

«Hemmeligheten bak suksess er hardt arbeid – det er derfor det forblir en hemmelighet for så mange!»

Dette er et av min manns favoritt sitater og jeg tror han snappet det opp i Dagens Næringsliv for et par år siden. Jeg liker også sitatet, og tror det ligger en sannhet i det, samtidig undrer jeg meg over hva vi egentlig legger i ordet suksess

De fleste jeg har snakket med, mener det handler om noe de har oppnådd eller ønsker å oppnå; formue, tittel, gullmedalje i OL eller god omtale i mediene om bedriftens gode resultater.

Jeg slo opp ordet suksess i en fremmedordbok og fant følgende: fremdrift, hell, heldig resultat. Hell og heldig resultat – hva betyr det? Betyr det at suksess handler om flaks? Kan vi da si at vi har hatt suksess i lotto? Og henger det sammen med hardt arbeid som i sitatet i innledningen? Kan vi si at vi har jobbet hardt for å bli lottomillionær?

Når jeg videre sjekket synonymer til ordet suksess så kom jeg bl.a. over lykke, triumf og glede. Betyr det at vi kan sette likhetstegn mellom suksess og glede? Eller betyr det at alle som opplever suksess er lykkelige? Nå begynner utsagnet å ta en interessant vending.

Hva om vi trekker en link mellom hardt arbeid og lykke? Betyr det da at alle som jobber hardt blir lykkelige?

TO HISTORIER

Som Executive Coach i næringslivet, treffer jeg mange «vellykkede» og «suksessrike» mennesker. Den siste tiden har jeg hatt gleden av å coache to toppledere som begge har sterke historier.

«Per» er en av dem som har jobbet hardt hele livet for å nå sine mål, noe som for hans

vedkommende har betydd 16 timers arbeidsdager, 11 måneder i året, de siste 30 årene. Jeg beundrer Per for hans evne til å sette seg mål og for hans standhaftighet og pågangsmot på veien til å nå de målene han har satt seg. Han har dog på veien vært nødt til å ofre mye. Hans første ekteskap havarerte, og hans to barn med

«Hemmeligheten bak suksess, er å finne balansen mellom det du ønsker å oppnå og hvordan du ønsker å ha det!»

kone nummer én har han ikke noe særlig kontakt med. Med sin nye kone har han også to barn. Disse barna bor han sammen med, men det vil vel være en overdrivelse å si at han kjenner dem godt og forstår deres behov og følelser.

Per opplevde tidlig i vår å få titalls millioner inn på sin konto etter en svært vellykket salgsdeal. Endelig skulle han lene seg tilbake og nyte den økonomiske suksessen, men så skjedde det at kroppen hans kollapset. Etter mange års slit, år med ignorering av helse og psykisk press, undertrykkelse av følelser og egne

behov, orket ikke kroppen hans mer. Per var heldig og overlevde, og har i etterkant gjort drastiske endringer i sitt liv.

«Pål» har de siste 20 årene vært en av de uunnværlige på sin arbeidsplass og vært tilgjengelig døgnet rundt for et stort konsern. Han pådro seg i sommer en hjerneblødning og havnet i koma. Ingen visste om han ville komme seg, om han noensinne ville våkne. Pål var også en av de heldige. Han våknet fra koma etter tre uker og hadde ingen alvorlige hjerne-skader. Han ble frisk igjen, men det var nære på!

SUKSESS OG GLEDE

Så da er vi tilbake til et av spørsmålene mine – kan vi sette likhetstegn mellom suksess og glede?

All verdens penger på kontoene eller gode titler, kunne ikke hjelpe verken Per og Pål til å bli friske, og hvilken glede ville de hatt av sin såkalte suksess, hvis de hadde endt sine dager i graven før fylte 50 år?

Begge disse flotte mennene er i dag utrolig takknemlige for at de nå har fått en ny sjanse til å ta nye valg for nåtiden og fremtiden. Begge sier de at de hadde valgt annerledes hvis de hadde skjont hva de gikk glipp av på et tidligere tidspunkt. De er begge tilbake i jobb (Ja, for de elsker og trenger å føle seg produktive.) Forskjellen er at de nå kun involverer seg i mindre prosjekter som de virkelig brenner for. Begge bruker tid til å lytte til egen kropp, de har ▶

◀ begynnt å trene og er bevisst kostholdet sitt. Og sist, men ikke minst forstår de nå hvilken ressurs de har i menneskene rundt seg.

MÅ VÅGE

Næringslivet må våge å bli flinkere til å tenke helhet og til å se det økologiske aspektet når mål og strategier settes, mener både Per og Pål. Vi trenger å stille oss selv spørsmål som: Hva er viktig for meg og hvorfor er det det? Hva skjer om jeg velger det, og hva skjer ikke? Hvilke konsekvenser vil dette få for min helse og mitt familieliv? Er jeg villig til å ofre dette for å nå mine og bedriftens mål?

Per og Pål tror at næringslivet trenger mennesker som dem, som ånder for suksess og er villig til å stå på for å nå de oppsatte mål. Samtidig ser de begge nå at de har drevet rodrift på seg selv og tatt for lite hensyn til egne signaler og de virkelig viktige tingene i livet. De hadde ønsket diskusjoner og større aksept rundt dette.

HODE, KROPP OG SJEL

Hode, kropp og sjel henger sammen og påvirker hverandre. Bedriftene har bedre nytte av arbeidskraft som evner å ta vare på sin egen helse, de trenger medarbeidere som kommer uthvilte tilbake fra ferier med ny energi og motivasjon. Kirkegårdene er fulle av «uunnværlige mennesker» og vi har vel ennå til gode å høre om noen som ligger på dødsleiet sitt og sier at de angret på at de ikke brukte mer av tiden sin på jobb, slik at de opplevde enda større suksess?

Mine virkelige helter er de som klarer å kombinere sine suksesshistorier med god helse og tilstedeværelse i privatlivet sitt, og min nye definisjon av suksess er:

Den som klarer å finne balansen mellom et sunt sinn og en sterk kropp, og som setter pris på og gleder seg over begge deler.

«Hemmeligheten bak suksess, er å finne balansen mellom det du ønsker å oppnå og hvordan du ønsker å ha det!»

Av Jeanette Sleveland, Executive Coach fra CoachTeam. I tillegg er Jeanette Sleveland sertifisert «Training and Consultancy trainer with NLP» fra University of California (NLP.com). Hun jobber for å spre kunnskap om helhetstenkning i næringslivet. Da spesielt med fokus på balansen mellom et sunt sinn og en sterk kropp og også mellom verdier og valg og hvilke konsekvenser valgene får for enkeltindividet, familien og bedriften på sikt.

Espressomaskiner · Kaffetraktere · Espresso · Økologisk · Filterkaffe · Mokabryggere · Kaffetips



kaffebar.no

Nyåpnet nettbutikk med kjempeutvalg i kaffe!

På kaffebar.no finner du et av Norges største utvalg av kaffe – slik du liker den! Uansett om du liker å bruke espressomaskin, presskanne eller kaffetrakter vil du finne noe som passer i vårt sortiment.

Du får kaffen både som bønner og ferdig malt – vi maler kaffen og sender den til deg på dagen!



jura.
Helautomatiske
espressomaskiner

En god kaffeopplevelse starter på www.kaffebar.no!