, чем занимаетесь, значит, пора взять историю своей жизни под контроль. Не ждать подходящего момента, последней стадии выгорания, не рвать душу на части, а начинать действовать.

На сегодня моя долгосрочная цель – помочь как можно большему количеству людей заниматься тем делом, которое будет приносить удовольствие и финансовый достаток, без выгорания. Я искренне надеюсь, что моя книга поможет желающим уйти из найма на фриланс максимально безболезненно.

1. Как перейти на фриланс безболезненно

Кто такие фрилансеры, вероятнее всего, вы слышали, читали, возможно, вы уже на фрилансе, поэтому вкратце. Если обратиться к википедии, то фрилансер – это «свободный работник». Так сказать сам себе «господин начальник», сам организует свой рабочий график, ищет клиентов, заказчиков, подрядчиков, платит налоги, нанимает людей, если есть необходимость. Сам накосячил – сам и отвечает. Поэтому решение о переходе на фриланс должно быть хорошенько взвешено. Конечно, если это решение невынужденное и есть свободное время на получение дополнительных знаний и навыков. Текущая и последующие главы посвящены такому развитию событий, когда есть время на плавный переход на фриланс.

Для того чтобы заниматься фрилансом, частной практикой на законных основаниях, есть два варианта:

1. Оформить статус самозанятого, если сумма дохода планируется не выше 2,4 млн. рублей в год. Это можно сделать, не выходя из дома, скачав приложение “Мой налог” и заполнив данные.

2. Зарегистрироваться как ИП, если планируете годовой доход более 2,4 млн. рублей или есть необходимость нанимать сотрудников.

Отмечу плюсы фриланса: работа на себя, свободный график, отсутствие начальника. Отсутствие дресс-кода, затрат времени и денег на проезд к месту работы и обратно. Возможность неограниченного заработка и совмещения работы с путешествиями.

Минусы: нестабильность, самостоятельный поиск клиентов, заказов, отсутствие социального пакета и гарантий. Полная ответственность за свой заработок, сроки выполнения работы, установление рабочего режима, организацию рабочего пространства. В общем, ответственен сам за себя и свой доход. Вследствие минусов, если вы не подготовлены основательно, могут возникнуть те же самые выгорание и разочарованность в выбранном пути.

Итак, как перейти на фриланс безболезненно? С чего начать и что учесть? Делюсь личным опытом и практикой клиентов.

Если вы тверды в намерениуйти из найма на фриланс, сменить сферу деятельности, то, прежде чем писать заявление об увольнении, проведите небольшой аудит, оцените исходные данные и осуществите переход плавно. Для начала нужно проанализировать риски и продумать несколько вариантов на случай длительного перехода (план А, Б, В). Чем больше запасных вариантов, тем лучше, поскольку спрогнозировать срок, в течение которого у вас будет постоянный поток клиентов и заработок, сложно. Наличие стратегии, плана перехода позволит минимизировать риски и двигаться к поставленной цели более эффективно. Не всегда ожидания могут совпасть с реальностью.

Предусмотреть «подушку безопасности» в виде денежной суммы, рассчитанной не менее чем на ближайшие 12 месяцев. Если у вас уже есть клиенты, заказчики услуг, то замечательно, но предусмотреть риски все же не помешает. Нестабильность – один из рисков, который сложно просчитать, а отсутствие финансов в привычной сумме может повлиять на запланированные шаги, отвлекать внимание и съедать энергию. Страх остаться без денег, средств к существованию, который возникает при смене сферы деятельности и влияет на дальнейший путь, я бы назвала основным.

Правильно, бесконфликтно расстаться с работодателем и коллегами. Хорошо будет взять рекомендации. Подготовить портфолио (грамоты, сертификаты, профессиональные награды, проекты, которыми занимались на работе). Это может пригодиться в дальнейшем: вдруг вы решите вернуться на прежнюю работу или устроиться к другому работодателю. Связи с бывшими коллегами

также могут пригодиться в дальнейшем. Всякое бывает, предусмотрительность не помешает. В любом случае уходить лучше без скандалов и конфликтов. Конфликты на пустом месте не возникают, и не всегда под влиянием эмоций мы можем объективно оценить ситуацию. Да и принцип бумеранга никто не отменял. Это мое личное мнение. У вас на этот счет может быть свое, и это ваше право.

Заручиться поддержкой близких и родных. Поскольку это новый этап вашего развития и смена привычного для многих способа зарабатывания денег, не все родные и близкие могут поддержать вас, а это также может повлиять на вашу продуктивность в действиях.

У каждого человека своя картина мира, свой опыт, свое мнение. И это его право. Здесь можно разграничить, не рассматривать родственников до седьмого колена. Донесите свое решение до самых родных и близких – тем, чье мнение значимо. Если для вас важна поддержка и принятие, поговорите с ними о том, что вы планируете менять деятельность. Если наставления родных вызывают бурю эмоций, можно сосредоточиться и поразмышлять, действительно ли вы хорошо подумали, тверды ли вы в своих намерениях. Какие варианты есть, если вдруг не получится? А вообще цель ваша, истинная, или навязана извне?

Что касается других людей, которые вдруг начнут исчезать из поля зрения, из вашей жизни, вы перестанете с ними общаться, значит, возможно, ваши картины мира различны, и вам не по пути. Важно, чтобы на этом пути сопровождали поддерживающие люди. Окружение играет ключевую роль.

Если вы столкнулись с непониманием близких сердцу людей и для вас ценны отношения с ними, важно разобраться, как обстоят дела с вашей самоценностью, личными границами, принятием себя и других. Вы планируете оставаться один на один с собой, без начальника и команды, опираться придется на себя, внутреннюю точку опоры, и от ее крепости зависит ваш успех. Отсюда вытекает следующее.

Прибегнуть к поддержке помогающих практиков, особенно если причина ухода – эмоциональное выгорание или конфликтные отношения с начальником, коллегами. Психолог поможет разобраться с причинами происходящего. Вам предстоит работать самому и самостоятельно налаживать отношения с клиентами, подрядчиками, партнерами. К тому же, если менять сферу деятельности, то делать это осознанно. Ориентироваться на свои истинные

ценности, желания, интересы, которые мы зачастую не осознаем и из-за которых могут возникать внутренние сопротивления в работе и, как следствие, конфликты с работодателем и коллегами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/ru/shvecova_nataliya/kak-uyti-iz-nayma-na-frilans-bezboleznenno

Текст предоставлен ООО «ИТ»
Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: Купить