



**Poza sceną  
Druga kariera**

**Poza sceną  
Druga kariera**



# Poza sceną Druga kariera

Rozmowy przeprowadzone  
przez doradczynie zawodowe  
Dobrosławę Choryńską-Chudy  
i Ewę Warchołą w latach 2017–2022

Warszawa 2023





# Spis treści

Introduction	<b>7</b>	Sergii Oberemok	<b>93</b>
Marta Anczykowska	<b>17</b>	Aneta Pajgk-Cwojdzińska	<b>97</b>
Eduard Bablidze	<b>20</b>	Robert Rzeźniczak	<b>101</b>
Sebastian Borkowski	<b>25</b>	Katarzyna Sanocka	<b>105</b>
Maciej Cierznia	<b>28</b>	Vladimir Seleznev	<b>109</b>
Beata Danielska	<b>31</b>	Urszula Solecka	<b>112</b>
Iwona Grocholska	<b>34</b>	Sebastian Solecki	<b>116</b>
Jakub Jóźwiak	<b>37</b>	Jurij Stesew	<b>121</b>
Wojciech Kaleniecki	<b>41</b>	Sabina Szybka	<b>125</b>
Marcin Kędziora	<b>45</b>	Monika Urbaniak	<b>129</b>
Magdalena Klimiuk	<b>49</b>	Katarzyna Wieliczko-Pos	<b>133</b>
Piotr Korpusik	<b>53</b>	Aneta Wojtyra	<b>137</b>
Paweł Kruk	<b>56</b>	Paulina Wycichowska	<b>141</b>
Sandra Kruk	<b>60</b>	Łukasz Zasik	<b>145</b>
Radosław Lak	<b>64</b>	Aleksandra Žaczkova	<b>148</b>
Michał Łabuś	<b>67</b>	Emanuela Žukowska	<b>153</b>
Beata Macioszozyk	<b>71</b>	About the Programme	<b>156</b>
Łukasz Marczyński	<b>75</b>	NIMiT	<b>158</b>
Tomasz Moskal	<b>79</b>	About the team	<b>159</b>
Jacek Niepsujewicz	<b>81</b>	List of jobs selected for the scholarship programme	<b>162</b>
Elżbieta Niezgodzka	<b>85</b>		
Jacek Nowosielski	<b>89</b>		



## Wstęp

Kiedy jako mała dziewczynka rozpoczynałam swoją edukację taneczną, pamiętam, jak wielkie wrażenie zrobił na mnie jeden z filmów o balecie. Nie mogę przypomnieć sobie jego tytułu, wydaje mi się, że była to *Magia tańca*. Pamiętam jednak doskonale ostatnią scenę, kiedy Giselle podążyła teatralnymi korytarzami, aby za chwilę pojawić się na scenie wśród zjaw i wił. Jej ostatnie słowa brzmiały mniej więcej tak:

*Ktoś kiedyś powiedział, że podobni jesteśmy do zjaw, a prawdziwe życie toczy się poza murami teatru. Zrozumiałam jednak, że tylko na scenie istnieją prawdziwe miłość, radość, szczęście. Wszystko inne jest złudzeniem. Nie wiem, co będę robić za dwadzieścia lat, kiedy przestanę tańczyć. Pewnie umrę. Nie myślę o tym. Póki tańczę – żyję.*

Jak trudno pogodzić się z tym, że w życiu jest zupełnie odwrotnie, wiedzą wszyscy artyści, tancerze i tancerki, którzy prędzej czy później muszą wyjść poza mury teatru i rozpocząć inne życie. Okazuje się jednak, że taka zmiana jest nie tylko możliwa, ale również fascynująca, piękna i przede wszystkim na pewnym etapie bardzo potrzebna.

W trakcie mojej kariery tanecznej skończyłam studia i podejmowałam różne aktywności, by móc kiedyś, w bliżej nieokreślonej przyszłości, jak wtedy myślałam, zmienić zawód. Mimo że miałam za sobą edukację w innej dziedzinie niż taniec, ta decyzja okazała się bardzo trudna, a jej podjęcie zajęło mi mnóstwo czasu. Jednak żadne doświadczenie zdobyte w teatrze nie poszło na marne, a w pracy dziennikarskiej okazało się

bezcenne. W balecie Opery Krakowskiej miałam zostać tylko na chwilę, a przetańczyłam na deskach tego teatru dwanaście lat. Dlaczego tak trudno rozstać się z tym zawodem? Ponieważ on nas określa, buduje naszą tożsamość, determinuje sposób bycia i życia. Zmiana wydaje się niemożliwa. Przychodzi jednak taki moment, kiedy jest konieczna, bo, jak powiedział Tadeusz Kantor: „Nie można być ciągle na fali – trzeba być falą”. Podążając za tą myślą, łatwiej podjąć decyzję.

Program Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy, oferowany przez Narodowy Instytut Muzyki i Tańca, jest bezcennym narzędziem dla artystów, którzy z oczywistych powodów nie mogą uprawiać swojego zawodu do sześćdziesiątego lub sześćdziesiątego piątego roku życia. Wsparcie, jakie zapewnia, zarówno finansowe, jak i to na poziomie doradztwa zawodowego, jest rozwiązaniem wielu problemów, z jakimi przyjdzie się zmierzyć każdemu tancerzowi zawodowemu. Program Instytutu jest również zupełnie wyjątkowy na tle zagranicznych projektów. Aby zrozumieć dlaczego, warto prześledzić jego historię.

Kiedy w 2008 roku Grzegorz Chełmecki objął stanowisko pierwszego zastępcy dyrektora Teatru Wielkiego – Opery Narodowej, jednym z jego pierwszych zadań było zdefiniowanie najbardziej potrzebnych zmian w strukturze teatru. Kluczowym problemem był wówczas brak wsparcia artystów baletu kończących karierę taneczną. Po wprowadzeniu zmian w ustawie emerytalnej, tancerze zostali bez prawa do wcześniejszej emerytury, a przewidziane ustawą rozwiązanie pomostowe nie wychodziło naprzeciw ich specyficznym potrzebom. Jak przyznaje Grzegorz Chełmecki, ta bezcenna dla teatru grupa zawodowa czuła się zlekceważona i pominięta. Wypowiedzenie obowiązującej przez wiele lat umowy społecznej stanowiło problem nie tylko dla samych tancerzy, ale także dla dyrekcji teatrów i kierownictwa zespołów baletowych. Dysponując wcześniej wyznaczoną ustawowo granicą wieku emerytalnego, zarówno dyrektorzy zespołów, jak i tancerze akceptowali jako oczywistą konieczność pożegnania się z zawodem w ściśle określonym momencie. Wśród wielu tancerzy pozbawionych przywileju, który przez lata był immanentnym elementem etosu ich pracy, rodziła się frustracja – wynikająca z obaw przed utratą pracy, niemożliwością utrzymania rodziny i odnalezienia się z dnia na dzień w realiach „świata zewnętrznego”.

Jak podkreśla Grzegorz Chełmecki, pojawiła się wówczas presja wywierana na dyrekcje teatrów, aby pozostawić tancerzy jak najdłużej w zawodzie. Dla utrzymania wysokiego poziomu wykonawczego zespołów konieczne jest jednak zachowanie dopływu młodych tancerzy. Ta sytuacja rodziła wiele konfliktów i napięć.

*Obserwowałem zespół baletu Teatru Wielkiego, zastanawiając się, jakie zawody mogliby wykonywać artyści, pozostając w jego strukturach po zakończeniu kariery scenicznej. Nawiązałem współpracę z Karolem Urbańskim, artystą baletu Teatru Wielkiego, który wcześniej z własnej inicjatywy poznawał systemy reorientacji zawodowej tancerzy, istniejące w Wielkiej Brytanii i Holandii. Działaliśmy z Karolem dwutorowo – organizując system „wewnętrznego przekwalifikowania” w strukturach Teatru Wielkiego, a także starając się stworzyć podwaliny przyszłego polskiego systemu reorientacji zawodowej, opartego na wzorach z innych krajów – wyjaśnia Grzegorz Chełmecki.*

To drugie zadanie nie było proste ze względu na różnice systemowe. W istniejących programach europejskich znaczna część funduszy pochodzi ze składek ubezpieczeniowych co miesiąc wpłacanych przez tancerzy i zespoły, programy amerykańskie z kolei nie są dotowane ze środków publicznych.

Podczas pracy nad programem swoją wiedzę i doświadczeniem służył także Krzysztof Pastor, który doskonale rozumiał problem, sam będąc beneficjentem holenderskiego systemu przekwalifikowania zawodowego tancerzy.

*Przestałem tańczyć po dwudziestu latach kariery scenicznej – wspomina Krzysztof Pastor. – Miałem wtedy trzydzieści osiem lat. Uważam, że był to bardzo dobry i odpowiedni moment. Korzystałem z systemu przekwalifikowania zawodowego tancerzy w Holandii. Różnił się on znacząco od tego, który później wprowadzono w Polsce. Jego finansowanie pochodziło między innymi ze składek opłacanych przez samych artystów. Aby otrzymać wynagrodzenie w ramach systemu przeszkoleń, należało wykazać się aktywnością, która miała doprowadzić do zdobycia kwalifikacji pozwalających odnaleźć się na rynku pracy. Honoraria, jakie otrzymywaliśmy, stopniowo malały, co było jak tykający zegar. Świadomość ich topnienia zmuszała nas do wzięcia pełnej odpowiedzialności za swoją drugą karierę i wyzwalała wielką kreatywność. W tym czasie zrealizowałem wiele choreografii i nawiązałem kontakty, które zaowocowały w przyszłości.*

Krzysztof Pastor objął dyrekcję nad Polskim Baletem Narodowym już po likwidacji wcześniejszych emerytur dla tancerzy. Jak wspomina, mocno odczuł ich zniesienie – rodziło rozgoryczenie i frustrację w środowisku. Artyści obawiali się, że rozmowy na temat jakiegokolwiek systemu przeszkoleń zniweczą sen i starania o przywrócenie wcześniejszych emerytur. Niezależnie od tej społecznej dyskusji Krzysztof Pastor podkreśla, że czterdziestoletni artysta tancerz nie jest i nie może być emerytem.

*Przez wiele miesięcy pukaliśmy do różnych drzwi w Ministerstwie Kultury i Sztuki oraz Ministerstwie Pracy, nawiązaliśmy kontakt ze strukturami urzędów pracy i administracji samorządowej, staraliśmy się także szukać partnerów wśród różnych przedstawicieli środowiska tańca. Cieszę się, że ostatecznie wysiłek nas wszystkich mógł zaowocować powstaniem programu przekwalifikowania tancerzy, kiedy instytucjonalnie i finansowo zajęł się jego stworzeniem nowo powołany przez Ministerstwo Kultury i Sztuki Instytut Muzyki i Tańca – wspomina Grzegorz Chelmecki.*

Joanna Szymajda, wówczas dyrektor Instytutu Muzyki i Tańca, przyznaje, że od momentu powstania tej instytucji w 2010 roku przeprowadzono szereg konsultacji, poczynwszy od Zakładu Ubezpieczeń Społecznych przez urzędy pracy, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej po Ministerstwo Obrony Narodowej, które realizuje Program Przekwalifikowania Zawodowego Żołnierzy. Dużym wsparciem i zaangażowaniem służył także zespół Teatru Wielkiego – Opery Narodowej oraz Zenon Butkiewicz, ówczesny dyrektor Departamentu Narodowych Instytucji Kultury w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Bezcenna okazała się także wiedza osób zrzeszonych w sieci International Organization for the Transition of Professional Dancers (IOTPD), która gromadzi krajowe programy przekwalifikowania zawodowego tancerzy na całym świecie i pozwala dzielić się doświadczeniami.

Były prezes IOTPD Paul Bronkhorst zauważa, że polski program reorientacji zawodowej jest jednym z najmłodszych na świecie, podczas gdy na przykład holenderski ma już ponad trzydzieści lat. Jak przyznaje, polscy tancerze mają do dyspozycji bardzo skuteczne i komfortowe narzędzie, dzięki któremu mogą dokonać tej trudnej życiowej zmiany. Zwraca uwagę, iż program jest w pełni dotowany przez państwo, jak również daje uczestnikom możliwość dokonywania zmian w procesie edukacji w trakcie trwania stypendium. Podkreśla też, jak bardzo stresującym procesem jest zakończenie kariery scenicznej. Tancerze zaczynają edukację zawodową w bardzo młodym wieku i o swojej przyszłej profesji decydują, mając zaledwie dziesięć lat. Nic więc dziwnego, że od dziecka mocno identyfikują się ze swoim zawodem.

Według Paula Bronkhorsta jednym z największych wyzwań stojących przed twórcami programów przekwalifikowania zawodowego jest budowanie zaufania wśród tancerzy oraz zasada poufności. W programie Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca ta zasada również obowiązuje. Osoba, która bierze udział w procesie reorientacji, powinna czuć się bezpiecznie i mieć pewność, że proces ten nie wpłynie na jej dotychczasową pracę.



Różnorodność wybieranych ścieżek zawodowych przez byłych tancerzy jest olbrzymia, co świadczy o sukcesie programu. Został on oceniony bardzo wysoko co do zakresu, metodologii pracy z tancerzami oraz skuteczności przez międzynarodowe organizacje realizujące programy wspierania tancerzy na świecie od wielu lat. Elementem wyróżniającym polski program jest nielimitowany kontakt z doradcą zawodowym. Na świecie nie jest też standardem przyznawanie środków na częściowe utrzymanie. W programie Instytutu jest taka możliwość, jeżeli tancerz podejmuje edukację dzienną, uniemożliwiającą pracę zarobkową. Warto również podkreślić, że w Polsce żaden program wsparcia przekwalifikowania zawodowego, od urzędów pracy do służb mundurowych, nie oferuje tak dużego finansowego wsparcia jak program Instytutu.

*Nie chcieliśmy profilować ścieżek zawodowych dostępnych w ramach programu. Tancerki i tancerze sami wybierają drugą karierę, a zadaniem doradczyń jest pomoc i weryfikacja tego, czy dany pomysł ma szansę zaistnieć na rynku pracy. Na świecie wygląda to bardzo różnie – na przykład koreański program reorientacji zawodowej proponuje tancerkom i tancerzom jedynie kilka ścieżek zawodowych do wyboru. Bardzo istotne w procesie przekwalifikowania zawodowego jest, by artyści i artystki wchodzili do nowych zawodów wkrótce po zakończeniu studiów lub kursów albo już w czasie zdobywania nowych kwalifikacji – to pozwala im na skuteczny start w nowej dziedzinie. Dlatego warunkiem przyznania stypendium jest deklaracja zakończenia kariery w zawodzie tancerki lub tancerza w terminie nie dłuższym niż dwanaście miesięcy od daty zakończenia projektu przekwalifikowania – podkreśla Marta Michalak, współtwórczyni programu i jego koordynatorka w latach 2015–2018.*

Przekwalifikowanie zawodowe wymaga ogromnej pracy na własnych emocjach. Trzeba przede wszystkim przestać myśleć o sobie jako o tancerce czy tancerzu i zacząć identyfikować się z innym zawodem.

*Proces przekwalifikowania jest trudny, ponieważ decydując się na jego rozpoczęcie, należy odwołać się do rozumu, a nie emocji. Niestety – nie dyskutuje się z zasadami rzeczywistości. Im wcześniej się z tym pogodzimy, tym lepiej. Moim zdaniem edukacja w szkole baletowej i zawód tancerza budują tożsamość człowieka. Dla mnie tancerzem jest się całe życie i reorientacja zawodowa wcale nie musi tego zmieniać – zaznacza Karol Urbański, obecny zastępca dyrektora Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca.*

Grzegorz Chełmecki zauważa pewien paradoks: pewność siebie, którą artyści prezentują na scenie, często znika w zderzeniu ze światem

zewnątrznym, do którego realiów nie są przyzwyczajeni. Specyfika ich pracy sprawia, że żyją w rodzaju artystycznej „bańki”, więc start w nowe życie bywa dla nich trudny. Szeroki wachlarz kompetencji i umiejętności, jakimi dysponują tancerze, często pozostaje niedostrzeżony przez nich samych. Dlatego tak ważną i kluczową rolę w programie przekwalifikowania pełnią doradcy zawodowi. Bez ich wsparcia, rozmów, cierpliwości i zrozumienia wielu artystów zgubiłoby szlak w poszukiwaniu drugiej ścieżki zawodowej.

*Doradcy zawodowi potrafią zobaczyć tancerzy na tle całego spektrum postaw, ponieważ pomagali wcześniej w przekwalifikowaniu górników, stoczniovców, menadżerów i wielu innych osób, a jednocześnie poznali już specyfikę tancerzy jako grupy zawodowej. Ich wiedza, doświadczenie, profesjonalizm i pasja są dla mnie prawdziwym sercem całego programu. Stypendyści powierzają im w tym procesie siebie, a to wymaga wielkiego zaufania i empatii – przyznaje Grzegorz Chełmecki.*

Ewa Warchoł oraz Dobrośława Choryńska-Chudy – doradczynie zawodowe, które są obecne w programie przekwalifikowania od samego początku, zgodnie przyznają, że tancerze to niezwykła grupa zawodowa, reprezentująca bogactwo kompetencji i pasji w różnych dziedzinach. Dyscyplina, kreatywność, obowiązkowość, umiejętność szybkiego uczenia się, ogromna pracowitość, zdolność łączenia wielu ról zawodowych i organizacji czasu, motywacja do tego, by być coraz lepszym i wysoko rozwinięte kompetencje artystyczne to unikatowe cechy na rynku pracy. Stanowią one bazę i fundament, na których można zbudować nową ścieżkę zawodową.

*Z poziomu doradztwa zawodowego nazywamy to kompetencjami transferowalnymi, czyli takimi, których możemy użyć w innych dziedzinach życia zawodowego. Współczesny rynek pracy niezwykle ceni uniwersalne umiejętności. Bywa, że osoby, które nie mają doświadczenia lub wiedzy w zakresie rozwoju osobowego i zawodowego, kojarzą drugą karierę tancerza przede wszystkim z działalnością pedagogiczną. Trzeba jednak pamiętać, że nie każdy tancerz ma odpowiednie predyspozycje do nauczania, a także chęć pozostania w środowisku tańca. Gros artystów zupełnie zmienia branżę, część pozostaje w przestrzeni kultury i sztuki. Zdarza się też, że artyści kontynuują [pracę – przyp. red.] w teatrze na stanowisku pozaartystycznym. Taki wybór to czasem kwestia poczucia bezpieczeństwa. Przekwalifikowanie zawodowe obarczone jest olbrzymim stresem, dlatego bardzo ważne w tym procesie są nasze spotkania z tancerzami. Program to zarówno środki finansowe, jak i możliwość bycia w relacji z konsultantem i analiza różnych opcji na przyszłość. Zanim tancerz zdecyduje się na wykonywanie innego*

*zawodu, kształcenie z myślą o nim, konieczna jest refleksja nad sobą: swoją osobowością, zainteresowaniami, umiejętnościami i wartościami – przyznaje Ewa Warchoł.*

Dobrosława Choryńska-Chudy zwraca uwagę, iż wśród tancerzy często pojawiają się obawa i pytanie, jak długo trzeba będzie uczyć się nowego zajęcia. Okazuje się, że nie to jest największą blokadą przed zmianą zawodu. Kluczowe staje się przełamanie bariery wyjścia poza środowisko teatru, w którym artyści często pozostają od wczesnych lat szkolnych. Dlatego jednym z sukcesów programu jest stała dostępność doradców zawodowych dla tancerzy. Pozostają oni do dyspozycji przyszłych i obecnych stypendystów na każdym etapie planowania i realizacji przekwalifikowania zawodowego.

Jako dyrektor Polskiego Baletu Narodowego Krzysztof Pastor popiera i wspiera program Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca. Podkreśla, że stara się rozmawiać z tancerzami, przygotować ich kilka lat wcześniej na to, że zmiana zawodu będzie konieczna. Nie zawsze spotyka się to z pozytywną reakcją, ale dyrektor Pastor uważa, że takie rozmowy są jego obowiązkiem.

*W Teatrze Wielkim – Operze Narodowej pracuje wielu byłych tancerzy. Jeden z solistów jest inspicjentem i uprawia ten zawód z wielką pasją, jest naprawdę świetny. Przecież zna kulisy teatru jak nikt inny. Oczywiście nie każdy tancerz znajdzie zatrudnienie w teatrze i dlatego podjęcie odpowiednich kroków, skorzystanie z doradztwa zawodowego odpowiednio wcześniej jest wyrazem odpowiedzialności każdego artysty tancerza – przyznaje Krzysztof Pastor.*

Program Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca został zaplanowany w najdrobniejszych szczegółach, toteż nie zmienił przyjętego formatu przez siedem lat swojego istnienia. Jak podkreśla Aleksandra Dziurosz – była zastępca dyrektora Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca, program reorientacji zawodowej jest przeznaczony nie tylko dla tancerzy zatrudnionych na etatach w teatrach operowych lub innych zespołach. Jest on dostępny dla wszystkich tancerzy, również niezależnych, podejmujących pracę na umowy-zlecenie, o dzieło i samozatrudnionych. W każdym przypadku najważniejsze jest, by wykazać, iż dominantą zawodową przez minimum dwanaście lat stanowiła praca sceniczna.

Myśl o rozpoczęciu procesu przekwalifikowania zawodowego tancerze podejmują coraz wcześniej, będąc jeszcze w dobrej formie scenicznej. Budowanie świadomości konieczności reorientacji zawodowej jest kluczowe już na początku edukacji artystycznej. Dlatego Narodowy

Instytut Muzyki i Tańca organizuje cykl szkoleń w szkołach baletowych wśród dzieci i młodzieży. To istotne, aby na wczesnym etapie kariery zdać sobie sprawę, że ten zawód jest kontuzjogenny, wymaga kondycji fizycznej, która z biegiem czasu się zmniejsza, zmienia się też ciało tancerza i jego możliwości efektywnej pracy.

Twórcy programu zgodnie podkreślają, że jego tworzenie i istnienie jest jednym z najważniejszych osiągnięć ich życia zawodowego. Jednocześnie wyrażają nadzieję, że stanie się on normalnym elementem kariery tanecznej. Planowanie drugiej ścieżki zawodowej powinno odbywać się bez traumy, ale z myślą o tym, że jest to kolejny krok w karierze.

*Jesteśmy dumni i szczęśliwi, ponieważ program cały czas funkcjonuje i spełnia swoją rolę. Szczególnie cieszy fakt, że projekt wciąż jest dotowany przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Ministerialna dotacja to wyraz szacunku dla artystów tancerzy, ale też troski o ich przyszłość. Osobiście życzyłabym sobie, aby wszyscy artyści, którzy przejdą proces przekwalifikowania, czuli się pełnowartościowymi uczestnikami życia społecznego. To interesujące patrzeć, jak pozostają w zawodach związanych z tańcem. To są eksperci, pedagodzy, choreografowie, animatorzy kultury z bezcenną wiedzą i doświadczeniem – mówi Aleksandra Dziurosz.*

Pamiętam liczne spotkania z pracownikami programu, kiedy pracowałam w zespole baletu Opery Krakowskiej. Uzyskaliśmy wówczas niezbędną wiedzę o programie i korzyściach, które z niego płyną. Podczas całego procesu przekwalifikowania nieocenioną pomocą zawsze służyły jego koordynatorki: Monika Kaszewska i Anna Ćemelić, cierpliwie pomagające dopełnić wszelkich formalności, przygotować rozliczenia, dokonywać niezbędnych zmian w zaplanowanej ścieżce edukacji, informujące o nowych warsztatach i webinarach, zachęcające do wytrwałości i wspierające nas dobrym słowem. Ten program to nie tylko pieniądze na realizację planów rozwoju zawodowego, ale także ludzie, którzy pomagają nam te plany zrealizować.

Dzięki programowi Instytutu jako tancerze zyskujemy możliwości, o których wielu jedynie marzy. Możemy w jednym życiu zrealizować co najmniej dwie kariery zawodowe, spełniać się na kilku polach. Kariera taneczna jest krótka, ale przez to piękna i intensywna. Pozostawia w nas wrażliwość na piękno, pokorę wobec własnego zawodu i doświadczenia, które niespodziewanie mogą okazać się bezcenne w przyszłości.

Wszystkim tancerzom, którzy wahają się, czy warto podjąć ten wysiłek, życzę odwagi, a następnie wielkiej satysfakcji z osiągniętych celów. Jako

była tancerka i stypendystka programu przekwalifikowania zawodowego wiem, jak wiele wysiłku kosztuje zmiana życiowej drogi. Ale tancerzom nieobcy jest wysiłek. Jeśli potrafimy miesięcami ćwiczyć dla kilku chwil na scenie, to czym są cztery lata edukacji wobec całego życia?



# Marta Anczykowska

---

Kosmetyczka i makijażystka ze specjalnością w makijażu permanentnym. Absolwentka Państwowej Szkoły Baletowej w Poznaniu. Jej pierwszym sukcesem był dwukrotny udział w Ogólnopolskim Konkursie Baletowym w Gdańsku. Po uzyskaniu dyplomu związana z Teatrem Wielkim im. Stanisława Moniuszki w Poznaniu, gdzie pracowała przez całą karierę sceniczną. Swoją zmianę zawodową zaplanowała w trakcie przerwy zawodowej poświęconej na wychowywanie dzieci. To właśnie one były impulsem do rozwijania drugiej, poza tańcem, ścieżki kariery. Marzy, by w przyszłości otworzyć własną firmę i prowadzić salon kosmetyczny na najwyższym poziomie.

---

Moje początki kariery w nowym zawodzie przypadły na pandemię. Planowałam otwarcie własnego salonu kosmetycznego, ale ze względu na *lockdown* zawiesiłam swoje plany. Teraz rozważam raczej wynajęcie stanowiska w salonie siostry. To moim zdaniem ostrożny, ale konieczny wybór, bo cała branża *beauty* poniosła duże straty w ostatnim okresie. Musiałam zweryfikować moje plany i odłożyć je w czasie, nie żałuję jednak, że zdobyłam nowe kwalifikacje w tym okresie. Jestem już wykształcona i czekam, żeby wystartować. Jestem gotowa na rozpoczęcie nowego życia zawodowego.



Zanim jednak poczułam, że mogę już chociażby myśleć o nowym zawodzie, musiał nadejść odpowiedni czas. Mój czas. Po intensywnych latach tańczenia na scenie, poświęciłam się wychowywaniu dzieci. Właśnie na urlopie wychowawczym przyszedł moment, gdy zaczęłam się zastanawiać, co jeszcze mogłabym robić w życiu po zejściu ze sceny.

Dodatkowo po urodzeniu dzieci dotarło do mnie, że moje ciało się zmieniło, a wiek nie działa na moją korzyść. Niebezpieczeństwo kontuzji wzrasta, rehabilitacja trwa coraz dłużej. Publiczność widzi na scenie samo piękno, a to jest ciężki i niedoceniany zawód. Dlatego trzeba wiedzieć, kiedy zejść ze sceny, zanim piękno tańca przemienie.

Jeżeli ktoś zapytałby mnie teraz, skąd wziąć pomysł, to moja rada jest prosta: rozglądaj się i słuchaj innych ludzi. Do mnie pomysł przyszedł ze świata, otoczenia. Przysłuchiwałam się, co planują inni tancerze, jakie mają pomysły, a jakie wątpliwości. Środowisko taneczne nie jest w Polsce zbyt duże, w większości się znamy i dzielimy swoimi doświadczeniami.

Gdy zaczęłam zdobywać nowe kwalifikacje jako kosmetyczka, czułam ekscytację, chociaż początkowo bardzo brakowało mi tańca, ruchu, sceny. Minęło trochę czasu, zanim się uodporniłam na większe i mniejsze tęsknoty. W trudnych chwilach przypominałam sobie, jak trudno znaleźć czas dla rodziny, tańcząc na scenie. Brak klimatu teatralnego nadal bywa dla mnie dojmujący. Chciałabym jeszcze od czasu do czasu wejść na scenę, żeby poczuć ten dreszcz emocji przed występem.

Z drugiej strony teraz żyję jak „normalny” człowiek. Mam bardziej regularny tryb życia i więcej czasu dla dzieci i rodziny, do czego przyczyniła się także pandemia. Myślę, że ten czas potrzebny był też, żeby oswoić się z nową sytuacją i zacząć spokojnie planować wejście do zawodu po ukończeniu szkoły kosmetycznej. Dzięki przekwalifikowaniu udało mi się zrealizować marzenie, by zająć się kosmetyką. Jeszcze tańcząc, rozpoczęłam naukę w szkole kosmetycznej, ale praca na scenie była tak wymagająca, że niestety jej nie ukończyłam. Wiele lat później wróciłam do tego pomysłu – tym razem z sukcesem. Zawsze byłam zainteresowana upiększaniem, makijażem, manikiurem. W teatrze podglądałam i uczyłam się, jak robić makijaż sceniczny. Idąc do szkoły kosmetycznej, wiedziałam, że będę się uczyć tego, co lubię. Dodatkowo kursy, które wybrałam, trwały stosunkowo krótko i pozwoliły mi na szybkie przekwalifikowanie się. Zajęcia w szkole uzupełniłam dodatkowymi kursami makijażu permanentnego. To coraz bardziej dochodowy i popularny typ makijażu.

Zastanawiam się również, czy nie ukończyć w przyszłości kursu instruktorskiego. Najpierw jednak chcę zdobyć doświadczenie, nabrać praktyki. Wiem, że z tańca przeniosłam do nowego zawodu dążenie do perfekcji. Wiem też, że jakość liczy się w każdym zawodzie, a ja chcę się nadal rozwijać. Jako tancerka nauczyłam się, że sukces trzeba wypracować, niezależnie od tego, co się robi. Dążenie do perfekcji nie zawsze pozwala na to, by mieć poczucie, że będzie idealnie. Czasami brak mi wiary, że już mogę działać na własny rachunek. Czuję wielką odpowiedzialność za jakość mojej pracy, zwłaszcza przy makijażu permanentnym, który jest ingerencją w ciało klientki. Wiary we własne siły dodają mi wspomnienia ze szkoły kosmetycznej. Wtedy też miałam obawy, czułam odpowiedzialność za modelkę i swoje postępy w nauce. Przypominam sobie, gdy czułam, że każdy kurs daje mi nową wiedzę i umiejętności. Ciekawym skutkiem ubocznym całego procesu uczenia się jest wyczulenie na przestrzeganie higieny. Teraz idąc do fryzjera, dentysty czy kosmetyczki odruchowo zwracam uwagę na ogólny porządek oraz sterylizację narzędzi. Wiedza dała mi większą świadomość i poczucie odpowiedzialności za swoje i cudze zdrowie oraz komfort wynikający z tej wiedzy.

Patrząc z perspektywy czasu, wiem, że należy jak najszybciej zacząć się zastanawiać, co chce się robić w życiu. Potem skorzystać z doświadczenia i wiedzy innych tancerzy, przyjaciół, doradcy zawodowego. Nawet jeżeli jeszcze na początku nie wiesz dokładnie, co chcesz robić w przyszłości, warto rozmawiać. Pomysły przegadane, omówione zaczynają się krystalizować. Nie zawsze pierwszy pomysł jest najlepszy, czasami kilkakrotnie trzeba zmienić kierunek. Trzeba pamiętać, że każda decyzja wymaga czasu, zastanowienia i rozważenia.

## Eduard Babilidze

---

**Pedagog, choreograf, menadżer, tancerz.**

**W 1995 roku ukończył Państwową Szkołę Baletową w Gruzji. Był pierwszym solistą w Narodowym Teatrze Gruzji, potem tańczył jako solista w Teatrze Wielkim w Poznaniu i Państwowej Operze Bałtyckiej w Gdańsku. Karierę zawodową jako tancerz zakończył w Teatrze Wielkim – Operze Narodowej w Warszawie w 2016 roku. Zajmuje się pedagogiką, choreografią i promocją wydarzeń baletowych oraz propagowaniem sztuki baletowej w Europie.**

---

W trakcie kariery baletowej zawsze dbałem o to, by widzieć jak najszersze wszystkie aspekty sztuki baletowej. Byłem otwarty na pojawiające się wyzwania, nie tylko taneczne, dlatego jeszcze w Gruzji zająłem się realizacją koncertów, gal baletowych i przedstawień. Zajmowałem się też choreografią, zaangażowałem się w organizację wyjazdów zespołu baletowego za granicę. Wyzwania organizacyjne związane z tymi przedsięwzięciami skłoniły mnie do rozpoczęcia studiów prawniczych w Gruzji, a później, już w Polsce, ukończyłem studia podyplomowe z zarządzania instytucjami kultury na Uniwersytecie Warszawskim. Ukończyłem również studia na kierunku pedagogika baletowa na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie. Moim celem było zebranie maksymalnie różnorodnych doświadczeń,



aby przygotować się do roli menadżera i propagatora sztuki baletowej, która była, jest i zawsze pozostanie moją największą pasją.

Szukając swojej drogi, zbierałem doświadczenia, by móc wybrać to, co odpowiada mi najbardziej. Dobrze, gdy tancerze jeszcze pracując w teatrze, mogą próbować swych sił, tworząc własną choreografię, reżyserując krótkie przedstawienia lub zajmując się reżyserią światła. Teatr otwiera możliwości pracy w innych zawodach i warto skorzystać z tej szansy we właściwym momencie. Stworzył ją dla tancerzy Krzysztof Pastor, dyrektor Polskiego Baletu Narodowego, za co jestem mu bardzo wdzięczny.

Niezapomnianym doświadczeniem była dla mnie ostatnia lekcja baletowa w karierze. Pamiętam moment, kiedy po raz ostatni odszedłem od drążka. To był trudny czas, ale po kilku miesiącach zrozumiałem, że zrobiłem właściwy krok. Poczułem ulgę, że świat stoi przede mną otworem, pojawiły się nowe perspektywy, nowe myśli. Przestrzeń na wykorzystanie tych wszystkich doświadczeń, które zebrałem poza zawodem tancerza. Poprzednie poszukiwania opłaciły się, miałem z czego czerpać.

W podjęciu decyzji o odejściu pomogło mi to, że wcześniej się do tego przygotowałem, wypróbowałem różne ścieżki i podejmowałem próby odnalezienia się poza sceną.

Jeżeli już postanawiasz odejść, nie ociągaj się, gdy pojawia się decyzja, trzeba za nią iść. Zejście ze sceny jest nieuniknione. Zazwyczaj i tak dostajesz żółte światło i czujesz, że twoja kariera zwalnia. Nie należy tego ostrzeżenia ignorować. Zastanów się, co możesz robić w teatrze lub poza nim, co możesz uczynić dobrego dla siebie i innych. To bardzo skomplikowany czas dla tancerza, również psychologicznie. Cieszę się, że Narodowy Instytut Muzyki i Tańca daje nam wsparcie przez cały ten okres. Ważne jest nie tylko samo stypendium na dofinansowanie przekwalifikowania, ale też kontakt z doradcami, z którymi można omówić swoje plany i rozterki.

Innym tancerzom powiedziałbym, że trzeba sobie zdawać sprawę, iż im bardziej jesteśmy zaangażowani w swoją pracę, tym szybciej płynie czas. Trzeba myśleć o swojej przyszłości, chociaż w sali baletowej oddajemy całych siebie. Próbować wielu rzeczy, nawet jeżeli wymaga to inwestycji finansowej, bo kariera może skończyć się w każdej chwili. Nie warto zakładać, że będzie się tańczyć do czterdziestego roku życia i że do tego wieku jesteśmy bezpieczni. Na każdej próbie albo lekcji można zakończyć karierę.

W tej chwili już rozumiem, że trzeba wiedzieć, czego się chce i do czego się dąży. Podjęcie studiów w ICAN Institute dało mi, oprócz solidnej dawki wiedzy, również możliwość poznania wielu ludzi z różnych branż, niezwiązanych z teatrem. Ważne było dla mnie to, że mogłem wyjść w myśleniu i działaniu poza obszar kultury i sztuki.

Obecnie realizuję projekt stworzenia sieci narodowych teatrów baletowych w Europie. Moim celem jest zbudowanie przestrzeni do tworzenia nowych spektakli i wymiany między teatrami, zapraszania pedagogów z innych teatrów, realizacji *master class* dla uczniów szkół baletowych oraz warsztatów dla publiczności, entuzjastów baletu. Mam wiele planów, mam również dobre przygotowanie jako absolwent ICAN Institute, a przede wszystkim wierzę, że balet, któremu poświęciłem całe życie sceniczne, pozostanie częścią mojej drugiej kariery zawodowej.







## Sebastian Borkowski

---

Trener personalny, specjalista do spraw animacji i projektów kulturalnych. Absolwent Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Warszawie. Tancerz Teatru Wielkiego – Opery Narodowej. Szczególnym sentymentem darzy swój udział w spektaklu *Grek Zorba*, z którym zwiedził Hiszpanię, Francję, Holandię, Belgię, Niemcy, Brazylię, Argentynę i Izrael.

---

Taniec i scena to dla mnie bajkowy świat. Lubiłem wychodzenie na scenę i oklaski publiczności. Przetęczyłem dwadzieścia jeden lat.

Teraz mam dwie prace: od kilku lat jestem specjalistą do spraw animacji i projektów kulturalnych w domu kultury, gdzie zajmuję się organizacją zajęć, oraz – do czego przygotowałem się przy wsparciu Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy – trenerem personalnym. I właśnie tę drugą pracę traktuję jako przedłużenie mojej kariery w teatrze – jest to praca z ciałem, ruchem, praca, która mnie fascynuje, jest w pełni spójna ze mną. Bardzo lubię w niej kontakt z ludźmi, rozmowę, przekazywanie uwag i wskazówek. Cieszę się, kiedy klienci przychodzą do mnie zadowoleni z efektów, które zauważają sami, które są zauważane przez ich bliskich, znajomych. Czasem mam poczucie,

że jako trener personalny nie pracuję, jest to dla mnie tak naturalne, tak przyjemne. Myślę, że emanuję tym nastawieniem i moi klienci to czują. I przychodzą kolejni – z polecenia.

O zmianie ścieżki zawodowej zacząłem myśleć, jeszcze gdy byłem w teatrze. Wiedziałem, że po likwidacji wcześniejszych emerytur muszę się zmierzyć z nową rzeczywistością. Ponieważ zawsze lubiłem siłownię, przeszedł mi wtedy przez myśl pomysł o byciu instruktorem lub trenerem personalnym. Potem o tym zapomniałem. W pewnym momencie przypomniał mi o tym kolega tancerz, z którym dzieliłem się swoimi pomysłami. Mogę powiedzieć, że wlał we mnie dużo entuzjazmu do „mojego trenera personalnego”.

Kiedy odszedłem z teatru, najtrudniejsze było to, że musiałem być zupełnie samodzielny, zdany na siebie. Teatr wcześniej zapewniał mi wszystko.

Na otwartym rynku pracy, gdy zacząłem pracować dla firm czy osób prywatnych, musiałem się sporo nauczyć. Kiedy podjąłem pracę administracyjną w domu kultury, trudne było też siedzenie za biurkiem. Długo musiałem się do takiej pozycji ciała przyzwyczajać. Natomiast fajna była sama zmiana otoczenia, poznawanie wielu nowych osób, miejsc.

W całym procesie zmiany bardzo ważnym dla mnie wsparciem była żona, rodzina.

Do programu trafiłem po około czterech latach od zakończenia pracy w teatrze. Miałem już wtedy pracę w domu kultury, zastanawiałem się, co jeszcze mógłbym robić.

Dzięki programowi poczułem się potrzebny, doświadczyłem dużego wsparcia. Rozmowy z doradczynią zawodową były dla mnie dobrym impulsem do działania. Poprzez pracę w czasie spotkań i dodatkowe zadania, które dostawałem (i samodzielnie realizowałem w domu), pomogła mi samemu zobaczyć, jak wiele mam zalet. O pracy jako trener personalny myślałem wcześniej, teraz ten pomysł wrócił. Cieszę się, że tak się stało. W ramach programu zdobyłem potrzebne uprawnienia i czerpię ogromną przyjemność z nowego zajęcia. Czuję się spełniony w tej zmianie zawodowej. Jestem zadowolony z życia.

Myślę, że dla tancerza zejście ze sceny jest po prostu trudne. Smutne jest zostawienie tej atmosfery, publiczności, braw...

Ale w życiu są różne etapy. Zawód tancerza jest piękny, ale trwa krótko (podobnie jak sportowca). To jest po prostu etap. Potem przychodzi

kolejny. Czasem tak sobie myślę, że gdy realizujemy drugą ścieżkę kariery, to dużo bardziej się rozwijamy, korzystamy ze swojego potencjału, robimy ciekawe rzeczy, nie popadamy w rozleniwienie. Że zakończenie kariery scenicznej może być ciekawym początkiem nowego.

Tancerzom, którzy dopiero startują w zawodzie, powiedziałbym, że czas szybko płynie, że trzydzieści, czterdzieści lat to niedługo. Że dobrze mieć główny cel, ale także inne opcje. I otwartą głowę.

## Maciej Cierzniak

---

**Aktor, tancerz, choreograf. Absolwent Państwowej Szkoły Baletowej w Bytomiu. Tancerz Opery Śląskiej w Bytomiu, koryfej Teatru Muzycznego Capitol we Wrocławiu. Solista baletu Opery Bałtyckiej w Gdańsku oraz Teatru Rozrywki w Chorzowie.**

---

W trakcie przekwalifikowania zawodowego przygotowywałem się między innymi do zdobycia nowego zawodu – aktora zawodowego. W tej chwili większość moich ról nadal zawiera elementy tańca, tak więc ze sceną się nie pożegnałem i nie chciałbym się żegnać. Cieszę się, że w mojej obecnej pracy mogę korzystać z doświadczenia, które zdobyłem jako tancerz. Lubię to, co robię, a do tego mogę zarabiać w sposób, jaki jest mi najbliższy. Obecnie bardziej interesuje mnie teatr dramatyczny niż muzyczny. Przygotowując się do zmiany zawodu, już wcześniej realizowałem własne projekty, gdzie szala proporcji tańca do aktorstwa przechylała się w stronę zadań aktorskich. Nie udało mi się jednak podejść do egzaminu na aktora zawodowego. Niestety komisja nie zebrała się przez dłuższy czas, bo byłem jedynym chętnym.

Jestem również korepetytorem baletu w Teatrze Rozrywki w Chorzowie i w tej sferze ukończone kursy okazały się bardzo pomocne. Skończyłem





kurs jogi w profilaktyce i terapii oraz kurs na trenera personalnego, dodatkowo wziąłem udział w kursie języka angielskiego. Dzięki temu mam szerszą wiedzę trenerską i łatwość pracy w obcym języku, bo klientów obcojęzycznych mam coraz więcej.

W całym procesie przekwalifikowania jedyną niedogodnością było dla mnie rozliczanie wydatków ze stypendium, bo nie lubię biurokracji. Najlepiej za to wspominam swoisty powrót do przeszłości. Powrót do edukacji. Na wcześniejszą edukację naciskali rodzice... fajnie było poczuć, że czegoś się chce, a nie, że coś się musi. Najmilsze moje wspomnienie to wręczenie dyplomu.

W doprowadzeniu mojego planu do końca pomogła mi dobra organizacja czasu, bym mógł jednocześnie uczyć się i pracować. Miło, że mogłem skorzystać z pomocy finansowej w ramach stypendium, bo aby się uczyć i ukończyć kursy, musiałem czasami zrezygnować z części zleceń.

Gdybym teraz zaczynał swoją drogę zawodową jako tancerz, od razu pomyślałbym o drugiej, równoległej pracy, bo im później, tym trudniej zacząć coś nowego.

Dlaczego też nie sięgać za horyzont tańca? Ważne jest, żeby pracodawca umożliwiał edukację, zwłaszcza taką, która rozwija wiedzę i doświadczenie. To się przyda, gdy kariera na scenie dobiegnie końca. Warto szukać pracodawcy, który stawia na edukację.

## Beata Danielska

---

**Instruktor tańca klasycznego, tańca ludowego oraz fitnessu, tancerka. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Bytomiu. Pracę zawodową rozpoczęła w Zespole Pieśni i Tańca „Śląsk”, gdzie pracowała jako tancerka solistka do 2013 roku. Wykonywała szeroki repertuar taneczny zespołu, zwiedziła z nim różne zakątki świata.**

---

Decyzję o zejściu ze sceny podjęłam w 2013 roku, kiedy mocniej uświadomiłam sobie brak wcześniejszych emerytur tanecznych. Wiedziałam, że nie będę w stanie pracować na scenie przez kolejnych kilkanaście lat. Otrzymałam wtedy i przyjąłam propozycję pracy w dziale edukacji jako specjalista do spraw edukacji. Pracowałam w biurze, zajmowałam się organizacją warsztatów i wycieczek, miałam dużo pracy papierkowej związanej z tworzeniem planów, składaniem sprawozdań. Pracowałam „w czterech ścianach”, prawie cały dzień przed komputerem, miałam ograniczony kontakt z ludźmi. To nie było spójne ze mną, z moją osobowością, dusiłam się.

W 2016 roku umówiłam się na spotkanie z doradcą zawodowym w ramach Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. Kiedy przyszedłam na pierwszą rozmowę, tak naprawdę nie wiedziałam, co dalej robić. Wiedziałam, że to, co robię teraz, mnie nie satysfakcjonuje. W czasie rozmowy z doradcą odkryłam, w którym kierunku





mam iść i czym się zająć. Ten kontakt pomógł mi uświadomić sobie i dostrzec, czego najbardziej mi brakuje. Rozmowa pomogła mi odkryć nowe możliwości, moją pasję do szerzenia kultury fizycznej i różnorodnych form ruchu.

W 2016 roku podjęłam decyzję o przekwalifikowaniu zawodowym bardziej odpowiadającym moim zainteresowaniom. Ważną rolę w tym procesie pełniło też wsparcie rodziny. Obecnie jestem instruktorem tańca klasycznego i ludowego, fitnessu, koordynatorem ogniska wokalnno-baletowego, w którym prowadzę między innymi zajęcia taneczne. Prowadzę również warsztaty fitnessu dla seniorów, które spotykają się z bardzo dużym zainteresowaniem. Polecam. Uwielbiam prowadzić zajęcia w każdej z grup wiekowych – od dzieci po seniorów.

Najtrudniejszy w procesie przekwalifikowania był moment, gdy pojawiłam się po raz pierwszy między młodymi ludźmi na kursie instruktora tańca ludowego, realizowanym przez Stowarzyszenie Sztuki i Edukacji Artystycznej. Jednocześnie ten czas był bardzo ciekawy – poznałam dużo fascynujących ludzi, pedagogów, od których mogłam i mogę nadal uczyć się tak wiele na temat tańca, tradycji tanecznych poszczególnych regionów. Moje nastawienie do pracy gruntownie się zmieniło. Moja obecna praca jest naturalną kontynuacją rozwoju zawodowego. Robię to, co zawsze mnie fascynowało, z większą wiedzą i większą świadomością tego, czym się zajmuję. Mam kontakt z ludźmi. Mogę dzielić się z nimi moim doświadczeniem, pasją, pracować w ruchu oraz szerzyć zdrowy styl życia i różnorodne formy ruchu. Czuję się spełniona. Robię to, co kocham.

Wydaje mi się, że przy przekwalifikowaniu najtrudniej jest po prostu podjąć decyzję. Można ją przeciągać latami. A myślę, że warto być w tej decyzji odważnym. Jest to trudny moment. Lepiej jednak taką decyzję podjąć samodzielnie niż czekać, aż ktoś zasugeruje zejście ze sceny. Jeśli świadomie, w odpowiednim czasie i ze spokojem „pokładamy” tę zmianę, trud jest znacznie mniejszy.

Innym tancerzom mogę wskazać, że warto podjąć decyzję o przekwalifikowaniu. Dla nas, tancerzy, jest to druga szansa. Takie nowe życie. Tancerzom zaczynającym karierę w tym zawodzie powiedziałabym, że jest to przepiękny zawód, cudowne chwile i przeżycia oraz że w dzisiejszych czasach trzeba jednocześnie rozważyć alternatywny plan. W życiu różnie bywa, zawsze warto mieć „furtkę”. Warto pomyśleć i korzystać z możliwości rozwijania swoich kompetencji szerzej, wcześniej planować takie działania.

## Iwona Grocholska

---

**Pedagog tańca, choreograf, coach, trener umiejętności społecznych, tancerka. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Bytomiu i pedagogikę baletu na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie. Występowała z Państwowym Zespołem Ludowym Pieśni i Tańca „Mazowsze”, od 1993 roku związana z Gliwickim Teatrem Muzycznym. Od 1999 roku solistka baletu i jednocześnie pedagog tańca w Państwowym Policealnym Studium Zawodowym Wokalno-Baletowym w Gliwicach. W 2017 roku otrzymała od Ministra Edukacji Narodowej Nagrodę indywidualną II stopnia za szczególny wkład w rozwój edukacji artystycznej w Polsce.**

---

Impulsem do zmiany może być zdarzenie losowe, kontuzja, zmiana organizacyjna lub zmiana profilu sceny, na której się występuje. Takie rzeczy się zdarzają i trzeba mieć tego świadomość. W moim przypadku decyzję o zdobyciu nowych kompetencji poza obszarem tańca przyspieszyła reorganizacja teatru. Warto mieć „spadochron bezpieczeństwa”. Niezależnie od tego, w jakiej jest się kondycji i momencie kariery zawodowej. My, tancerze, mamy wiele interesujących cech, które możemy wykorzystać, idąc w różnych kierunkach: dyscyplinę, pracowitość, odporność na stres, optymizm wynikający z bycia w ruchu i obcowania z muzyką. Wykonujemy trudny zawód, pełen wyrzeczeń fizycznych i psychicznych, czasami brak nam przestrzeni na życie osobiste. Cieszenie się zawodem jest wpisane w to zajęcie, mamy poczucie szczęścia i obracamy się w optymistycznym środowisku.





Świat sceny jest bajkowy, niezmierny, wykreowany, nasza sprawczość jest jednak niewielka, nie musimy podejmować trudnych decyzji zawodowych. Nie uczymy się tego, a nowa ścieżka zawodowa to decyzja. Moja nowa ścieżka to kolejna pasja, doświadczenie czegoś nowego, dzielenie się wiedzą z innymi. Zawsze chciałam działać wielokierunkowo i ten wybór otworzył mi nową przestrzeń. Wybrałam Studia Zawodowe Coachingu, Szkołę Trenerów I Stopnia, warsztaty z flipowania, myślenia wizualnego i emisji głosu.

Jeszcze przed uzyskaniem stypendium zrezygnowałam z pracy na scenie. Tę decyzję podjęłam po kontuzji, która regularnie dawała o sobie znać i powodowała obniżenie sprawności fizycznej. Miałam czas, żeby poznać siebie w innej rzeczywistości. Jeżeli ktoś nie wie, jak zacząć, powinien zastanowić się, kiedy czuje się szczęśliwy, co wtedy robi, jak się zachowuje. Pomoc doradcy, coacha, mentora też wiele wniesie – sama rozmowa o swoich planach i pomysłach pomaga. Świat stoi przed nami otworem, mamy wiele możliwości. Przykłady osób, które skorzystały z dofinansowania, też nastroją optymistycznie.

Z własnego doświadczenia wiem, że podjęcie decyzji to impuls, ale poprzedzony dłuższymi rozważaniami. Uważam, że lepiej wybrać raz a dobrze niż zdać się na przypadek. Nie trzeba od razu uczyć się wszystkiego, co nam przyjdzie do głowy. Lepiej nauczyć się mniej, ale dokładniej.

Gdy po określeniu swojej ścieżki zawodowej i złożeniu wniosku otrzymałam informację o przyznaniu stypendium, poczułam się tak, jakbym dostała kartę prezentową do ulubionego sklepu i mogła wybrać sobie, co zapragnę.

Zapewne nie będę jedyną osobą, która zdaje sobie sprawę, jak ogromną rolę w przygotowaniu mnie do zdobywania nowych kwalifikacji miał zespół Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. Od momentu zaplanowania nowej ścieżki zawodowej, potem wniosku i rozliczenia stypendium, czułam się wręcz otulona opieką. Serdecznie za to dziękuję całemu zespołowi Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy, a w szczególności mojemu doradcy zawodowemu Pani Dobrosławie Choryńskiej-Chudy oraz Pani Annie Ćemelijó opiekującej się stroną formalno-rozliczeniową. Mam wrażenie, że dzięki Studiom Zawodowym Coachingu i Szkole Trenerów I Stopnia oraz wielu warsztatom znalazłam się na autostradzie życia, widzę horyzont zamiast ścieżki w lesie. Scena jest piękna, ale wykreowana. Warto się wciążyć uczyć czegoś nowego, zachować wolną wolę i prawo wyboru.

## Jakub Józwiak

---

Fotograf, tancerz z piętnastoletnim doświadczeniem zawodowym. Karierę rozpoczął na scenie Teatru Muzycznego Roma w Warszawie. Solista w musicalu *Koty*. Występował w *A Chorus Line* w Teatrze Muzycznym Capitol we Wrocławiu. W Kanadzie współpracował z jednym z najbardziej znanych i widowiskowych zespołów świata – Cirque du Soleil. Występował w znanych i cenionych miejscach: w Warszawskiej Operze Kameralnej, Operze i Filharmonii Podlaskiej w Białymstoku, Teatrze Rampa w Warszawie, Teatrze Muzycznym w Gdyni. Jako choreograf oraz tancerz brał udział w programach telewizyjnych, międzynarodowych festiwalach i koncertach w wielu krajach.

---

Właśnie jestem tuż po zakończeniu programu przekwalifikowania i muszę przyznać, że była to jedna z lepszych decyzji, jakie podjąłem w swoim życiu zawodowym. Pracuję jako fotograf *freelancer*.

O zmianie zawodu zacząłem myśleć trzy lata temu. Zawsze interesowała mnie fotografia. Wiele fotografowałem za pomocą telefonu. W pewnej chwili poczułem jednak, że potrzebuję lepszego narzędzia do uwiecznienia tego, co chciałbym zachować na fotografiach. Postanowiłem zainwestować w lustrzankę i zacząć fotografować profesjonalnie.





Na początku czytałem literaturę fachową z dziedziny fotografii i obsługi sprzętu. Czytałem i jednocześnie praktykowałem. Ze względu na ciągłe podróże i to, że pracowałem w wielu teatrach w różnych miastach, ciężko mi było podjąć naukę. Po uzyskaniu stypendium mogłem się skupić całkowicie na poznawaniu technik fotograficznych. Fundusze ze stypendium umożliwiły mi podjęcie nauki w trybie dziennym w Warszawskiej Akademii Fotografii. Uzyskałem nie tylko środki na całkowite pokrycie kosztów nauki, ale też na pokrycie kosztów utrzymania w tym czasie. Dzięki temu mogłem w pełni poświęcić się nauce.

Ukończenie szkoły było początkiem, bo nadal uzupełniam swoją wiedzę. Mam mnóstwo pomysłów, a to daje wiele możliwości w nowym zawodzie. Zdobywam i doskonalam swoje umiejętności, tworzę autorskie projekty do portfolio oraz wykonuję sesje fotograficzne na potrzeby klientów komercyjnych. Ze względu na to, że fotografia jest wolnym zawodem, nadal od czasu do czasu mogę mieć styczność z tańcem jako *freelancer*. Mam możliwość kształtowania swojego czasu pracy według moich potrzeb i możliwości.

Kiedy podejmowałem decyzję o zmianie zawodu, nie było to dla mnie trudne. Przede wszystkim dlatego, że zanim postanowiłem zmienić zawód, zdążyłem już zebrać wystarczającą wiedzę i doświadczenie związane z fotografią. To utwierdziło mnie w przekonaniu, że mój wybór jest słuszny. Poznałem narzędzia i mogłem sprawdzić, czy odnajduję się w tej roli.

Fotografowanie sprawia mi mnóstwo przyjemności, potrafię się w tym zatracić i przynosi mi to wiele satysfakcji. Tańce oraz aktywność fizyczna zawsze pozostaną w moim życiu, zapewniają mi zdrowie, ale już nie jako główne moje zajęcie. Teraz poświęcam się fotografii.

Zmiana zawodu miała na mnie bardzo pozytywny wpływ. Przez dłuższy czas zmagalem się z kontuzją, a dzięki zaangażowaniu się w nowe zajęcie, moje ciało miało czas na regenerację, a ja odzyskałem dobre samopoczucie.

Dużą rolę w procesie przekwalifikowania odegrał również mój doradca zawodowy. Oprócz wielu cennych rad dotyczących nowej ścieżki zawodowej, uzyskałem ogromne wsparcie na każdym możliwym etapie budowania nowej ścieżki kariery.

Zawsze uważałem, że w odpowiednim momencie przychodzą odpowiednie doświadczenia. Warto próbować nowych rzeczy i sprawdzać się w nowych rolach. Bez strachu i obaw. Bez troski i z lekkim sercem. Dokładnie tak jak wtedy, kiedy zaczęliśmy tańczyć.



Wszystkim, którzy planują zmianę zawodu, życzę odwagi w sprawdzaniu nowych obszarów i rozwijaniu zainteresowań. Tym, którzy dopiero zaczynają karierę tancerza, radzę: zatraćcie się w tańcu całkowicie, ale pamiętajcie, że to wszystko kiedyś minie. I zaakceptujcie to jako naturalną kolej rzeczy.

## Wojciech Kaleniecki

---

**Fizjoterapeuta. Naukę tańca rozpoczął, mając osiem lat, w dzielnicowym domu kultury ABC Czechów pod okiem Renaty Pyszniak. Karierę zaczął w Teatrze Es w Lublinie, z którym zdobył Złotą Maskę w Poznaniu. Rozwijał się w tańcu współczesnym, klasyce i *breakdance*. Od 2007 roku związał swoją karierę z Teatrem Muzycznym w Lublinie, gdzie tańczył we wszystkich przedstawieniach.**

---

Jeszcze w trakcie pracy na scenie ukończyłem studia licencjackie na kierunku fizjoterapia. Najtrudniejszy był początek nauki – połączenie pracy zawodowej, treningów i występów oraz studiów to wielkie wyzwanie i okupiłem to dużym wysiłkiem. Zdobywanie licencjatu było początkiem mojej drogi. Kolejny etap, czyli studia magisterskie, wiązało się z dodatkowymi kosztami, ale też z niezliczonymi możliwościami rozwoju. Ten rozwój był uzależniony od zasobności portfela, a pensja teatralna była, jaka była. Czułem się prawie tak, jakbym został zawieszony w próżni: niby mam wykształcenie, ale nie mam, nie mam pełnych uprawnień do wykonywania zawodu.

Po otrzymaniu decyzji o dofinansowaniu studiów nie od razu uwierzyłem, że to dzieje się naprawdę. Doskonale pamiętam wpłynięcie na konto pierwszej części stypendium. Dopiero wtedy uwierzyliśmy z żoną,



że jednak uda mi się zrobić wymarzone kursy, że to prawda. Zaczynamy działać! Niesamowite uczucie, które będę pamiętał do końca życia! Świat nabrał barw, których dotąd nie znałem.

Przed przystąpieniem do programu przez problemy zdrowotne musiałem zrezygnować z tańczenia w teatrze. Lekarz medycyny pracy powiedział stanowcze stop. Dalsza kariera na scenie i kolejna kontuzja mogłaby być tą ostatnią. Zaskoczenie było ogromne, ale ja już wiedziałem, że podjąłem dobrą decyzję. Przystąpiłem do projektu tuż przed wypadkiem i chociaż ciężko mi było w to uwierzyć, miałem perspektywy na przyszłość. Praca w zawodzie fizjoterapeuty przyszła równie niespodziewanie jak program Instytutu czy koniec kariery. Tak, to był przedziwny czas.

Wiedziałem, że już mnie nic nie zatrzyma, program ruszył, miałem pieniądze na realizację marzeń, studia magisterskie rozpoczęte, a na widoku nowe możliwości zawodowe.

Zakończenie kariery na scenie z dnia na dzień było wielką zmianą w moim życiu osobistym. Byłem bardzo zdziwiony, gdy o osiemnastej byłem już w domu i miałem cały wieczór dla siebie i dla rodziny. Przez pewien czas nie mogłem uwierzyć, że o tej porze nie jestem na próbie. Nie wiedziałem, co ze sobą zrobić! Tak jak kiedyś brakowało mi czasu, tak teraz miałem go za dużo. Na szczęście studia wymagały tak intensywnej nauki, że szybko na nowo poukładałem sobie życie.

Zacząłem nowy rozdział w życiu. Zmiana z trybu teatralnego na normalny spowodowała, że odżyłem, bo praktycznie od razu znalazłem pracę w nowym zawodzie. Moja rodzina żyje teraz spokojniej, jest też stabilna finansowo. Nie muszę się bać o przyszłość każdego dnia, myśląc o przebytych i potencjalnych kontuzjach. Nie muszę się zastanawiać, czy zejść ze sceny w pełnej formie, czy z niepełnosprawnością. Teraz mam wykształcenie, a moją bazą jest dwadzieścia lat tańca i doświadczenie w pracy z ciałem. Dzięki temu łatwiej mi zrozumieć pacjentów i ich potrzeby. W nowej pracy czasami budzę małą sensację. Mój zakres ruchu jest większy niż u większości ludzi, więc gdy ktoś widzi, w jak niespotykanej pozycji siedzę, rehabilitując pacjentów, łapie się za głowę.

Gdyby kilka lat wcześniej ktoś zapytał mnie, gdzie widzę się za dziesięć lat i czy jestem pewien, czy będę w stanie tak długo tańczyć, z pewnością odpowiedziałbym, że nie będę występować dziesięć, a dwadzieścia lat. Jako młody chłopak byłem zachłanny na taniec i na życie, czułem się niezniszczalny. Nie myślałem o sobie ani o rodzinie. Powiedziałbym wtedy sam sobie, że trzeba mieć alternatywę. O jeden upadek za dużo i taniec



może się skończyć. Z perspektywy czasu widzę, jak bardzo obciążała mnie odpowiedzialność za partnerki na scenie, zwłaszcza po coraz bardziej poważnych kontuzjach. Strach, że przez moją niedyspozycję komuś może stać się krzywda lub sam wyląduję na wózku, był ogromny.

Wiele zawdzięczam mojej żonie, która również jest fizjoterapeutką. Pomogła mi przetrwać najtrudniejsze chwile, dała mi też siłę, żeby zgłosić się do programu. Wierzyła we mnie, widziała, jak bardzo chcę zostać fizjoterapeutą. Była pewna, że będę potrafił dążyć do zmiany zawodu, pomimo wysiłku, jaki będę musiał w to włożyć. Wsparcie finansowe w ramach programu pozwoliło mi na kontynuowanie studiów i zdobycie pełnego wykształcenia, a dzięki temu – na rozwój kariery.

Teraz nadal się uczę, mam przygotowaną listę szkoleń, które chcę ukończyć, żeby być lepszym fizjoterapeutą. Jestem szczęśliwy, że mogę je już sfinansować z własnych środków. A byłoby to niemożliwe, gdybym wcześniej nie zdobył nowych kwalifikacji dzięki stypendium. Początkiem tej zmiany była rozmowa z doradcą zawodowym, który odwiedził nas w teatrze. Niby tak niewiele, a tak wiele ta rozmowa zmieniła w moim życiu. Cieszę się, że jestem częścią tego programu i mogę być inspiracją dla tancerzy, którzy się wahają. Trzymam za Was kciuki.

## Marcin Kędziora

---

**Główny specjalista do spraw BHP i ppoż., przedsiębiorca, ratownik KPP, członek Zarządu Sekcji Tańca i Baletu ZASP oraz członek Zarządu Głównego ZASP, żołnierz OT (13 ŚBOT), tancerz koryfej. Bezpośrednio po Państwowej Szkole Baletowej w Łodzi otrzymał zaproszenie na audycję do Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Z tym zespołem związany jest do dziś, teraz już w innej roli. Współpracował z wieloma sławnymi choreografami: Conradem Drzewieckim, Jurajem Kubanką, Hanną Chojnacką.**

---

Obecnie pracuję jako główny specjalista do spraw BHP i ppoż. w Zespole Pieśni i Tańca „Śląsk”. Jestem odpowiedzialny za szeroko pojęte bezpieczeństwo zespołu, osób odwiedzających, a także za udzielanie pierwszej pomocy. Prowadzę również działalność gospodarczą w zakresie szkoleń z pierwszej pomocy.

Dodatkowo jestem żołnierzem w 13. Śląskiej Brygadzie Obrony Terytorialnej. W tej funkcji bardzo intensywnie rozwijam się w dziedzinie medycyny taktycznej (TCCC/CTM), otwierają się przede mną nowe możliwości. Dowództwo docenia moją wiedzę, wysokie kompetencje do prowadzenia szkoleń, pracowitość i zaangażowanie.

O zmianie zawodowej zacząłem myśleć przed trzydziestym rokiem życia. Doznałem poważnej kontuzji kręgosłupa, nie wiedziałem, czy po rehabilitacji będę miał szansę wrócić do zawodu. Od razu rozmawiałem z dyrektorem zespołu o mojej sytuacji i dyrektor wykazał chęć wsparcia, pod warunkiem mojego osobistego zaangażowania, poszukiwania dla siebie miejsca i uzupełnienia wykształcenia. Ta rozmowa była dla mnie ważna. Wtedy samodzielnie podjąłem i ukończyłem studia magisterskie. Dyrektor pamiętał o mnie i o naszej rozmowie i gdy pojawił się wakat na stanowisku inspektora do spraw BHP w zespole „Śląsk”, zwrócił się właśnie do mnie. Zaproponował dokończenie się w tym kierunku, wsparł uzyskanie przeze mnie bazowych kwalifikacji. Przyznam, że na początku mało wiedziałem o pracy behapowca i nie byłem w pełni przekonany do tej ścieżki zawodowej. Ale zacząłem zgłębiać temat i ta praca zaczęła mnie coraz bardziej interesować.

Pamiętam dobrze – 1 marca 2008 roku podpisałem umowę jako inspektor do spraw BHP na pół etatu w zespole „Śląsk”. Chciałem uczyć się dalej. Moim głównym celem przystąpienia do Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy było poszerzenie swoich kompetencji. Chciałem być świetny w swoim nowym zawodzie. Program dał mi bardzo dużo. Szerzej spojrzałem na moją przekwalifikowanie. Zdobyłem większą pewność siebie. Ratownikiem zostałem tylko dzięki udziałowi w programie. Ucząc się, będąc już na drodze przekwalifikowania, poznawałem coraz lepiej zawód i potrzeby rynku w moich nowych specjalizacjach. Pasja do rozwoju jest nadal we mnie. Już skończyłem program i ciągle pogłębiam swoją wiedzę.

Gdy pojawiła się konieczność przekwalifikowania, miałem poczucie zagubienia, nie wiedziałem, w którą stronę iść. To było trudne. W Zespole Pieśni i Tańca „Śląsk” byłem pierwszą osobą, która przystępowała do programu. Rozmawiałem wtedy dużo z ludźmi – moja nowa ścieżka zawodowa dopiero się rozwijała. To był proces.

Najfajniejsze w zmianie były wszystkie szkolenia. Każdy kolejny kurs, każde spotkanie z ludźmi, możliwość rozwoju. Było to też zderzenie się ze swoimi słabościami. Bardzo lubiłem zdobywać nową wiedzę, wręcz chłonałem ją. Wiedziałem, że to, czego się nauczę, jest i pozostanie moim zasobem.

Ogromnym wsparciem w całym procesie przekwalifikowania była moja żona. Gdyby nie ona, poległbym, i to już na samym początku. Dzięki niej mogłem sobie pozwolić na wyjazdy na szkolenia, bo przejęła większość codziennych obowiązków. Ważna była też pomoc pracodawcy, który starał się umożliwić mi od strony logistycznej mój udział w szkoleniach.







Myślę, że wymownym symbolem mojego przekwalifikowania była przysięga wojskowa. To jest megaprzeżycie. Wtedy mocno poczułem, że jestem na innym etapie życia.

Z perspektywy czasu myślę, że dzięki zmianie zawodowej otworzyłem się na nowe możliwości. Teraz uważam, że nie ma rzeczy niemożliwych. Wystarczy, że ma się chęci, otwarty umysł. Ograniczenia są tylko w naszej głowie. Jeśli zniesiesz te blokady – możesz naprawdę bardzo wiele osiągnąć.

Myślę, że najtrudniejsza w decyzji o zakończeniu kariery tancerza jest sama decyzja. Jako tancerze musimy się skonfrontować z tym, że w pewnym momencie nasz czas na scenie po prostu mija. I jest to nieuchronne. Warto dopuścić do siebie inne opcje. Dlatego chętnie powiedziałbym innym tancerzom: „Nie bójcie się! Otwórzcie się na nowe. Warto iść do przodu”.

Kiedy jako specjalista do spraw BHP szkolę tancerzy wkraczających w zawód, mówię im, żeby od razu zaczęli układać plan na siebie za te dziesięć, piętnaście lat. Warto odkrywać pełnię swoich talentów od razu. To proces, który potrzebuje czasu. Dużo trudniej przekwalifikować się w rok, półtora. Niech nie zaniedbują szansy rozwoju, nie marnują czasu.

## Magdalena Klimiuk

---

**Fizjoterapeutka, terapeutka integracji sensorycznej, ceniona instruktorka tańca w wielu technikach. Zawodowa tancerka. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Łodzi. Jako ambasador kultury polskiej przez dwanaście lat tańczyła w Państwowym Zespole Ludowym Pieśni i Tańca „Mazowsze”. Wykonywała bogaty repertuar taneczny na deskach światowych teatrów. Szczególne zamiłowanie miała do tańców z Podlasia.**

---

Obecnie pracuję jako fizjoterapeuta i instruktor tańca: baletu, tańca nowoczesnego, *musical dance* z akrobatyką. Podejmuję pracę w nowym zawodzie jako fizjoterapeutka-rehabilitantka w Centrum Medyczno-Rehabilitacyjnym „Sorno” w Milanówku i w nowo powstałej klinice terapii w Kaleni. Współpracuję z przedszkolem „Skrzat” w Grodzisku Mazowieckim jako instruktor gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej oraz terapeuta integracji sensorycznej. Specjalizuję się głównie w pracy z dziećmi: wady postawy, skoliozy, choroby rzadkie i integracja sensoryczna. Lubię łączyć te dwa zajęcia: instruktora i fizjoterapeuty. Docelowo wiem, że proporcje będą się zmieniać na rzecz fizjoterapii i z czasem właśnie ta nowa dziedzina przejmie sto procent mojego czasu zawodowego.

O zmianie zawodowej zaczęłam myśleć mniej więcej po ośmiu latach intensywnego tańczenia, kiedy pojawiły się pierwsze bóle, przeciążenia. Obserwowałam, jak mój organizm powoli staje się mniej wydolny.

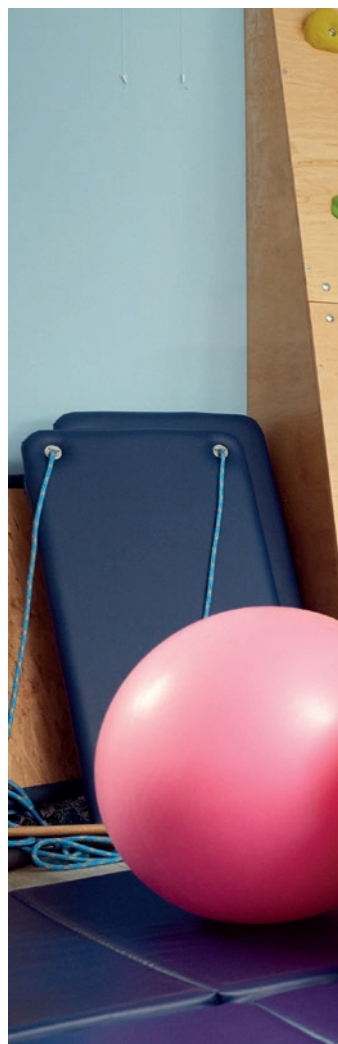
Wiedziałam, w którą stronę chcę kierować swój dalszy rozwój zawodowy. Od zawsze na równi z tańcem interesowała mnie medycyna. Po szkole baletowej zastanawiam się nawet, czy pójść w stronę teatru, czy medycyny. Wybrałam taniec – moją wielką pasję, a teraz wybieram fizjoterapię – moją drugą pasję. Jeszcze zanim przystąpiłam do programu, skończyłam Akademię Wychowania Fizycznego, wiele kursów instruktorskich, okołomedycznych, studia podyplomowe z fizjoterapii w sporcie i gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej, zdobyłam certyfikat terapeuty integracji sensorycznej oraz specjalisty metody FITS. Myślałam, że w przyszłości będę pracowała z osobami dorosłymi, może ze sportowcami. Nie byłam pewna swojego kierunku specjalizacji.

W doprecyzowaniu mojej ścieżki zawodowej bardzo dużo dał mi wolontariat. Zdecydowałam się na odbycie wielu bezpłatnych praktyk. Wybierałam uważnie kliniki, w których chciałam się kształcić, obserwowałam prowadzone zajęcia, rozmawiałam z fizjoterapeutami. Pozwoliło mi to świadomie wybrać kierunek specjalizacji najbardziej spójny ze mną. Dowiedziałam się także, które szkolenia są najwartościowsze na rynku. Zaczęłam też włączać elementy tańca do rehabilitacji, uzyskując świetne rezultaty.

Zauważyłam, że najwięcej satysfakcji daje mi rehabilitacja dzieci. Czuję, że mam realny wpływ na dalszy prawidłowy rozwój dziecka. To dla mnie bardzo ważne. Wysoko rozwinęłam kompetencje motywowania i nawiązywania relacji z dzieckiem jako instruktor tańca, co bardzo ułatwia mi pracę z małym pacjentem, który często na początku nie przepada za ćwiczeniami, nie jest świadomy swojego ciała.

Myślę, że w całym procesie przekwalifikowania najtrudniejsze było dla mnie to, że aby móc zrealizować mój plan i rozwinąć się w nowej pasji, musiałam zejść ze sceny. Logistyka szkoleń uniemożliwiała mi dotychczasową pracę. W czasie intensywniejszego etapu mojego przekwalifikowania w ramach programu zdecydowałam się na pracę wyłącznie w formie umów-zleceń. Odwagi dodawała mi wtedy myśl, że będę uczestniczyła w świetnych, prestiżowych, najbardziej wartościowych na rynku kursach specjalistycznych. Bez finansowania ich przez program miałabym niewielkie szanse w nich uczestniczyć.

Ogromnym wsparciem w czasie całego procesu przekwalifikowania byli dla mnie rodzina, niezastąpiony i zawsze podtrzymujący na duchu





mąż i przyjaciele. Dużą pomoc otrzymałam także od całego zespołu pracującego przy programie – kontakt z nimi, motywacja, pomoc na każdym etapie uczestnictwa, interesowanie się mną, tym, jak mi idzie – to było dla mnie ważne. Bez tego ludzkiego wsparcia (niezależnie od pomocy materialnej) byłoby mi trudno.

Pamiętam, że miałam moment zawahania: co ja robię? Rzucam pracę i zaczynam od zera? Wtedy pomyślałam, że przecież mam szansę rozwiniąć swoją drugą pasję, uczestniczyć w naprawdę unikalnych kursach.

Myślę, że dla tancerzy przekwalifikowanie może być trudne, gdy nie mają sprecyzowanej drugiej pasji. Naprawdę bardzo ważne jest, by poszukać tego, co się lubi, a nie iść za tym, co się opłaca. Trzeba odnaleźć się zawodowo, uściślić, czego się chce. I nie bać się, bo najtrudniejszy jest pierwszy krok. Ma się wrażenie, że rzuca się wszystko, i ta myśl jest trudna. Natomiast nigdy nie ma dobrego momentu na zmianę. Po prostu trzeba jej dokonać i już.

Ta zmiana może być pięknym czasem, gdy już jako osoby dorosłe możemy kształcić się tak, jak chcemy – nie z perspektywy dziecka, ale dojrzałej osoby. Ja poczułam się tak, jakbym zaczynała nowe życie. Myślę, że ważne, by tak czuć, gdy nadchodzi czas zostawienia czegoś za sobą.

Tancerzom, którzy rozpoczynają pracę sceniczną, powiedziałabym, że trzeba mieć coś w zanadrzu. Taniec jest cudowną pasją, ale to zawód ulotny. Warto szukać tego, co sprawia taką samą przyjemność jak taniec.

# Piotr Korpusik

---

**Instruktor i choreograf tańca ludowego. Absolwent Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Gdańsku. Przez wiele lat tancerz Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Laureat wielu nagród. Dwukrotnie uhonorowany Nagrodą Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej.**

---

Swoją karierę tancerza postrzegam jako bardzo udaną. Czułem się doceniany w pracy, wraz z zespołem zwiedziłem wiele miejsc w Polsce i na świecie. Dzięki tańcowi poznałem żonę, założyłem rodzinę.

Obecnie jako instruktor i choreograf prowadzę zajęcia z dziećmi, organizuję spektakle baletowe. Prowadzę także zajęcia z seniorami. W pracy wykorzystuję swoją muzykalność, wrażliwość i umiejętność tworzenia. Bardzo ważne jest też moje ogromne doświadczenie taneczne, rozumienie tańca, tancerzy, sceny oraz wiedza związana z tworzeniem spektakli i prowadzeniem zajęć, którą uzupełniłem i zdobyłem w ostatnich latach w ramach Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy.

Tak na poważnie zacząłem myśleć o przekwalifikowaniu właśnie wtedy, kiedy dowiedziałem się o istnieniu programu. Wiedziałem już od jakiegoś czasu, że nie zakończę kariery tanecznej w wieku czterdziestu pięciu lat emeryturą, ale zanim nie pojawił się program, brakowało mi impulsu, by zacząć na serio myśleć o dalszej drodze zawodowej.

Najtrudniejsze w całej zmianie było po prostu zdecydowanie się na coś innego. Kiedy pomysł już się pojawił, to spróbowanie i zrobienie czegoś nowego samemu, sprawdzanie się w nowym – już nie było takie trudne.

Dużą pomocą było dla mnie spotkanie z doradcą zawodowym w ramach programu. To właśnie w czasie konsultacji pojawił się pomysł, a potem jeszcze uzyskałem pomoc w ułożeniu programu przekwalifikowania tak, abym mógł ten pomysł zrealizować.

To, co było dla mnie nowe, to praca z seniorami. Z dziećmi pracowałem już wcześniej i wiedziałem, że dobrze się w tym czuję. Teraz zależało mi ogromnie, aby panie kursantki, z którymi podejmę pracę, były zadowolone z zajęć i z tego, co dzięki nim osiągną, a także abym ja widział cieszące mnie efekty. To zajęcie okazało się bardzo miłe i pozytywnie zaskakujące. Panie wykazują dużą pasję do tańca, przyjemnie to obserwować – spotykają się już teraz także poza prowadzonymi przeze mnie zajęciami i powtarzają układy. To, co łączy pracę z dziećmi i z seniorami, to czas, który trzeba poświęcić na zapamiętanie układu, a także ogromna frajda, którą mają uczestnicy zajęć. I dzieci, i panie seniorki. Może panie seniorki mają jej nawet więcej, a na pewno są pilniejsze.

Kiedy myślę o sobie z perspektywy zmiany zawodowej – to wydaje mi się, że jestem takim samym człowiekiem. Różnica jest tylko taka, że już nie ja będę tańczył, ale osoby, które uczę. To też daje satysfakcję. Inną niż gdy tańczy się samemu, ale chyba wcale nie mniejszą.

Trudne jest to, że już nie będzie takiego kontaktu z ludźmi, z którymi pracowało się przez wiele lat. Zawsze dobrze czułem się na scenie i opuszczenie jej wiązało się ze smutkiem. Uświadomiłem sobie, że zamykam jakiś etap życia.

Ale uważam, że jest to rzecz naturalna, nic nie trwa wiecznie. To są fakty i taka jest rzeczywistość. I właśnie to powiedziałbym tancerzom, dodając, że może warto pomyśleć o zmianie zawodowej wcześniej, nie na ostatnią chwilę, nie pochopnie.

Młodym tancerzom, którzy dopiero wkraczają na scenę, powiedziałbym natomiast, by korzystali z możliwości tańczenia, pokazywania się na scenie. A także, by zaczęli szukać też czegoś innego, w czym są dobrzy, i by w tym kierunku się douczali.









## Paweł Kruk

---

**Kierowca zawodowy. Ukończył Szkołę Baletową w Mińsku na Białorusi. Tancerz Opery Nova w Bydgoszczy, gdzie przetańczył dwadzieścia lat, realizując cały repertuar zespołowy.**

---

Aktualnie zdobywam kompleksowe kwalifikacje do pracy jako kierowca zawodowy. Planuję wkrótce szukać pracy jako kierowca w firmie transportowej. Wiem, że będę miał dużo ofert. Pracuję w tej chwili w Norwegii, obsługuję maszyny i jeżdżę wózkiem widłowym w hali produkcyjnej w fabryce. Ta praca odpowiada mi jako etap przejściowy. Szczególnie cenię w niej brak stresu. Mogę nawet powiedzieć, że w tej pracy nauczyłem się, że można pracować w sposób zdyscyplinowany, z dużym naciskiem na punktualność, a jednocześnie bez presji i stresu. Wkrótce jednak zmienię to zajęcie, bo chcę pracować jako kierowca.

Miałem świadomość, że tańczenie prędzej czy później się skończy, lata lecą i z każdym rokiem młodszy nie będę. Ale tak naprawdę dotarło to do mnie, gdy zlikwidowano wcześniejsze emerytury taneczne. Wiedziałem, że muszę coś zrobić, czekałem na bodziec. Nadszedł on z zewnątrz i jestem wdzięczny losowi, że tak się stało.

Kiedy przestałem pracować w operze, dzięki znajomym dowiedziałem się o możliwości pracy za granicą. Potrzebowałem wówczas po prostu zarabiać, a praca w Norwegii dała mi stabilizację finansową.



Gdy podjąłem pracę w fabryce, na początku był stres, nie umiałem obsługiwać maszyn, nie byłem pewny, czy sobie poradzę. Ale bardzo szybko wszystkiego się nauczyłem. W fabryce dostałem wsparcie, wszystko mi pokazano.

O Programie Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy dowiedziałem się z plakatów i ulotek. Przyznam, że na początku podchodziłem do tego całego programu sceptycznie, myślałem sobie, że już za późno dla mnie na naukę.

Ale moje wątpliwości rozwiały się po pierwszym spotkaniu z doradczynią zawodową. Wtedy lepiej zrozumiałem cały program i to, jak mogę z niego skorzystać. Zacząłem myśleć, co chcę robić, co mogę jeszcze zrobić w życiu. Ponieważ bardzo lubię zwiedzać świat i od dziecka tak było – zawsze dużo jeździłem, fascynowały mnie też samochody, motoryzacja, więc dość szybko pomyślałem o tym, by zostać kierowcą zawodowym i jeździć na przykład na trasach międzynarodowych. Zdecydowałem się wtedy złożyć wniosek o sfinansowanie kursów na kierowcę w ramach programu.

Teraz mam już kwalifikacje: do przewozu ładunków kategorii C i OE, do przewozu pasażerów, zdałem też egzaminy na prawo jazdy kategorii C i D. Uczę się jeździć z przyczepą. Uczę się języków: angielskiego i norweskiego. Doksztalałem się w zakresie obsługi komputera.

W procesie przekwalifikowania najtrudniejsze było dla mnie zdawanie egzaminów teoretycznych na poszczególne kwalifikacje i uprawnienia. Strasznie dużo teorii. A najfajniejsze to, że mnie to nie stresowało. Pracę w operze wspominam jako ciągły stres. A w pracy jako kierowca nie ma stresu, nie ma spięcia. To jest dla mnie bardzo ważne.

W procesie zmiany zawodu miałem spore wsparcie wszystkich pracujących przy programie. Bardzo istotne było dla mnie, że wspierający mnie zespół działał elastycznie, uwzględniał specyfikę mojej pracy, na przykład tylko okresowe pobyty w Polsce. Zawsze wspólnie szukaliśmy rozwiązania, jeśli miałem jakieś pytanie, problem.

Uważam, że program dał mi nowy start w życiu. Czuję się tak, jakbym pisał nowy rozdział. Skończyłem książkę *Balet*, piszę książkę *Kierowca*. Poza tym pozostaję tym, kim byłem. Dziś zupełnie nie mam poczucia straty. Najpierw bolało mnie, że to koniec. Teraz jestem wdzięczny losowi.

Innym tancerzom powiedziałbym, że naprawdę nie ma się czego bać. Najważniejsze, żeby zacząć. Po prostu zrobić pierwszy krok. Tancerze czują

czasem niepewność, czy dadzą sobie radę. Czasem mają takie poczucie, że na operze świat się kończy. Ale tak nie jest. Świat jest naprawdę duży.

Tancerzom startującym w tym zawodzie powiedziałbym, że z tańcem jest jak ze sportem – to piękny, ale krótko trwający zawód. Na ich miejscu już teraz bym się zastanawiał, co robić dalej. Do czego jeszcze poza tańcem ciągnie ich serce. Im szybciej zaczną o tym myśleć, tym lepiej dla nich.

Wiem, że każdy jest inny. Każdy do zmiany podchodzi inaczej. Życzę wszystkim tancerzom wytrwałości.

Jestem szczęśliwym człowiekiem. Niczego w życiu nie żałuję, niczego nie chciałbym zmienić.

## Sandra Kruk

---

**Przedstawiciel handlowy – specjalista do spraw sprzedaży i kontaktów z klientami. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Bytomiu. Przetąpiła na scenie dwadzieścia lat w Operze Nova w Bydgoszczy. Najbardziej lubiła role, które wyrażały wiele emocji, na przykład w *Zniewolonym umyśle*.**

---

Obecnie pracuję na stanowisku pełnomocnika zarządu do spraw rozwiązań dokumentowych w firmie zajmującej się dzierżawą urządzeń drukujących. Moja praca polega na sprzedaży, nawiązywaniu kontaktów z różnymi instytucjami, poszukiwaniu nowych klientów biznesowych. Na co dzień kontaktuję się z prezesami różnych firm. Pracuję w fajnym, współpracującym zespole, mam szefa, który ceni i wspiera to, że ciągle się uczę, rozwijam. W tej pracy wyszłam ze swojej strefy komfortu i cieszę się z tego. Służy mi to, bardzo się rozwinęłam. Z kolei samodyscyplina, którą wywodziłam w balecie, znacząco wpływa na moją efektywność w obecnym miejscu pracy.

O zmianie zawodowej pomyślałam po pierwszym spotkaniu z doradczynią zawodową. Dzięki jej pytaniom zaczęłam myśleć o nowych możliwościach. Ważne było też dodanie mi otuchy. Poczułam, że życie







poza operę istnieje. Rozważałam wtedy różne ścieżki przekwalifikowania. Wkrótce zdecydowałam się po prostu czegoś spróbować i jeszcze tańcząc na scenie, podjęłam dodatkową pracę jako przedstawiciel handlowy w sprzedaży bezpośredniej.

Moją motywacją do zmiany była chęć rozwijania się w innej dziedzinie niż taniec. Dzięki temu doświadczeniu upewniłam się, że sprzedaż – taki rodzaj kontaktu z ludźmi – jest spójny ze mną. Wiedziałam już wtedy, że nie chcę docelowo być sprzedawcą bezpośrednim, ale przedstawicielem handlowym w jakiejś firmie. Zdecydowałam się przygotować program przekwalifikowania i wnioskować o stypendium dofinansowujące edukację w tym zakresie. Zawsze marzyłam o skończeniu studiów – teraz było to możliwe. Zrezygnowałam z pracy w operze i zmieniłam pracę, żeby mieć czas na studia i zdobycie nowego doświadczenia. Łączyłam kursy ze sprzedaży z praktyką i to mi pomagało, a wręcz – było kluczowe. Nie wykorzystałabym w pełni tych szkoleń, gdybym od razu nie wprowadzała zdobywanej tam wiedzy w czyn.

Już od roku pracuję w nowej firmie. Patrę na to, co umiałam przedtem, co teraz – i widzę, że poszerzyłam swoje umiejętności przynajmniej o sto procent. Pamiętam, jak jeszcze przy składaniu wniosku stypendialnego przerażał mnie komputer. Teraz jest moją codziennością – podliczam wydruki, robię zestawienia w Excelu. Uwielbiam poznawać nowych ludzi. Lubię się inspirować osobami, które osiągnęły więcej. Lubię pytać, jak do tego doszły, uczę się od nich.

Bardzo się cieszę, że wraz z programem tancerze dostali drugą szansę i że ja jestem jedną z tych osób, które mogły z tego skorzystać. Wręcz z powstaniem programu poczułam się tak, jakbym wygrała w totka.

W przekwalifikowaniu bardzo pomogła mi doradczyni zawodowa – podsyłała mi pomysły, inspirowała, dzięki czemu łatwiej było mi wybierać i decydować, gdy się wahałam.

Myślę, że ważne, by w procesie zmiany być uważnym na wszystko, co dzieje się wokół nas, samemu sobie dawać szansę. Ja dostałam moją aktualną pracę dzięki przypadkowej rozmowie na studiach. Mój obecny szef zatrudnił mnie, pomimo że miałam wtedy niewielkie doświadczenie pracy poza operą i z wykształcenia byłam jeszcze wtedy tancerką. Pamiętam, jak zapytał mnie po okresie próbnym, czy chcę zostać. Byłam bardzo zaskoczona, nie spodziewałam się takiego pytania, tylko oceny. Tymczasem ktoś liczył się z moim zdaniem i dał mi prawo wyboru.

W obecnej pracy czuję się doceniona. Widzę, że moje zdanie jest ważne dla mojego szefa i współpracowników. Czuję się już dobrze w branży, którą poznałam, czuję bezpieczeństwo i przynależność.

Tancerką zostałam z pasji – nie da się bez pasji wykonywać tego pełnego wyrzeczeń zawodu. Ciężko jest zrezygnować z tego, co się tak kocha. My, tancerki i tancerze, myślimy też, że nie damy rady zmienić zajęcia, jesteśmy krytyczni wobec siebie. A teraz uważam, że takie myślenie bardzo nas ogranicza.

Wychodząc na rynek pracy, musiałam się bardzo dużo nauczyć. Mogę powiedzieć, że rynek „odwdzieczył mi się” – dowiedziałam się wielu dobrych rzeczy na swój temat. W pracy słyszę, że „rozświeklam dział handlowy”, cenione jest moje poczucie humoru i sposób, w jaki współpracuję.

W całym procesie przekwalifikowania najtrudniejsze dla mnie było podjęcie decyzji, żeby to zrobić, zabrać się za pisanie wniosku. Ale jak już zaczęłam realizować plan zmiany zawodu, poczułam „wiatr w żaglach”. Drugi raz już bym się nie wahała.

Myślę, że tancerzom może być trudno podjąć decyzję o zmianie, bo nie znają życia poza operą. Ale jeśli już je podejmą, dadzą radę.

Innym tancerzom powiedziałabym też, żeby nie skupiali się na tańcu, żeby rozglądali się za nowymi możliwościami i nową pasją, bo balet kiedyś się skończy. Ja niewiele o sobie wiedziałam w chwili zmiany, musiałam dopiero zacząć szukać swoich zainteresowań. Warto czytać dużo książek o różnej tematyce, robić kursy *online*, rozwijać swoje różnorodne zainteresowania, bo ważne, by człowiek zawsze miał wybór. Żałuję, że mnie samej ktoś tego wcześniej nie powiedział.



# Radosław Lak

---

**Kierowca zawodowy. Absolwent Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej im. Feliksa Parnella w Łodzi. Tańczył w zespole Teatru Muzycznego w Łodzi i Teatru Muzycznego w Poznaniu.**

---

Nie miałem trudności z podjęciem decyzji o zmianie zawodu. Miałem czterdzieści dwa lata i wiedziałem, że nie będę już długo tańczyć. Pod koniec pracy w Teatrze Muzycznym w Poznaniu zacząłem zdawać sobie sprawę, że problemy zdrowotne powoli i nieubłaganie ograniczają mi możliwość tańczenia na dotychczasowym poziomie.

Najpierw sam zacząłem się rozglądać za nowym zajęciem i zdobywać pierwsze kwalifikacje jako kierowca zawodowy. Zacząłem uczyć się na kursach i okazało się, że mam w tym kierunku prawdziwy talent, bo to lubię. Postanowiłem, że zostanę kierowcą zawodowym. W międzyczasie dowiedziałem się o programie stypendialnym Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca. Z pomocą doradczyni napisałem wniosek i otrzymałem dofinansowanie do kolejnych kursów zawodowych. Bez problemu zdawałem egzaminy i zdobywałem nowe kwalifikacje. Nauczyłem się jeździć osiemnastometrowym samochodem. Zdobyłem też uprawnienia do prowadzenia autobusów i cystern. Oznacza to,



że jestem wszechstronnie przygotowany do wykonywania nowego zawodu. Dodatkowo ukończyłem kurs pierwszej pomocy. Swoją drogą uważam, że każdy powinien skończyć taki kurs, aby mieć możliwość pomóc w razie konieczności.

W trakcie przygotowywania wniosku pozytywnie zaskoczyło mnie nastawienie doradczyni, która była zainteresowana zarówno moją sytuacją zawodową, jak i życiową. To było dla mnie bardzo ważne przy wyborze nowego kierunku zawodowego. Utrzymanie rodziny i jej dobro jest dla mnie priorytetem, była to też motywacja do nauki. Doradczyni wspierała mnie nie tylko przy wypełnianiu wniosku stypendialnego, ale też podpowiadała dodatkowe opcje zawodowe. Te rozmowy bardzo mnie motywowały i cieszę się, że mogłem skorzystać z pomocy Instytutu i pracowników zaangażowanych w ten projekt. Ful profeska. Idąc za sugestią doradcy, zacząłem uczyć się języka niemieckiego. Planuję, teraz już za własne pieniądze, kontynuować naukę. Daje mi to możliwość podjęcia pracy w Berlinie. Zakładam, że mógłbym w tygodniu pracować w Berlinie, a na weekendy wracać do Poznania, do rodziny.

W tej chwili czekam na operację ortopedyczną. Po niej mam zamiar rozpocząć pracę jako kierowca zawodowy w Polsce lub w Niemczech. Na szczęście w moim nowym zawodzie to praca szuka człowieka, a nie odwrotnie. Myślę więc, że nie będę miał trudności ze znalezieniem zatrudnienia. Jestem przekonany, że będę mógł zapewnić utrzymanie rodzinie, że z tym zawodem będzie podobnie jak z wyjazdami zagranicznymi z teatrem: przyniesie mi to satysfakcję, a dodatkowo jeszcze będą mi za to płacić. No i przekonałem się, że mam do tego talent.

Każdy z nas jest inny, ale radziłbym tancerzom, żeby już teraz myśleli o swojej przyszłości i zdobywali nowe kwalifikacje. Powinni korzystać z programu, a nie zastanawiać się w nieskończoność. Świat się zmienia i wszyscy musimy być na to przygotowani.

## Michał Łabuś

---

Właściciel salonu fryzjerskiego i fryzjer stylistą.  
Dyplomowany tancerz Związku Artystów Scen Polskich.  
Ukończył studia wyższe na kierunku administracja publiczna. Instruktor i pedagog tańca. W latach 2003–2007 związany był z Teatrem Muzycznym Capitol we Wrocławiu. Laureat programu VIVA Selections Dance Academy. W latach 2008–2015 związany z Bałtyckim Teatrem Tańca Izadory Weiss oraz Operą Bałtycką w Gdańsku jako solista. W 2010 roku Laureat Nagrody Prezydenta Miasta Gdańsk Dla Młodych Twórców w dziedzinie kultury. Jest twórcą własnych choreografii do spektakli: *Uwikłani* w ramach programu Scena dla Tańca, *You Are My Sister* w Teatrze Muzycznym Roma oraz *Legendy Kaliny Jędrusik*, koncertu finałowego 27. Przeglądu Piosenki Aktorskiej. Występował na licznych festiwalach w Polsce, Niemczech, Tajlandii, Turcji. W 2014 roku w listopadowym numerze „Dance Magazine” został uznany przez krytyka Grahama Wattsa za jednego z najlepszych tancerzy w Europie w sezonie 2012/2013. Od stycznia 2015 roku był skoncentrowany na autorskiej pracy, która połączyła go z czołowymi tancerzami w kraju, czego efektem były spektakle *Radio Żelaza* oraz *Uchodźcy*. *Testigo Documentary* zrealizowane wraz z Dzikistyl Company w ramach Gdańskiego Festiwalu Tańca. Współpracował również z Teatrem Muzycznym w Gdyni, występując w musicalu *Notre-Dame de Paris*.

---

Obecnie prowadzę własny salon fryzjerski, który otworzyłem sześć miesięcy po zakończeniu procesu przekwalifikowania. To była odważna i przemyślana decyzja. Planując zmianę zawodu, wiedziałem, że droga, którą wybieram, będzie bardzo intensywna i wyczerpująca. Założyłem, że zostanę fryzjerem w najkrótszym, jak to tylko możliwe, czasie. Oczywiście wiązało się to z wieloma wyrzeczeniami. W moim

przypadku oznaczało to intensywną naukę, której poświęciłem sto procent swojego czasu. Ćwiczyłem zdobyte umiejętności i obserwowałem bardziej doświadczonych szkoleniowców. Poznawałem ludzi, budowałem sieć kontaktów i uczyłem się nie tylko, jak wykonywać perfekcyjne strzyżenia czy koloryzacje, ale przede wszystkim podejścia do klienta tego, jak funkcjonują salony fryzjerskie.

Początkowo zdobywanie nowego zawodu wiązało się z ogromnymi wyrzeczeniami i obciążeniem fizycznym oraz psychicznym. W pierwszym okresie łączyłem jeszcze pracę w teatrze ze szkoleniami i zdobywaniem praktyki zawodowej.

Przekwalifikowanie to praca indywidualna, nie mogłem czekać, aż coś samo do mnie przyjdzie, wiedziałem to jeszcze przed decyzją o zmianie zawodu. W trakcie szkoleń zdobywałem nie tylko nowe umiejętności, ale też poznawałem wszelkie aspekty bycia fryzjerem, co pozwoliło mi płynnie zmienić wykonywany zawód. Moim marzeniem było otwarcie ekskluzywnego atelier z indywidualnym, holistycznym podejściem do pracy z klientem. Salon prowadzę już przeszło trzy lata, nieustannie się rozwijam i jestem głodny wiedzy. Dzięki swojej ciężkiej pracy, uporowi i perfekcjonizmowi udało mi się wspiąć na najwyższy poziom sztuki fryzjerskiej.

Praca we własnym salonie daje mi ogromną satysfakcję, jestem dumny ze swojej życiowej drogi i chętnie opowiadam o niej swoim klientom.

W zawodzie tancerza osiągnąłem bardzo dużo, czułem się spełniony, nie chciałem wyjeżdżać za granicę, a pracą w Polsce byłem już zmęczony. Wszystko to złożyło się na to, że już na kilka lat przed odejściem z zawodu zacząłem się zastanawiać, co mógłbym robić w przyszłości. Oczywiście towarzyszyła mi jeszcze większa niepewność co do odnalezienia się poza światem teatru. To, co było największą obawą, okazało się najlepszym doświadczeniem. To wszystko nie byłoby możliwe bez wsparcia rodziny, nauczycieli zawodu oraz uczestników szkoleń, z którymi uczyliśmy się od siebie nawzajem. Środki finansowe, uzyskane dzięki stypendium, umożliwiły mi myślenie o nowym zawodzie szybciej, niż zakładałem.

Wracając pamięcią do najważniejszych wydarzeń z okresu przekwalifikowania, wiem, że dobrze wykorzystałem ten czas. Największym stresem był pierwszy egzamin, potem pierwsza praca, z której byłem zadowolony – ani z warunków pracy, ani z atmosfery. Czułem, że mogę pracować inaczej i nieustannie zastanawiałem się, co mógłbym zrobić lepiej.





Cały czas buduję swoją renomę zawodową, widzę, jak wiele osób poleca moje usługi, oprócz tego dbam o markę, którą tworzę swoją ciężką pracą. Okres pandemii był bardzo stresujący. Był też czasem próby. W czasie *lockdownu* klienci pytali, jak mogą pomóc, proponowali wsparcie finansowe, a grafik miałem wypełniony na półtora miesiąca do przodu. W dniu otwarcia salonu zacząłem pracować niemalże od rana do nocy, by móc obsłużyć wszystkich klientów.

Z perspektywy czasu widzę, że aklimatyzacja w środowisku poza teatrem nie była taka trudna, jak początkowo mi się wydawało. Wiem, że nie można wątpić w siebie ani w powodzenie własnego pomysłu. Ja przeniósłem pasję z tańca na fryzjerstwo. Przydały mi się wyobraźnia, dyscyplina oraz zaangażowanie. Dobre rzemiosło jest formą sztuki i jest w cenie zarówno w Polsce, jak i na całym świecie. Wybierając zawód, zastanawiałem się, co da mi stabilizację zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym. Oprócz tego ważne jest, żeby się zastanowić, co się lubi robić, co nam sprawia przyjemność. Warto przypomnieć sobie, co się lubiło robić w dzieciństwie, zanim taniec zawładnął całym naszym życiem. Pójście za sercem i intuicją jest bardzo ważne, ale trzeba też sprawdzić rynek, poprosić innych, jak naprawdę wygląda praca w danym zawodzie. Zanim się podejmie decyzję, trzeba być przekonanym, co chce się robić. Lepiej poświęcić więcej czasu i dobrze się zastanowić niż podjąć decyzję pochopnie.

Tak jak w tańcu mierzymy wysoko, tak w nowym zawodzie należy od razu celować w najwyższą półkę. Jeżeli jeszcze tańczycie i jesteście na tyle młodzi, że nie zastanawiacie się nad przyszłością poza tańcem, to szukajcie miejsc o najwyższym poziomie. Tam, gdzie szanuje się poziom wykonawczy, pracę i osobowość, tam, gdzie pracuje się według europejskich standardów. Nie zapominajcie rozwijać swoich pasji poza tańcem. Dzięki temu, niezależnie od tego, gdzie się znajdziecie, będziecie mieć alternatywę w przyszłości, dostęp do innej rzeczywistości, inspiracji, wiedzy. Niezależnie od tego, czy taniec będzie Waszym sposobem na życie, realizacją pasji czy hobby. Świat czeka na Was.

## Beata Macioszczyk

---

**Nauczycielka tańca, pedagog. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową im. Olgi Sławskiej-Lipczyńskiej w Poznaniu oraz studia na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie na kierunku taniec, specjalność – pedagogika baletowa. Pierwszą pracą zawodową podjęła w Polskim Teatrze Tańca w Poznaniu, w którym pracowała dwa sezony, następnie przez dwadzieścia trzy lata tańczyła w Teatrze Wielkim im. Stanisława Moniuszki w Poznaniu. Przez dwadzieścia pięć lat pracy zawodowej jako tancerka miała możliwość pracy w różnych technikach tańca, biorąc udział w scenach zespołowych oraz odgrywając solowe role charakterystyczne repertuaru baletowego.**

---

Po przekwalifikowaniu zaczęłam pracę w Ogólnokształcącej Szkole Baletowej w Poznaniu, w której uczę tańca klasycznego oraz ludowego. Oprócz tego jestem nauczycielem w niepublicznej Szkole Tańca i Baletu „Fouetté” Beaty Książkiewicz.

Praca nauczyciela jest bardzo odpowiedzialna i trudna. Z perspektywy czasu widzę, że w pracy tancerki byłam odpowiedzialna za siebie i własną kondycję. W tej chwili jestem odpowiedzialna nie tylko za siebie, ale za całą grupę uczniów oraz za każdego z osobna. Praca nauczyciela wymaga dużo wkładu własnego. Wiele czasu poświęcam na przygotowanie lekcji, ćwiczeń oraz choreografii. W teatrze praca



była cięższa fizycznie, ale zawód pedagoga jest bardziej wymagający. Dotąd nie zdawałam sobie sprawy, jak bardzo trzeba być uważnym w tej pracy oraz jak wiele jest dodatkowych obowiązków oprócz samego prowadzenia zajęć.

Dopiero w momencie pojawienia się programu zaczęłam rozważać wyższe studia w Warszawie. Wydawało mi się, że skoro jestem tancerką, to te studia będą proste. Od dawna marzyłam, żeby studiować w Warszawie na Uniwersytecie Muzycznym, ale dopiero kiedy pojawił się program, zaczęłam rozważać taką opcję. Wcześniej ukończyłam studia pedagogiczne na specjalizacji opiekuńczo-wychowawczej. Po prostu chciałam zdobyć wyższe wykształcenie, a połączenie pracy w teatrze ze studiami w Poznaniu i życiem rodzinnym wydawało mi się najbardziej rozsądne i najłatwiejsze. Jednak wciąż brakowało mi w moim wykształceniu elementu tańca. Ukończenie studiów pedagogicznych w Warszawie było spełnieniem moich marzeń oraz dało mi możliwość znalezienia pracy w dziedzinie, którą tak bardzo kocham.

Szczerze mówiąc, przed myślą o podjęciu studiów z pedagogiki baletowej hamowała mnie również nieznanomość języka angielskiego. Postanowiłam się go nauczyć. Dzięki dofinansowaniu mogłam wziąć udział w kursie, który pozwolił mi na uzupełnienie tego braku i zaliczenie z końcem studiów egzaminu z tego języka. Oprócz tego, aby mieć większe szanse na zdobycie pracy, ukończyłam kurs komputerowy. Bardzo mi się to przydało także na studiach, bo część zaliczeń musiałam przygotowywać na komputerze i przysyłać mailem. Także w pracy nauczyciela nie wiem, jak bym sobie poradziła bez tych umiejętności.

Gdybym nie zdecydowała się na podjęcie dodatkowych studiów i na uzupełnienie umiejętności komputerowych i językowych, z pewnością mogłabym pozostać w teatrze w innej roli zawodowej. Jednak myśl o zmianie zawodu na garderobianą czy szatniarkę budziła mój wewnętrzny opór. Mając wyższe wykształcenie, nie chciałam pracować w tych zawodach. Dodatkowo te zajęcia łączą się z większym obciążeniem czasowym przy mniejszych dochodach i niższym prestiżu. Nie umiałam się na to zdobyć. Zdecydowałam się na inną, bardziej wymagającą zmianę zawodową. Zachodziła stopniowo. Mam wrażenie, że nie była to rewolucja, a raczej ewolucja, bo nadal jestem w tym samym środowisku. Teatr współpracuje ze szkołą baletową, więc poruszam się wciąż po znanym mi terytorium. Miałam nawet okazję wystąpić gościnnie z uczniami na mojej dawnej scenie. Widzę swoje życie jako drogę od uczennicy szkoły baletowej, poprzez tancerkę, do nauczycielki tańca w tej samej szkole.



W samym procesie zdobywania nowego wykształcenia najtrudniejszy był brak czasu dla siebie, dla rodziny i przyjaciół. Zjazdy na uczelni miałam w weekendy, do tego intensywne kursy z języka oraz z komputera, które łączyłam z pracą zawodową i życiem rodzinnym. Po przygotowaniach do egzaminów końcowych i pracy dyplomowej z wielką ulgą, ale też satysfakcją przyjąłm zakończenie studiów.

Czuję swoją dojrzałość życiową i zawodową, pracuję z ludźmi, którzy mnie uczyli i z którymi pracowałam na scenie. W tym otoczeniu czuję się bezpiecznie.

Przygotowując się do złożenia wniosku o stypendium, zastanawiałam się wielokrotnie, czy tak jak poprzednio wybrać prostszą i krótszą ścieżkę przekwalifikowania. Teraz wiem, że zawsze warto być odważnym i podnosić sobie poprzeczkę. Warto dać sobie szansę. Każdy powinien wybrać taką ścieżkę, która go ciekawi i o której marzy. Marzenia czasami są trudne do spełnienia, czasami trzeba wziąć pod uwagę okoliczności rodzinne, zawodowe lub zdrowotne. W moim przypadku wszystko, co zrobiłam, bardzo mi się przydało. Czuję, że mój plan przekwalifikowania był kompletny. Teraz wiem, że gdybym nie wzięła pod uwagę sugestii doradcy zawodowego, mój plan by się nie powiódł. Wskazówki i podpowiedzi doradcy były bardzo ważne, nie o wszystkich rzeczach i możliwościach poszerzenia umiejętności sama bym pomyślała.

Po rezygnacji z pracy na scenie, życie toczy się dalej. W czasie nauki nie miałam czasu się zastanawiać, czy moje życie się zmieni. Dzięki programowi wszystko poszło płynnie. Jest ciekawiej, jest inaczej. Trzeba jednak sobie wszystko wcześniej zaplanować, jeszcze tańcząc. Pracować jako tancerz możemy tak długo, jak chcemy i na ile pozwala nam kondycja fizyczna, ale zastanowić się trzeba dużo wcześniej.

## Łukasz Marczyński

---

Kierowca zawodowy. Absolwent Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu. Debiutował na tamtejszych deskach Opery Śląskiej. Karierę kontynuował w Operze Krakowskiej oraz Gliwickim Teatrze Muzycznym. Współpracował z Lacym Darrylem Phillipsem, co zaowocowało rocznym tournée po Europie Zachodniej z musicaliem *Dirty Dancing*. Występował też na całym świecie w przedstawieniu *Rock Loves Chopin*, między innymi w Szanghaju, Kairze, Zagrzebiu, Bukareszcie czy Zurychu. Występował między innymi w przedstawieniach: *Footloose*, *Dziadek do orzechów*, *Hello, Dolly!*, *Chodnik 05*, *Pinokio*, *Billy Elliot*, *Jekyll & Hyde*, *Jesus Christ Superstar*, *Młody Frankenstein*, *Niedziela w parku z Georgem*, *Producenci*, *Rękopis znaleziony w Saragossie*, *Skrzypek na dachu* oraz w bajce muzycznej *Kot w Butach*, a także jako Faun w spektaklu *Popołudnie fauna*.

---

Po zmianie zawodu najbardziej jestem zadowolony z warunków finansowych, chociaż nie do końca zdawałem sobie sprawę z realiów życia kierowcy zawodowego. Ktoś może się dziwić, że jako tancerz zdecydowałem się na taką ścieżkę. Ja na swojej drodze spotkałem też kierowców o wykształceniu psychologicznym, medycznym i innym.

Praca kierowcy międzynarodowego, najbardziej opłacalna finansowo, to zamknięcie czasami nawet na dwa, trzy tygodnie w kabinie ciężarówki. Ciężarówka staje się domem, wciąż na siedząco, do tego

bardzo obciążająca psychicznie samotność. Napięcie psychiczne trzynaście, piętnaście godzin dziennie, noclegi na parkingach. Po tym doświadczeniu zmieniłem pracę na bardziej lokalną. Jeżdżę osiem godzin, a po pracy wracam do domu. Właśnie tak, po prostu zmieniam pracę, bo ten zawód daje mi fantastyczną pewność, wręcz komfort psychiczny, że zawsze będę miał zajęcie.

Inną kwestią jest przyzwyczajenie do pracy w zespole, w otoczeniu ludzi. Brakuje mi też ruchu fizycznego. Pomimo tych niedogodności uważam, że swoboda i perspektywa finansowa w tym zawodzie równoważą minusy. Jako dla ojca, to dla mnie wielki komfort.

Dzięki przekwalifikowaniu pożegnanie ze sceną było dla mnie bezbolesne, bo miałem już dużą ochotę na zmianę zawodu i poprawę swojej sytuacji finansowej. Jednak pogodzenie pracy zawodowej z procesem przekwalifikowania – nie było łatwe. Jeżeli ktoś wie, czego chce, jest to do zrealizowania.

Okres przekwalifikowania i pierwsze miesiące w nowym zawodzie były dla mnie szkołą życia. Wiele się o sobie dowiedziałem. Mam poczucie, że to był początek, teraz wszystko zaczyna się toczyć coraz szybciej, jak kula śnieżna. Z jednego pomysłu rodzi się następny. Jeżeli chodzi o naukę, to jeszcze nie powiedziałem ostatniego słowa. Zastanawiam się nad studiowaniem spedycji. Moje doświadczenie jako kierowcy i obserwowanie całego procesu przewozowego będą bardzo przydatne. No i ten kolejny krok zawodowy mogę już sfinansować z własnych środków.

Myślę też o założeniu własnej działalności gospodarczej, a do trzydziestki nie myślałem w ogóle o przyszłości! Traktowałem teatr jako styl życia, nie miałem poczucia, że pracuję. Był to okres, kiedy nie wyobrażałem sobie wyjścia poza teatr.

Cieszę się, że jest taki program, który pomaga się przekwalifikować. Pomaga tym, którzy boją się nowej przyszłości, nowych miejsc. Wszystko, co nowe, daje możliwości. Po prostu: nowe możliwości. Warto z nich skorzystać.











# Tomasz Moskal

---

**Pedagog tańca ze specjalizacją w zakresie tańca współczesnego. Twórca choreografii i oprawy muzycznej eventów. Ukończył Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Warszawie, przez kilka lat pracował w Teatrze Wielkim w Łodzi. Przez blisko sześć lat związany był z Polskim Teatrem Tańca w Poznaniu, w zakresie tańca współczesnego współpracował też między innymi z Melissą Monteros z Kanady oraz Rosie Kay Dance Company z Anglii.**

---

Kiedyś myślałem, że potrafię „tylko” tańczyć. Teraz wiem, że potrafię robić bardzo wiele rzeczy. Pracuję jako pedagog tańca, tworzę choreografie, bo to część mojej pracy pedagogicznej, ale też znajduję, przygotowuję, miksuję i tworzę muzykę do spektakli, by uzyskać dokładnie taką oprawę muzyczną, jaką chcę, co jeszcze bardziej wzbogaca mój warsztat pedagoga. Tworzenie muzyki przez lata było moim hobby, teraz jest elementem mojej pracy. Jestem pedagogiem z powołania, bardzo angażuję się w pracę, którą wykonuję. Czuję się na swoim miejscu, to jest obecnie moje życie, tak jak kiedyś był nim taniec.

Trudno mi jednoznacznie wskazać, kiedy zacząłem myśleć o zmianie zawodowej. Już od dawna czułem, że moim powołaniem jest nauczanie, dzielenie się doświadczeniem. Pierwszy kontakt z uczeniem miałem

w 1998 roku – i to był chyba początek mojego myślenia o takim kierunku drugiej ścieżki zawodowej.

W tej chwili jestem już absolwentem pedagogiki baletowej, uczę tańca współczesnego w szkole baletowej. Ta praca jest dla mnie szalenie satysfakcjonująca, rozwija mnie na wielu płaszczyznach.

Bardzo cenię sobie ukończone studia. Pogodzenie pracy i nauki nie było proste, podjęcie edukacji wymagało wysiłku, ale wiedziałem, że nie chcę studiować tylko dla dyplomu. Zależało mi na rozwoju i zrealizowałem założone cele. Umocniłem swoje kompetencje, rozwinąłem możliwości zarówno twórcze, jak i pedagogiczne. Na etapie studiów mogłem już fantastycznie łączyć moją różnorodną praktykę i doświadczenie z nabywaną wiedzą.

Propozycję pracy w szkole baletowej otrzymałem tuż przed zakończeniem studiów. Było to zaproszenie do poprowadzenia ostatnich klas, w tym klasy dziewiątej z egzaminem, galą końcową, stworzeniem choreografii i muzyki. Wiedziałem, że będzie to skok na głęboką wodę, ale też czułem się już gotowy. Miałem w sobie ogromną chęć uczenia, wspierania, pomagania. Czerpię ogromną satysfakcję z tego, że mogę towarzyszyć młodym tancerzom w ich rozwoju.

Pomocna w procesie przekwalifikowania okazała się rozmowa z doradcą zawodowym, razem szukaliśmy różnych opcji dalszego rozwoju mojej kariery zawodowej. Ta rozmowa pomogła mi też ponazywać pewne istotne dla mnie rzeczy. To było ważne.

Mam takie poczucie, że zmiana zawodowa była dla mnie naturalna. Bycie tancerzem – to był pierwszy, bardzo ważny etap mojego życia zawodowego. Teraz jest kolejny – także bardzo ważny. Cieszę się każdym z nich.

Tancerzom, którzy myślą o przekwalifikowaniu, a także tym u progu tanecznej kariery zawodowej, powiedziałbym, by szukali różnych form rozwoju, by się inspirowali poprzez poznawanie nowych rzeczy, by podążali za różnymi swoimi fascynacjami. Bardzo ważne, by przyglądać się sobie, rozmawiać z innymi, by nie zamykać się w czterech ścianach, by wychodzić do świata, szeroko, także poza środowisko, w którym się jest. Zawsze gdzieś czeka inspiracja do dalszego rozwoju.

## Jacek Niepsujewicz

---

Barber i fryzjer, budujący własną markę w Norwegii. Tancerz, choreograf, animator kultury. Tancerz Polskiego Teatru Tańca w Poznaniu, bytomskiego Teatru Tańca i Ruchu Rozbark oraz Teatru Rozrywki w Chorzowie. Zagrał w ponad czterdziestu profesjonalnych spektaklach w Polsce i za granicą (między innymi z Ohadem Naharinem, Jo Strømgrenem, Ewą Wycichowską, Jackiem Przybyłowiczem, Anną Piotrowską, Michałem Znanieckim, duetem: Moniką Strzępką i Pawłem Demirskim). Wielokrotny stypendysta w dziedzinie tańca i twórca autorskich spektakli docenionych na festiwalach SoloDuo w Budapeszcie, Festiwalu Szekspirowskim w Gdańsku, Musical Muto Film Festival w Neapolu, Open Your Mind Festival w Laban Theatre w Londynie, Montgomery International Film Festival w Waszyngtonie.

---

Taniec był dla mnie całym życiem. Pasją, dzięki której mogłem realizować nie tylko moją potrzebę zaistnienia na scenie, ale też umożliwiającą mi ogromną mobilność. Mam duszę globtrotera. Wychodzę z założenia, że życie ma się tylko jedno, więc gdy podejmuję decyzję o podróży, to pakuję walizki i już jestem w nowym miejscu. Jako tancerz tak właśnie wędrowałem od zespołu do zespołu, od miasta do miasta, z kraju do kraju.

Dlatego myśląc o przekwalifikowaniu, szukałem zawodu mobilnego, uniwersalnego, który pozwoli mi pracować gdziekolwiek na świecie.

To był dla mnie priorytet przy wyborze nowego zajęcia. Zostałem barberem. W ciągu dwóch lat mieszkałem i pracowałem już we Wrocławiu, Gdyni, Amsterdamie, a obecnie w Norwegii. Tutaj też po raz pierwszy od kilkunastu lat zapuszczam korzenie – właśnie otwieram salon. Po przybyciu do Ålesund i czterech miesiącach pracy w domu, gdy przyjmowałem klientów we własnym salonie, postanowiłem podjąć ryzyko i założyć swój stacjonarny biznes właśnie w Norwegii.

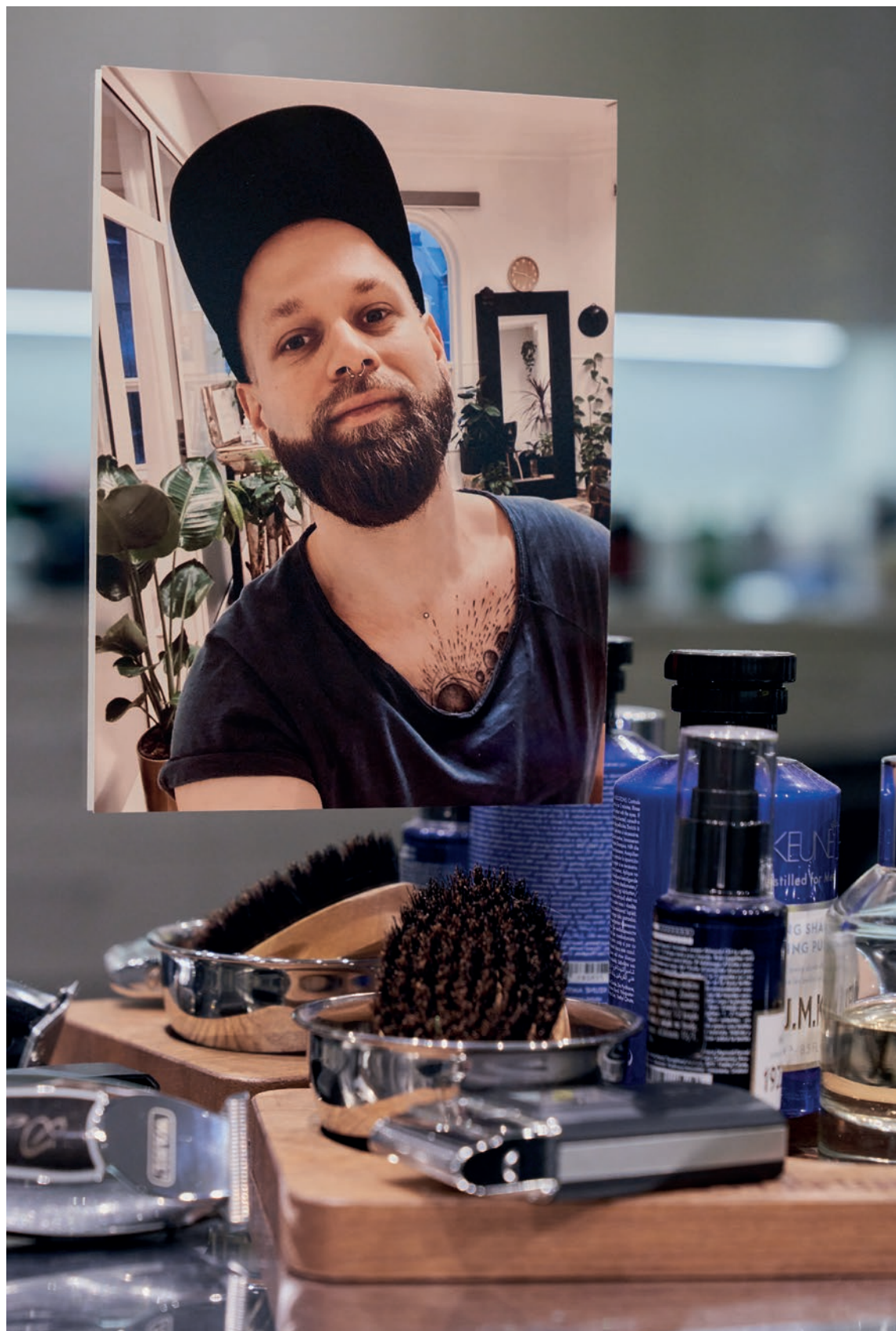
Dlaczego Norwegia? Przyjechałem tutaj odwiedzić znajomych, zanim w obawie przed wzrostem zachorowań Norwegia zamknęła granice. Utknąłem w Ålesund, małym miasteczku, chociaż docelowo miałem jechać do Oslo. Spodobał mi się ten kraj, nie czuło się tutaj zagrożenia pandemią i wszechobecnego strachu przed zachorowaniem. Za pozostaniem tutaj przemawiał również fakt, że jest to olbrzymi rynek na usługi kosmetyczne, fryzjerskie i barberskie. Widzę, jak duży drzemie w nim potencjał. Mam szansę rozwijać swój biznes oraz swoje kompetencje.

Jako tancerz wiem, że nauka nigdy się nie kończy, tak samo jak zdobywanie nowych doświadczeń. Niezależnie, czy chodzi o taniec, czy o inny zawód. Wiem, jak ważne jest nauczenie się podstaw, doszkalanie się oraz poznawanie różnych miejsc i sposobów pracy. Tak samo jak w tańcu – nie można spocząć na laurach. Rozpocząłem naukę języka norweskiego, chociaż właściwie nie jest to konieczne. Wszyscy Norwegowie mówią po angielsku i w tym języku rozmawiam ze swoimi klientami.

Zaczynając pracę w zawodzie, pracowałem dla kogoś. Teraz pracuję dla siebie i na swoje nazwisko. To ważne, zwłaszcza w takim kraju jak Norwegia, gdzie najlepszą reklamą jest rekomendacja zadowolonego klienta. Poczta pantoflowa działa tutaj lepiej niż Facebook!

Zanim jednak wyszedłem ze strefy komfortu, którą były etat i stała pensja w teatrze, minęło kilka lat. Nie będę wyjątkiem, gdy powiem, że to poważna kontuzja, która na cały rok wykluczyła mnie z zawodu, była impulsem do zastanowienia się nad przyszłością. Miałem czas, żeby skupić się na czymś całkiem innym niż taniec, przestać myśleć o sztuce. Zastanawiałem się, jak dobrze zainwestować czas i energię, by w przyszłości też być samowystarczalnym i oczywiście mobilnym. Wybrałem renomowaną szkołę fryzjerską, zdobyłem kwalifikacje w zawodzie. Wcześniej jeszcze, w trakcie leczenia kontuzji, próbowałem swoich sił jako fryzjer i barber, trenując na znajomych i przyjaciółkach. Te pierwsze doświadczenia utwierdziły mnie w przekonaniu, że ten zawód jest dla mnie stworzony.







Właśnie tak, zaczęło się od marzeń. Trzeba słuchać siebie i nie bać się własnych aspiracji. Łatwiej się żyje, jeżeli ma się pasję i w nią właśnie warto zainwestować. Trzeba też być odważnym. Przy zmianie coś tracimy, ale możemy zyskać tyle samo, a może nawet więcej. W życiu – jak w tańcu – nic nie jest dane, na wszystko trzeba zapracować.

Co prawda wyszedłem z bańki teatralno-tanecznej, ale moje ego tancerza nadal potrzebuje zaspokożenia. Nic jednak nie zastąpi naszej potrzeby scenicznego ekshibicjonizmu.

Pracuję zawodowo, ale od czasu do czasu biorę udział w projektach tanecznych. Po co? Aby odświeżyć głowę, zmienić optykę dnia codziennego. Można powiedzieć, że cały rok ciężko pracuję jako barber, żeby raz w roku zatańczyć. Jak każdy inny człowiek o ustabilizowanej sytuacji zawodowej w czasie wolnym realizuję swoją pasję. Stałem się „normalsem” z zacięciem artystycznym do tańca. Może brzmi to humorystycznie, jednak intryguje mnie ten nowy rozdział w moim życiu.

## Elżbieta Niezgodzka

---

**Pedagog tańca, instruktor fitnessu, animator czasu wolnego. Absolwentka Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Łodzi. Karierę rozpoczęła w Teatrze Wielkim w Łodzi. Kontynuowała ją przez osiemnaście lat w łódzkim Teatrze Muzycznym. Jako solistka tańczyła główne partie, między innymi w operetkach takich jak *Baron cygański* czy *Zemsta Nietoperza* oraz w musicalach za granicą. Wyjeżdżała na tournée do Niemiec, Austrii, Belgii oraz krajów skandynawskich.**

---

Obecnie, jako pedagog tańca, uczę w Ogólnokształcącej Szkole Baletowej im. Feliksa Parnella w Łodzi, gdzie jestem także wychowawczynią. Mam praktykę w prowadzeniu zajęć dla dzieci i młodzieży, również w ośrodkach kultury, oraz w prowadzeniu zespołów tanecznych. Na przestrzeni lat zdobywałam także doświadczenie w pracy z osobami dojrzałymi i seniorami, wśród których rozpropagowałam gimnastykę „50+”.

Cenię sobie każdą z tych prac ze względu na ich różnorodność, dzięki której mogłam rozwinąć się w obszarze artystycznym.



Po kilkunastu latach pracy na deskach Teatru Muzycznego zaczęłam rozważać możliwość przekwalifikowania się. Do podjęcia decyzji przyczyniło się zamknięcie rodzimej sceny z powodu generalnego remontu Teatru Muzycznego. Uznałam, że to dobry moment, by przenieść się do pracy administracyjno-biurowej. Sądziłam, że lubię takie zajęcie i będę z niego zadowolona. Czas pokazał, że nie była to praca, która mnie inspirowała i odpowiadała na moje potrzeby aktywnego trybu życia, do jakiego przywykłam przez lata. Nie wiedziałam, co mam w takiej sytuacji zrobić.

Wtedy spotkałam się z doradczynią zawodową w ramach Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. Pamiętam, jak na spotkaniu usłyszałam spokojne pytania, które pozwoliły mi zajrzeć głębiej w siebie. Poczułam się tak, jakby „dobry anioł” stanął za moimi plecami i powiedział: „Możesz zrobić w życiu coś jeszcze, możesz robić to, co lubisz”. Uświadomiłam sobie, że na zmiany nigdy nie jest za późno. Bardzo się ucieszyłam, że taki program istnieje i że w jego ramach mogłam się spotkać z kompetentną osobą. Znowu poczułam się wartościowa, potrzebna.

Dzięki uzyskaniu stypendium z programu uzupełniłam i poszerzyłam swoje kwalifikacje. Mogłam zamknąć spokojnie jedne drzwi i otworzyć drugie. Moje przekwalifikowanie zaczęło się od studiów na kierunku pedagogika tańca. Szukałam też dodatkowych zajęć, żeby poszerzyć swoje umiejętności z zakresu innych aktywności fizycznych, takich jak: fitness, pilates, zdrowy kręgosłup. Uzyskane kwalifikacje potwierdzone certyfikatami pozwoliły mi stopniowo przejść do nowego zawodu oraz wyraźniej dostrzec szerokie spektrum własnych kompetencji. Zaczęłam prowadzić warsztaty, tworzyć choreografie dla grup tanecznych, duetów i solistów. Wówczas wiedziałam, że robię to, co lubię, i czułam, że jest to właściwa droga.

Jeszcze w trakcie studiów otrzymałam propozycję podjęcia pracy w szkole baletowej. Jako dziecko marzyłam, żeby być nauczycielem. Teraz realizuję moje marzenia. Zawdzięczam to doradczyni zawodowej i pani dyrektor Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Łodzi, która dostrzegła mój potencjał, zaufała mi i zaproponowała współpracę. Wiem, że ta zmiana nie nastąpiłaby równie bez mojego samozaparcia, odwagi i pracowitości. Robię to, co lubię, co jest moją pasją. To tak jakby w moim życiu powiał nowy wiatr. A jeszcze parę lat temu myślałam, że nic już więcej się w moim życiu nie wydarzy...

Doświadczylaam korzystnej zmiany. Ten program pozwolił mi na ogromny rozwój psychiczny i fizyczny. Inaczej myślę o sobie. Po prostu bardzo dużo w sobie odkryłam, mój umysł otworzył się na wiele rzeczy. Jestem pewniejsza siebie, śmieiej myślę i spełniam swoje marzenia. Jestem też bardziej otwarta na ludzi, na relacje, nauczyłam się słuchać. Kiedyś myślałam, że tylko ja mam rację. Teraz mam więcej pokory. Rozwinęłam skrzydła i mam nadzieję, że długo będą szeroko rozpostarte. Mam jeszcze kolejne plany i marzenia...

Ogromnym wsparciem w całym procesie przekwalifikowania były moje dzieci. To ważne, kiedy słyszę, że są ze mnie dumne, że jestem dla nich wzorem.

Oczywiście samo pożegnanie ze sceną było trudne. Czasem oglądam swoje zdjęcia z przeszłości i czuję nostalgię. Ale wiem, że taniec to zajęcie, które ma swój określony czas. Krótki, ale piękny. Cieszę się, że miałam swój udział w artystycznym środowisku jako zawodowa tancerka.

Innym tancerzom powiedziałabym, żeby realizowali swoje marzenia i nie bali się ich spełniać. Żeby pamiętali, że nawet jeśli nie wszystko się uda, to determinacja i konsekwencja w działaniu otwierają nowe drzwi. Często spotkanie z jednym człowiekiem może całkowicie zmienić perspektywę. Warto mieć motywację do działania, być pracowitym, ponieważ nic nie przychodzi łatwo. Żeby zrealizować swoje marzenia, trzeba włożyć dużo pracy, ponieważ im więcej włożymy w coś wysiłku, tym większa będzie satysfakcja.

Startującym w zawodzie tancerza poradziłabym, żeby oprócz tańca równolegle zdobywali inne umiejętności. Żeby nie zamykali się na zdobywanie kwalifikacji, które dadzą im możliwość zarobku po skończonej karierze tanecznej. Współcześnie ważna jest otwartość na potrzeby rynku, doszkalanie się, poszerzanie swoich kompetencji. Dotyczy to też nas, tancerzy.

## Jacek Nowosielski

---

Menadżer kultury. Absolwent Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej im. Ludomira Różyckiego w Bytomiu. Z tytułem magistra sztuki ukończył Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina w Warszawie na Wydziale Edukacji Muzycznej – kierunek taniec. W pierwszych latach kariery artystycznej tancerz Teatru Wielkiego w Łodzi, Teatru Muzycznego w Łodzi, a od 1985 roku, jako solista baletu, choreograf, asystent choreografów oraz wieloletni kierownik i pedagog zespołu baletowego Gliwickiego Teatru Muzycznego w Gliwicach, z którym był związany do 2016 roku. Od 2000 roku nauczyciel przedmiotów z zakresu sztuki tańca, a od 2017 roku również dyrektor Państwowego Policealnego Studium Zawodowego Wokalno-Baletowego w Gliwicach. Realizator pokazów dyplomowych, koncertów okolicznościowych jako reżyser, choreograf, autor scenariuszy, tekstów piosenek, kompozytor i wykonawca autorskich utworów. Ponadto w zakresie choreografii współpracuje z zawodowymi teatrami dramatycznymi oraz teatrami i tanecznymi zespołami dziecięcymi, młodzieżowymi i seniorskimi. Pracuje również jako konferansjer, aktor, wokalista, tancerz, wykonawca charakterystycznych postaci repertuaru operetkowego, musicalowego oraz okolicznościowych koncertów i imprez kulturalnych.

---

Tancerka czy tancerz w trakcie całej swojej kariery artystycznej w mniejszym lub większym stopniu jest pod ciągłą presją utrzymywania własnego ciała w doskonałej kondycji fizycznej, jak i psychicznej. Doświadcza mniej lub bardziej stresujących sytuacji, związanych ze specyfiką wykonywanego zawodu. I tak jak w swoich

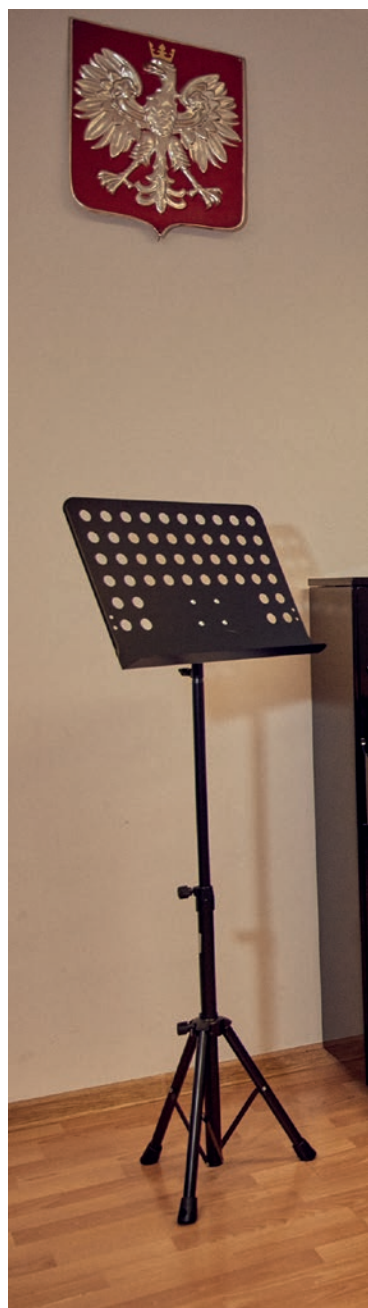


najlepszych latach aktywności scenicznej ma świadomość utrzymania pożądanego poziomu predyspozycji motorycznej swojego ciała, tak u schyłku kariery zdaje sobie sprawę z obniżenia owego poziomu. Oczywiście okres predyspozycji fizycznej u każdej tancerki i tancerza jest inny, zależny od repertuaru i jego intensywności. Nie zmienia to faktu, że wcześniej czy później przychodzi chwila, gdy zdajemy sobie sprawę, że nasze najlepsze lata aktywności zawodowej mijają. To jest ten najsmutniejszy i najtrudniejszy moment, gdy uświadamiamy sobie, iż ta piękna, a zarazem jakże krótka kariera dobiega końca. Dlatego powinniśmy w odpowiednim czasie ocenić swoje predyspozycje i możliwości oraz jak najwcześniej zaplanować swoją przyszłość zawodową.

Gdy byłem zatrudniony w Teatrze Muzycznym w Gliwicach i jednocześnie podjąłem pracę jako nauczyciel sztuki tańca w Państwowym Policealnym Studium Zawodowym Wokalno-Baletowym, nie było wymagane wyższe wykształcenie. Obecnie jest to wymóg formalny, który w dużym stopniu wpłynął na moje plany związane z rozwojem i podniesieniem kwalifikacji zawodowych.

Mając czterdzieści lat i będąc wówczas kierownikiem, choreografem, pedagogiem baletu wspomnianego już teatru muzycznego oraz nauczycielem studium wokalno-baletowego, zauważyłem, że pomimo wieloletniej praktyki scenicznej, dużego bagażu doświadczeń i podpatrywania prawidłowych wzorców zawodowych w moje myśli coraz częściej wkradała się niepewność co do słuszności podejmowanych decyzji, racji wypowiedzanych słów czy też kompetencji związanych ze sztuką tańca i jej uczeniem. I nie chodziło o to, że ktoś mi coś zarzucał. Ja sam czułem się z tą świadomością nie najlepiej i wiedziałem, że muszę moje dotychczasowe doświadczenia praktyczne uzupełnić o wiedzę teoretyczną i metodykę nauczania. Rozpocząłem studia na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie. Nabyta wiedza poszerzyła moje kompetencje zawodowe zarówno jako tancerza, kierownika baletu, choreografa i pedagoga. Pogłębienie wiedzy z zakresu pedagogiki i psychologii pozwoliło mi inaczej spojrzeć na złożoność psychiki człowieka i było bardzo pomocne w pracy zespołowej i indywidualnej.

Niewątpliwie dzisiejsze realia rynku kultury związanego z działalnością sceny zawodowej i amatorskiej oraz edukacją szkół artystycznych w dużym stopniu wiążą się z kompetencjami menadżera kultury. Zwróciłem się do Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca z wnioskiem o przyznanie stypendium. Mając pięćdziesiąt trzy lata, rozpocząłem studia podyplomowe na Uniwersytecie Ekonomicznym





w Katowicach, na kierunku menadżer kultury, które ukończyłem w 2017 roku. Pogodzenie nauki z obowiązkami zawodowymi i rodzinnymi nie było łatwe. Lecz dziś mogę powiedzieć, że nie żałuję ani jednego wykładu i jestem bardzo wdzięczny za pouczające spotkania, rozmowy, dyskusje z wykładowcami oraz z osobami z mojej grupy studenckiej. Co najważniejsze – dziś w pełni wykorzystuję nabytą wiedzę teoretyczną z zakresu zarządzania instytucjami i szkołami artystycznymi.

Jestem zwolennikiem wzorca edukacji zawodowej: uczeń – czeladnik – mistrz, przy czym ten ostatni w moim rozumieniu wciąż się uczy i rozwija swój warsztat. Mam nadzieję, że przykład mojego rozwoju zawodowego stanie się motywacją do podejmowania właściwych decyzji dotyczących planowania przyszłości zawodowej, zarówno dla tancerzy młodszego, średniego, jak i starszego pokolenia. Mój dojrzały wiek, w którym zacząłem uzupełniać swoją wiedzę teoretyczną i praktyczną, a którą nadal pogłębiam, przywodzi na myśl znane powiedzenie: Na naukę nigdy nie jest za późno.

## Sergii Oberemok

---

Pracownik administracyjny. Ukończył szkołę baletową w Kijowie. Karierę rozpoczął w Ukrainie w Kijowskim Miejskim Akademickim Teatrze Opery i Baletu dla Dzieci i Młodzieży. Następnie tańczył w Operze Narodowej w Estonii w Tallinie. W Polsce związał swoją karierę z Operą Wrocławską, gdzie osiągnął stanowisko pierwszego tancerza. Zatańczył większość głównych partii repertuaru baletowego w operze. Współpracował również z Teatrem Wielkim w Łodzi oraz Operą Śląską w Bytomiu. Przez kilka lat prowadził także zajęcia baletowe dla dzieci i dorosłych, przygotowując uczniów do konkursów baletowych. Po zamknięciu etapu pracy jako tancerz zawodowy ukończył studia z administracji.


---

W czerwcu 2021 roku zakończyłem moją przygodę z tańcem zawodowym. Chociaż nadal jestem tancerzem, to już stopniowo przechodzę zawodowo w kierunku moich studiów administracyjnych. Wcześniej przez trzy lata, będąc tancerzem, pełniłem również funkcję inspektora baletu. Była to pierwsza przymiarka do mojej przyszłej pracy, którą planuję w administracji.

Właśnie ukończyłem studia i będę szukał pracy. Myślę o administracji publicznej lub w kadrach. Planuję przeprowadzkę do Warszawy. Plany zawodowe w końcu zmotywowały mnie, aby po tylu latach pobytu w Polsce złożyć wniosek o obywatelstwo polskie.







Wracając jednak do początku. Moja przygoda ze zmianą zawodu zaczęła się od spotkania w 2016 roku z pracownikami Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca, którzy przyjechali do teatru opowiedzieć o Programie Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. W tym czasie teatr się przekształcał, a ja zaczęłam się zastanawiać, co będę robił dalej. Powoli zaczęło też do mnie docierać, że moja sprawność fizyczna zaczyna się zmieniać, a kontuzja tylko przyspieszyła ten proces. Była jak dzwonek alarmowy. Już nie chodziło tylko o pasję czy ambicje, chodziło o moje zdrowie.

Postanowiłem wziąć udział w programie i iść na studia. Zawsze lubiłem się uczyć i po wielu latach przypomniałem sobie, jakie to uczucie poznawać coś nowego. Nie obyło się jednak bez trudności: musiałem się przede wszystkim nauczyć trybu i organizacji studiów. Zrozumieć różnicę między wykładami a ćwiczeniami, zaliczeniem a egzaminem. Teraz wydaje mi się to oczywiste, ale na początku było dużą nowością. Problemem okazał się też język. Byłem przekonany, że po tylu latach spędzonych w Polsce znam polski i komunikuję się bardzo dobrze. Zaskoczeniem był język oficjalny, formalny, urzędniczy. To było trudne do opanowania, bo na co dzień nie miałem styczności z taką odmianą języka polskiego.

Co ciekawe, na początku wydawało mi się też, że tylko ja nie rozumiem, o czym mówi wykładowca. Wszyscy dookoła kiwali głowami ze zrozumieniem, a ja zastanawiałem się, czy zadawać pytania. W końcu odważyłem się, wykładowca zaczął mi wyjaśniać i pospłyły się dodatkowe pytania z sali. Okazało się, że inni studenci też nie rozumieli, ale bali się zapytać. Poczułem wtedy satysfakcję. Przekonałem się, że pytać to żaden wstyd. Wstydem jest nie wiedzieć i nie zapytać. To była najważniejsza lekcja wyniesiona ze studiów.

Bardzo ważnym wspomnieniem z tego okresu pozostanie dla mnie obrona dyplomu. To był duży stres i duża odpowiedzialność. Wbrew wcześniejszym obawom rozmowa z komisją była bardzo przyjazna i chociaż spodziewałem się niższej oceny, otrzymałem ocenę bardzo dobrą. Wiem, że zawdzięczam ją nie tylko mojej pracy. Wsparcie żony i teściowej było kluczowe. Wierzyły we mnie, wspierały mnie i pomagały tak zorganizować życie codzienne, że mogłem poświęcić się nauce i zdobywaniu nowego zawodu.

Doświadczenia ze studiów utwierdziły mnie w przekonaniu, że przygotowanie się do nowego życia zawodowego jest możliwe. Jednak najważniejsze jest nie przegapić momentu spadku formy i zrozumieć w porę, że nadchodzi. Zdać sobie sprawę z tego, że kiedyś tańczyło



się lepiej, i zrozumieć, że ten czas już nie wróci. Lepiej samemu dojść do wniosku, że właśnie nadeszła twoja pora, żeby odejść. Ważne jest, aby na swoich warunkach skonfrontować się z tą świadomością. Im mniejszy teatr i zespół, tym trudniej obsadzić dojrzałego tancerza w roli, w której ważne są wiek i doświadczenie aktorskie i życiowe.

Z perspektywy czasu uważam, że lepiej byłoby iść na studia wcześniej, jeszcze jako młody tancerz. W pracy z ciałem w każdej chwili może zdarzyć się poważna kontuzja, a wtedy lepiej mieć plan zapasowy. Część moich znajomych obawia się skorzystać z programu, bo jeszcze tańczą i nie wyobrażają sobie życia poza sceną. Jednak pięć lat to cała wieczność w zawodzie tancerza, a do życia poza sceną można się przygotowywać stopniowo. W wieku trzydziestu pięciu lat już nie ma na co czekać. Przecież można zmienić zawód na taki, by był nadal związany z tańcem. Trzeba pamiętać, że w tym wieku w innych zawodach nadal można wiele osiągnąć, chociaż w zawodzie tancerza osiągnąłeś już wszystko.

## Aneta Pajk-Cwojdińska

---

**Pedagog tańca klasycznego, trener młodych łyżwiarek. Przygodę z tańcem zaczęła w Ogólnokształcącej Szkole Baletowej w Bytomiu. Dwadzieścia pięć lat tańczyła w tamtejszej Operze Śląskiej, spełniając swoje marzenie o pracy jako tancerka. W międzyczasie pracowała z dziećmi, przekazując najmłodszym adeptkom i adeptom baletu swoją wiedzę i doświadczenie. Praca z dziećmi była impulsem, aby zdobyć uprawnienia pedagogiczne.**

---

Moje działania poza zawodem tancerki przypadły na trudny czas *lockdownu*. Nagle taniec, teatr, zajęcia dla dzieci musiały przenieść się do Internetu. Ja jednak marzę o powrocie do nauczania w studium baletowym przy Operze Śląskiej. Szkoda mi utraty klientów, których sama przy wsparciu teatru pozyskałam, lekcji pokazowych, lekcji otwartych, które dawały dzieciom możliwość zasmakowania tańca i uczestniczenia w castingach.

Jeszcze w czerwcu 2020 roku udało mi się zorganizować dwa koncerty. Byłam zarówno scenografem, reżyserem, nauczycielem i choreografem. W kolejnych miesiącach już wszystko odbywało się *online*. Nagrywałam filmiki z ćwiczeniami na YouTube, które do dziś krążą w sieci. Ważne dla mnie było, że nadal mogę pracować

w klubach sportowych. Prowadziłam zajęcia z gimnastyki artystycznej i z młodymi łyżwiarkami. Na szczęście te kluby mogły działać nadal, więc miałam możliwość pracować w sali z dziećmi, a nie tylko *online*.

Praca z dziećmi daje mi olbrzymią satysfakcję, a dzięki ukończeniu kursu pedagogicznego finansowanego z programu jestem spokojniejsza o pracę i czuję się w niej pewniej. Doświadczenie plus wiedza pedagogiczna dają mi większą łatwość przy planowaniu zajęć. Co więcej, ukończenie kursu otworzyło mi drogę do nowych możliwości zawodowych. Szkoła, w której zdobywałam uprawnienia pedagogiczne, planuje otwarcie kierunku gimnastyka artystyczna i zaproponowano mi zajęcia z tego przedmiotu. W tym przypadku moim dodatkowym atutem był ukończony kurs trenera gimnastyki artystycznej przy Szkole Mistrzostwa Sportowego. Właśnie ten kurs wraz ze świeżo zdobytymi uprawnieniami pedagogicznymi dają mi możliwość uczenia przyszłych mistrzyń.

Wiem, że wysiłek włożony w zdobywanie nowych kwalifikacji przyniesie mi korzyści w przyszłości. Jednak początki były trudne. Idąc na kurs, miałam obawy. Wszyscy byli młodszy, lepiej też posługiwali się komputerem. Dlatego każde zajęcia *online* były dla mnie dodatkowym stresem, a już napisanie pracy końcowej – prawdziwym wyzwaniem. Gdybym nie była przekonana, że to, co robię, jest ważne i jest mi potrzebne, byłoby mi jeszcze trudniej.

Zakończenie pracy w zawodzie tancerki bez dodatkowego planu byłoby bardzo trudne, i to niezależnie od sytuacji materialnej i kosztów finansowych przekwalifikowania. Dla mnie najważniejsze jest, że nadal kocham taniec i kocham go uczyć. Jest to dla mnie mobilizujące, ważne. Uważam, że lepiej robić coś, co się kocha, otworzyć się na nowe, niż robić przypadkowe rzeczy i czuć się niedowartościowanym.

Nie tańczę już na scenie, zmieniłam swoje życie, ale nadal jest to bardzo ciekawe życie. Taniec jest w nim obecny. Czasami tęsknię za sceną, słuchając muzyki klasycznej. Nie czuję się jednak źle, nie czuję, że czegoś mi brakuje. Spełniam się.

Znajomi często mnie pytają, jak mi się to udało, a ja wtedy radzę im, żeby próbowali swoich sił w czymś nowym. Ja w każdym przypadku muszę uwierzyć, że sobie poradzę, zobaczyć, że nowe możliwości są w zasięgu ręki. Teraz nasze życie wygląda już inaczej niż wcześniej,





trzeba chociażby znać się na obsłudze komputera, a do tego nauczyć się prosić o pomoc. I pytać, pytać i jeszcze raz pytać.

Nawet jeżeli ktoś jeszcze tańczy, jest młody, powinien próbować swoich sił w nowych przedsięwzięciach, rozejrzeć się, sprawdzić, co go interesuje, by móc spokojnie myśleć o przyszłości. Nie tylko o przyszłości bez tańca, ale przyszłości w ogóle. Wtedy odejście od tańca będzie łagodniejsze, a nowe życie zawodowe bardziej satysfakcjonujące.

# Robert Rzeźniczak

---

**Pilot. Wieloletni solista w Państwowym Zespole Ludowym Pieśni i Tańca „Mazowsze”. Pierwszy koncert zatańczył z „Mazowszem” w sierpniu 2003 roku w Łazienkach Królewskich w Warszawie. Pasjonat tańca i lotnictwa.**

---

Zawsze robiłem to, co kocham. Zawsze kochałem taniec i tak pozostało. Rezygnacja z pasji jest trudna, ale jeśli idzie się w inną pasję, to droga zmiany staje się klarowna, co nie znaczy, że łatwa.

Zacząłem myśleć o drugiej ścieżce zawodowej już w 2008 roku. Podjąłem wówczas pracę w liniach lotniczych, aby zbadać kiełkującą myśl o rozwoju także w innej dziedzinie niż taniec. Zawsze lubiłem podróże, a także prowadzenie różnych pojazdów. Kiedy miałem możliwość poznania, jak wygląda praca pilota, myśli o pilotażu samolotu oraz wszelka praca z tym związana wydały mi się bardzo bliskie.

Konkretne, systematyczne już kroki dotyczące mojego przekwalifikowania podjąłem samodzielnie w 2013 roku, kiedy zacząłem zdobywać uprawnienia na pilota zawodowego. Badałem rynek i kształciłem



się, rozkładając działania w czasie, by pogodzić je z pracą tancerza, a także z moimi możliwościami finansowymi.

W ramach Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy mogłem zintensyfikować swoją edukację i doprowadzić ją do końca. Zdałem egzaminy końcowe i zdobyłem kwalifikacje niezbędne do kolejnego etapu szkoleń.

Motywacją zawsze była i jest moja rodzina oraz radość z myśli o nowym zawodzie.

Kiedy zaczęłem proces przekwalifikowania, rodziła się we mnie coraz większa pasja, chęć dalszego rozwoju w nowej dziedzinie. Pamiętam dobrze chwile po uzyskaniu pierwszej licencji: przygotowanie i realizacja pierwszego nalotu, budowanie wspólnoty ze społecznością pilotów i uczących się tego zawodu. Nabierałem praktyki, poznawałem nowe środowisko zawodowe, które mnie fascynowało, i upewniałem się, że to jest moja droga i że chcę nią iść w dalszej części mojego życia.

W całym procesie ogromne znaczenie miało dla mnie wsparcie najbliższych, całej rodziny, a szczególnie żony i rodziców. Pomogli mi uwierzyć, że jeśli włożę w to przedsięwzięcie wystarczająco dużo pracy, to zrealizuję swój cel. Wspólnie uznaliśmy, że najlepsza inwestycja to inwestycja w mój rozwój. Bycie solistą w „Mazowszu” jest i było dla mnie ważne, ale to nie koniec. Bardzo wsparły mnie też osoby, które pomagały mi poznawać arkana nowej dziedziny zawodowej, dzieląc się ze mną swoją wiedzą i pasją. Pomogły mi też wskazówki, które otrzymałem od doradcy zawodowego, kiedy przystąpiłem do programu.

Innym tancerzom, którzy myślą o przekwalifikowaniu, powiedziałbym, aby się nie bali, budowali pewność siebie poprzez działanie, że mogą robić wiele rzeczy – ważne, by się im poświęcić, by szukać nowego zawodu, który pasjonuje. Każdy z nas, tancerzy, jest wyjątkowy, do każdego na innym etapie życia przychodzi myśl otwarcia się na nowe kierunki rozwoju. Rezygnacja z pasji jest trudna, ale zawsze jedną pasję można zamienić na inną, inwestując w rozwój swoich umiejętności.

Dziękuję wszystkim osobom, które towarzyszyły mi w mojej wędrówce, a wszystkim tancerzom życzę powodzenia.





## Katarzyna Sanocka

---

**Dziennikarka, prezenterka telewizyjna, konferansjerka, historyk sztuki, tancerka. W czasie nauki mieszkała głównie w Krakowie, gdzie związana była przez blisko dwanaście lat z Operą Krakowską. Szczególnie mile wspomina rolę Micaeli w spektaklu *Rachmaninow. Szchedrin...* (*Tragedia Don José*), udział w spektaklu *Spojrzenia z tańcami* charakterystycznymi czy też rolę alter ego Ariadny w spektaklu operowym *Ariadna na Naxos* do muzyki Richarda Straussa.**

---

Mogę powiedzieć, że w moim życiu zmieniło się wszystko. Trzy lata temu przeprowadziłam się do Warszawy. Jestem dziennikarką Telewizji Polskiej, gdzie zajmuję się tematami ze świata kultury i sztuki. Opera, balet, teatr są na pierwszym miejscu, ale sztuki wizualne są mi równie bliskie. Wielką przyjemność sprawia mi realizowanie reportaży telewizyjnych o balecie lub muzyce klasycznej.

Teraz z ogromną radością siadam na widowni Teatru Wielkiego – Opery Narodowej i oglądam tancerzy z równą miłością do tańca, co kiedyś, ale bez potrzeby powrotu na scenę w roli tancerki.

Zawsze miałam i nadal mam świadomość, że taniec jest sztuką, która wymaga totalnego poświęcenia. Od czasów szkoły baletowej wiedziałam jednak, że są techniki tańca, w których jestem bardzo dobra, a są też takie, do których moje naturalne predyspozycje są mniejsze. W pewnym sensie ta świadomość przygotowywała mnie do myślenia o drugiej karierze od początku, stymulowała do rozwoju równoległe zarówno tanecznie, jak i poza tańcem. Stąd niezależnie od kształcenia w zakresie tańca, od razu ukończyłam liceum ogólnokształcące i studia z historii sztuki.

O przekwalifikowaniu zawodowym zaczęłam myśleć intensywniej, gdy uświadomiłam sobie, że moje doświadczenia, wiedza i emocje, które chcę przekazać widowni, nie idą w parze z kondycją ciała. Te wektory podążały w dwóch różnych kierunkach. Ten dysonans z wiekiem był coraz większy. Wychodzenie na scenę było cudowne, a jednocześnie czułam się jak w pułapce: ciało zaczynało odmawiać posłuszeństwa, a głowa oczekiwała dalszego intensywnego rozwoju.

Określenie tego, czym chcę się zajmować po zakończeniu kariery tanecznej, nie było trudne. Jeszcze podczas pracy w teatrze zajmowałam się wieloma projektami, które krok po kroku prowadziły mnie w stronę dziennikarstwa. Ale mimo to bardzo bałam się zmiany. Wydawało mi się, że nie ma innego świata poza teatrem, mimo że całkiem dobrze w nim funkcjonowałam. Moje ówczesne przekonania i strach były paraliżujące. Podjęcie decyzji o odejściu z teatru zajęło mi kilka lat. My, tancerze, mamy tak dużo kompetencji: jesteśmy pilni, zdyscyplinowani, perfekcyjni, obowiązkowi, a tak często wydaje nam się, że jesteśmy nie dość dobrzy, także na zmianę zawodową. Takie było też moje myślenie.

Moment zakończenia kariery był dla mnie bardzo wzruszający, uwalniający. Poczułam, że zamknęłam jedną drogę zawodową, a przede mną druga, równie, a może nawet bardziej satysfakcjonująca... Pomógł mi też sam fakt napisania wniosku stypendialnego. Mogłam dokładnie sprecyzować swoje zainteresowania, dostrzegłam też, jak wiele już wiem o swojej nowej karierze. Pomogły mi też spotkania z doradcą zawodowym – przede wszystkim poczułam, że nie jestem sama. Rozmowy uświadomiły mi, że mam prawo nie wiedzieć, że mam prawo czuć żal i zagubienie, że proces zmiany zawodowej wymaga czasu i nie jest dobrze realizować go pochopnie. Każda aktywność, którą podejmowałam, każda praktyka, staż, praca czasowa – przynosiły korzyści. Czasem nie od razu, niekiedy po dwóch, trzech latach.

Najfajniejsze w mojej zmianie zawodowej było poczucie ulgi, gdy zrozumiałam, że istnieje coś, co daje mi taką samą satysfakcję i radość jak wychodzenie na scenę. Moją obecną karierę postrzegam jako zbieranie owoców – wszystko, czego nauczyłam się w teatrze jako tancerka, a potem w toku przekwalifikowania i wszystkich innych moich prac i aktywności procentuje w mojej obecnej pracy. Z perspektywy czasu myślę o zmianie zawodowej bardzo pozytywnie. Dzięki niej stałam się bardziej pewna siebie, nauczyłam się, że każdy element życia jest ważny, także odpoczynek. Czuję się spełniona zawodowo – uważam, że jestem szczęściarą. Zeszłam ze sceny jedną stroną i weszłam na nią drugą.

Myślę, że przy podejmowaniu decyzji o zakończeniu kariery tanecznej trudne może być przezwyciężenie uczucia pustki. Uważam, że warto skorzystać z tego, co oferuje program realizowany przez Instytut ze środków Ministerstwa Kultury. Moim zdaniem tancerze mogą czerpać garściami ze swojego unikalnego doświadczenia. Mam przekonanie, że jeśli ktoś jest artystą i występuje na scenie, to jest to ktoś niezwykle, ma olbrzymi potencjał, który warto rozwijać.

Tancerzom, którzy są u progu kariery, powiedziałabym, żeby mieli oczy szeroko otwarte, przyglądali się temu, co ich interesuje – im szybciej, tym lepiej. By zawsze czuli, że mają wybór. To wcale nie oznacza zdrady baletu – moja miłość do sztuk plastycznych zaczęła się od fascynacji projektami kostiumów baletowych. Fascynacja była tak wielka, że zapragnęłam mówić o sztuce. Wszystko spełniło się w telewizji, ale zaczęło na sali baletowej.





## Vladimir Seleznev

---

**Przedsiębiorca, specjalista do spraw multimediiów, grafik komputerowy, tancerz. Absolwent Baszkirskiej Szkoły Choreograficznej im. Rudolfa Nuriejewa w Ufie. Pracował w ośmiu teatrach, w tym w trzech w Polsce (w Szczecinie, Gdańsku i Bydgoszczy). Z sentymentem wspomina główną partię jako Konik Garbusek na początku swojej kariery scenicznej.**

---

Jako tancerz czuję się całkowicie spełniony. Teraz jestem przedsiębiorcą, specjalistą od multimediiów, realizatorem wizji. Do każdego wydarzenia artystycznego podchodzę bardzo poważnie. Traktuję je jak unikalny projekt – spójny, wielowymiarowy spektakl. Poprzez dekorację sal ekranami LED i tworzenie grafiki mogę samodzielnie przygotować, zaaranżować wygląd sali. Współpracuję z realizatorami światła i dźwięku. Wspólnie tworzymy pełną oprawę koncertów, najprzeróżniejszych imprez komercyjnych i artystycznych. Potrafię przygotować spoty reklamowe, wizualizacje 3D i tworzyć animacje komputerowe. Wiem, czego potrzebuje klient na estradowych imprezach i ze względu na swoją wielokierunkowość potrafię zagwarantować kompleksową usługę. Mimo że zajmuję się tym krótko, mogę pochwalić się już stałymi klientami. Świadczę usługi na wysokim poziomie, wyrobiłem sobie markę.

O zmianie zawodu zacząłem myśleć po trzydziestym roku życia. To był czas, kiedy jeszcze formalnie przyznawano tancerzom wcześniejsze emerytury, a ja miałem świadomość, że nie będę tańczył po czterdziestym roku życia. Nie chciałem jednak korzystać w przyszłości tylko z wcześniejszej emerytury.

Moje obecna praca i specjalizacja to efekt drogi, którą przeszedłem. Najpierw myślałem o realizacji dźwięku. Zdobywałem samodzielnie praktykę w różnych firmach na różnych stanowiskach od technika sceny do specjalisty nagłośnienia koncertów. Dzięki temu zobaczyłem także, że ten rynek jest przesycony. Im więcej działałem, więcej dowiadywałem się o sobie i o rynku, tym bardziej modyfikowałem swoje plany. Zacząłem bardziej rozwijać swoje zdolności graficzne i postanowiłem, że właśnie na tym się skupię. Kiedy przystąpiłem do programu, chciałem się w czymś wyspecjalizować. Wiedziałem już bardzo dużo i o sobie, i o rynku, na przykład: jaki sprzęt będzie mi potrzebny. Najbardziej w procesie przekwalifikowania pomogli mi żona, która towarzyszyła mi przy kluczowych decyzjach i wyborach, oraz doradca zawodowy w ramach programu. Moim zdaniem bardzo dużą rolę w takiej zmianie odgrywa pomoc i ważne było dla mnie, że mogę z tej pomocy skorzystać. Kiedy człowiek zastanawia się, czy dobrze robi, czy to, o czym myśli, ma sens, wtedy każde wsparcie, każda odpowiedź są szalenie ważne.

Biorąc udział w programie, wiedziałem, że jestem pod opieką specjalisty i bardzo to ceniłem.

Z perspektywy czasu myślę, że zmianę zawodową tancerz powinien rozpoczynać, gdy ma dwadzieścia pięć lat, tak by po trzydziestym roku życia mógł już wykonywać inną pracę. Żałuję, że nie przekwalifikowałem się wcześniej. Taniec jest piękny, ale balet to nie wszystko. Świat jest znacznie większy. Nie zawsze to widzimy, bo jesteśmy trochę w tym naszym świecie zamknięci, przez co nie rozwijamy się w wielu kierunkach. Poza baletem można robić niesamowicie ciekawe rzeczy.

Kiedy dziś myślę o sobie – uważam, że zmiana zawodowa bardzo mnie rozwinęła jako człowieka. Jestem dojrzalszy. Zawsze chciałem założyć firmę, być za siebie w pełni odpowiedzialny. Dzięki zmianie poprawiłem swój status materialny. Mam poczucie, że wziąłem życie w swoje ręce. Mogę coraz odważniej myśleć zarówno o byciu z rodziną, jak i o jej zabezpieczeniu finansowym.

Myszę, że aby dokonać zmiany, trzeba przede wszystkim być odważnym. Warto mieć chęci, być pracowitym. I wierzyć w siebie. Tancerze boją się utraty pracy i stałego dochodu, może czasem nawet sami sobie wmawiają, że niewiele potrafią. Może mają obawy przed braniem odpowiedzialności za siebie i przez to odsuwają od siebie myśl o zmianie. A moim zdaniem im szybciej się odważą, tym szybciej odnajdą się w nowym zawodzie. Nie bójcie się.

Młodym tancerzom powiedziałbym: Myślcie szerzej. Ale aby to było możliwe, poszerzajcie swoje umiejętności, wiedzę. Miejcie hobby, bo ono rozwija umiejętności. I podejmujcie działania.

## Urszula Solecka

---

**Specjalista w obszarze zamówień publicznych oraz inspektor ochrony danych. Przez blisko dwadzieścia lat tancerka. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Poznaniu. Następnie przez wiele lat tańczyła w tamtejszym Teatrze Wielkim. Ze szczególnym sentymentem wspomina takie role, jak partia trzech i czterech łabędzi w balecie *Jeziro łabędzie* oraz przyjaciółki Kitri i Amor w balecie *Don Kichot*. W następnych latach, aż do końca swojej kariery, związana z Polskim Baletem Narodowym w Warszawie. Brała tam udział w całym repertuarze baletowym, zarówno klasycznym, jak i współczesnym.**

---

O przekwalifikowaniu zawodowym zaczęłam myśleć mniej więcej w czternastym roku mojej kariery tanecznej. Zaczynałam rozumieć, że zawód tancerza nie jest wieczny, ma swoje ograniczenia czasowe, fizyczne. Nie myślałam wtedy jeszcze o zakończeniu kariery, ale bardziej zależało mi na tym, żeby mieć jakieś perspektywy. Wiedziałam, że zawód pedagoga tańca lub choreografa nie jest dla mnie. Świadomie chciałam spróbować czegoś innego. Po kilku miesiącach analizy ofert uczelni wyższych zdecydowałam się podjąć studia na kierunku administracja na Uniwersytecie Warszawskim. Jak się okazało, był to strzał w dziesiątkę. Nauka przychodziła mi z dużą łatwością. Już w pierwszym roku otrzymałam nagrodę







oraz stypendium dla najlepszego studenta, co jeszcze bardziej mnie zmotywowało. Zarówno studia licencjackie, jak i magisterskie ukończyłam ze specjalizacją zamówienia publiczne, gdyż ta tematyka wydawała mi się interesująca.

Niedługo po obronie pracy magisterskiej dowiedziałam się, że w teatrze istnieje projekt „Poprawa funkcjonalności Teatru Wielkiego – Opery Narodowej w Warszawie” i trwa rekrutacja na wolne stanowisko. Umówienie się na rozmowę z panią dyrektorką do spraw finansowych i rozwoju, która nadzorowała projekt, było chyba najtrudniejszą i zarazem kluczową decyzją w mojej karierze. Dzięki wyrozumiałości pana dyrektora Polskiego Baletu Narodowego udało mi się odbyć staż jako członek zespołu projektowego, nie rezygnując jeszcze definitywnie z pracy w balecie. Po pięciu miesiącach otrzymałam propozycję pracy na pełen etat. Wtedy właśnie ostatecznie pożegnałam się z tańcem. Jak widać, w moim przypadku transformacja zawodowa przeszła dość płynnie. Wydaje mi się, że to dlatego, że odpowiednio wcześniej podjęłam stosowne kroki.

Obecnie, zgodnie z wyuczonym zawodem, pracuję w zamówieniach publicznych.

W międzyczasie pracowałam również w zespole projektowym do spraw rozwoju kapitału ludzkiego, gdzie zetknęłam się z tematyką danych osobowych. W tym właśnie czasie nawiązałam kontakt z Narodowym Instytutem Muzyki i Tańca. Bardzo pomocne były spotkania i wskazówki doradcy zawodowego w ramach programu. To dzięki nim uświadomiłam sobie, jak bardzo interesuje mnie dziedzina danych osobowych. Z otrzymanego stypendium w ramach tego programu udało mi się ukończyć dwa kierunki studiów podyplomowych związanych z zawodem inspektora ochrony danych. Dzięki temu kiedy zwolniło się to stanowisko w teatrze, byłam dobrą kandydatką.

Oczywiście należy pamiętać, że nic samo nie przyjdzie. Sam okres przekwalifikowania nie należy do prostych, chociażby ze względu na potrzebę pogodzenia dotychczasowego życia zawodowego z wygospodarowaniem dodatkowego czasu na naukę. W moim przypadku niezastąpiona okazała się pomoc męża, który odciążył mnie przy zajęciach domowych oraz motywował w chwilach zwątpienia.

Uważam, że kariera taneczna to idealna podstawa, aby odnaleźć się w innym, równie ciekawym zawodzie. Umiejętności, których uczymy się już w szkole baletowej oraz podczas późniejszej pracy

na scenie, takie jak dążenie do perfekcji, systematyczność czy pracowitość, są poszukiwane na rynku pracy równie mocno co wiedza merytoryczna.

Myszę, że dla tancerzy najtrudniejsze przy podejmowaniu decyzji o zmianie zawodowej może być to, że nie zawsze wiedzą, co dalej robić, jaką ścieżkę obrać. Dlatego gorąco polecam korzystanie z takich programów pomocy, jak ten zaproponowany przez Narodowy Instytut Muzyki i Tańca. Moim zdaniem im wcześniej, tym lepiej.

Dla mnie ważne było, żeby „zejście ze sceny” było moją osobistą decyzją. Cieszę się, że udało mi się pracować w tej samej instytucji, w której nadal spotykam na korytarzu znajomych z baletu, oraz uczestniczyć w wydarzeniach artystycznych, nawet jeśli nie biorę w nich czynnego udziału.

Inny tancerzom powiedziałabym, żeby cieszyli się pięknem zawodu tancerza, ale żeby także rozwijali swoje inne zainteresowania, bo może właśnie dzięki nim uda im się w przyszłości znaleźć równie ciekawą pracę jak obecna. A jak wiadomo, wielką satysfakcję daje praca, która sprawia przyjemność.

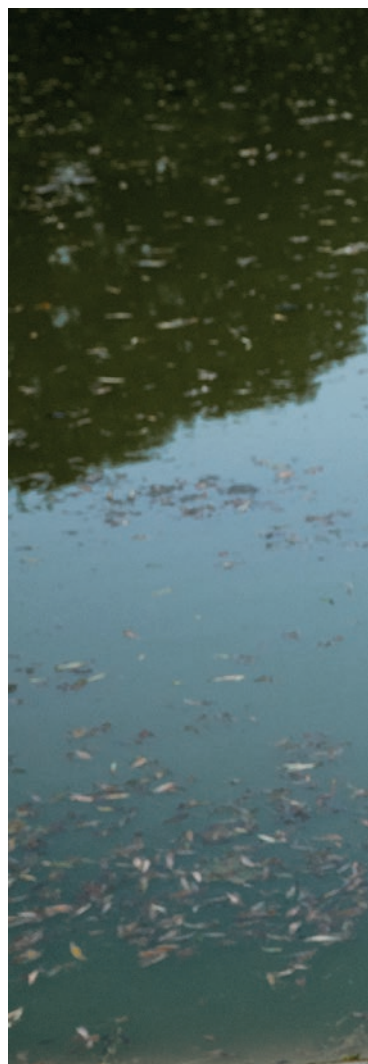
## Sebastian Solecki

---

**Informatyk-programista, tancerz. Jego pierwszą rolą, jeszcze w szkole baletowej, była partia Księcia Alberta w spektaklu *Giselle* w Teatrze Wielkim w Poznaniu. Solista i pierwszy solista baletu w Poznaniu oraz solista Polskiego Baletu Narodowego. Grał główne role, między innymi jako John w *Greku Zorbie*, Księżę w *Dziadku do orzechów*, Don Bazyljo w *Don Kichocie*, tytułowa postać w *Hrabim Monte Christo*, Księżę Zygfryd w *Jeziorku łabędzim*. Współpracował z wieloma teatrami w Polsce, tańczył na galach baletowych za granicą. W 2014 roku otrzymał Srebrny Medal „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”.**

---

Pracuję jako programista. Specjalizuję się w tworzeniu aplikacji *webowych* po stronie *back-end*. To nie tylko praca, ale i przede wszystkim moja pasja. Obecnie prowadzę działalność, której głównym produktem są usługi programistyczne, ale również zajmuję się doradztwem i realizacją usług związanych z tematyką sieci i systemów komputerowych. O zmianie zawodu zacząłem myśleć w 2012 roku. Zdawałem sobie sprawę, że zawód tancerza nie trwa wiecznie. Przez rok zastanawiałem się, z czego mogę czerpać przyjemność na co dzień i w nauce, i w pracy. Poznawałem siebie na nowo, analizowałem swoje cechy. Zauważyłem, że mam bardzo analityczny umysł, co zresztą pomagało mi w tańcu. Przyglądałem





się swoim zainteresowaniom i przedmiotom w szkole, w których miałem szczególną łatwość (były to przedmioty ścisłe). Przypomniałem sobie, że już jako dziecko pasjonowałem się komputerami, podejmowałem pierwsze próby z szyfrowaniem danych, pisałem proste algorytmy. W 2013 roku zdecydowałem się podjąć studia inżynierskie na kierunku informatyka. Później już tylko wystarczyło kontynuować wybraną ścieżkę kształcenia: studia podyplomowe, kursy programistyczne oraz szkolenia informatyczne.

Na etapie przekwalifikowania było kilka trudnych momentów. Najpierw przyznanie się (samemu przed sobą) do tego, że chcę zmienić zawód. Potem pierwszy rok studiów – kiedy było bardzo dużo pracy i widziałem, jak dużo muszę się nauczyć (poprosiłem wtedy przełożonych, by mnie odciążyli z repertuaru tak, abym mógł pogodzić taniec z nauką). I wreszcie kiedy uświadomiłem sobie, że będę szukać pracy w IT po zabiegu, po którym wiedziałem, że już nie wrócę na scenę.

Ale lubię wyzwania. Dużo energii dawało mi każde zaliczenie semestru, każdy zdany egzamin. Byłem jedną ze starszych osób na roku, ale osiągałem lepsze wyniki niż moi młodszy koledzy, ponieważ miałem wielką motywację, wiedziałem, czego chcę.

Ogromnym wsparciem w procesie przekwalifikowania była moja żona i taka organizacja życia rodzinnego, która pozwalała mi na naukę.

W końcu, w 2016 roku, przyszedł czas na podjęcie decyzji o zakończeniu kariery tanecznej. Pracę jako informatyk dostałem w pierwszym procesie rekrutacyjnym, w jakim zdecydowałem się wziąć udział (odpowiedziałem na ogłoszenie). Po niespełna dwóch latach otrzymałem awans z referenta na zastępcę kierownika działu, mimo że byłem najmłodszym stażem pracownikiem. Procentowała moja świeżo zdobyta wiedza i cechy, które rozwinąłem jako tancerz: obowiązkowość, systematyczność, odpowiedzialność, a także pomysłowość – wniosłem dużo świeżości do działu. Wiele z moich pomysłów zostało wdrożonych. W związku z ciągłą potrzebą samorealizacji na początku 2021 roku zdecydowałem się podjąć pracę jako programista. Zmiana ta to kolejny progres w życiu zawodowym, który dał mi dużo nowej energii.

Teraz, z perspektywy czasu, żałuję tylko tego, że całego procesu przekwalifikowania nie zacząłem choćby dwa lata wcześniej. Przyznam, że zaledwie po kilku miesiącach w nowym zawodzie

poczułem się tak, jak na początku kariery, kiedy zaczynałem tańczyć. Pełen pasji, radości i ciekawości.

Tancerzy, którzy są u progu drugiej kariery zawodowej, zachęcałbym, by odważyli się na zmianę. Mam poczucie, że teraz otworzył się przede mną świat. Świat tańca jest piękny, ale w pewien sposób zamknięty w ściśle określonym schemacie. To jakby część świata. A świat jest duży. Tak naprawdę można robić wszystko. Wystarczy chcieć. Rynek pracy jest otwarty na każdego. Wystarczy znaleźć coś, co sprawia przyjemność. Tak było u mnie i z tańczeniem, i z pracą informatyka.

Młodszym tancerzom powiedziałbym, by cieszyli się każdym dniem, wykonując ten piękny zawód, ale by mieli świadomości, że zawód tancerza trwa krótko. Dwadzieścia lat kariery bardzo szybko mija i warto dużo wcześniej zacząć szukać alternatywnej drogi zawodowej. Takiej, która także będzie sprawiała radość i dawała satysfakcję.





## Jurij Stesew

---

Fizjoterapeuta. Szkołę baletową ukończył w Białorusi, a od 1993 roku związał się z Gliwickim Teatrem Tańca. Wystąpił we wszystkich premierach: we współczesnych spektaklach baletowych *Zagubieni w sobie*, *Rzeczy niepokój*, *Chodnik 05*, w musicalach *Footloose*, *42nd Street*, jak również *Ragtime* oraz w widowiskach tanecznych *Carmen* i *ABBA*. Na krakowskim festiwalu *Sacrum Profanum* występował kilkakrotnie w spektaklach *Carmen* i *Romeo i Julia*, a także w międzynarodowym projekcie *Vichry*. Pracował pod kierunkiem wybitnych choreografów, między innymi: Janiny Niesobskiej, Henryka Konwińskiego, Jarosława Stańka, Zofii Rudnickiej, Jacka Badurka, Władysława Janickiego, Eleny Bogdanovich.

Po zakończeniu kariery teatralnej w 2016 roku podjął studia na Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach. Po ich ukończeniu jako magister fizjoterapii rozpoczął pracę w szpitalu.

---

O zmianie zawodu myślałem już od dłuższego czasu. Chciałem to zrobić i czułem, że powinienem, bo byłem już coraz bardziej zmęczony fizycznie. Długo myślałem co, jak, gdzie, kiedy. Po spotkaniu z dziewczynami z Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca w teatrze, gdy opowiadały o możliwości otrzymania stypendium na przekwalifikowanie, pomyślałem, że to może być dobry sposób na zdobycie nowego zawodu. Doradczyni bardzo fajnie omówiła

ze mną za i przeciw przy planowaniu nowej ścieżki zawodowej. Po kilku rozmowach wiedziałem, w jakim kierunku powinienem iść. Wybrałem fizjoterapię. Tym bardziej, że fizjoterapia jest zbliżona do medycyny, która zawsze mnie interesowała, a do tego zawsze chciałem pomagać ludziom.

Sam moment podjęcia decyzji był trudny, ale wyjście poza świat teatru – zadziwiające. Wszystko wydawało się inne. Inni ludzie, inne tematy, inna wiedza i umiejętności. Pierwszy rok studiów był bardzo ciężki, bardzo dużo nauki, którą dodatkowo łączyłem z pracą na pół etatu. Pomoc i wsparcie żony w tym czasie były nieocenione. A ja czułem, że będę robić coś dalej, że nie stoję w miejscu, będę mieć nowy zawód, będę mieć możliwość zarabiania. Nie zostałem sam. Wiedziałem, że będzie to nowy etap mojego życia. Będę robić to, co lubię i chcę, przecież kiedyś chciałem być lekarzem.

Po studiach wiem... ile jeszcze nie wiem. Nadal się doksztalam, planuję iść na kolejne kursy. Widzę, że jest dokładnie tak, jak w tańcu. Podstawy są ważne, ale doskonalić się trzeba bez przerwy. Kontynuuję studia, teraz już magisterskie, został mi jeszcze rok. Prowadzę działalność gospodarczą, pracuję już jako fizjoterapeuta na pół etatu w prywatnej przychodni oraz jako instruktor fitnessu, prowadzę też zajęcia taneczne. Tańca brakuje mi mniej, niż mi się wcześniej wydawało. Może dlatego, że byłem wysycony zawodem tancerza. Właściwie nie miałem życia osobistego. Teraz spotykam się również z osobami spoza środowiska tanecznego. I czerpię z tego satysfakcję.

W moim dotychczasowym otoczeniu moja decyzja wzbudziła podziw. Nie zatrzymałem się w miejscu, a przecież mogłem nic nie zrobić ze swoim życiem. Cały czas idę przed siebie. Wiele osób dziwiło się, że w tym wieku poszedłem studiować z młodymi. A ja uważam, że taniec daje luz i odwagę w kontaktach z ludźmi. Zresztą w zawodzie tancerza jesteśmy przyzwyczajeni do kontaktów z osobami w różnym wieku i z różnych kultur. Ta otwartość pomogła mi na studiach i teraz pomaga mi w pracy. Nie czuję bariery wieku.

Dzięki finansowaniu było mnie stać na rozpoczęcie studiów. Gdyby nie Instytut, nie wiem, jak potoczyłoby się moje życie. Mówię to wszystkim tancerzom. Mówię też, że młodzi tancerze powinni najpierw się wytańczyć, zrealizować marzenia. Nie od razu wybierać studia, bo tak wypada. Lepiej zastanowić się, przemyśleć wcześniej, co chcieliby robić w życiu. Przegadać swoje plany, najlepiej z doradcą. Gdyby taki program istniał wcześniej, też wcześniej bym

przegadał swoje plany. Cieszę się, że dostałem zielone światło na zrealizowanie swojego marzenia: stypendium umożliwiło mi studia. Zawsze mogłem napisać i zadzwonić do dziewczyn, żeby się upewnić, że idę w dobrym kierunku. Po licencjacie przygotowane z doradcą CV pomogło mi od razu znaleźć pracę. To wielki sukces.

Zawsze miałem dużą satysfakcję z pracy w teatrze i może dlatego nie zastanawiałem się, co będę robić dalej. Wiedziałem tylko, że chcę robić coś, co lubię. W przeszłości taniec był całym moim życiem. Nie żałuję, że tańczyłem, ale teraz wiem, że trzeba widzieć świat poza tańcem. Jest życie po życiu na scenie.





## Sabina Szybka

---

**Choreograf, nauczycielka tańca, wiedzy o folklorze, wiedzy o kulturze polskiej, tancerka. Związana z tańcem od dziecka. Ma za sobą dwadzieścia pięć lat kariery scenicznej w Zespole Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny, gdzie zaczynała jako tancerka, koryfej, potem solistka zespołu, w ostatnim okresie równoległe z tańcem – asystentka kierownika baletu.**

---

Taniec to moja wielka miłość i pasja. Zaczęłam tańczyć jako pięcioletka i od tego czasu aż do czterdziestego piątego roku życia byłam czynną tancerką. Najpierw byłam związana z amatorskim zespołem tanecznym „Nowa Huta”, gdzie moim nauczycielem i mentorem był Anatol Kocyłowski. Po maturze rozpoczęłam studia, ale nadal chciałam tańczyć, wiedziałam już wtedy, że chcę dołączyć do Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Przyjechałam na casting i go wygrałam. Wtedy zdecydowałam się przerwać studia i bez reszty zanurzyć w tańcu. Z czasem zdałam eksternistycznie egzamin państwowy na tancerza.

Zawsze ważne było dla mnie poznawanie tego, czym się zajmuję, do głębi, ale też widzenie szerszego kontekstu. Myślę, że między innymi z tego powodu jeszcze tańcząc, podjęłam i ukończyłam



kurs kwalifikacyjny instruktorsko-choreograficzny, kulturoznawstwo, dziennikarstwo i komunikację społeczną oraz podyplomowo – przygotowanie pedagogiczne.

Zdecydowałam się na zejście ze sceny w dużej mierze dzięki temu, że wzięłam udział w Programie Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. To, co oferuje program, pomogło mi ukierunkować dalsze plany zawodowe. O zmianie zaczęłam myśleć około pięciu lat temu. Miałam wówczas czterdzieści lat. Rozważałam pedagogikę. Jako dziecko marzyłam, by być nauczycielem, dlatego też ukończyłam liceum pedagogiczne. Pamiętam także, że profesor Anatol Kocyłowski w zespole „Nowa Huta” często prosił mnie, bym pomała prowadziła zajęcia. Myślę, że przyczynił się do rozbudzenia mojego zainteresowania uczeniem. W swojej karierze tanecznej dość szybko zaczęłam prowadzić zajęcia w domach kultury, co pozwoliło mi ponownie zweryfikować swoje kompetencje i pasję do uczenia.

W trakcie procesu przekwalifikowania wyznały sobie konkretną datę, kiedy będę miała ostatni koncert. Uznałam, że po nim przejdę już wyłącznie na stronę edukacyjną, pracując w Śląskim Centrum Edukacji Regionalnej w Koszęcinie. Miałam już na tym etapie wszelkie kwalifikacje i praktykę, które dały mi solidne zaplecze do rozwijania się w nowym miejscu.

Obecnie pracuję jako choreograf i instruktor ze specjalizacją w zakresie polskich tańców narodowych. Zajmuję się także regionem Górnego Śląska. Pracuję zarówno z małymi dziećmi, jak i z dorosłymi. Ze studentami, którzy tańczą w zespołach przyuczelnianych. Z ludźmi różnych zawodów i specjalności z całego świata (Brazylia, Wielka Brytania, Japonia), między innymi z nauczycielami, którzy chcą zachęcać uczniów do poznawania polskich tańców narodowych. Niedawno Polski Zespół Artystyczny Pieśni i Tańca „Wilia” z Wilna poprosił mnie o stworzenie choreografii do tańców polskich.

W trakcie przekwalifikowania najtrudniejsze było pogodzenie pracy na scenie z nauką. Przy naszej intensywnej pracy, wyjazdach – organizacyjnie było to bardzo trudne. Ogromnym wsparciem była tu życzliwość dyrekcji naszego zespołu, wielka pomoc w logistyce, szukanie możliwych opcji, abyśmy mogli się uczyć. Bardzo cenię sobie też wsparcie, które uzyskałam w Programie Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy – ważne były dla mnie rozmowy z doradcami, podpowiedzi, co i jak zrobić. Uważam, że zarówno to wsparcie, jak i przychylność mojego pracodawcy – były kluczowe.

Proces przekwalifikowania uświadomił mi, że mogę robić różne ciekawe rzeczy.

Myślę, że najtrudniejszy przy podejmowaniu decyzji o zakończeniu kariery tancerza jest moment, gdy uświadamiamy sobie, że za chwilę zgasną światła, zamilkną oklaski publiczności, a to one były najpiękniejszą nagrodą za wysiłek i kunszt taneczny. Wiem z doświadczenia, że to nie jest łatwe, ale wiem też, że zawsze dobrze jest myśleć o tym, by robić coś jeszcze.

Tancerzom, którzy zaczynają karierę, powiedziałabym, że warto jak najszybciej zdobywać wiedzę o sobie i przyglądać się rynkowi pracy, że warto nawiązywać kontakty z instytucjami, które wspierają tancerzy, by wiedzieć, kto może podać pomocną dłoń i pokierować w dobrą stronę, kiedy będzie to konieczne.



# Monika Urbaniak

---

**Psycholog, psychoterapeuta. Ukończyła Uniwersytet SWPS we Wrocławiu, Krakowskie Centrum Psychodynamiczne, Wyższą Szkołę Zarządzania Marketingowego i Języków Obcych w Katowicach, Wyższą Szkołę Humanitas.**

**Absolwentka Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu. Pracowała między innymi w Operze Śląskiej w Bytomiu, Teatrze Rozrywki w Chorzowie, w Teatrze Muzycznym Capitol we Wrocławiu. Szczególnie zapadł jej w pamięć udział w pierwszym tanecznym show *Opentaniec* w Teatrze Muzycznym w Gdyni.**

---

Doświadczenie poważnej kontuzji u szczytu formy było dla mnie przełomowym momentem, w którym po raz pierwszy poczułam realne ryzyko związane z koniecznością zmiany zawodu. Przeróżająca była myśl, że moja droga zawodowa może zakończyć się nagle, i to nie ze względu na wiek, ale coś niezależnego ode mnie. Po kilkumiesięcznej przerwie wróciłam na scenę, jednak obawa pozostała. Uświadomiłam sobie, że nadszedł czas, by zastanowić się nad alternatywną drogą zawodową. Postanowiłam, że spełnię swoje marzenie o własnej szkole tańca. Nierealnym dla mnie było wybranie drogi niezwiązanej z tańcem. Prowadząc szkołę tańca,

realizowałam swoją pasję, łącząc ją z wiedzą nabytą podczas studiów ekonomicznych.

Po ukończeniu szkoły baletowej przyjąłm propozycję pracy w Operze Śląskiej. System pracy (rano – wieczór) wyeliminował możliwość studiowania kierunku, który interesował mnie najbardziej, czyli psychologii. Posłuchałam mojego dziadka, który w swoim życiu połączył artystyczne zamiłowanie z nauką ścisłą, i wybrałam studia ekonomiczne w trybie zaocznym.

W dojrzewaniu do zmiany kierunku rozwoju najistotniejszy był moment założenia rodziny i pojawienie się na świecie mojego syna. Macierzyństwo nadało nowy wymiar mojemu życiu. Zmieniło się nie tylko moje ciało, ale i priorytety, wartości i pomysł na życie. Korzystając z wiedzy nabytej na studiach, podjęłam pracę jako dyrektor do spraw marketingu i reklamy. Po kilku latach pracy uświadomiłam sobie, że odtwarzanie korporacyjnych schematów dalekie jest od moich potrzeb.

Zastanawiając się nad ponowną zmianą zawodu, wróciłam myślami do moich zainteresowań z młodości. Postanowiłam, że zrealizuję to, czego nie mogłam wcześniej, tańcząc. W wieku trzydziestu kilku lat, gdy miałam już inną świadomość, zaczęłam nowy rozdział w życiu. Rozpoczęłam studia psychologiczne. Byłam zafascynowana nauką psychologii, ponieważ ten kierunek zawsze mnie interesował. Wydawało mi się, że będę najstarsza na roku... do pierwszych zajęć, gdy okazało się, że to dojrzałym wiekiem studenci stanowią całkiem dużą grupę. Wyróżniali się innym poziomem wiedzy, doświadczenia zawodowego i życiowego oraz zaangażowaniem.

Uważam, że nie należy bać się nowych wyzwań. Myślenie, że jest za późno na zmiany, tylko zamyka na poszukiwanie nowej drogi. Smutna jest myśl, że zmiana jest nieodwracalna, tęsknota za teatrem pozostaje, jednak należy postawić kropkę i zaakceptować to rozstanie. Na zawsze pozostaje pamięć ciała i piękne wspomnienia. Trzeba się z tym oswoić, coś pożegnać, coś powitać. Strach przed nowym jest jak opanowanie tremy przed wyjściem na scenę. Każdy tancerz może zacząć wykorzystywać tę umiejętność poza nią. Zdolności adaptacyjne, determinację w pokonywaniu ograniczeń mocno gruntuje szkoła baletowa. Daje zastrzyk energii do tworzenia w połączeniu z konsekwencją i wytrwałością w podejmowaniu wyzwań, dodaje poczucie sprawczości w postaci wiary w ciężką pracę. Nieustannie czerpię z mojego scenicznego doświadczenia

i pracy w sali baletowej, nigdy nie zniechęcam się trudnościami, które napotykam na drodze do realizacji marzeń.

Wydaje mi się, że tancerze, którzy stoją przed wyborem nowej ścieżki zawodowej, mogą być spokojni, ponieważ praca ze świadomością ciała sprawia, że mamy dobry kontakt ze sobą. Dodatkowymi zalecaniami są kreatywność i otwartość na nowe pomysły, konsekwencja w działaniu i motywacja do pracy, które rozwijamy od dziesiątego roku życia. Warto przypomnieć sobie, co nas interesowało, zanim taniec zdominował nasze życie.

Ważne jest, aby pamiętać, że nie na wszystko mamy wpływ, nie wszystko od nas zależy i że jedyną stałą rzeczą w życiu są zmiany. Czasem niespodziewane, niechciane, jednak zawsze mamy wpływ na naszą osobistą reakcję na to, co się dzieje. Podczas zmiany dobrze jest korzystać ze wsparcia. Rodzina i przyjaciele – to właśnie dzięki ich wsparciu jest mi łatwiej realizować swoje marzenia.

Na początku byłam przerażona składaniem wniosku, dokumentami, podpisami związanymi ze stypendium. Jednak zdecydowałam się, a w trakcie przekwalifikowania nie byłam zostawiona sama sobie, zawsze mogłam skorzystać z pomocy pracowników Instytutu. Ze strony całego zespołu Instytutu czułam doping, wsparcie i troskę.

Teraz, gdy skończyłam studia, widzę, że realizacja jednego marzenia otwiera przede mną kolejne, nowe możliwości. Mieszkam nad morzem, o czym od zawsze marzyłam. Skończyłam studia, otworzyłam gabinet. Myślę o kolejnych kierunkach rozwijających moje kompetencje. Kocham to, co robię, tak samo jak taniec. Praca psychoterapeuty niewątpliwie jest obciążająca psychicznie, jednak towarzyszenie ludziom w procesie odkrywania i akceptowania prawdy o sobie, wspieranie we wprowadzaniu zmian oraz odkrywanie psychologicznych struktur determinujących ludzkie zachowania pozostają źródłem mojej fascynacji i satysfakcji zawodowej.





## Katarzyna Wieliczko-Pos

---

**Fizjoterapeutka. Po ukończeniu Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu rozpoczęła karierę taneczną w Operze Śląskiej, z którą była związana zawodowo przez następne dwadzieścia pięć lat. Brała udział niemalże we wszystkich premierach baletowych, operowych i operetkowych oraz w spektaklach wyjazdowych, m.in. do Niemiec, Holandii i Hiszpanii.**

---

Po dziesięciu latach pracy w teatrze uświadomiłam sobie, że powinnam poszukać alternatywnego zajęcia. Od dawna interesowałam mnie medycyna, tylko że połączenie stacjonarnych studiów medycznych z pracą zawodową tancerza jest prawie niemożliwe. Upłynęło kolejnych siedem lat, nim podjęłam decyzję o rozpoczęciu zaocznych studiów pierwszego stopnia na wydziale fizjoterapii. Obroniłam licencjat, a dyplom trafił do szuflady. Niestety, nie mogłam pogodzić pracy w obu tych zawodach jednocześnie. Było to przykre, bo miałam świadomość, że nadal tańcząc, nie wykorzystam wiedzy ze studiów w praktyce.

Kolejny raz powróciłam do myśli o nowym zawodzie podczas spotkania na temat przekwalifikowania zawodowego z pracownikiem Instytutu. Tego samego dnia umówiłam się z doradcą. Miałam

pomysł, a projekt pozwoliłby mi go sfinansować! Ucieszyłam się. Pomyślałam: To projekt dla mnie! Pamiętałam, że kilka lat temu złożyłam dokumenty na studia drugiego stopnia, a potem je wycofałam, bo były dla mnie za drogie. Gdyby nie projekt i pomoc finansowa, nie byłoby mnie stać na tak dużą zmianę w życiu.

Po złożeniu wniosku i otrzymaniu dofinansowania, podjęłam decyzję: składałam wypowiedzenie w Operze Śląskiej. Taaak... Dwadzieścia pięć lat w zawodzie i sama złożyłam wypowiedzenie... Świadomie nie chciałam łączyć pracy i nauki – już wiedziałam, jakie to trudne.

Na szczęście proces przejścia od tańca do nowego zawodu był prostszy, niż myślałam. W ciągu dwóch tygodni od wypowiedzenia moje życie nabrało rozpędu. Nie miałam czasu rozpamiętywać tej zmiany, przyjmowałam nadchodzące wydarzenia na bieżąco. To były moje decyzje, miałam wpływ na to, co się dzieje. Było mi łatwiej, bo zaczęłam pracę w gabinecie masażu, który już wcześniej funkcjonował w operze. Pozostałam w tym samym otoczeniu, wśród tych samych ludzi. Pracowałam w innym charakterze, ale nadal w teatrze. Oczywiście, bywało też trudno. Pamiętam, jak przez pierwsze dwa miesiące na studiach czytałam i nie przyswajałam wiedzy. Musiałam na nowo nauczyć się uczyć.

Dziś jestem na początku zawodowej drogi, staram się być cierpliwa i pokorna. Korzystam z doświadczenia innych – może to być ktoś młodszy ode mnie, ale z większymi wiedzą i stażem.

Teraz, z perspektywy czasu myślę, że jeżeli dla kogoś taniec stanowi całe życie, to będzie mu dużo trudniej z niego zrezygnować, znaleźć alternatywne zajęcie. Ja miałam w swojej głowie drugie marzenie, które chciałam spełnić. I to był właściwy dla mnie czas. Było pewne, że w którymś momencie trzeba odejść. A klarowne staje się, gdy zaczynamy pracować w zespole z tancerzami w wieku własnych dzieci.

Moja rada dla tancerzy jest taka: Miej pasję, realizuj marzenia. Jeżeli zamykają się jedne drzwi, trzeba otworzyć drugie. Świat poza tańcem jest piękny, interesujący i warto go poznać. Trzeba mieć wiarę, że się uda, i nastawienie, że znajdzie się pracę. Trzeba poszukać siły – w sobie i w innych ludziach wokół siebie. U mnie to była rodzina, która wiedziała, czego pragnę.

Uważam, że projekt został dobrze zaplanowany. Gdybym miała pisać wniosek bez pomocy doradcy, nie wiem, czybym się tego podjęła. Dobrze, że miałam osobę i bodziec, które pomogły mi skonkretyzować

plany i podjąć decyzję. Obawiałam się przygotowania budżetu i rozliczeń finansowych, a dostałam całe pokłady cierpliwości i wsparcia. Składam głęboki ukłon Instytutowi i osobom, które poświęciły swój czas, żeby pomóc mi przejść przez cały ten proces.

Dla młodych tancerzy świat teraz wygląda inaczej, są bardziej otwarci na zmiany, studiują i rozwijają swoje zainteresowania. Wiedzą, że trudno pracować w tym zawodzie do emerytury i że przychodzi moment, w którym trzeba dokonać zmiany. To czeka nas wszystkich.







## Aneta Wojtyra

---

**Pedagog wczesnoszkolny, instruktorka tańca, choreograf, tancerka. Ukończyła Ogólnokształcącą Szkołę Baletową w Bytomiu. Solistka Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”, z którym związana jest od dwudziestu ośmiu lat, tańcząc cały repertuar. Z sentymentem wspomina szczególnie tournée po Hiszpanii.**

---

Pracuję jako instruktor i choreograf w domach kultury, pedagog w Społecznej Szkole Baletowej i Ognisku Baletowym w Częstochowie. Niedawno zostałam poproszona o objęcie funkcji asystentki kierownika baletu. Jestem nadal w trakcie zmiany. Dużo się dzieje. Mam ogrom pomysłów, pojawiają się nowe możliwości.

O zmianie zawodowej zaczęłam myśleć dopiero, gdy wystartował Program Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. Wcześniej się nad tym nie zastanawiałam. Cały czas miałam przeświadczenie, że jeszcze mnie to nie dotyczy. Kiedy spotkałam się po raz pierwszy z doradczynią zawodową, uświadomiłam sobie, że najwyższy czas pomyśleć szerzej o przyszłości zawodowej – to fajna sprawa, że można się doksztąpić. Zależało mi na tym, by jak najlepiej skorzystać z możliwości, które daje program.



Długo się zastanawiałam, co chcę dalej robić i jak najlepiej zainwestować swój wysiłek, czas, a także finansowanie z programu. Rozważałam zarówno studia, jak i kursy. Wiedziałam jedno – że nie chcę kontynuować edukacji w samej pedagogice tańca, ponieważ taka edukacja daje wąskie możliwości pracy zawodowej – w zasadzie ograniczające się do szkół baletowych. Nie chciałam też iść w coś całkiem nowego. Miałam świadomość swojego wieku. Zawsze lubiłam pracę z dziećmi, dzielenie się wiedzą, tworzenie. Zdecydowałam się więc na kształcenie w pedagogice wczesnoszkolnej, która jest spójna zarówno ze mną, jak i daje możliwość współpracy z wieloma placówkami.

Pamiętam, kiedy pojechałam pierwszy raz na zajęcia. Były to studia realizowane w ramach programu. Weszłam do zupełnie innego środowiska i pomyślałam: Co ja tutaj robię?. Teraz czuję się tam świetnie. Studiuję z trzydziestoma pięcioma osobami od młodych, zaraz po szkole, po osoby w moim wieku. Osiągam bardzo wysokie wyniki w nauce – w ostatnim semestrze miałam najwyższą średnią na roku – 5,0.

Bardzo ważną rolę w całym procesie zmiany odgrywa mój mąż, który w czasie kiedy ja pracowałam albo się uczyłam, brał domowe obowiązki na siebie. Wielkim wsparciem byli synowie, którzy pomagali przy wszelkich kwestiach komputerowych. Pomagały mi koleżanki z zespołu, wymieniając się książkami, materiałami z zajęć, na które chodziły. Ważne było zrozumienie dyrekcji popierającej naukę i podnoszenie kwalifikacji.

Mnie zmiany w życiu nie przerażają, są naturalne, płynne i może dlatego ze spokojem podeszłam też do zmiany zawodowej. Cieszę się, że dałam sobie prawo do tego czasu. Traktuję to jako robienie czegoś ważnego dla siebie, co wpływa na mój ogólny rozwój. Dużo czytam, poprawiła mi się pamięć, zauważam, że mówię ładniejszym, bogatszym językiem. Poznałam mnóstwo ludzi z innych, nowych środowisk. Proces zmiany jest w pewnym sensie rozwojowy i dobry dla całej mojej rodziny.

Innym tancerzom powiedziałabym, żeby się nie bać. Natomiast ważne, żeby się dobrze zastanowić, co się lubi robić. Nie: co jest możliwe, ale właśnie czego się chce. Czy to będzie coś podobnego? A może coś innego? Jest dużo możliwości, trzeba się tylko odważyć. Myślę, że ważne jest, by umieć przyjąć pomoc od innych ludzi, przyjmując wsparcie, jakie daje Program Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy. Korzystać z możliwości i cieszyć się z rozwoju. Zmiana

jest rzeczą naturalną i tak właśnie warto o niej myśleć, wystarczy dobrze się do niej przygotować. Otworzyć się na świat i ludzi. Jak człowiek się otworzy, to potem już idzie.

Tancerzom u progu kariery podpowiedziałabym, by już od początku zdobywali dodatkowe doświadczenia, nie tylko wykształcenie, ale właśnie doświadczenia poza tańcem – to połączenie praktyki i wykształcenia jest ważne. Czas na scenie szybko mija, jeśli od razu nie zaczniemy koncentrować się na czymś innym i planować czegoś więcej, to po kilku, kilkunastu latach jest trudniej.

Osobiście uważam, że wsparcie, jakie daje ministerstwo poprzez ten projekt, to fantastyczna sprawa. To są dobrze wydane pieniądze, to krok w dobrym kierunku. To wspaniałe, że dzięki takiemu wsparciu tancerze mogą podnieść swoje kwalifikacje, zmienić zawód. Jestem zadowolona, że powstał taki program, że w którymś momencie mogłam porozmawiać z doradcą zawodowym, uzyskać poradę oraz liczyć na pomoc osób współpracujących ze mną w programie i ich elastyczne podejście do realizacji przedsięwzięcia.

Obecnie jestem dyrektorem Społecznej Szkoły Baletowej i Ogniska Baletowego w Częstochowie – Szkoły Sztuki Tańca, a także nauczycielem akademickim na Akademii WSB, którą kończyłam. Program pozwolił mi podnieść nie tylko kwalifikacje zawodowe, ale również pozycję społeczną. Udało mi się także wydać publikację naukową dotyczącą szeregu działań edukacyjnych w mojej macierzystej instytucji, jaką jest Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny. W zespole pracuję nadal, już dwudziesty ósmy rok, lecz od roku 2022 zajmuję się ochroną dziedzictwa kulturowego i archiwizacją.



# Paulina Wycichowska

---

Choreografka, wykładowczyni akademicka i nauczycielka tańca, arteterapeutka, trenerka *Pilates Core*, twórczyni autorskiej metody budowania świadomości ciała i ruchu *I mind the step*.

Absolwentka między innymi Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Poznaniu i London Contemporary Dance School. Solistka Polskiego Teatru Tańca w Poznaniu, z którym była związana przez siedemnaście lat. Obecnie interesuje ją holistyczne i interdyscyplinarne podejście do człowieka, procesów nauczania i uczenia się oraz uprawiania i upowszechniania sztuki. W swoich różnorodnych aktywnościach dzieli się przekonaniem w transformującą moc tańca jako dziedziny sztuki, nauki, terapii i komunikacji.

---

Obecnie, po procesie przekwalifikowania, prowadzę zajęcia z teorii tańca, technik modern, kompozycji, improwizacji i tańca współczesnego na kierunku taniec w kulturze fizycznej na Akademii Wychowania Fizycznego im. E. Piaseckiego w Poznaniu, a także na kierunku taniec współczesny na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie. Prowadzę również gościnnie warsztaty z wprowadzenia do choreoterapii na kierunku somatyka w tańcu i terapii na Akademii Muzycznej im. G. i K. Bacewiczów w Łodzi oraz na Uniwersytecie Medycznym im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu. Jeśli chodzi o działania artystyczne – jestem obecnie

twórczynią niezależną. Praca *freelancera* to bardzo trudna droga i początkowo mało dochodowa dla osoby, która ma ponad czterdzieści lat i dotąd pracowała głównie w strukturze teatru. Od czasu do czasu angażuję się również w projekty teatru tańca w rolach łączących ruch i taniec.

Dzięki stypendium z programu ukończyłam arteterapię i choreoterapię, kierunki, dzięki którym teraz dzielę się wiedzą i doświadczeniem z innymi. Rozwijam też własną markę *I mind the step* i prowadzę warsztaty arteterapeutyczne ze szczególnym uwzględnieniem ruchu i tańca. Prowadzę również treningi uważności i kreatywności w ramach warsztatów rozwojowych. Somatyka w tańcu ma ogromną przyszłość, również w kontekście jego popularyzacji. Taniec to terapia pozwalająca na ekspresję, uwalnianie emocji i zarządzanie stresem. Ma też działanie prewencyjne w chorobach neurodegradacyjnych, jak na przykład alzheimer czy parkinson. Proces budowania mojej kariery trwa cały czas. Teraz już sama finansuję sobie kolejne kursy.

W tej chwili czuję, że mogę wykorzystywać nie tylko swoje doświadczenie, ale też potencjał, który uwolniłam, zdobywając nowe kompetencje i umiejętności. Najtrudniejsze było dla mnie rozstanie ze sceną i rutyną codziennego dnia tancerki. Do tej pory poświęcałam się takiemu życiu w stu procentach, wierząc, że taniec to całe życie i niczego innego poza nim nie ma. Gdy schodzisz ze sceny, czeka cię ciężka praca z własnym umysłem. Najpierw nad akceptacją faktu, że możesz funkcjonować w innej roli, za którą przychodzi kolejne odkrycie: że można się otworzyć na nowe. Na tej nieznannej ścieżce przydaje się zmiana perspektywy. Pamiętam do dziś, gdy nagle podczas nauki na arteterapii zobaczyłam taniec i sztukę z innej perspektywy. Przeczynałam to już wcześniej, ale dopiero w toku kształcenia w nowym obszarze odkryłam, jak duży wpływ terapeutyczny na ludzi ma sztuka. Odkryłam taniec terapeutyczny.

Choreoterapia była dla mnie największym wyzwaniem. Jako tancerka miałam barierę wewnętrzną, wciąż chciałam ćwiczyć swoje ciało, blokować ostrzegawcze sygnały z ciała, aby móc przekraczać granice własnej fizyczności. Tancerze często uciekają w jakąś formę i wtedy ruch bywa mało autentyczny. Realizując tę formę, która może być zadaniem lub zabawą, czasami ignorują pewne sygnały z ciała. Żeby pracować z tańcem w kontekście terapeutycznym, musiałam pozbyć się tych starych nawyków.

Proces przekwalifikowania traktuję jako niesamowity rozwój samoświadomości. To spojrzenie na świat innymi oczami, to otwarcie

nawet nie tylko drzwi, lecz wszystkich okien. Poznałam olbrzymią liczbę inspirujących ludzi, stworzyłam nową sieć kontaktów.

Tęsknota za tańczeniem pozostaje, chociaż wejście w nowy obszar, studia i ludzie spoza środowiska napełniają mnie entuzjazmem i ciągle inspirują do odkrywania. Uważam za osiągnięcie i szczęście, że odważyłam się zachłysnąć nowym życiem. Ważne jest, by nie podchodzić do zmiany z lękiem i założeniem, że nowe musi być gorsze. Bardzo cenne są różne znajomości i ludzie wokół nas, warto więc utrzymywać kontakty z osobami również spoza teatru i świata tańca. To pozwala zachować szerszą perspektywę, nie ograniczać się do tańca. Dzięki tym kontaktom już od paru lat przeczuwałam, że życie poza tańcem jest możliwe i wartościowe. Myślę, że w czasie rozkwitu kariery tanecznej warto zachować umiejętność rozwijania i angażowania się w inne pasje poza tańcem, poznawanie nowych miejsc, aktywności i ludzi – nawet gdy czas pozwala tylko na to, by mieć „oczy otwarte”. To wzbogaca nas jako ludzi, zasila nasz taniec, a także zostawia uchylone drzwi do innego świata, który możemy wybrać przy decyzji o zmianie kariery.





## Łukasz Zasik

---

Instruktor jazdy konnej i właściciel stadniny, nauczyciel tańca. Po szkole baletowej rozpoczął karierę sceniczną w Poznaniu jako solista w Teatrze Muzycznym i Teatrze Wielkim. Kolejne sukcesy odnosił w Teatrze Wielkim – Operze Narodowej oraz w Baletcie Narodowym w Meksyku. Po powrocie do Polski dołączył do Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” oraz Teatru Rozrywki w Chorzowie, występował między innymi w kultowym przedstawieniu *Billy Eliot*.

---

Koniec kariery nie był dla mnie zaskoczeniem. Każdy tancerz zawodowy wie doskonale, że czterdziesty rok życia oznacza najczęściej koniec pracy na scenie. Organizm ma swoje prawa. Myślałem o tej chwili właściwie od momentu podjęcia pracy w teatrze. Co będę robił po baletcie? Odpowiedzi szukałem długo. Po drodze do punktu, w którym jestem teraz, były niefortunnie rozpoczęte studia prawnicze, szczęśliwie zakończone na AWF-ie w Poznaniu, oraz sporo kursów instruktorskich. Postawiłem na rozwój swoich kompetencji.

Jednym z moich pomysłów na start było założenie ognisk baletowych w Żarkach i Częstochowie. Przydały się wrodzony upór i wsparcie najbliższych. Praca z dziećmi i młodzieżą dawała mi zawsze wiele satysfakcji, a zapał i entuzjazm przyniosły dobre rezultaty – grupy zaczęły się rozrastać. Wszystko szło w dobrym

kierunku, dzieciaki ciężko pracowały, powstawały piękne spektakle i... wybuchła pandemia.

Zamknięcie moich ognisk z dnia na dzień było mocnym ciosem, po którym musiałem szybko się pozbierać. Z powodu pandemii mój program przekwalifikowania zawodowego zaprojektowany wspólnie z Instytutem również znacznie wyhamował. Był precyzyjnie zaplanowany na trzy lata i niestety wszystkie szkolenia rozciągnęły się w czasie. Straciłem rok, ale życie pokazało, że nic nie dzieje się przez przypadek.

Paradoksalnie, patrząc z perspektywy czasu, nie mogę uznać tych miesięcy za stracone. Balet daje każdemu dużo uporów – ja postanowiłem właśnie w tym trudnym czasie wybudować stadninę. Zrobiłem to własnymi rękami. Oszczędności pomogły mi w zakupie pierwszych koni, stypendialne środki w zdobyciu kwalifikacji, a wiedza ze szkoleń dawała kompetencje, spokój i pewność. Marzenia stały się faktem – mam własną stadninę!

Miłość do koni i praca z nimi nie są receptą na lekkie, przyjemne i leniwe życie. Prowadzenie stadniny to praca siedem dni w tygodniu, bez świąt i wolnych weekendów. Przekonałem się na własnej skórze, jak bardzo nieprawdziwa jest powszechna opinia na temat „końskiego zdrowia”. Koń, tak jak człowiek, także może mieć lepszy lub gorszy dzień. To bardzo wrażliwe i delikatne zwierzęta, które wymagają wiele uważności i dbałości. Kontakt z nimi daje jednak olbrzymią satysfakcję, a praca z nimi zapewniła utrzymanie mojej rodziny.

Nie przypuszczałem, że balet i konie mają aż tak wiele wspólnego. Bardzo przydają mi się moja wiedza o ciele, koordynacja ruchowa, świadomość ciała i sprawność fizyczna. Bez tych umiejętności i doświadczenia prawdopodobnie nie udało by mi się tak szybko opanować jeździectwa. Korzystam też z doświadczenia i wiedzy, które otrzymałem od pedagogów spotkanych na tanecznej drodze życia. Dzięki temu potrafię skutecznie uczyć jeździectwa.

Podobieństw między pasjami mojego życia jest więcej, bo koń i jeździec to partnerzy. Tancerz przekazuje emocje mową ciała, w taki sam sposób komunikuje się z nami koń. Niezwykle ważne jest umiejętne czytanie zachowań konia. Wielokrotnie słyszałem od „koniarzy”, że dobrze rozumiem te zwierzęta. Jestem pewien, że dzieje się tak właśnie dzięki moim wcześniejszym doświadczeniom zawodowym.

Konie kochałem zawsze, lecz jako tancerz nie miałem okazji zrealizować moich marzeń dotyczących pracy z nimi. Jeździectwo to bardzo kontuzjogenny sport, tak samo jak taniec, a moja kariera taneczna była bogata i wciąż się rozwijała. Rozwijałem ją uporem, wytrwałością i mrówczą pracą. Byłem świadomy, że sukces przychodzi krok po kroku, wraz z cierpliwością i uodpornieniem się na porażki.

Pandemia nie minęła, ale minął mój lęk przed nią. Dzięki programowi jestem wykwalifikowanym instruktorem jazdy konnej, prowadzę szkołkę jeździecką, a działalność wygaszonych ognisk baletowych powoli się odradza.

Moja historia pokazuje, że warto dążyć do sukcesu, celebrować go w każdej chwili, gdy się pojawia, bo czas i podziw na scenie szybko przemijają. Dlatego należy myśleć o przyszłości, interesować się otaczającym światem, widzieć szanse i z ciekawością poznawać nowe rzeczy wokół siebie. Rozwijać zainteresowania.

Moja aktywność zawodowa zawsze wynikała z pasji – początkowo taniec był moim hobby, potem stał się pracą, dawał satysfakcję. Fascynacja końmi stała się hobby, a hobby pracą. Każdy powinien mieć odskocznnię, obszar pozazawodowy, który nas motywuje do rozwoju i sprawia przyjemność.

Wszystkim czytającym ten tekst z całego serca życzę ciekawości, otwartości na to, co daje nam świat, i odwagi, aby podjąć ryzyko zmian. Rozwiązania często są na wyciągnięcie ręki. Doskonale pamiętam ten słoneczny dzień i przyjazną atmosferę spotkania z doradcą zawodowym. Gdyby nie ono, zapewne nie znalazłbym w sobie tyle energii do zmian.

Czas pokazał, że podejmowałem dobre decyzje w optymalnym czasie. Wszystko wydarzyło się w odpowiednim momencie mojego życia, a ja mam możliwość realizacji marzeń z dzieciństwa.

## Aleksandra Żaczkova

---

**Instruktorka flamenco, wykładowca polskiego folkloru tanecznego, choreoterapeutka, choreograf i pedagog. Tancerka – solistka i asystentka kierownika baletu Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Przepracowała dwadzieścia siedem lat na scenie w całym repertuarze, z ulubionym tańcem chustkowym. Z sentymentem wspomina szczególnie tournée po Japonii.**

---

W tej chwili pracuję w Śląskim Centrum Edukacji Regionalnej jako specjalista do spraw edukacji. Zajmuję się warsztatami dla dzieci, młodzieży i dorosłych oraz jako koordynator letniej szkoły artystycznej realizuję warsztaty dla różnorodnych zespołów artystycznych. Pracuję też jako pedagog w ognisku baletowym, choreograf oraz choreoterapeuta. Jestem instruktorem wielu form tańca, dla bardzo zróżnicowanych grup: od dzieci w ognisku baletowym, poprzez grupy zorganizowane, aż po seniorów. Jako instruktor specjalizuję się między innymi w tańcach flamenco. Od ubiegłego roku wykładam także polski folklor taneczny na Akademii Sztuk Teatralnych w Bytomiu.

Długo byłam zajęta wyłącznie tańczeniem, choć gdzieś z tyłu głowy miałam świadomość, że trzeba będzie kiedyś pomyśleć o zmianie zawodowej. Intensywniej zaczęłam o niej myśleć chyba dopiero









po likwidacji wcześniejszych emerytur dla tancerzy. Natomiast w sumie takie ukierunkowane przekwalifikowanie zaczęło się w moim przypadku od rozmowy z doradczynią zawodową. Po tym spotkaniu zaczęłam bardziej konkretyzować swoje plany, odważyłam się po prostu pójść w kierunku spełniania marzeń związanych z fascynacją flamenco, wyspecjalizować się w uczeniu tej formy tańca. Już kiedy byłam dzieckiem, zainteresowałam się tym tańcem, czasem oglądałam go w telewizji, ale nie było wtedy możliwości kształcenia się w tym kierunku w Polsce. Nie sądziłam, że flamenco będzie istotną częścią mojego życia zawodowego.

Najtrudniejsze w całym procesie zmiany było w ogóle zacząć. Na początku obawiałam się, że mój plan się nie uda, że jest nierealny. Ale szybko zobaczyłam i odczułam jedną z fajniejszych stron przekwalifikowania: było to poznawanie własnych możliwości, pokonywanie barier, uświadamianie sobie, że cały czas mogę się czegoś nowego nauczyć.

Gdybym miała wymieniać osoby, które mi pomogły, to na pewno byłaby to doradczyni zawodowa, bo dodawała mi odwagi, zachęcała do poszukiwania tego, co najbardziej spójne ze mną. Pamiętam, jak zadała mi pytanie: „Co kiedyś lubiłaś robić?”. I pomogła zobaczyć, że to, o czym pomyślałam, jest możliwe do zrealizowania. Ogromnym wsparciem była moja rodzina – wszyscy się zmobilizowali i stworzyli mi warunki logistyczne i emocjonalne, bym jak najlepiej mogła przejść drogę, którą wybrałam. Ważne było dla mnie też wsparcie bliskich mi osób z zespołu. Kibicowali mi. Ta wspólna, szczerza radość była dla mnie wielkim wsparciem.

Myślę, że symbolem mojej zmiany zawodowej może być mój ostatni koncert. Poczułam się bardzo spełnioną tancerką, solistką, pedagogiem. Osiągnęłam w tej pracy to, czego pragnęłam. Tańczyłam solówki, przygotowywałam swoich następców. I to jest dla mnie niezmiernie ważne. Kiedy zeszałam ze sceny, nie było mi szkoda. Czułam całą sobą, że teraz mogę robić coś nowego.

Zmiana, którą przeszałam, zmieniła mnie. Lepiej poznałam siebie – czuję, że teraz wiem, co jest dla mnie dobre, odważniej wyrażam swoje zdanie w rozmowie. Zdecydowanie mniej też martwię się tym, na co nie mam wpływu. Jestem bardziej przebojowa, potrafię więcej załatwić.

Myszę, że dla tancerza zmiana zawodowa jest szczególnie trudna, jeśli nie ma on szerokich horyzontów, jeśli jest skoncentrowany na przykład tylko na jednym rodzaju tańca.

I dlatego gdybym miała się dzielić swoimi sugestiami, to poradziłabym innym tancerzom, by byli otwarci na świat i ludzi. By nie bali się poszukiwać nowych możliwości albo zaglądać do swoich wcześniejszych pomysłów. By poszerzali horyzonty, przypomnieli sobie, co kiedyś lubili robić. By radzili się innych, oglądali filmiki na temat różnych rzeczy, które można w życiu robić.

Tancerzom, którzy startują w zawodzie, powiedziałabym, by cieszyli się nim, by tańczyli zawsze z pasją, ale też mieli świadomość, że taniec jest ulotny jak motyl i trzeba także chodzić po ziemi, myśleć o przyszłości. Warto, by była jak najbardziej spójna z nimi.





## Emanuela Żukowska

---

**Psycholog terapeuta w nurcie psychodynamicznym. Absolwentka Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu. Swoją karierę taneczną rozpoczęła w Zespole Pieśni i Tańca „Śląsk”, przez kolejne osiemnaście lat tańczyła jako solistka w Teatrze Rozrywki w Chorzowie. Od 2016 roku współpracowała jako choreograf z Teatrem Śląskim im. Stanisława Wyspiańskiego w Katowicach.**

---

Miałam to szczęście, że po rezygnacji z tańca mogłam nadal pozostać w środowisku teatralnym. Zaczęłam pracować w Teatrze Śląskim w Katowicach jako menadżer biznesu. Trwa to już sześć lat i jest związane z moim pierwszym wykształceniem. Kiedy jednak zrezygnowałam z tańca, zaczęłam się zastanawiać, co będzie sprawiać mi tak wielką satysfakcję jak taniec. Już decydując się na karierę taneczną, wiedziałam, że to zawód ulotny. Zaangażowałam się w taniec na sto procent i poświęciłam przeszło dziesięć lat na dążenie do satysfakcji zawodowej na deskach teatru. Chciałam powtórzyć to doświadczenie na nowej ścieżce kariery. Mam już wykształcenie ekonomiczne o specjalności zarządzanie, które przydaje mi się w pracy w teatrze, jednak nie był to wybór serca. Był to wybór pragmatyczny, który podjęłam po maturze. Przypadł na okres transformacji w Polsce, czas zmian społecznych i ekonomicznych. Ekonomia wydawała się najbardziej rozsądnym kierunkiem, na który było także gigantyczne zapotrzebowanie na rynku.

Ekonomię uważałam za wybór zapewniający pracę w przyszłości, chociaż w tym czasie moje życie było całkowicie związane z teatrem i zawodem tancerza przy jednoczesnym realizowaniu się jako mama.

Później, gdy już nie występowałam, a córka dorosła na tyle, że odzyskałam wolne weekendy, nadszedł czas na realizację wymarzonej pasji. Psychologia, którą wybrałam w programie, to był mój prawdziwy obszar zainteresowań. Na początku kariery tanecznej ani sytuacja zawodowa, ani rodzinna nie pozwalały mi podjąć tych studiów. Dodatkowo wtedy nie było możliwości studiowania zaocznie lub w trybie indywidualnym.

Teraz, już po ukończonych studiach psychologicznych, nie tylko pracuję nadal w teatrze, gdzie w pracy z klientami bardzo pomaga mi znajomość mechanizmów psychologicznych, ale też jako psycholog w Centrum Zdrowia Psychologicznego Feniks w Katowicach. Jestem też bardziej świadoma roli komunikacji, emocji i relacyjności w kontaktach z klientami, nauczyłam się też postrzegać ludzi całościowo.

Zanim jednak poznałam mechanizmy psychologiczne rządzące naszym życiem, przekonałam się, że studia psychologiczne są dużo trudniejsze, niż się spodziewałam. Statystyka i metodologia to było wyzwanie! Nie tylko dla mnie, dla większości studentów. Studia pokazały mi też, jak ważne są uważność, otwartość i akceptacja innych. Nie spodziewałam się, co było bardzo pozytywnym zaskoczeniem, że ten kierunek skupia ludzi wrażliwych, emocjonalnych i empatycznych. Nawiązaliśmy przyjaźnie, długotrwałe i głębokie relacje. To był przedsmak środowiska zawodowego, w które wkroczyłam jako psycholog. Tak jak teatr był moją drugą rodziną, tak teraz jestem mile zaskoczona, że mam kolejną rodzinę zawodową – psychologiczną. Pomimo że początkowo obawiałam się zderzenia z innym środowiskiem, pozateatralnym, i wyjścia ze strefy zawodowego komfortu, okazało się, że moje otoczenie składa się z osób o wysokiej wrażliwości. To wspólny mianownik dla moich obu zawodowych rodzin, tanecznej i psychologicznej.

Cieszę się, że podjęłam decyzję o realizacji pasji. To był fantastyczny krok, zyskałam samoświadomość i rozwinęłam zdolności poznawcze. To było trudne wyzwanie, ale bardzo mi się przydaje w dalszym rozwoju zawodowym. Pomimo tego, że już zakończyłam studia, obroniłam tytuł magistra, odbyłam praktyki oraz staż na dziennym oddziale psychiatrycznym, nadal pogłębiam wiedzę z zakresu psychologii w podejściu terapeutycznym psychodynamicznym, rozwijam się. Daje mi to wielką radość i satysfakcję. Psychologia jest pasjonująca!

W przyszłości chciałabym całkowicie poświęcić się pracy z klientami potrzebującymi wsparcia psychologicznego. Teraz łączę prowadzenie terapii w Centrum Zdrowia Psychicznego z pracą menadżera biznesu i ze współpracą z klubem gimnastyki artystycznej. We wszystkich miejscach wykorzystuję swoją wiedzę psychologiczną. Odczuwam niesamowitą satysfakcję, gdy przekazując młodym zawodniczkom kadry „Śląska” podstawy baletu, mogę z nimi również przepracowywać techniki radzenia sobie ze stresem i porażką. Są one, oprócz sukcesów, wpisane w zawód sportowca. Cieszę się, że mogę też wspierać zawodniczki w harmonijnym rozwoju osobowości.

Z perspektywy czasu widzę, jak długą drogę przebyłam, budując swoje nowe życie zawodowe. Włożyłam w to dużo wysiłku, poświęciłam dużo czasu, ale bez wsparcia finansowego ze strony Instytutu nie byłoby to możliwe. Oprócz studiów mogłam również rozpocząć naukę w Krakowskim Centrum Psychodynamicznym.

Myślę, że już od dłuższego czasu byłam przygotowana na to, że konieczność zmiany zawodu nadejdzie. Próbowałam sobie wyobrazić swoje życie w przyszłości poza sceną. Chociaż wiem, że to trudne, bo dwudziestolatka czy dwudziestolatek wierzą i czują, że ich ciało jest niezniszczalne, a wyobrażenie sobie siebie poza sceną za dwadzieścia lat wydaje się niemożliwe. Trzeba jednak pamiętać, że w zawód tancerza przekwalifikowanie jest z góry wpisane. Trzeba odważnie myśleć o przyszłości, być uważnym już teraz. Warto zwracać uwagę na to, co sprawia nam przyjemność, co przykuwa naszą uwagę, do czego skłania się nasze serce. Trzeba przygotować się do tej zmiany już wcześniej, oswoić się z nią, by znaleźć swoje miejsce świadomie. Przed nami po zejściu ze sceny jeszcze wiele lat, które mogą być tak samo satysfakcjonujące jak życie taneczne na scenie.



## O programie

---

**Program Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy jest prowadzony przez Narodowy Instytut Muzyki i Tańca od 2015 roku. Jego odbiorcami są tancerki i tancerze zawodowi tańca artystycznego. Wszystkie działania doradcze, szkoleniowe oraz informacyjne są realizowane nieodpłatnie i z zapewnieniem zachowania poufności, niezależnie od stażu pracy i wykształcenia w zawodzie. Program jest prowadzony w całej Polsce, ale mogą z niego korzystać także tancerze z zagranicy.**

---

W ramach programu można otrzymać:

- profesjonalne wsparcie doradcy zawodowego (konsultacje indywidualne), niezależnie od stażu pracy oraz wykształcenia;
- możliwość bezpłatnego udziału w warsztatach z rynku pracy związanych z poszukiwaniem pracy (dokumenty aplikacyjne, CV, przygotowanie do rozmowy rekrutacyjnej) oraz w szkoleniach z zakresu kompetencji interpersonalnych;
- pomoc w stworzeniu indywidualnego planu działania;
- stypendia i granty na pokrycie kosztów edukacji, uzupełnienia i zdobycia nowych kwalifikacji.

W ramach programu tancerki i tancerze mają zapewnione wsparcie zespołu ekspertów złożonego z doradczyń zawodowych oraz koordynatorek programu, które pomagają w planowaniu oraz podejmowaniu decyzji o rozpoczęciu drugiej kariery zawodowej.

O stypendium mogą się ubiegać tancerki i tancerze, którzy planują zakończyć karierę sceniczną oraz mają udokumentowane dwanaście lat doświadczenia zawodowego lub trzy lata stażu w zawodzie tancerki lub tancerza, w przypadku kontuzji wykluczającej z zawodu.

Maksymalna wysokość stypendium wynosi czterdzieści tysięcy złotych. Jego realizacja może potrwać maksymalnie czterdzieści cztery miesiące. Za stypendium można sfinansować studia, kursy oraz warsztaty przygotowujące do nowego zawodu. Dodatkowo może ono pokryć koszty dojazdów i noclegów, ubezpieczenia zdrowotnego oraz, w szczególnych przypadkach, utrzymania w trakcie realizacji projektu.

Warunkiem uzyskania stypendium jest deklaracja zakończenia kariery scenicznej w zawodzie tancerza wykonawcy w terminie nie dłuższym niż dwanaście miesięcy od daty zakończenia indywidualnego planu przekwalifikowania zawodowego objętego stypendium.

Oprócz programu przekwalifikowania jesienią 2022 roku ogłoszono pilotażowy Program Rozwoju Pozatanecznych Kompetencji Zawodowych Tancerzy. Program jest odpowiedzią na zgłaszane potrzeby środowiska tanecznego i został przygotowany przez zespół ekspertów i doradców zawodowych z NIMiT.

Program skierowany jest do tancerzy, którzy w trakcie kariery tanecznej lub maksymalnie rok po jej zakończeniu planują rozwijać kompetencje zawodowe oraz poznać rynek pracy poza środowiskiem tanecznym. Może to być wstęp do późniejszego przekwalifikowania. Program daje możliwość uczestniczenia w kursach i szkoleniach, które pomogą zweryfikować plany oraz zdobyć nowe umiejętności.

Grant w maksymalnej wysokości pięciu tysięcy złotych może otrzymać tancerka lub tancerz maksymalnie trzy razy w ciągu kariery tanecznej. Przy aplikowaniu o grant należy wykazać się przynajmniej pięcioletnim stażem scenicznym oraz odbyć co najmniej jedno spotkanie z doradczynią zawodową. Otrzymanie grantu nie wyklucza udziału w Programie Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy w przyszłości.

Więcej informacji na stronie: [nimit.pl](http://nimit.pl)

# NIMiT

---

Narodowy Instytut Muzyki i Tańca od 2016 roku należy do The International Organization for the Transition of Professional Dancers (IOTPD) – organizacji, której misją jest wspieranie tancerzy rozpoczynających nową karierę zawodową. Członkami IOTPD są działające w dziewięciu krajach organizacje tworzące systemowe rozwiązania w zakresie przekwalifikowania zawodowego tancerzy. NIMiT uczestniczy w wymianie doświadczeń i dobrych praktyk z partnerami z Czech, Francji, Hiszpanii, Holandii, Kanady, Korei Południowej, Niemiec, Szwajcarii, USA i Wielkiej Brytanii.

---

## Program przekwalifikowania zawodowego tancerzy w liczbach

<b>104</b>	przyznane stypendia na indywidualny plan przekwalifikowania (60 kobiet i 44 mężczyzn)
<b>60</b>	zrealizowanych indywidualnych planów przekwalifikowania zawodowego
<b>312</b>	konsultacji indywidualnych tancerzy z doradczynią zawodową
<b>30</b>	spotkań informacyjnych z zespołami w 14 miastach w całej Polsce
<b>25</b>	zrealizowanych warsztatów dla tancerzy
<b>191</b>	uczestników warsztatów
<b>13</b>	przeprowadzonych webinarów „Zbuduj swoją karierę”
<b>102</b>	uczestników webinarów „Zbuduj swoją karierę”
<b>289</b>	uczestników webinarów psychologicznych – uczniów szkół baletowych
<b>12</b>	przyznanych grantów w Programie Rozwoju Pozatanecznych Kompetencji Zawodowych Tancerzy

## O zespole

---

### Monika Kaszewska



#### **koordynatorka Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy**

Tancerka z dwudziestoletnim stażem scenicznym, pedagog, choreograf. Absolwentka Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej im. Romana Turczynowicza w Warszawie oraz Akademii Muzycznej Fryderyka Chopina w Warszawie (specjalność: pedagogika baletu).

Uzyskała tytuł menadżera kultury na Wydziale Zarządzania Uniwersytetu Warszawskiego.

Związana z NIMiT od 2015 roku. Odpowiada na pytania i wątpliwości, koordynuje spotkania tancerzy z doradczyniami zawodowymi.

### Anna Čemeljić

#### **koordynatorka wniosków stypendialnych**

Antropolog kultury z wykształcenia, z zamiłowaniem tańczy tańce tradycyjne. Od wielu lat koordynuje i rozlicza projekty. Wspiera w przygotowaniu formularzy aplikacyjnych do programu stypendialnego, w szczególności ich części finansowej.



---

## Ewa Salwa

### **koordynatorka Programu Rozwoju Pozatanecznych Kompetencji Zawodowych Tancerzy**

Tancerka, pedagog. Absolwentka Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej im. Feliksa Parnella w Łodzi oraz Akademii Muzycznej Fryderyka Chopina w Warszawie (specjalność: pedagogika baletu). Ukończyła studia podyplomowe fizjoprofilaktyka i korektywa w Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie.



---

## Dobrosława Choryńska-Chudy

### **doradczyni zawodowa**

Doradczyni zawodowa i trenerka z zakresu aktywizacji zawodowej i rynku pracy. Wspiera aplikujących do programu przy planowaniu rozwoju zawodowego, reorientacji zawodowej oraz przy wyborze ścieżki edukacyjnej. Doradza i analizuje predyspozycje i potencjał zawodowy w prowadzeniu własnej działalności gospodarczej. Licencjonowany trener międzynarodowego programu „Spadochron” dla osób planujących karierę, zmieniających zawód i szukających pracy. Ma ponad dziesięcioletnie doświadczenie doradcy personalnego w HR w zakresie między innymi ścieżek rozwoju, rekrutacji oraz jako assessor w projektach Assessment i Development Centre (Centrum Oceny i Rozwoju).

Prywatnie pasjonatka tańca towarzyskiego i tanga argentyńskiego.



## Ewa Warchoł

### doradczyni zawodowa

Doradczyni zawodowa, coach, psycho-traumatolog, trener. Certyfikowany konsultant narzędzi diagnostycznych (MBTI, Insight/DISC, Kompas Kariery), licencjonowany trener międzynarodowego programu „Spadochron” przygotowującego do podjęcia lub zmiany pracy. Przez wiele lat prowadziła zajęcia z doradztwa zawodowego na uczelniach wyższych w Gdańsku i Warszawie. Posiada praktyczną i teoretyczną znajomość mechanizmów rynku pracy, w tym na podstawie blisko dwudziestopięcioletniego doświadczenia pracy w różnych branżach jako ekspert do spraw rozwoju pracowników i rekruter. Realizuje kompleksowe programy outplacementowe we współpracy z międzynarodowymi liderami w tej branży. Od 2008 roku specjalizuje się w pracy z osobami w zmianie, w tym dokonującymi wyborów edukacyjno-zawodowych. Pracuje także jako psychoterapeuta. Prywatnie fascynuje się muzyką i tańcem dawnym. Przez siedemnaście lat tańczyła w amatorskich zespołach tańca dawnego Pawanilia w Polsce i Pastime w Anglii. Obecnie swoją pasję rozwija z Klubem Tańca Dawnego Alta Novella. Uczestniczyła w kursach tańca prowadzonych między innymi przez: Barbarę Sparti, Lievena Baerta, Brunę Gondoni, Dorotheé Wortelboer, Jane Gingell.





## Lista zawodów wybranych w ramach programu stypendialnego

---

- Animator czasu wolnego
- Dietetyk / psychodietetyk
- Fizjoterapeuta
- Fizjoterapeuta dziecięcy
- Fizjoterapeuta w ortopedii
- Instruktor fitness – dietetyka i suplementacja
- Instruktor fitness – aktywacja osób starszych
- Instruktor fitness – pilates, trening funkcjonalny,  
joga, stretching

- Instruktor gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej oraz jogi, specjalizacja: praca z dziećmi i seniorami
- Instruktor jogi / instruktor jogi integralnej, mindfulness oraz technik oddychania
- Instruktor nordic walking i gimnastyki korekcyjnej
- Instruktor sportu – trener personalny
- Masażysta sportowo-rekreacyjny i relaksacyjny
- Specjalista do spraw refleksologii, biomasażu i terapii naturalnej
- Technik masażysta / masażysta
- Terapeuta / fizjoterapeuta integracji sensorycznej
- Terapeuta kręgosłupa
- Terapeuta NNDT Bobath
- Terapeuta PNF
- Terapeuta ruchowy / trener medyczny
- Trener i rehabilitant medyczny
- Trener personalny / specjalista żywienia w sporcie
- Trener STOTT pilates

---

- Instruktor jazdy konnej / właściciel stadniny

- 
- Arteterapeuta
  - Choreoterapeuta / psychoterapeuta tańcem i ruchem

- **Naturopata / bioenergoterapeuta / terapeuta tańcem i ruchem**
  - **Psycholog**
  - **Psychoterapeuta**
  - **Psychoterapeuta w analizie bioenergetycznej**
  - **Refleksolog**
  - **Reżyser intymności oraz moderator platformy informacyjnej dla kobiet związanej ze strefą intymności**
- 

- **Choreograf**
- 

- **Instruktor rytmiki dla dzieci i młodzieży**
- **Instruktor tańca**
- **Instruktor tańca w przedszkolach dwujęzycznych**
- **Instruktor zajęć edukacyjnych i ruchowych**
- **Instruktor zumbi ze szczególnym uwzględnieniem pracy w językach obcych**
- **Nauczyciel tańca klasycznego, tańców ludowych i narodowych**
- **Nauczyciel tańca ze specjalizacją w zakresie flamenco oraz choreoterapii**
- **Pedagog baletu**
- **Pedagog tańca**

- 
- **Nauczyciel specjalny – oligofrenopeda**  
g oraz terapeuta integracji sensorycznej
  - **Pedagog / asystent przedszkolny**
  - **Pedagog wczesnego rozwoju dziecka**
  - **Pedagog ze specjalizacją pedagogika  
wczesnoszkolna i przedszkolna**

- 
- **Ekspert w dziedzinie historii sztuki i muzealnictwa**
  - **Historyk (działalność dydaktyczno-naukowa)**
  - **Nauczyciel wiedzy o kulturze i folklorze**
  - **Wykładowca wiedzy o kulturze polskiej  
w języku angielskim**

- 
- **Aktor / aktor estradowy**
  - **Dziennikarz telewizyjny**

- 
- **Akustyk**
  - **Operator audio video**
  - **Realizator dźwięku**

- 
- **Fotograf / realizator krótkich form video**
  - **Fotograf z językiem angielskim**
  - **Montażysta filmowy**
-

- Projektant marki odzieżowej
  - Projektant scenografii
  - Projektant szyjący kostiumy sceniczne, głównie baletowe
- 

- Ekspert z zakresu BHP i ppoż., trener biznesu  
ze specjalizacją BHP i pokrewne
  - Specjalista do spraw administracji publicznej  
(obsługa cudzoziemców)
  - Specjalista do spraw personalnych
  - Specjalista w obszarze bezpieczeństwa  
danych osobowych i bezpieczeństwa informacji
- 

- Instruktor prawa jazdy kategorii A i B
  - Kierowca zawodowy kategorii C, C+E, D, ADR, uprawniony  
do przewozu materiałów niebezpiecznych i wybuchowych
- 

- Menadżer sklepu
  - Pośrednik w obrocie nieruchomościami
  - Przedstawiciel handlowy
  - Przedstawiciel handlowy w branży farmaceutycznej
- 

- Kierownik projektów kulturalnych
- Menadżer artystyczny, zajmujący się animacją kultury,  
produkcją i organizacją eventów

- Menadżer zarządzający instytucją kultury / menadżer zarządzający w placówkach kultury
- 

- Grafik komputerowy multimediiów
  - Specjalista do spraw animacji multimedialnej
  - Specjalista do spraw komunikacji
- 

- Prawnik / grafolog, biegły sądowy do spraw pismoznawstwa
- 

- Technik dentystyczny
- 

- Fryzjer / stylistka fryzur / barber
  - Kosmetyczka
  - Osobisty doradca / stylistka
  - Wizażystka
- 

- Dyspozytor lotów
  - Pilot drona z uprawnieniami do badań termowizyjnych, fotogrametrii, tworzenia modeli 3D, poszukiwania i ratownictwa
  - Pilot zawodowy / pilot linii lotniczych
  - Technik hotelarstwa / recepcjonista
- 

- Informatyk / informatyk o profilu full stack developer
- Konsultant IT z języka francuskiego
- Programista IT



- 
- Projektant i opiekun zieleni
  - Rolnik ekologiczny

- 
- Architekt wnętrz
  - Stolarz

- 
- Monter / instalator i serwisant instalacji / paneli  
fotowoltaicznych
  - Specjalista OZE (odnawialnych źródeł energii)

- 
- Analityk OSINT

- 
- Coach



## **Poza sceną. Druga kariera**

Rozmowy przeprowadzone przez doradczynie zawodowe  
Dobrosławę Choryńską-Chudy i Ewę Warchołą  
w latach 2017–2022

### WYDAWCA:

Narodowy Instytut Muzyki i Tańca  
ul. Aleksandra Fredry 8  
00-097 Warszawa  
nimit@nimit.pl  
www.nimit.pl



Narodowy  
Instytut  
Muzyki  
i Tańca

© Copyright by Narodowy Instytut Muzyki i Tańca  
Warszawa 2023

Wydanie I  
Warszawa 2023

### PROJEKT OKŁADKI I LAYOUT:

Marcin Władyka

### FOTOGRAFIE:

Jakub Józwiak  
Magdalena Rybij (fotografia Jakuba Józwiaka)

### REDAKCJA I KOREKTA:

Joanna Pijewska

### SKŁAD I ŁAMANIE:

Studio Headmade

### DRUK:

Drukarnia Akapit sp. z o.o.

### ISBN:

978-83-66522-10-7

Trzydzieści osiem pełnych emocji rozmów ze stypendystami Programu Przekwalifikowania Zawodowego Tancerzy, który od 2015 roku realizowany jest przez Narodowy Instytut Muzyki i Tańca. Trzydzieści osiem opowieści o karierze tanecznej, okolicznościach podjęcia decyzji o przekwalifikowaniu zawodowym, drodze do zmiany profesji i wreszcie – o sukcesie w nowo wybranym zawodzie. Wszystkie rozmowy pokazują, że dzięki wsparciu doradców zawodowych, koordynatorów i psychologów, które zapewnione jest w ramach programu, tancerki i tancerze znajdują własną, alternatywną drogę kariery. Dowodzą również, że artyści z powodzeniem mogą się realizować zawodowo poza sceną.

