



VÁLLALKOZNI ÖNAZONOSAN, VAGY SZEREPET JÁTSZANI EGY ÉLETEN ÁT?

AVAGY HOGYAN TUDOD INTROVERTÁLTKÉNT ÖNAZONOSAN ÉS MAGABIZTOSAN KÉPVISELNI A VÁLLALKOZÁSODAT?

A vállalkozói lét sokszor magányos. Különösen akkor, ha egyedül vállalkozunk. Ugyan miénk a szabadság, de miénk egy személyben a felelősség is. Hogyan döntünk? Merre indulunk? Mit vállalunk be és mi az, amit nem merünk?

Vajon hány vállalkozó próbál megfelelni annak, amit elvárnak tőle, és hányan vannak azok, akik csak a szívükre hallgatnak és önazonos vállalkozást építenek?

Introvertáltként ez különösen nehéz. Valószínűleg a legtöbben gyerekkorunktól fogva azt hallgatjuk, hogy:

- „Legyél már egy kicsit bátrabb!”
- „Nem szabad ennyire félénknek és szégyenlősnek lenni!”
- „Legyél bevállalósabb!”
- „Állj bele és csak csináld! Menni fog!”

Ezek a mondatok szépen lassan beépülnek a személyiségünkbe. Elhisszük magunkról, hogy mi félénkek, bátortalanok és visszahúzódók vagyunk. És ez nem jó.

Vajon mi kell ahhoz, hogy vállalkozóként a szívünkre hagyatkozzunk?

Mi kell ahhoz, hogy ne akarjuk megjátszani magunkat a siker érdekében?

Mi kell ahhoz, hogy felismerjük és vállaljuk valódi személyiségünket, és erre alapozva önazonosan építsük és vezessük vállalkozásunkat?

Ha röviden szeretnék válaszolni, akkor csak annyit mondanék: önismeret.

De tudom, hogy ez nem ilyen egyszerű. Saját bőrömön tapasztaltam meg. Időbe telt, mire rájöttem, hogy az a rossz érzés mélyen legbelül abból ered és abból táplálkozik, hogy nem vagyok, nem lehetek önmagam. Eleinte csak azt éreztem, hogy nem vagyok elég jó. Valahogy sehol nem találtam a helyem, hiába próbálkoztam. A környezet sem volt igazán támogató. Egy idő után kezdtem elhinni, hogy ennek így kell lennie. Én soha nem fogok beilleni a sorba, soha nem leszek olyan ügyes, eredményes és sikeres, mint mások.

Ezek a körülmények beárnyékkolták a tanulmányaimat, illetve kezdő munkavállalóként az első munkahelyemen eltöltött éveket is. Az élet azonban úgy hozta, hogy a gyermekeim megszületése után nem mentem vissza az alkalmazotti létbe, hanem vállalkozást indítottam. Máig nem teljesen értem ezt az erős elszántságot, de nagyon örülök, hogy végre hallgattam a belső hangomra.

Persze az indulás nem volt könnyű. Vállalkozóként belecsöppentem egy olyan környezetbe, ahol az iskolához hasonlóan úgy tűnt, hogy csak a hangosoknak adatik meg a siker. De itt már nem akartam elfogadni ezt. Nem akartam elhinni, hogy csak akkor lehetek sikeres, csak akkor tudok segíteni az embereknek, ha nyomulok és ha állandóan jelen vagyok. Engem ezek nagyon kimerítenek. Én elfáradok az állandó készenléttől és interakciótól. Akkor már tudtam, hogy ezek a módszerek egyáltalán nem passzolnak a személyiségemhez. De azt még nem tudtam, hogy mi az, ami igazán illik hozzá.

Elindultam egy önismereti úton. Meg akartam tudni, hogy milyen személyiség vagyok. Miért nem illek bele a sorba, és mit tehetek, hogy végre én is sikeres legyek. Önazonosan sikeres.

Az utam során sok vállalkozót ismertem meg. Olyanokat is, akik annak ellenére, hogy nem érezték jól magukat tőle, mégis egy szerepet kezdtek játszani. Másnak mutatták magukat, mert úgy gondolták, hogy csak így lehetnek sikeresek.

A mai modern világunk az extrovertáltaknak kedvez. Pörgős, impulzusokkal teli és gyorsan változó. Láttam, hogy olyan vállalkozók, akik inkább introvertált beállítottságúak, hogyan igyekeznek megfelelni ennek a képnek. Láttam a küzdelmeiket, és láttam azt is, ahogy egyenes úton rohannak a kiégés felé. Sokan észrevétlenül.

Láttam, mert akkor már pontosan tudtam, hogy mi a helyzet. Sok kutatás után rájöttem, hogy a személyiségem milyen fontos a vállalkozói utam során. Felismertem, hogy csak akkor fogok tudni hosszú távon kitartani, értéket teremteni és segíteni az embereknek, ha önazonos tudok maradni. Nem lehet egy életen át szerepet játszani. Különösen a mostani felgyorsult világunkban nem, hiszen ma elég egy-két kattintás és egyből kiderül, ha valaki csak játszik. Az önazonosság lett a kulcs. Számomra az önazonosság jelenti a hitelességet.

Többé nem volt kérdés, hogy az egyetlen helyes út az önazonos vállalkozás. Már tudtam, hogy az egész életen át való szereplés, az álarc mögé bújás nem lehet a siker kulcsa.

Önazonosan vállalkozni, szíveddel vezetni introvertáltként

A felismerés azonban még nem jelentette az automatikus sikert. Rá kellett jönnöm, hogy sok tévhit övezi az introvertáltságot. Olyanok, amelyeket korábban én is elhittem. Kérdés nélkül.

A leggyakoribb ezek közül az, hogy az introvertált emberek visszahúzódnak és félénkek. De ez nem feltétlenül van így. Csupán annyi történik, hogy bennünket lemerít a túl sok interakció. Elfáradunk benne, és szükségünk van a feltöltődésre. Mivel az introvertált személyiségű emberek elsősorban a csendből és az egyedüllétből nyerik az energiájukat, ezért a visszahúzódnak sokan összekeverik a társaságkerüléssel.

Sokszor hallom azt a tévhitet is, hogy az introvertáltak nem szeretik az embereket. Ezt is határozottan megcáfolom. Tény, hogy a legtöbb introvertált értékeli az egyedül töltött időt, de ez nem azt jelenti, hogy teljes mértékben kerüljük az embereket. Egyszerűen szeretjük olyanokkal tölteni az időt, akik fontosak a számunkra. Megválasztjuk, hogy mikor és kivel szeretnénk együtt lenni, azért, hogy megóvjuk az energiáinkat.

Ugyancsak gyakran találkozom azzal a tévhitel is, amely azt állítja, hogy az introvertált személyi-

ségű emberek nem lehetnek nagyszerű vezetők. Úgy gondolom, hogy a vezetés nem korlátozódik csupán egyes személyiségvonásokra. Sokkal fontosabb az, hogy mennyire ismerjük önmagunkat, mennyire vagyunk tisztában az erősségeinkkel, az egyediségünkkel, és mennyire tudjuk ezeket jól kiaknázni.

Saját példám és a munkám során szerzett tapasztalatok alapján 5 fontos területet látok, amelyet neked introvertáltként figyelembe kell vened ahhoz, hogy önazonosan tudj vállalkozni, illetve önazonosan, szívből tudj vezetni.

1. Saját hang

Fontos, hogy megtaláld a saját hangod. Elengedhetetlen, hogy tudatosítsd magadban, hogy az introvertáltság nem hátrány. Fogadd el, hogy nem kell mindig hangosnak lenned ahhoz, hogy meghallják a hangodat. Azt tapasztalom, hogy az introvertált személyiségű emberek gyakran jeleskednek az írásbeli kommunikációban, és ez a kifejezési forma ugyanolyan erős lehet, mint a verbális kommunikáció. Legyen szó átgondolt e-mailek, cikkek, blogbejegyzések készítéséről, vagy erős közösségi média jelenlét kialakításáról szemléletformáló bejegyzésekkel, introvertált vezetőként jelentős hatást érhetsz el, ha írási készségeidet használod ötleteid és meglátásaid megfogalmazására. Fordíts időt arra, hogy meghallgasd a szíved hangját, elcsendesedj és befelé figyelj. Nagyon sok mindent megtudhatsz önmagadról, ha időnként felerősíted és táplálsz ezeket a belső hangokat. Ismerd meg és használj tudatosan a saját erősségeidet, fogalmazd meg, hogy te miben vagy egyedi, majd így építkezz. Ha így teszel, akkor valóban önazonosan fogod járni a saját utad. Azt az utat, amelyen a szíved vezet és amellyel pozitív hatással lehetsz mások életére.

2. Erős identitás

Az önazonosság és a cél megtalálása döntő jelentőségű az introvertált vezetők számára. Ez az identitás gyökerezhet személyes meggyőződésben, illetve valamilyen értékbe vagy ideológiába vetett hitben egyaránt. Fontos, hogy megismerd magad és tudd, hogy számodra mi a legerősebb motiváció.

„Az élet titka az, hogy megfelelő megvilágításba helyezzük saját magunkat. Egyeseknek ehhez egy erős reflektorfényre van szükség a Broadwayn, míg másoknak egy lámpás is elegendő egy íróasztalon.”

Susan Cain

3. Napirend

Ahhoz, hogy sikeres vezető váljon belőled fontos, hogy rendelkezj egy pontos jövőképpel, küldetéssel és célkitűzéssel. Tudnod kell, hogy merre tartasz, mert csak akkor tudod kiszűrni azokat a dolgokat, amelyek nem szolgálják céled elérését. Ha cél nélkül vágsz bele a vállalkozásodba, esetleg cél nélkül próbálsz vezetni egy szervezetet, akkor soha nem fogsz tudni jó döntést hozni, ha egy új lehetőség kerül az utadba. Ha ugyanis nem tudod a célt, akkor azt sem fogod tudni felmérni, hogy az új lehetőség segít-e elérni azt vagy sem.

4. Határok

A határok felállítása az egyik legfontosabb feladat introvertált vezetőként. Bár az együttműködések, az online és offline megjelenések rendkívül értékesek, elengedhetetlen az egyensúly megteremtése

azért, hogy megóvd energiáidat és elkerüld a kiégést. Fontos, hogy tanulj meg nemet mondani akkor, amikor úgy érzed, hogy elfáradtál, amikor a szíved azt súgja, hogy feltöltődésre van szükséged. Ugyanakkor az is fontos szempont, hogy megfelelően mérlegeld a szervezeten belüli felelősségeidet, és hatékonyan tudd ellátni a feladataidat.

Számunkra, introvertáltak számára nagyon fontos, hogy igazán mélyen, a szívünkkel tudjunk kapcsolódni. Ám ez sok esetben sérülékennyé, sebezhetővé tesz bennünket. Éppen ezért fontos a határok felállítása és betartása is.

Törekedj az egyensúlyra úgy, hogy közben önmagadra is vigyázol!

5. Öngondoskodás

Vezetni nem csak másokat, hanem önmagadat is kell. Ahogy én látom, önmagunk vezetése tulajdonképpen nem más, mint egyfajta öngondoskodás. Különösen fontos ez akkor, ha introvertált személyiséggel élsz. Nem szabad túlhajszolnod magadat, nem szabad túlságosan kifelé tekintened és másokat figyelned, és nem szabad megpróbálnod olyannak lenni, amilyen valójában nem vagy. Sokkal fontosabb, hogy megismerd saját magad, feltérképezd a saját készségeidet, képességeidet, erősségeidet, majd ezekre alapozva olyan stratégiát dolgozz ki, amely figyelembe veszi saját energiaszintedet és szükségleteidet. Lehet, hogy nem is gondolnád, de egy kimerítő munkahét során a rövid szünetek beiktatása jelentősen tudja növelni a hatékonyságot. Ha eddig úgy tekintettél egy-egy nehéz időszakra, hogy nem szabad megállni, akkor itt az ideje, hogy átkeretezd ezt a gondolatot magadban, és végre elkezdj odafigyelni önmagadra.

Nagyon fontos a türelem, a pozitívitás és a nyitottság. Ne próbáld siettetni a folyamatokat, ne hasonlítgasd magad másokhoz és ne bántsd magad azért, mert ők már előrébb járnak. Tudatosítsd önmagadban azt, hogy hol tartasz az utadon, és hidd el, hogy minden a megfelelő időben történik. Őszintén és mélyen hallgass a szívedre, maradj önazonos, pozitív és nyitott, figyelj, hallgass és tekints érdeklődéssel a körülötted lévő világra. Hallasd a hangod és törekedj arra, hogy azokhoz is eljusson, akiknek igazán szükségük van rád.

„A világítótoronyok nem szaladgálnak oda-vissza a parton, hogy megmentésük a hajókat. Ők csak ott állnak és ragyognak.”
Anne Lamott