

Damegreier

Det er ikke bare, bare for en kvinne å lede en gjeng med erfarne menn. Men ikke vær en pyse. Den som tør, vinner!



«Er det en jentegreie å være redd for ikke å være god nok?» spør en leser i en mail til meg. Hun skriver videre:

«Jeg er ny i jobben og har lyst til å vise at jeg duger. Får tildelt oppgaver og føler at dette går fint og at jeg har oversikt. Så får jeg vite at jeg skal lede et stort prosjekt, og får fullstendig hetta. Arbeidsgruppen er nedsatt, og består av menn som er til dels betydelig eldre enn meg og har vært lenge i gamet. Jeg sier ja og at det skal gå fint, og tenker på det en kollega en gang sa: at jeg har stort potensial og ikke må være redd for å akseptere utfordringer selv om jeg ikke føler meg helt trygg der og da. Jeg tar tyren ved hornene, og bestemmer meg for å vise hvor jeg står på neste møte. Da skal jeg ta plassen min.

Jeg forbereder meg veldig godt, har med videre strategi og en detaljert framdriftsplan. Tar ordet og gjør meg synlig – og det er *ikke* enkelt i en slik setting. Det er helt sikkert veldig mange flinke jenter der ute som har bedre forutsetninger enn meg for å mestre noe lignende, men som aldri hadde våget. Jeg torde fordi jeg er ganske trygg, og fordi «jeg bare måtte». I tillegg har jeg en sjef som jeg kan spørre om alt. Det er enormt viktig for en fersking.»

Jeg ble enormt imponert over denne damen. Legg merke til

hvordan hun leder seg selv: Hun tenker positive tanker, henter fram ressurser hun fikk fra sin tidligere leder og forbereder seg godt. Dessuten velger hun å stå i situasjonen selv om hun føler seg usikker:

«Det var absolutt det skumleste jeg har gjort i jobbsammenheng. Verre enn å stå på en talerstol og snakke. Her sitter du med fem menn som du tror bare tenker «herregud, hvem er det de har ansatt, hva er det hun har å komme med?» Men i stedet for å tenke at de sikkert synes at jeg er udugelig, ubrukkelig og plagsomt ung, tenker jeg like godt at jeg er flink som hopper i det! Faktum er jo at menneskene rundt deg sannsynligvis ikke sitter og tenker det du tror at de tenker. Og frykten for ikke å svare til andres forventninger skjerper deg, og hjelper deg å gjøre en god jobb – selv om det er slitsomt og ganske unødvendig.»

Her er et godt tips til deg som vil bli flinkere til å håndtere slike vanskelige situasjoner:

Finn et rolig sted og skriv ned alt som er viktig for deg å få fram i møtet eller situasjonen du skal inn i. Vær rasjonell og list opp alle små detaljer som hjelper deg å framstå på ditt beste. Les gjennom, lukk øynene og kjør film inni hodet.

Du er regissøren som ser deg selv agere. Start fra begynnelsen og se

hvordan du forbereder deg, hvordan det går, hvor og hvordan du står, hva du sier, hvilket ansiktsuttrykk du har, hvordan de andre responderer, dialogen, hvordan møtet avsluttes med latter og smil – og hvor fornøyd du er etterpå.

Nå skal du kjøre filmen en gang til, men denne gangen spiller du hovedrollen og føler hvordan det er å gjøre «scenen». Hvis noe ikke er optimalt, endrer regissøren det, og du finner tilbake til hovedpersonen. Du er ferdig når du har en god følelse og vet med deg selv at alt kommer til å gå strålende.

Skriv gjerne også et tenkt møte-referat, med det resultatet du har sett for deg i din indre film.

Lurer du på hvorfor dette fungerer, er det fordi underbevisstheten ikke vet om noe er ekte eller fabrikkert. Kroppen vil gjenkjenne situasjonen og vite at du håndterer den. Når du går inn i møter, er du trygg fordi du har gjort det før og vet at det går helt fint!

Er det typisk for kvinner å grue seg til alt som kan gå galt, heller enn å fokusere på alt som kan bli bra? Skriv til meg og si din mening: lene.fjellheim@magasinet-eva.no.

Lene Fjellheim (46) er utdannet metacoach og NLP-trainer, og jobber med ledercoaching og -utviklingsprosesser i CoachTeam. Har du gjort forandringer som kan inspirere andre? Send en e-post til lene.fjellheim@magasinet-eva.no. Lurer du på noe? Send oss en sms. Skriv EVACOACH <ditt spørsmål> til 1901 (kr 1 per melding).

«Her sitter du med fem menn som du tror bare tenker 'herregud, hvem er det de har ansatt?'»