



Veckans Coachtips #188, 13 februari 2013

## Livet från den ljusa sidan

"Välkommen hit! Ser fram emot en inspirerad eftermiddag tillsammans med Kenth. Självt har jag precis frisknat till från flusans. På planet till Västindien satt jag framför ett par som hostade och snörvlande hela resan. Två dagar senare låg jag med 40 graders feber och sjuk hela semestern..."

Så lät det när min kund introducerade mig igår.

Vilken fortsättning förväntar du dig?

- Ett positivt eller negativt scenario?
- Katastrof eller lycka?

Oavsett, säger det säkert mer om dig och hur din hjärna fungerar än om hur verkligheten verkligen var...

Han kunde ha fortsatt med ömkande hur tråkigt och fel allt blev och hur synd det var om honom...

Men istället fortsatte han ungefär så här:

"Jag har aldrig i mitt 60 åriga liv varit sjuk på resa förut så det var kanske på tiden. Och nu kan jag resa till jag blir 90 år utan att bli sjuk igen. Jag har ju haft mitt så att säga."

*Vilken härligt skön inställning!*

Varför gräma sig över saker du inte kan påverka. Varför älta saker som redan hänt. Det som varit har varit. Allt är övergående. Visst, det är aldrig direkt kul att vara sjuk och framförallt inte på en långväga semesterresa som dessutom säkert kostat en slant. Men attityden, **jag älskar den!**

### Det du fokuserar på får du mer av.

Jag tror mig ana att han, trots sin förkylning, hade en ganska trevlig semester. Hans "program" tillåter inte att flusans ska få förstöra, vad tror du?

Kunde alltså inte fått en bättre inledning på mina två timmar med cheferna... Blev dessutom en av årets bästa "shower" när det senare fortsatte med workshop kring värderingar och verksamhetens ledord. Går in på mitt 15 år som inspiratör och det blir bara roligare. Och jag vet att jag gör det med den äran. Det är helt enkelt *grymt kul att få den äran att inspirera människor och skapa förändring!*

### Vilja ha kontrollen och få rätt

I förhandsinformationen till samma seminarium fick jag veta att en av deltagarna (över 20 chefer) lagt in sitt "veto". Processen hade avstannat och backat ett par steg i höstas.

Utän veta vem detta var blev det ändå väldigt tydligt under det 2 timmar jag höll på. Helt enkelt en person som vill få rätt och vill ha det på "sitt sätt". Kanske vill hon visa sin makt (har kunna styra och ställa en del då tidigare överordnad chef varit "osynlig") eller så vill hon inte göra ett dåligt avslut (har inte många år kvar att jobba tippas jag...). Nyckelordet är: **KONTROLL.**

### Kontroll hämmar...

Tyvärr hämmar detta övriga deltagare. Det hämmar kreativitet, nytänkande och den förändringsvilja som finns.

Drar vi en parallell till det personliga planet kan du kanske komma på dig själv med att "ta över" andras arbetsuppgifter (för då blir det rätt) eller att du säger till sonen/dottern att packa sin väska, men sedan ändå gör det själv. För då har du kontrollen att inget saknas. Du vill få det rätt och veta (ha kontroll) att det också blir så. *Kan det vara så? Och vilka konsekvenser kan det få?*

Egentligen inget konstigt för med känslan av kontroll kommer också känslan av tillfredsställelse. Kontroll är en viktig nyckel till lycka enligt den "lyckoforskning" som finns.

Avslutningsvis..

Verkligheten styrs av omgivningen runt omkring dig. Eller rättare sagt hur du tolkar den.

Välj vad du fokuserar på och våga släppa kontrollen. Bli inte förvånad om du ser att det händer saker ändå. Tillfredsställelsen när människor själva börjar ta ansvar. Människor som växer. Du behöver inte vara med överallt, med "fingrarna i syltburken"...

Istället kan du ägna dig åt de du ska göra...

Tipset är från **Veckans Coachtips** med Kenth Åkerman.

[www.kenthakerman.com](http://www.kenthakerman.com) - do CHANGE concrete.

Kopiera gärna och sprid så länge källan kvarstår.

(c) Kenth Åkerman, 2013