

# Zpět do pracovního procesu: Jak se vrátit do práce po rodičovské dovolené?

Vloženo: 19.09.2020 Komerční sdělení

**Mateřská a poté rodičovská dovolená je pro mnohé ženy vytržení z pracovního procesu i na několik let. Návrat do práce pak může znamenat větší zátěž, než se zdá a skloubit rodinný a pracovní život je najednou docela výzva. Představíme vám několik tipů, jak se na přechod do práce dobře připravit a usnadnit si jej.**

## Začátky jsou nejnáročnější

Pokud vás návrat do práce děsí a bojíte se, co přijde, začněte myslet více pozitivně a uklidněte se. Je potřeba si uvědomit, že začátky jsou vždy nejnáročnější a zejména pár prvních týdnů je nutné vytrvat, než si všechno "sedne".

Připravit se však můžete už dopředu a to je naše nejdůležitější rada – **nepodceňte přípravu** a vrhněte se na ni již v posledních měsících rodičovské dovolené. Jak na to?



## Zjišťujte si informace z oboru

S koncem rodičovské dovolené se ve volných chvílích **začněte vzdělávat ve svém oboru**. Zjistěte si informace v hodnotných aktuálních článcích. Změnilo se něco během vaší pracovní přestávky? Jaké se objevily novinky za tu dobu, co jste pečovala o rodinu?

V některých oborech jako je [marketing](#) nebo například personalistika se trendy, postupy i strategie práce rychle mění. I několik měsíců nečinnosti může představovat pomyslný ujíždějící vlak, tak do něj rychle naskočte zpátky.

## Čas na změnu?

Chcete se věnovat dále svému původnímu zaměstnání? Nebo cítíte, že je čas na změnu? Během rodičovské dovolené, která přináší pauzu od pracovních záležitostí, je ideální čas přemýšlet, zda vás vaše současné zaměstnání naplňuje a případně se podívat po něčem jiném. Že nemáte žádné zkušenosti v daném oboru? Čtete dál.



## Využijte rekvalifikačních kurzů

Zkušenosti v oboru nepotřebujete, stačí vám **načrpat nové znalosti a dovednosti** pomocí **rekvalifikačních kurzů**. Zajímá vás například obor účetnictví? Využijte nabídku společnosti Orange Academy a vyzkoušejte [rekvalifikační kurz účetnictví](#). Tento obor se navíc velmi dobře kombinuje s rodinnými povinnostmi, jelikož lze vykonávat na zkrácený úvazek.

Chtěla byste se spíše stát asistentkou nebo sekretářkou? Pak doporučujeme [rekvalifikační kurz asistentka](#), který vám tuto kariéru umožní rozjet.

Možností je samozřejmě mnoho, stačí si vybrat to vhodné povolání pro vás a nebát se vzdělávat v daném oboru. Zvýšíte své šance uplatnění se na trhu práce, přechod do práce pro vás bude snazší anebo vám získané dovednosti a znalosti umožní rozjet **vlastní podnikání**. Je to jen na vás.