

۵ توصیه مهم برای انتخاب شغل دوم

معمولاً وقتی به مردان ایرانی می‌گویید درآمد بیشتری کسب کنید و این شغل درآمد کافی ندارد، آن‌ها پس از اندکی تفکر و تأمل به سراغ مسافر کشی می‌روند. معمولاً شغل دوم ایرانی‌ها مسافرکشی و کار در آژانس است اما این تنها شغل دوم در ایران نیست و پیشنهاد های فراوان برای شغل دوم در ایران وجود دارد.

اگر علاوه بر شغل ثابتتان یک شغل دوم با ساعات کاری منعطف و پاره وقت پیدا کنید با این شغل هم می‌توانید درآمد کسب کنید و هم سرگرم شوید. کسب درآمد بیشتر موضوعی است که همه ما در جستجوی آن هستیم. به لحاظ وضعیت اقتصادی جامعه وجود شغل دوم برای هر فردی ضروری است زیرا جامعه امروز ایران با پیشرفت تکنولوژی و تجملات به سمت سرمایه‌داری و کسب ثروت گرویده است.

کسب درآمد بیشتر

در گذشته شغل دوم نیاز نبود و خرج و مخارج زندگی با وجود یک شغل ثابت می‌گذشت اما اکنون مخارج زندگی به دلیل تجمل‌گرایی و گرانی بالا رفته است. شغل دوم به معنی رفتن به محل کار دیگر و داشتن ساعت کاری خاص برای آن نیست زیرا اگر شما بخواهید در دو محل متفاوت بیش از توانتان کار کنید بازده مناسب خود را از دست می‌دهید و خسته می‌شوید.

توصیه‌هایی در مورد شغل دوم

۱. کاری متفاوت انجام دهید که حتی المقدور مورد علاقه‌تان باشد

اگر کل روز را پشت میز می‌نشینید، شب‌ها از کار با کامپیوتر اجتناب کنید. ممکن است فکر کنید ایستادن پشت صندوق یا کار در یک رستوران شلوغ به عنوان گارسون، کاری متفاوت است اما بهتر است سعی کنید کاری را که به آن علاقه دارید به عنوان شغل دوم انتخاب

کنید. اگر حیوانات را دوست دارید، می‌توانید مراقبت از حیوانات را به عهده بگیرید یا اگر به موسیقی علاقه دارید، می‌توانید راهنمای سالن کنسرت باشید.

۲. از استرس دوری کنید

هر شغلی با میزانی از استرس همراه است، اما اگر شغل اصلی شما خیلی پر استرس است، شب‌ها شغلی مانند کنترل خطوط هوایی را انتخاب نکنید. سعی کنید شغل دومتان کمترین میزان استرس را داشته باشد. اگر کارمند با انگیزه‌ای باشید ممکن است به نظر برسد که تمایل به داشتن دو شغل دارید، در این صورت ممکن است به عنوان مسئول نظارت نیز انتخاب شوید اما، سعی کنید مسئولیت‌های اضافی را با احتیاط قبول کنید، زیرا ممکن است کمی به درآمدتان اضافه شود اما اگر میزان استرس را افزایش دهد دیگر ارزشی نخواهد داشت.

۳. در شغل اصلی خود دقت کافی به خرج دهید

برای گفتن یا نگفتن دو شغله بودن به رئیس‌تان دقت به خرج دهید. این موضوعی است که خیلی‌ها با آن درگیر هستند، ممکن است برداشت رئیس از دوشغله بودن شما این باشد که توانایی و بهره‌وری‌تان در شغل اصلی تحت تاثیر قرار می‌گیرد، از طرفی بد نیست که رئیس‌تان بداند شما چرا راس ساعتی خاص محل کارتان را ترک می‌کنید و این را به معنای فراری بودن شما از کار برداشت نکند. همچنین دو شغله بودن ممکن است عواقبی داشته باشد که باید نسبت به آن هوشیار باشید. چنانچه شغل دوم روی کار اصلی اثر بگذارد، بسیاری از کارفرمایان اجازه‌ی این کار را نمی‌دهند. برای مثال کارمندان کنترل خطوط هوایی اجازه‌ی چنین کاری را ندارند زیرا ممکن است خسته شوند و کنترل هواپیماها از دست‌شان خارج شود. اگر در مورد مطرح کردن این موضوع تردید دارید، باید بدانید که صداقت داشتن بهترین سیاست است.

۴. سعی کنید با یک کار فرمای انعطاف‌پذیر کار کنید

Page | 3

همیشه به یاد داشته باشید که شغل اصلی شما بر هر کاری اولویت دارد. بنابراین سعی کنید در شغل دومتان رئیس انعطاف‌پذیری پیدا کنید تا اگر برای کار اصلی نیاز به مرخصی داشتید بتوانید مرخصی بگیرید. ممکن است نیاز باشد که به یک سفر کاری بروید یا برای یک پروژه‌ی خاص اضافه‌کاری داشته باشید. صاحبان مشاغل و کسب‌وکارهای کوچک و مستقل معمولاً شرایط خاص شما را درک می‌کنند و برای کنار آمدن با این شرایط سخت‌گیری نمی‌کنند و برخلاف تصور، برخی از زنجیره‌های بزرگ، زمان‌بندی قابل انعطافی دارند و حتی می‌توانند کار را به شخص دیگری در نزدیک‌ترین مکان واگذار کنند.

۵. اهداف مالی برای خود در نظر بگیرید

پیش از انتخاب شغل دوم در نظر بگیرید چقدر به درآمد ماهیانه‌تان افزوده می‌شود و تنها به میزانی کار کنید که به درآمد مدنظرتان برسید. درآمد اضافه را برای چیزی معین در نظر بگیرید مثلاً برای تسویه‌ی کارت اعتباری یا ایجاد یک حساب پس‌انداز، به این ترتیب بهتر می‌توانید نتایج کارتان را ببینید.

۶. زمانی را برای استراحت در نظر بگیرید

هیچکس نمی‌تواند ۲۴ ساعته کار کند، شما باید حداقل یک شبانه روز کامل در طول هفته استراحت داشته باشید و اگر فکر می‌کنید به دلیل زیاد کار کردن از فعالیت‌های اجتماعی بازمانده‌اید به خاطر بیاورید که بخشی از پول‌های‌تان باید صرف تفریح و خوشگذرانی شود.

۷. نسبت به روابطتان با دیگران بی‌توجه نباشید

Page | 4

دو شغله بودن طبیعتاً استرس‌زاست اما بیشتر از آن ممکن است بر روابط شما با دیگران تاثیر بگذارد. اگر می‌توانید پیش از انتخاب شغل دوم با همسرتان مشورت کنید تا از احساس او در مورد اضافه کاری‌تان باخبر شوید. حواس‌تان را جمع کنید و از رفت و آمد و رابطه با نزدیکان و دوستان‌تان غافل نشوید. یادتان نرود که همیشه می‌توان پول درآورد یا کار دیگری پیدا کرد اما روابط دوستی و فامیلی خیلی مهم‌تر هستند و نباید از آنها غافل شوید زیرا به راحتی قابل جایگزینی نیستند.

۸. مراقب سلامتی خود باشید

خستگی بیش از حد ناشی از کار زیاد موجب به خطر افتادن سلامتی می‌شود و روی جسم اثر منفی دارد. وقتی شما دو شغله می‌شوید زمان کمتری برای خوابیدن دارید، در حالی که بدن شما به خواب کافی نیاز دارد، تندتر غذا می‌خورید و کمتر به سلامتی خود اهمیت می‌دهید در حالی که به تغذیه‌ی مناسب‌تری نیاز دارید.

ممکن است تمایل بیشتری به مصرف نوشیدنی‌های کافئین‌دار داشته باشید تا خستگی‌تان در برود و مصرف این نوشیدنی‌ها موجب کم‌خوابی می‌شود. سعی کنید بیشتر ورزش کنید، یک رژیم غذایی مناسب داشته باشید و حداقل ۶ ساعت در روز بخوابید تا توانایی جسمی‌تان افزایش یابد و آمادگی مواجهه با شغل دوم را داشته باشید.

برخی افراد از مولتی‌ویتامین‌ها و مواد انرژی‌زا برای سرپا ماندن و بیشتر کار کردن استفاده می‌کنند که ما مطلقاً چنین روشی را توصیه نمی‌کنیم.

۹. زمانی موقت برای دو شغله بودن در نظر بگیرید

Page | 5

تا زمانی که نیازهای مالی ضرورتان برطرف شود، کار دوم را ادامه دهید. مثلاً یک سال کار کنید و شش ماه به خودتان استراحت بدهید. به این ترتیب همواره با موقعیت‌های جدید و افراد جدید مواجه می‌شوید. هرگز به مدت طولانی و بی‌وقفه دوشغله نباشید. یکی از خوبی‌های دو شغله بودن این است که قدر لحظات و ایامی را که در حال استراحت هستید، بیشتر می‌دانید و سعی می‌کنید از آن بهتر استفاده کنید.

انتخاب شغل دوم بخشی چالش‌برانگیز از زندگی کاری افراد است. بخشی که بدون برنامه‌ریزی دقیق ممکن است باعث ایجاد مشکل شود. به همین دلیل پس از دانستن اصول اصلی حاکم بر انتخاب این‌گونه مشاغل که در بخش دیگری به آن‌ها اشاره شد، در ادامه گام‌های اصلی در فرایند انتخاب شغل دوم را به شما معرفی می‌کنیم. این گام‌ها باعث تسهیل فرایند کاریابی و ورود موفق به شغل دوم برای شما خواهد شد:

۱۰. نقاط قوت خود را شناسایی کنید

هنگام انتخاب شغل دوم نیز مانند شغل اصلی، باید به نقاط قوت خود توجه ویژه‌ای داشته باشید. سعی کنید فهرستی از قابلیت‌های کارساز خود را تهیه کرده و بر اساس این فهرست کاریابی را آغاز کنید. هنگام شناسایی این نقاط از بدبینی یا خوش‌بینی پرهیز کنید و تا حد امکان واقع‌بین باشید. یافتن ویژگی‌های مثبت و مزیت‌های رقابتی، شما را قادر خواهد کرد تا در زمینه مناسب برای کار جستجو کنید و در ادامه مسیر، این ویژگی‌ها را بیشتر تقویت نمایید.

۱۱- نقاط ضعف خود را بپذیرید

هر فردی در کنار ویژگی‌های مثبت، در برخی از حوزه‌ها نیز ضعیف است. واقع‌بینی به معنای پذیرش همزمان این دو وجه است. فهرست ویژگی‌های شما باید در کنار نقاط برتری بخش، به موارد ضعیف‌تر نیز اشاره کند. آگاهی از این نکات به شما کمک می‌کند تا در طول زمان برای رفع آن‌ها برنامه‌ریزی کنید. البته با توجه به محدودیت‌های موجود در انتخاب شغل دوم، بهتر است بیشتر بر نقاط قوت خود تکیه داشته باشید.

۱۲- شغل مکمل را انتخاب کنید

در طول مدت حضور در شغل اصلی، بخش زیادی از انرژی شما صرف انجام وظایف مرتبط با حوزه کاری‌تان خواهد شد. طبیعی است که اگر شغل دوم شما با این حوزه فاصله زیادی داشته باشد، مجبور خواهید بود اندک توان باقیمانده خود را نیز صرف سازگاری با این شغل کنید. در حالی که اگر شغل دوم به نوعی مکمل شغل اول باشد، می‌توانید با فراغت بیشتری وظایف را انجام دهید. نکته دیگر این است که تخصص شما به طور معمول در زمینه خاصی شکل گرفته و ورود به شغلی که چندان در آن مهارت ندارید، باعث آسیب وجهه کاری شما خواهد شد.

۱۳- مهارت بیاموزید

به شغل دوم مانند فرصتی برای تقویت توانایی‌های خود نگاه کنید؛ زیرا با کار بیشتر و مواجه شدن با چالش‌های جدید، مهارت‌های مورد نیاز شما تقویت می‌شود. در این زمینه منابع مختلفی در دسترس شماست که می‌توانید با کمترین هزینه از آنها استفاده کرده و پشتوانه علمی و مهارتی خود را تقویت کنید.

۱۴- ریسک‌ها را بشناسید

مشاغل دوم نیز از قواعدی مشابه با کار اصلی شما پیروی می‌کنند. بر همین اساس، برخی از مشاغل بار مسئولیت بیشتری دارند و میزان ریسک آن‌ها بالاتر است. البته نمی‌توان در مورد ورود به چنین مشاغلی پرهیز از آن‌ها توصیه کلی داشت. با این حال، بهتر است پیش از پذیرش مسئولیت در شغل دوم، تمام خطرات و چالش‌های آن را شناسایی کنید. به یاد داشته باشید که زمان و انرژی شما در این مشاغل محدودتر است و به همین دلیل ممکن است توانایی کنترل کامل شرایط را نداشته باشید.

۱۵- به علایق خود اهمیت دهید

شغل دوم می‌تواند مجالی برای ورود به حوزه‌های مورد علاقه شما باشد؛ به‌ویژه اگر در این شغل صرفاً پول هدف شما نیست. سعی کنید زمینه‌ها و استعدادهایی را که در فشار کاری چندان توجهی به آن‌ها نداشته‌اید به تدریج شناسایی نموده و در زمان انتخاب کار فرعی از آن‌ها به عنوان راهنما استفاده کنید. از این طریق می‌توانید انتخاب خود را انگیزه تقویت بیشتر کنید و شاید در نهایت همین شغل دوم به سبب استعداد و علاقه، به گزینه اول شما تبدیل شود.