

## Det var ikke et valg, det var uundgåeligt – sådan skifter du karriere midt i livet



Foto: Colourbox

■ **LEDELSE & ORGANISATION** | Af Mette Thingstrup

6. sep. 2019 Kl. 8:07

Mange danskere går med en uforløst drøm om at skifte karriere. Men for mange strander drømmen – for hvordan gør man? Det har erhvervspsykolog Mette Thingstrup sat sig for, at undersøge med denne artikelserie, hvor forskellige personer fortæller om deres karriereskifte. I første artikel fortalte eventyrer, foredragsholder og forfatter Morten Kirckhoff om sit skifte fra marketingdirektør til eventyrer på fuld tid. Denne gang er det grundlægger og kreativ leder i smykkefirmaet Kinraden Sarah Emilie Müllertz, der deler ud af sine erfaringer med at skifte karriere.

Sarah Emilie Müllertz var på toppen af sin karriere som Head of Design og partner ved Henning Larsen Architects og på vej til forfremmelse, da hun opdagede at det var tid til at skifte spor. Med sine 46 år var det tid til at gøre alvor af en drøm om, at skabe sit eget bæredygtige smykkefirma Kinraden. I denne samtale fortæller Sarah Müllertz ærligt om, hvad der drev hende til at skifte karriere og hvordan en sørgelig

### RELATERET INDHOLD



Foto:

### FAKTA

**Mette Thingstrup**  
Erhvervspsykolog  
(Cand.Psych.Aut)

Som erhvervspsykolog har

begivenhed gav hende skubbet til at turde gå med sit eget firma.

## Udsæt ikke det du vil – begravelsestalen, der ændrede alt

"Vi skal huske, at gøre det vi brænder for. Man skal ikke udsætte det, man gerne vil" var ordene, som brændte sig fast hos Sarah i efteråret 2018. Ordene kom fra hendes venindes bror, da han tog afsked med sin søster. "Livet er kortere end man regner med" rundede broderen sin begravelsestale af og henviste til at søsteren grundet kræft, ikke nåede at få det liv, hun drømte om. Situationen fremtoner sig for Sarah som skelsættende: det stod pludselig indlysende klart at hun skulle gøre det, som hun mærkede pressede sig på indeni!

"Det var ikke et valg – det var uundgåeligt", siger Sarah om sin oplevelse til begravelsen. Jeg var ved at falde ned af stolen! Så stærkt følte jeg det! fortæller hun og peger på, at hun var glad for at være ved Henning Larsen Architects, men der var noget andet, hun gerne ville. "Og til begravelsen mærkede jeg det så stærkt (indeni), at jeg var nødt til at lytte til det", forklarer Sarah.

Kort tid efter begravelsen blev Sarah tilbudt en ny partnerskabskontrakt i Henning Larsen Architects. En attraktiv kontrakt med mere tyngde, ansvar og løn, som afkrævede at hun tog stilling til, om hun ville følge karrierestigen, der var lagt ud foran hende eller gå helhjertet efter det projekt hun havde indeni? "Jeg måtte hoppe ud i det!" forklarer Sarah eftertænksomt og beskriver, at beslutningen var svær, fordi hun forlod et prestigefyldt job med fast løn og dygtige kolleger at samarbejde med. "Jeg var så meget i tvivl på vejen derhen" siger Sarah og beskriver at det tog hende ni måneder før den endelige beslutning var klar. "Man kan godt blive lidt magelig" tilføjer hun med et smil på læben. Men Sarahs drive til at se, ting vokse hjalp hende videre. Ved Henning Larsen Architects havde hun fuldført opgaven med at skabe en ny global designafdeling og at det fik hende til længes efter at rykke videre. "Jeg havde en passion der skal ud" forklarer Sarah. "Og så ville jeg gerne leve et andet liv" tilføjer hun med henvisning til at hun havde arbejdet 16 weekender i træk, da hun sagde op.

Mette siden 2011 arbejdet med at ledelses- og organisationsudvikling i offentlige og private virksomheder. I denne artikelserie er det lederen og det gode arbejdsliv der stilles skarpt på ved at undersøge, hvordan det er lykket for forskellige typer mennesker at skifte karriere midt i livet, med ønsket om, at inspirere flere til at turde gøre det.

---



## Det handler om at gøre en forskel – erhvervshumanisme

Tilbage i 2014 havde Sarah skabt Kinraden. Et smykkefirma som hun havde haft som et sideprojekt ved siden af Henning Larsen Architects, men nu handlede det om at give firmaet og smykkerne hele opmærksomheden – at få drømmen til at leve fuldt ud. Navnet Kinraden betyder "beslægtet gennem blod" og er nøje udvalgt, for at understrege at alt, hvad vi gør, rækker frem og tilbage i tid. "Det gør en forskel, om man vælger en diamant eller et smykke som er bæredygtigt" forklarer Sarah og henviser til at hun med Kinraden ønsker at gøre det muligt at træffe et bevidst og bæredygtigt valg. Kinraden baserer sig på cirkulære forretningsprincipper og tankerne om, at genbruge de materialer, vi har til rådighed, hvorfor smykkerne netop er lavet af verdens hårdeste levende materiale, træsorten Mpingo, som er beskyttet af WWF og certificeret af FSC og som ganske særligt kan slibes til at ligne en diamant.

## Tog lån i huset for at skabe kapital – man skal turde ofre noget

Sarah har tidligere haft egen tegnestue med en partner i en årrække og derfor var det selvstændige virke ikke nyt for hende. Det nye var, at finde ind til sin drøm. Og at turde gå efter den. "Jeg har valgt at gå all in" lyder det fra Sarah, som forklarer at hun har taget lån i sit hus, for at få det til at løbe rundt. "Man skal være villig til at ofre noget!" lyder det fra hende. For Sarah startede springet med at hun takkede nej til partnerskabet i Henning Larsen Architects og at fortsætte i virksomheden, men processen stoppede ikke her. "Jeg skulle igennem en længere proces med mig selv".

"Jeg startede egentlig hos en erhvervspsykolog for at få karriererådgivning, men opdagede undervejs at det snarere var en indre proces, jeg havde sat i gang. En proces der krævede selvransagelse" forklarer Sarah. For sæt nu det ikke gik? Men efter at hun både havde identificeret drømmen og tilhørende frygt for at fejle, var hun klar: "det var nu eller aldrig!" understreger Sarah og henviser til sin alder, som en væsentlig faktor for at hun fik det gjort: "Det gode ved fyrrerne er, at du ved hvad du kan og ikke kan. Og samtidig har du energi nok til at gøre noget ved det!" siger hun med et glimt i øjet.

## Vi har et ansvar – erhvervshumanisme

Missionen med Kinraden taler Sarah ind i en større global kontekst. "Vi har som erhvervsliv en chance for at gøre en forskel. Vi er nødt til at påtage os et ansvar" lyder det fra Sarah, mens hun energisk rykker sig frem i stolen og begejstret taler om det særlige fokus på bæredygtighed og verdensmål de senere år. Hun peger på at erhvervslivet har en særlig forpligtigelse til at bidrage til at (den handel der foregår kan) skabe samhandel og fred. "Erhvervshumanisme" kalder Sarah det. "Vi har som virksomhedsejere et ansvar for at være med til at træffe de valg, som politikerne ikke tør, ved at tænke længere end næste valgperiode" fastslår Sarah og peger på, at mange virksomheder tænker i generationer og ikke i år. "Det er præcist det vi har brug for, hvis vi skal træffe de vanskelige valg som er med til at forme vores verden for de næste generationer".

Hun henviser til at virksomhedsejere også er mere omstillingsparate og godt vil ændre i deres produktion for derigennem, at sikre den næste generation. Det er bæredygtigt, noget som kommer øverst på listen for mange virksomheder de næste mange år.

Men ét er humanismen i ordets egentlige forstand, noget andet er erhvervet – at få skabt en god forretning, så humanismen har noget at leve af. Med lånet i sit hus og uden at have udbetalt sin første løn til sig selv, har Sarah valgt – for en stund, at have en anden livsstil end den hun tidligere kunne have ved Henning Larsen Architects. Ved siden af Kinraden arbejder hun derfor som konsulent inden for workspace design og strategi fire dage om måneden. Desuden har hun fået en anonym investor, samt en professionel bestyrelse som løbende sikrer kursen og at forretningen holder sig på sporet: "De ånder mig tungt i nakken" siger Sarah med et smil, mens hun forklarer at hendes hverdag nu indebærer at hun selv gør mange af de opgaver, hun før kunne uddelegere til sine ansatte. Hun står selv for alt, lige fra de første tegninger til smykkerne og til marketing og bogføring.

## Det sværeste – at stå rent, selv

Hvad har været det sværeste ved dit karriereskifte? Har du oplevet det som en krise du gennemgik? "Jeg har brugt meget tid på at pille lag af" siger Sarah eftertænksomt og henviser til at processen har grebet om sig på langt flere områder, end hun havde regnet med. "Men jeg har været med hele vejen" og peger på at det ikke har opleves som en krise. Snarere at være nysgerrig på sig selv undervejs og hvad der udfoldede sig i hende. Tidligere havde hun et stort brand at læne sig op ad med Henning Larsen Architects i ryggen, men pludselig at skulle stå alene på gaden med sine smykker, "blottet" sin passion var en stort skridt, forklarer Sara. Det sværeste i processen har været at "stå rent – selv". Hun husker særligt første gang, hun skulle

banke på døren til en forretning med sine smykker. "Pludselig stod jeg bare der med mig selv og mine smykker" siger Sarah og slår armene ud.

## Styrken i sårbarheden

Karriereskiftet og processen med at pille lag af har betydet at hendes børn, familie og kærlighedsliv har været udsat for forandringer. Og ser man ud i Sarahs have og hus, manifesterer forandringen sig selv her. Hvor der før var en trampolin, er der blevet et kæmpe blomsterbed, hvor der før var klassisk blå i opgangen, er det nu et farvespil der byder velkommen. Et hjem og en have, der nu sprudler af kreativitet og vitalitet. Sarah fortæller, at hun længe havde haft lyst til at male hjemmet og få haven reorganiseret, men at hun ikke rigtig var i kontakt med disse sider af sig selv før og modet til at gøre det. "Nu genfinder jeg mig selv. Genmærker, hvad der er vigtigt" lyder det fra Sarah.

Hvad betyder det i praksis? Hvilke sider af dig selv bringer du i spil nu?

"Den mere sårbare side" lyder svaret fra Sarah, mens hun reflektere videre. "Jeg har været hård", lyder meldingen fra hende selv. "At være sårbar som jeg er lige nu, hvor jeg er blottet og står rent, er en kæmpe styrke", forklarer hun og slår ud med armene. "Nu er der flow i energien på alle niveauer. Jo mere ærlig og autentisk jeg står, desto mere får jeg tilbage" og peger på, at man kan falde meget dybt ved at gøre det, men at man også kan få rigtig meget ud af det og at det gælder alle steder i livet. Som Sarah beskriver sit karriereskifte her, kan det lyde som det rene svir og en let proces, men der har tilsyneladende også været store omkostninger, som hun endnu ikke kender den fulde konsekvens af.

## Tag springet – gør det!

"Forvent ikke at omgivelserne jubler", lyder det, da hun bliver spurgt til, hvordan folk omkring hende reagerede på hendes karriereskifte. Flere synes hendes valg var "vanvittig og kugleskørt," hvilket var en reaktion Sarah særligt oplevede inden indenfor arkitektbranchen. "Jeg har givet et gulddæg videre" forklarer hun om den eftertragtede stilling, hun forlod og henviser til, at der ikke er mange af den slags i branchen.

Den hyppigste reaktion har været, at det var et modigt valg og flere har været nysgerrige på, hvordan Sarah gjorde det. Alt imens andre har brugt mere tid på straks at forklare, hvorfor de netop ikke kunne tage et karriereskifte. Det har fået Sarah til at mærke en iboende irritation: "Tag springet – gør det! Eller vær glad for, hvor du er og vær der 100 pct. der" lyder opfordringen fra Sarah.

Nogle mennesker er endda blevet provokeret over hendes valg. Det undrer hende. "Vær ydmyg overfor andre mennesker og deres valg" lyder opfordringen. Hun henviser til at hun har taget store risici ved at hoppe af sin karrierestige, tage lån i huset uden udsigt til fast indkomst. Hun vil ønske at folk kunne glæde sig over hendes og andres valg – om end det er anderledes - eller også selv hoppe ud i deres egen drøm. "Kom nu ind i kampen! Eller glæd dig på andres vegne" runger det ud fra Sarah, mens hun kraftigt sætter sig frem i stolen og løfter armene. En fandenivoldskhed rejser sig i kvinden overfor mig og en ny energi melder sig i rummet!

## At holde fast i sit indre kompas – og blive smidt ud!

"Jeg har altid været et vildt barn" forklarer Sarah, da jeg italesætter den energi og fandenivoldskhed, der just mærkes rummet. "Jeg har nok altid haft den fandenivoldskhed, som

du kalder det" reflektere Sarah og beskriver at hendes tilgang tidligere har været mere tilpasset, dresseret – efter tidens normer. Hun er opvokset i et hjem, hvor det var en dyd ikke at skabe for megen opmærksomhed omkring sig selv. Men da hun gik på kostskolen Herlufsholm, blev det for meget for hende. "Jeg blev smidt ud af Herlufsholm" fortæller Sarah og griner, som om det kom bag på hende at hun sagde det. "Det er der ikke særlig mange der ved" siger hun og tygger videre på om hendes ærlige og spontane udbrud, må komme med i artiklen. Efter lidt tid vender Sarah tilbage fra sin eftertænkksomhed og forklarer, at hun foruden ordentligheden også er opdraget til at have et stærkt indre kompas. At gå med det, der mærkes rigtigt, hendes intuition og værdisæt. Og at det var dette indre kompas, der hjalp til at træffe det valg, som førte til at hun blev smidt ud af Herlufsholm, "Det var en svær tid" forklarer Sarah, "men når jeg i dag kigger tilbage på det, smiler jeg af det og er glad for at jeg holdt fast i mit indre kompas". Et valg, der førte til, at hun i 3.g måtte skifte kostskolen ud med Aarhus Katedralskole og nye venner.

Foruden det stærke indre kompas har Sarah fra barnsben lært at det er vigtigt at tage fat og at have en passion. "At man skal ville noget i livet. Bruge det til noget!" forklarer Sarah, mens hun slår ud med armene. Her har særligt to mænd spillet en afgørende rolle i hendes liv og præget hendes nuværende drive. Mændene hun henviser til er hendes morfar og stedfar. Men at hun samtidig også erfarede fra sidelinjen, hvad det kostede dem af tid og liv at gå efter deres passion. "Og alligevel gør jeg det!" udbryder Sarah med en undrende mine og et smil på læben.

## Ro, regelmæssighed og renlighed - langdistanceløb i kuperet terræn

Sarah har i dag accepteret at passionen skal have plads i hendes liv og det har det fået i en sådan grad at hendes arbejdsflow blander sig langt mere ind i privatlivet i dag end ved Henning Larsen Architects. "Det er med mig på en anden måde" forklarer Sarah og peger på at hun knokler lige så meget som ved Henning Larsen Architects.

Så hvordan undgår du at ende i hamsterhjulet igen, nu hvor arbejdet stadig fylder en stor del af din vågne tid?

"Ved hjælp af ro, regelmæssighed og renlighed" griner Sarah og tilføjer at det lyder kedeligt, men at det virker! Hun har gennem arbejdet med erhvervspsykologen kontinuerligt arbejdet på nye grundvaner, som for hende blandt andet handler om at se mere på det hele liv. Det handler om at få sovet, dyrket motion og spist sundt – regelmæssigt og at se det som en integreret del af arbejdsdagen. Hun henviser her til kontrasten til hendes rytme ved Henning Larsen Architects. Her var der bestemte rytmer at passe ind i og det fik Sarah til opleve sig som et i hamsterhjul. "Det var som at løbe maraton hver dag", hun puster ud og sætter sig tungt tilbage i stolen. "Nu er det mere langdistanceløb jeg har gang i! Det kommer til at tage tid med Kinraden. Derfor langdistanceløb. Det foregår i et kuperet terræn, men jeg nyder udsigten, mens jeg løber" forklarer Sarah. Da vores samtaler drejer sig mod fremtiden for Kinraden, ser Sarah rolig ud. "Jeg løber den rigtige vej" og tilføjer "Der er flow i energien på alle niveauer just nu og jeg har ikke længere en stram deadline for at det skal være lykkes indenfor x antal måneder, forklarer hun. "Men min bekymring i fremtiden går på, om jeg kan holde kursen". Hun henviser til bestyrelsen og deres vigtige rolle i at hjælpe hende med dette. "Og så jeg har fundet ud af, at livet ikke kun handler om arbejde! Nu handler det om at få fuld mening på alle kontoer" siger Sarah med glæde i stemmen.

Da Sarah bliver bedt om et godt råd til de, der overvejer at skifte karriere, lyder det prompte: "Livet er fantastisk! Få mest muligt ud af det!"

## Gode råd til at skifte karriere:

- tag ansvar for det sted du er – spring ud i det eller vær hvor du er 100 pct.
- find passionen – ellers virker det ikke
- find en investor, som har hhv. den samme passion og moralske kompas som dig
- lyt efter. Mærk efter – hver dag! Det er ikke nok med en yogatur i 14 dage. Det banker på indefra. Vær bevidst om dine egne valg.
- hold fast i dig selv, så går tingene hurtigere i den rigtige retning. Det handler om grundklang og grundfølelse. Det har alle mennesker! Alle mennesker har noget de gerne vil. Mærk efter og find ud af, hvad du vil!
- luk døren ordentlig, hvor du er. Hold fast i et godt samarbejde helt til slut

### **Fakta:**

Sarah Emilie Müllertz (46 år) , uddannet arkitekt fra Kunstakademiets Arkitektskole i København i 2005. Grundlægger og kreativ direktør i Kinraden. Privat er hun mor til to og bosat på Østerbro.

Læs mere om Kinraden her: [www.kinraden.com](http://www.kinraden.com)