

Kako uspeti in ne izgoreti

»Brez uspehov me ni, nihče me ne vidi brez tega, tudi sam se ne vidim. Že ko se rodiš, te dajo na tisto tehtnico in te tehtajo, ocenijo ...« so besede uspešnega študenta, ki se je zlomil, ko ni več zmogel biti najboljši.



Andrej Kriz

Andreja Pšeničny, psihologinja, Inštitut za razvoj človeških virov

¶ Pred leti je krožila anekdota o ameriškem časopisnem mogotcu, ki nikdar ni šel na dopust. Na vprašanje, zakaj ne, je odgovoril: »Iz dveh razlogov. Ker me je strah, da brez mene ne bi šlo, in ker me je strah, da bi brez mene šlo.«

Zgodbe o uspehu se dobro prodajajo. Večina v njih išče navodila, recepte, kako postati uspešen. Povsod se ponavljajo podobne izkušnje: dobra ideja, jasni cilji, delavnost, samodisciplina, odgovornost, občutek za pravi trenutek, sprejemanje tehtnih odločitev ... Sliši se dosegljivo (vsaj z malo vztrajnosti in samodiscipline), nagrada je na videz bogata in tistih, ki se podajo na lov za poslovnim uspehom, je veliko. Nekaterim uspe, vendar je tudi zelo veliko tistih, ki jim na tej poti zmanjka volje ali moči. Kje je zanka? Pokazalo se je, da so za uspeh (poslovni ali uspeh na drugih področjih) pomembnejše človekove osebnostne značilnosti kot zunanje okoliščine. Te pa so: osebnostna stabilnost in fleksibilnost.

Začnimo z dvema pojmom: biti uspešen in počutiti se uspešnega. Uspešen je tisti, ki doseže določen postavljeni cilj. Vprašanje pa je, ali se ob tem tudi počuti uspešnega. Kaj doživi kot uspeh? Kdaj se počuti uspešnega in kdaj poraženega? Če vzamemo za primer tekmovalje, je za nekoga uspeh samo prvo mesto, za drugega katera koli medalja, za tretjega uvrstitev v finale in tako naprej. Naslednji primer je študij: Ali je uspešen samo tisti študent, ki diplomira kot najboljši v letniku, ali tisti, ki (samo) diplomira? In v poslu: Smo uspešni, če smo najboljši na trgu ali če smo dovolj dobri, da si zagotavljamo stabilen dohodek? Smo uspešni, kadar projekt prinese dobiček ali ne prinese izgube? In končno: Koliko porazov je dovoljenih, da se človek še vedno počuti uspešnega?

Pogubni perfekcionizem

Prva ovira do občutka uspešnosti je lahko že postavljeni cilj. Čim bolj je ta perfekcionističen, absoluten, izjemen, tem več moči bo izgubljene na poti do spoznanja, da nismo vsemogočni, da se je včasih treba zadovoljiti tudi z dovolj dobrim, ne pa samo odličnim dosežkom. Sicer smo lahko še tako objektivno uspešni, ne da bi to tudi občutili. Nasprotno, ves čas se bomo soočali z občutkom, da je premalo, da ni dovolj vredno, da je treba še bolj in še več. In se na tej poti izčrpali.

Soočanje s porazi

Druga ovira je sposobnost soočanja z udarci, napakami in porazi. Pravzaprav je, da bi postali uspešen poslovnež, treba prehoditi podobno pot, kot jo mora bokсар. Veliko učenja, treninga, naporov ter veliko bojev in bušk. Najprej sta zagnanost in entuziazem tisto, kar pomaga preboleti napake,

ki so po navadi kaznovane z bolečimi udarci nasprotnikov in sparing partnerjev, sčasoma pa se človek nauči z več znanja bolj boriti in braniti. Ne glede na vse znanje in izkušnje občasno vsak doživi poraz, vendar gredo naprej le tisti, ki se zmorejo soočiti s porazi, premisliti o svojih napakah, prilagoditi strategijo in se spet vrniti v boj. Pri tem ne smejo pozabiti, da je za pot navzgor pomembno tudi naučiti se sodelovati in preživeti v ekipi, pa čeprav se tudi v njej navsezadnje vsak bori zase. Dragocena lekcija je, da se individualni in ekipni cilji ne izključujejo med sabo, ampak jih je za končni uspeh treba znati povezati.

Nekaterim se ustavi že na tem delu poti, ker bodisi ne zmorejo prenesti naporov in porazov bodisi ne znajo povezati individualnega boja v timsko delo, pri katerem je treba poleg samozaupanja graditi tudi realno zaupanje v druge.

Po zmagi pride največji izziv

Tisti, ki uspešno premagajo prvi dve etapi, se uvrstijo med zmagovalce, prvake. Dosegli so vidne uspehe, zasedli pomemben tržni delež, pridobili položaje odločanja in moči. Dobili so zlato medaljo.

Tukaj se pojavi tretja ovira do občutka uspešnosti, morda najtežja od vseh. Postati uspešen je ena, ostati uspešen pa povsem druga bitka. Vsak prvak se znova in znova sooča z izzivalci (tudi znotraj tima, v katerem je zrasel). Tisti na drugem ali petem mestu jih srečajo precej manj in svoje mesto precej lažje obdržijo. Prej ali slej se najde tak, ki prvaka premaga. Večna bitka za to, da bi ostal na vrhu, lahko človeka izčrpa do skrajnosti, razen če ... Razen če začne poslovnež graditi svoj tim, svojo ekipo, ki bo skupaj naprej bila bitka za uspeh. Samo tisti, ki se počuti dovolj uspešnega in samozavestnega, zmore brez strahu predati znanje in izkušnje in zmore zupati še komu razen sebi. Sestaviti dobro ekipo, v kateri se člani med seboj dopolnjujejo po znanju in osebnostnih značilnostih, jo uglasiti kot dober orkester in ji dirigirati je končna etapa na poti k trajnejši uspešnosti. Tisti, ki tega ne zmore, se lahko izčrpa zaradi nenehne potrebe po nadzoru in strahu pred novimi in novimi izzivalci – poslovnimi tekmeči.

Pred leti je tako krožila anekdota o enem od ameriških časopisnih mogotcev, ki nikdar ni odšel na dopust. Na vprašanje, zakaj ne, je odgovoril: »Iz dveh razlogov. Ker me je strah, da brez mene ne bi šlo, in ker me je strah, da bi brez mene šlo.«