

"Semestern fick mig att byta jobb"

Kristina varvade ner och insåg vad hon egentligen ville göra

Efter fyra dygn på klostret förstod Kristina Nilsson att hon var tvungen att byta jobb för att må bra.

- Hade jag inte stannat upp tror jag inte att jag hade förstått hur fel jag levde, säger hon.

Kristina Nilsson hade fullt upp - minst sagt. Hon for som ett torrt skinn mellan sitt galleri, sitt pensionat och sin restaurang nere på Österlen. Mån om att allt skulle vara perfekt och noga med att ha total kontroll.

Utsliten bestämde hon sig för att unna sig fyra dygn på ett kloster.

- Vi fick inte prata. Så jag levde i stillhet och absolut tystnad och insåg att min jobbsituation " Det höll inte längre.

Hade du kommit fram till det om du inte hade tagit ledigt från jobbet?

- Nej, det tror jag inte. Jag behövde tystnaden och stillheten för kunna känna efter vad jag verkligen ville. Alla behöver stanna upp så ibland, men de behöver ju inte åka till ett kloster för att göra det.

En tid efter att Kristina kommit underfund med att jobbsituationen var ohållbar fick hon syn på en annons om en utbildning till rehabiliteringssamordnare. Hon har alltid varit intresserad av psykologi och hälsa och det här kändes rätt i magen.

"Måste våga satsa"

Trots en del farhågor satsade hon och driver i dag en lönsam verksamhet där hon är rehabiliteringskonsult och föreläser om sockerberoende.

- Jag hade så mycket mer att ge och kände att jag måste våga satsa på att skola om mig, ber ättar hon.

Men nu har du återigen semester och tid för eftertanke. Vad säger magen nu?

- Att jag har hamnat helt rätt. Nu känner jag mig betydelsefull på jobbet. När jag ser att de personer jag coachar börjar må bättre och börjar tro på sig själva igen - det är en fantastisk känsla. Jag är verkligen glad att jag vågade satsa på en ny karriär.



KÄNDE EFTER En lugn semester krävdes för att Kristina Nilsson skulle förstå att hon var tvungen att byta jobb för att må bra.

Foto: MARTIN LINDEBORG

Ulrika Nybäck
Sofia Wadensjö Karén
30 Juli 2006

Bor på Österlen

Namn: Kristina Nilsson. **Ålder:** 57 år. **Yrke:** Rehabiliteringskonsult. **Bor:** Sankt Olof på Österlen. **Familj:** Sambo, son och barnbarn.

Kristinas råd - så hittar du rätt jobb:

- ✓ Ta dig tid att reflektera över vad du vill göra.
- ✓ Dröm stort och ha visioner, men var samtidigt realistisk.
- ✓ Våga ta risker, du växer av att du vågar.
- ✓ Se till att ha en eller flera personer som du kan bolla dina idéer med.
- ✓ Skriv ned för- och nackdelar med det jobb du har i dag.
- ✓ Följ glädjen. Blir du glad när du tänker på det nya jobbet, då är det rätt.