

## ГЛАВА 14

# Что делать, если нет мечты и интересов, но перемен хочется

*Вакуум. Ваш первый проект для поисков себя. Два типа разведки (первый всем очень нравится). Почему не стоит смотреть в хрустальный шар.*

Светлана работает в банке и раньше восьми вечера домой не приходит. Все выходные она проводит с детьми. Со временем она оказалась в профессиональном туннеле. Она перестала видеть (и интересоваться) тем, что происходит вокруг, в ее же сфере, и замкнулась на одной своей работе.

Когда работа ее достала (последней каплей было то, что ее не слишком толковой коллеге было предложено повышение, а ей нет), Светлана пришла на консультацию и сказала, что хочет поменять сферу деятельности.

Мечты, даже в виде замороженного слона, у нее не было, разве что провести всё лето с детьми у моря. Увлечений и хобби тоже не было — «когда-то я ходила на танцы, но это же было сто лет назад, а сейчас бы успеть с детьми время провести».

В ситуации, когда работа достала, а вариантов нет, человеку легче всего подхватить вирусную мечту. Я тоже помню, какое впечатление на меня производили красивые книжки с гамаками на фоне бирюзовой воды, когда я спускалась за ланчем в кафе и проходила мимо книжного магазинчика.

Для Светланы и для вас, если вы в такой же ситуации вакуума по поводу своих интересов, у меня припасен особенный первый шаг. Вернее, не шаг, а целый проект.

Назовем его «разведка».

И будет он про открытие мира и расширение горизонтов.

Оглядитесь вокруг. Сейчас вам не из чего выбирать именно потому, что вы не знаете, а что вообще бывает. Поэтому вы теперь — исследователь и первооткрыватель. «Как будто только что выпустилась из школы — весь мир передо мной», — сказал однажды кто-то из моих.

## ПРАКТИКА

Раз в неделю погружайтесь в какую-нибудь новую тему — для начала можно даже наугад. Например, слушайте лекцию в интернете. Или тренинг. Или открывайте для себя новую область знаний. Какого-то

интересного профессионала. Ваша задача — каждую неделю открывать то, чего вы не знали. Назовем этот вариант «диванная разведка». Главное — не остаться только в таком варианте, потому что больше всего информации приносит «полевая разведка».

Это когда вы спускаетесь с дивана и выходите из дома, чтобы поучаствовать в чем-то интересном, глубже погрузиться в некоторые из найденных тем. Сходить на семинар, или пройти онлайн-курс, или записаться в студию, если это программы. Это и будет «полевая разведка».

Делать это просто: можно начать с книжного магазина, любого портала тренингов, образовательных сайтов. Просматривайте информацию, а когда вас зацепит какая-то тема, заглядывайте внутрь. Пока неглубоко. Задача — расширение горизонтов. Восполнение того, что вы упустили, заиклившись на работе и сузив свои горизонты до уровня «работа — дом — отпуск».

Раз предпочтений нет, начать можно с любого места. Главное — выбраться из туннеля и увидеть мир вокруг. И это совсем несложно

Сколько времени инвестировать в такое открытие мира? Месяца три, иногда шесть. Даже год. После этого появляются кругозор и выбор интересов

«Но это же время! Это же снова откладывание! Я снова ничего не выбираю!» — слышу я иногда. Да, это замедление, но оно ускорит процесс. Потому

что вы наверстаете то, что упустили, когда сузили мир до размера своего рабочего стола.

В результате у вас будет список интересов и альтернативных нынешней работе тем. И с этим уже можно делать то, что я рекомендовала в предыдущей главе. Если тем нет, то все шаги будут из разряда «посмотреть в хрустальный шар». Я часто вижу, как на этом этапе человек пытается найти себе дело жизни, разгадать свое призвание и понять дальнейшие шаги. Сидя в туннеле, из которого ничего не видно. Как выбирать, когда вообще не из чего выбирать? Пожалуйста, не пропускайте этот этап.

Нашли свои темы? Переходите к тест-драйву, описанному в предыдущей главе.

Светлана большую часть времени, инвестированного в расширение горизонтов, провела в разных творческих экспериментах, ходила на несколько мастер-классов, на рисование, на каллиграфию, на совместные занятия с детьми, на крафтинг и другие. В итоге через полгода она поняла, что ей особенно интересна арт-терапия, и уже подала документы на серьезную программу обучения.

## ГЛАВНОЕ

Если вы хотите сменить карьеру, но у вас нет никаких альтернативных интересов, начните не с карьеры. Начните с интересов. Лучший шаг для этого — запланировать расширение горизонтов.



[Почитать описание, рецензии  
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

