

7+1

**ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
ΑΜΑΡΤΗΜΑΤΑ
ΗΓΕΣΙΑΣ**

**ΕΛΕΝΑ ΓΚΙΚΑ-
ΠΕΤΡΟΥΛΑΚΗ**



ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **7+1 καθημερινά αμαρτήματα ηγεσίας**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Έλενα Γκίκα-Πετρουλάκη
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Κυριακή Κάσση
ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΟΦΥΛΛΟΥ: Τζίνα Γεωργίου
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Βάσω Βύρρα

© Έλενα Γκίκα-Πετρουλάκη, 2020
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2020

Πρώτη έκδοση: Ιανουάριος 2020

Έντυπη έκδοση ISBN 978-618-01-3368-4
Ηλεκτρονική έκδοση ISBN 978-618-01-3369-1

Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.

Από το 1979

Έδρα:

Τατοΐου 121, 144 52 Μεταμόρφωση

Βιβλιοπωλείο:

Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα

Τηλ.: 2102804800 • fax: 2102819550

PSYCHOGIOS PUBLICATIONS S.A.

Publishers since 1979

Head Office:

121, Tatoiou Str., 144 52 Metamorfossi, Greece

Bookstore:

13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece

Tel.: 2102804800 • fax: 2102819550

e-mail: info@psychogios.gr

www.psychogios.gr • <http://blog.psychogios.gr>

ΕΛΕΝΑ ΓΚΙΚΑ-ΠΕΤΡΟΥΛΑΚΗ

7+1

**ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
ΑΜΑΡΤΗΜΑΤΑ
ΗΓΕΣΙΑΣ**



*Στους υπέροχους ανθρώπους
της ΤΕΜΕΣ Α.Ε. και της Costa Navarino*

ΠΡΟΣΟΧΗ!

Αυτό το βιβλίο δεν αποτελεί ακαδημαϊκό πόνημα. Για να μη δημιουργήσω προσδοκίες που θα αποτύχω να εκπληρώσω, αρνούμαι να σε προϊδεάσω για το τι είδους βιβλίο είναι αυτό. Μπορώ, όμως, να σου πω με ασφάλεια τι δεν είναι...

Αυτό το βιβλίο δεν είναι ένα καθωσπρέπει βιβλίο ηγεσίας. Ίσως σε κάνει να γελάσεις, ίσως και να δακρύσεις. Εξαρτάται από ποια οπτική θα το δεις. Εξαρτάται από το αν έχεις υπάρξει θύμα ή θύτης αμαρτωλής ηγεσίας. Παρόλο που, είτε το γνωρίζεις είτε όχι, είναι βέβαιο πως έχεις υπάρξει και τα δύο...

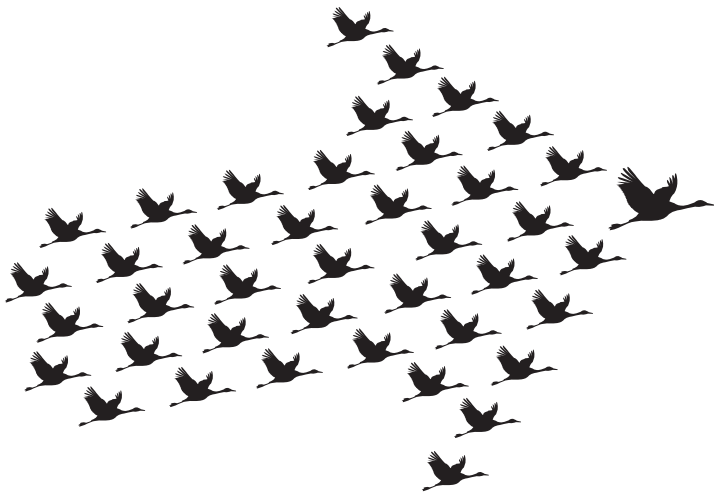
Αυτό το βιβλίο δεν είναι αποτέλεσμα ενδεδλεχούς επιστημονικής έρευνας. Προέκυψε από εμπειρική παρατήρηση και από αυτά που με δίδαξαν τα λάθη μου, τα λάθη των άλλων και οι ατελείωτες ώρες δουλειάς. Ότι διαβάσεις το κατέγραψα και το συμπέρανα στο πεδίο μάχης της αγοράς εργασίας αλλά και της ζωής, υπηρετώντας τόσο στην πρώτη γραμμή όσο και στην οπισθοφυλακή.

Αυτό το βιβλίο φιλοδοξεί να είναι κάτι σαν τα «γεμιστά της μαμάς» και όχι μια έντυπη γκουρμεδιά για λίγους. Φιλοδοξεί να πει την ιστορία του και να αγγίξει τον απλό άνθρωπο, που για να επιβιώσει στην εποχή μας πρέπει να κάνει κάτι παραπάνω από το «απλά τη δουλειά του» τον «φρέσκο» προϊστάμενο, που βουτάει στα βαθιά χωρίς να αναρωτηθεί ποτέ τι σόι αφεντικό θέλει να γίνει, αλλά και τον καταξιωμένο διευθύνοντα σύμβουλο, που παραδίδει θεωρητικά μαθήματα φωτισμένης ηγεσίας, αλλά που παραμελεί την ανάγκη ταύτισης λόγων και έργων. Αυτό το βιβλίο φιλοδοξεί να απευθυνθεί σε κάθε άνθρωπο που ως γονέας, εργαζόμενος, προϊστάμενος, δάσκαλος, φίλος, σύντροφος θα κληθεί να επιδείξει ηγετικές συμπεριφορές, απλά για να ζήσει καλύτερα.

Αυτό το βιβλίο δεν το έγραψα ως ηγέτιδα. Το έγραψα ως ακόλουθος. Άλλωστε οι ακόλουθοι ή, κατά τον διεθνή όρο, followers, είναι της μόδας. Απευθύνομαι λοιπόν σ' εσένα, επίδοξε ή καταξιωμένε ηγέτη. Κάνε μου μια χάρη. Σταμάτα να κινείσαι και κοίτα πίσω σου. Βλέπεις κανέναν εκεί; Πόσοι πραγματικά σε ακολουθούν και γιατί; Αν μπορέσεις να δώσεις μια ειλικρινή απάντηση σε αυτό το ερώτημα και αν η απάντηση αυτή δε σου αρέσει, αν δηλαδή διαπιστώσεις πως θα ήθελες ή θα έπρεπε ή θα άξιζες να έχεις περισσότερους ακόλουθους, συνέχισε να διαβάζεις. Αν όχι, τότε πιθανότατα να νιώσεις πως αυτό το βιβλίο δε σε αφορά.

Παρακάτω αναφέρονται διάφοροι τύποι αμαρτωλής ηγεσίας. Ίσως ως θύμα αναγνωρίσεις σε αυτές τους γονείς, τους δασκάλους, τους προϊστάμενους, τους διευθυντές ή τους εργοδότες σου. Ίσως αναγνωρίσεις και τον εαυτό σου ως δράστη κάποιας από τις συμπεριφορές που περιγράφονται. Σε κάθε περίπτωση, ελπίζω την επόμενη μέρα να θελήσεις και να μπορέσεις να κάνεις κάτι διαφορετικά.

Καλή ανάγνωση λοιπόν και, αν φτάσεις στην τελευταία σελίδα, θα σε περιμένω να μοιραστείς μαζί μου την άποψή σου και την εμπειρία σου είτε ως θύμα είτε ως θύτης αμαρτωλής ηγεσίας.



ΠΡΩΤΟ ΑΜΑΡΤΗΜΑ:

«Δε με αφορά το θέμα της ηγεσίας»

«Μα τι σχέση έχω εγώ με τα περί ηγεσίας; Δε σκοπεύω να πάρω κανέναν στρατό και να πάω να κατακτήσω την Ασία. Θέλω απλά να έχω την υγεία μου, τη δουλειά μου, την οικογένειά μου, τους φίλους μου και να περνάω καλά...»

Άσκηση φαντασίας

Φίλε μου εν δυνάμει ηγέτη, φαντάσου κάποιον που ζει απομονωμένος σε ένα απολύτως αυτοματοποιημένο διαστημόπλοιο σε τροχιά γύρω από τον πλανήτη Δία. Ο φίλος μας, μοναδικός επιβάτης του σκάφους, λαμβάνει καθημερινά διάφορα ορμονικά χάπια που του εξασφαλίζουν συνεχή ευφορία. Τρέφεται με άγευστα και άοσμα υποκατάστατα τροφίμων που καλύπτουν όλες τις διατροφικές ανάγκες του οργανισμού του και φορά πάντα την ίδια στολή. Ξυπνάει καθημερινά την ίδια ώρα, γιατί ο βιορυθμός του ελέγχεται απόλυτα από χημικά σκευά-

σματα. Ακολουθεί πανομοιότυπη ρουτίνα εργασιών που περιλαμβάνουν το πάτημα μιας σειράς αριθμημένων πλήκτρων σε έναν ηλεκτρονικό υπολογιστή. Αυτός ο τυχερός ή άτυχος άνθρωπος:

- ⇒ Δε χρειάζεται να πάρει καμία πρωτοβουλία.
- ⇒ Δε χρειάζεται να κάνει καμία επιλογή.
- ⇒ Δε χρειάζεται να έρθει σε επαφή με κανέναν άλλον άνθρωπο ή γενικά με ζωντανό πλάσμα.
- ⇒ Δεν έχει προϊσταμένους, συνεργάτες, υφισταμένους, φίλους, συντρόφους, οικογένεια.
- ⇒ Δεν αντιμετωπίζει ούτε διλήμματα, ούτε συγκρούσεις, ούτε προκλήσεις.
- ⇒ Δεν έχει ανάγκες που δεν ικανοποιούνται, αλλά ούτε στόχους και φιλοδοξίες.
- ⇒ Δεν έχει άγχη, ανασφάλειες, αβεβαιότητες.
- ⇒ Δε χρειάζεται να κάνει καμιά ιδιαίτερη διαχείριση χρόνου.
- ⇒ Δε χρειάζεται να οργανώσει τίποτα.
- ⇒ Δεν περιμένει από κανέναν κάτι και κανείς δεν περιμένει κάτι από αυτόν.

Δεν είναι σίγουρο πως αυτό το άτομο θα μπορούσε πράγματι να υπάρχει. Πρόκειται για ένα καθαρά θεωρητικό κατασκεύασμα και ως τέτοιο σε καλώ να το φανταστείς. Αν ωστόσο υποθέσουμε πως ένας τέτοιος άνθρωπος υπάρχει, είναι βέβαιο πως αυτόν και μόνο αυτόν τον άνθρωπο δεν τον αφορά το θέμα της ηγεσίας.

«Μα εγώ είμαι ένας απλός άνθρωπος...»

Ναι, φίλε μου, απλές άνθρωπε, ξέρω... Ακόμα, όμως, και αν δε φέρεις κανέναν τίτλο επίσημης εξουσίας στον επαγγελματικό, πολιτικό, πνευματικό στίβο, σε παροτρύνω να απαντήσεις στο παρακάτω σύντομο ερωτηματολόγιο.

- ▶ Παίρνεις έστω και μικρής βαρύτητας αποφάσεις για τη ζωή σου ή για τη ζωή άλλων, ακόμα και αν πρόκειται για έναν στενό κύκλο ατόμων, όπως τα παιδιά σου ή έστω τον σκύλο σου;
- ▶ Υπάρχουν στιγμές που δεν είσαι όσο ευτυχισμένος, ήρεμος, γαλήνιος, σίγουρος για τον εαυτό σου, αγαπητός, δημοφιλής, δραστήριος θα ήθελες;
- ▶ Συνυπάρχεις / συνεργάζεσαι με τα μέλη οποιασδήποτε ομάδας, συμπεριλαμβανομένης της οικογένειάς σου, της κοινότητας στην οποία ζεις, του επαγγελματικού σου κλάδου, της σχολής σου, της εταιρείας σου κ.λπ.;
- ▶ Έχεις επιθυμίες ή όνειρα, η εκπλήρωση των οποίων εξαρτάται εν μέρει από τρίτους και από την επιρροή που θα ασκήσεις πάνω τους;
- ▶ Υπάρχουν πράγματα που θα ήθελες αλλά δεν προλαβαίνεις να κάνεις;

- ▶ Μέσα στον τελευταίο μήνα, υπήρξε έστω μια στιγμή που εκνευρίστηκες, πικράθηκες, προσβλήθηκες, προδόθηκες από κάποιο άτομο του περιβάλλοντός σου;
- ▶ Μέσα στον τελευταίο μήνα, υπήρξε έστω μια στιγμή που ένιωσες πως δεν έχεις αρκετούς πόρους ή δυνάμεις; Πως δε σου αρκούν τα χρήματα, οι γνώσεις σου, οι δεξιότητές σου;
- ▶ Μέσα στο τελευταίο έτος, αντιμετώπισες έστω και μία κρίσιμη κατάσταση στις σχέσεις σου, στην εργασία σου, την υγεία σου;

Αν είσαι ένας φυσιολογικός άνθρωπος, η απάντηση στα περισσότερα από τα παραπάνω είναι θετική. Και ακριβώς γι' αυτόν τον λόγο, το θέμα «ηγεσία» σε αφορά. Σε αφορά επειδή για τη διαχείριση οποιουδήποτε από τα παραπάνω απαιτούνται ηγετικές δεξιότητες.

Είναι ηγετική δεξιότητα το να μπορείς να παίρνεις σωστές αποφάσεις στον σωστό χρόνο· το να μπορείς να επικοινωνείς με σαφήνεια και πειθώ· το να μπορείς να αναγνωρίζεις και να αναλαμβάνεις την ευθύνη που εξ ορισμού φέρεις ως γονέας, εργαζόμενος, πολίτης· το να μπορείς να αναπτύσσεις αρμονικές, ισότιμες, υγιείς σχέσεις· το να μπορείς να αντεπεξέρχεσαι στις δύσκολες καταστάσεις χωρίς να καταρρέεις· το να μπορείς να προσαρμόζεσαι, να μαθαίνεις και να εξελίσσεσαι· το να μπορείς να συγκεντρώνεις και να διαχειρίζεσαι αποτελε-

σματικά τις δυνάμεις σου ώστε να πραγματοποιείς τα όνειρά σου.

Ο καλός καπετάνιος στη φουρτούνα φαίνεται

Η γνωστή λαϊκή ρήση δεν αναφέρεται μόνο σε καπετάνιους υπερωκεάνιων· αναφέρεται στον κάθε άνθρωπο, γιατί οι φουρτούνες είναι για όλους. Όπως και τα κύματα. Όπως και τα ταξίδια. Γιατί είτε κυβερνάς τάνκερ είτε μια απλή βάρκα, είτε ηγείσαι ενός στρατού, είτε απλά του εαυτού σου, τα καλά λιμάνια θα τα βρεις μόνο αν είσαι καλός καπετάνιος. Μόνο αν έχεις εκείνες τις ηγετικές δεξιότητες που μετατρέπουν έναν άνθρωπο σε καπετάνιο και μάλιστα καλό.

Και οι απλοί άνθρωποι έχουν δικαίωμα (και καθήκον) επιλογής

Υπάρχει όμως και ένας άλλος λόγος για τον οποίο σε αφορά το θέμα της ηγεσίας. Και αυτός ο άλλος λόγος έχει να κάνει με τα κριτήρια που χρησιμοποιείς προκειμένου να επιλέξεις τους ηγέτες σου – είτε πρόκειται για τους αιρετούς εκπροσώπους σου, είτε για τον εργοδότη σου, είτε ακόμα και για τους φίλους και τον σύντροφό σου. Έχει να κάνει με τα κριτήρια με τα οποία θα επιλέξεις αυτούς που θα ακολουθήσεις, αυτούς που περιμένεις πως θα σε καθοδηγήσουν, θα σε εμπνεύσουν, θα σε στηρίξουν.

Το θέμα της ηγεσίας, όμως, σε αφορά και αφού επιλέξεις τους ηγέτες σου. Ακόμα περισσότερο σε αφορά όταν δεν έχεις συμμετάσχει στην επιλογή τους, όπως συμβαίνει με τους γονείς μας, τους δασκάλους μας και συχνά με τους προϊσταμένους μας. Σε αφορά, γιατί χρειάζονται ηγετικές δεξιότητες για να τους διαχειριστείς, να τους αξιοποιήσεις και να συνεργαστείς αποτελεσματικά και αρμονικά μαζί τους.

Ο Ερμής και η κατσίκα

Συχνά αστειεύομαι με την ιδέα πως οι άνθρωποι, όλοι οι άνθρωποι ανεξαιρέτως, είμαστε εξ ορισμού αθώοι. Ποτέ δε φταίμε για τίποτα. Με έναν μαγικό τρόπο, φταίνε πάντα οι άλλοι – οι κυβερνήσεις μας, η αντιπολίτευση, οι γονείς μας, οι πολυεθνικές, ο σύντροφός μας, τα παιδιά μας, οι συνάδελφοι, η διοίκηση, οι υφιστάμενοί μας και, κυρίως, ο γείτονας και η παλιο-κατσίκα του.

Και κάπως έτσι δημιουργείται ένα ιδιαίτερα κωμικό παράδοξο. Όλοι φταίνε αλλά κανένας δεν αναλαμβάνει την ευθύνη γι' αυτό το φταίξιμο γιατί εγώ –ο κάθε εγώ– είμαι αθώος. Κι αφού λοιπόν εξ ορισμού οι άνθρωποι είμαστε αθώοι, τελικά ο μόνος που μπορεί να φταίει είναι ο ανάδρομος Ερμής, που είναι ιδιότροπος πλανήτης και όχι άνθρωπος. Και αν δε φταίει ο Ερμής, τότε σίγουρα φταίει η κατσίκα...

Βρήκα ένα πρόβλημα, μήπως είναι δικό σου;

Το πραγματικό ζήτημα που τίθεται για τον καθέναν από εμάς, όμως, δεν είναι το ποιος φταίει, αλλά το *ποιανού είναι το πρόβλημα*. Σε τελική ανάλυση, δεν έχει τόση σημασία το αν φταίς για κάποια δυσάρεστη κατάσταση που αντιμετωπίζεις, αλλά το αν η κατάσταση αυτή αποτελεί πρόβλημά σου. Η στιγμή που συνειδητοποιείς πως μια κατάσταση είναι πρόβλημά σου είναι η στιγμή που μπαίνει σε δράση ο ηγέτης που κρύβεις μέσα σου. Γιατί πολύ απλά αποδέχεσαι πως εσύ πρέπει να κάνεις κάτι για να το λύσεις.

Όσο πιο μεγάλη είναι η κλίμακα των προβλημάτων που αντιλαμβάνεσαι ως δικά σου, τόσο μεγαλύτερης εμβέλειας ενδέχεται να είναι και η ηγετική διάσταση της προσωπικότητάς σου. Αρκεί ο όρος «πρόβλημα» να σε ενεργοποιεί ως παράγοντα λύσης και όχι να σε κάνει να αυτοπροσδιορίζεσαι ως αδύναμο θύμα των καταστάσεων.

Υπάρχει ένα ζευγάρι συνεπαγόμενων προϋποθέσεων που, αν το αντιληφθείς πλήρως, θα συνειδητοποιήσεις πως η αφύπνιση και η ενεργοποίηση των ηγετικών σου δεξιοτήτων είναι στην ουσία μονόδρομος.

Προϋπόθεση πρώτη: Η ευτυχία σου προϋποθέτει την ανάληψη δράσης εκ μέρους σου.

Προϋπόθεση δεύτερη: Η ανάληψη δράσης προϋποθέτει την ανάληψη ευθύνης.

Η ανάληψη ευθύνης ωστόσο δεν είναι μια απλή ή ανώδυνη διαδικασία. Δεν είναι καθόλου εύκολο να ανα-

γνωρίζεις τη δική σου συμμετοχή ή αδράνεια που οδήγησε στη δημιουργία του προβλήματος το οποίο καλείσαι να λύσεις.

Αν δεν είσαι ευτυχισμένος ψηφοφόρος...

Ξεκινώντας από τα μεγάλα, απευθύνομαι πρώτα σ' εσένα, φίλε μου, που δεν πήγες να ψηφίσεις στις προηγούμενες εκλογές. Ή σ' εσένα που παρέλαβες κλειστό σταυρωμένο ψηφοδέλτιο από το πολιτικό γραφείο του βουλευτή της περιφέρειάς σου. Ή σ' εσένα που ψήφισες τον κουνιάδο της συννυφάδας σου. Ή σ' εσένα που ψήφισες αυτούς που σου έταξαν αδειοδότηση του αυθαιρέτου σου ή διορισμό σε τράπεζα.

Αναρωτήσου λίγο για το ήθος των επιλογών σου πριν αρχίσεις να ωρύεσαι για το ήθος των πολιτικών ηγετών σου. Ανάλαβε μέρος της ευθύνης και σε βεβαιώνω πως στις επόμενες εκλογές θα λειτουργήσεις με μεγαλύτερη σοφία και ωριμότητα και ίσως αποκτήσεις μια κυβέρνηση που θα ανταποκρίνεται περισσότερο στις προσδοκίες σου.

Αν δεν είσαι ευτυχισμένος οικογενειάρχης...

Απευθύνομαι σ' εσένα, που είσαι δυσαρεστημένος από τον γάμο σου και πλήττεις με τον σύντροφο που εσύ διάλεξες. Σ' εσένα που επιδίδες σε κρυφές, εξωσυζυγι-

κές σχέσεις, αλλά θέλεις διακαώς τα παιδιά σου, οι συνάδελφοί σου, οι γείτονες και ο πρωθυπουργός να είναι ειλικρινείς και έντιμοι. Αν αναλάβεις μέρος της ευθύνης για τα προβλήματα του γάμου σου, θα αυξήσεις τις πιθανότητες να τα λύσεις ή έστω θα αυξήσεις τις πιθανότητες για έναν πιο επιτυχημένο γάμο στο μέλλον.

Αν δεν είσαι ευτυχισμένος εργαζόμενος...

Απευθύνομαι σ' εσένα, που περιτριγυρίζεσαι από ανίκανους, τεμπέληδες και κουτσομπόληδες συνεργάτες. Αναρωτήσου για λίγο τι είδους άνθρωπο σε κάνει το ότι χαρακτηρίζεις έτσι τους ανθρώπους που εργάζονται μαζί σου. Αν το εργασιακό σου περιβάλλον δεν είναι τόσο ευχάριστο, εμπνευστικό και ανταποδοτικό όσο θα ήθελες, μήπως θα βοηθούσε αν γινόσουν εσύ λίγο πιο ευχάριστος, εμπνευστικός και ανταποδοτικός; Στην καλύτερη περίπτωση, θα μπορέσεις να παρασύρεις κι άλλους προς την ίδια κατεύθυνση. Στη χειρότερη, αν πριν ήταν όλοι δυσάρεστοι, αποκαρδιωτικοί και εγωκεντρικοί, τώρα όλοι αυτοί θα είναι κατά έναν λιγότεροι, γιατί απλά θα έχεις αλλάξει εσύ.

Αν δεν είσαι ευτυχισμένος ενήλικος...

Απευθύνομαι σ' εσένα, που στα σαράντα σου ακόμα γκρινιάζεις για την τραυματική παιδική ηλικία σου και

για το γεγονός ότι ο μπαμπάς και η μαμά σου δε σε ανέθρεψαν έτσι ώστε να μεγαλώσεις και να γίνεις ένας σούπερ επιτυχημένος, αποφασιστικός, δραστήριος και ευτυχισμένος ενήλικος. Ίσως δε σε αγαπούσαν αρκετά, ίσως δε σ' το έδειχναν αρκετά, ίσως σε βάραιναν πολύ με τις προσδοκίες ή τις φοβίες τους. Ίσως έκαναν χιλιάδες μικρά ή μεγάλα λάθη στην ανατροφή σου γιατί ούτε αυτοί ήταν γεννημένοι ηγέτες και ίσως τα παιδικά σου βιώματα να είναι πράγματι από δυσάρεστα έως και δραματικά. Αλλά το ότι σήμερα δεν είσαι ο σούπερ επιτυχημένος, αποφασιστικός, δραστήριος και ευτυχισμένος ενήλικος που θα ήθελες είναι δικό σου πρόβλημα! Όσα αναθέματα και να ρίξεις, θα συνεχίσει να είναι δικό σου πρόβλημα, μέχρι να αποφασίσεις να το λύσεις.

Και γενικότερα...

Απευθύνομαι σ' εσένα που θα ήθελες μια καθαρή πόλη, αλλά ανοίγεις το παράθυρο του αυτοκινήτου και πετάς τα σκουπίδια στο οδόστρωμα. Σ' εσένα που σε αγανακτεί το μποτιλιάρισμα στις ώρες αιχμής, αλλά αρνείσαι να αφήσεις το αυτοκίνητό σου και να κινηθείς με τα μέσα μαζικής μεταφοράς. Σ' εσένα που διαμαρτύρεσαι για τις πλημμύρες, αλλά αδιαφορούσες όταν ο γείτονας έφραζε με τα σκουπίδια του τους υπονόμους. Σ' εσένα που θέλεις περισσότερα χρήματα, αλλά αρνείσαι να αλλάξεις δουλειά ή να μάθεις κάτι καινούργιο που θα σε

κάνει πιο ανταγωνιστικό. Σ' εσένα που διαμαρτύρεσαι για έλλειψη παιδείας, αλλά έκλεψες τη σειρά του μπροστινού σου στην ουρά αναμονής. Σ' εσένα που θλίβεσαι για την κακή λειτουργία του κράτους, αλλά κάνεις ό,τι είναι δυνατό για να γλιτώσεις φόρους.

Ο κατάλογος είναι ατελείωτος, αλλά πίστεψέ με δεν είναι στις προθέσεις μου να σε κρίνω ή να σε κάνω να νιώσεις ένοχος. Άλλωστε, κάποια από τα παραπάνω τα έχω κάνει κι εγώ. Η πρόθεσή μου είναι να εφαρμόσω μια νοητική ομοιοπαθητική θεραπεία, που θα κάνει τον οργανισμό σου να αντιδράσει σε όσα σε ταλαιπωρούν. Να σε φέρω αντιμέτωπο όχι μόνο με τις καταστάσεις που κάνουν τη ζωή σου δύσκολη, αλλά και με την παραδοχή πως είσαι κι εσύ μέρος τους και επομένως αρμόδιος για να τις αλλάξεις.

Ο ανθρώπινος οργανισμός έχει την ασύλληπτη ικανότητα να αναπτύσσει άμυνες απέναντι σε ό,τι τον απειλεί. Αυτό ακριβώς κάνει με τους μηχανισμούς που ευθύνονται για διάφορα αυτοάνοσα. Μηχανισμοί που απλά επιτίθενται σε αυτό που αντιλαμβάνονται ως απειλή ή που η αποστολή τους είναι να ενισχύουν κάποιες σωματικές ιδιότητες ώστε να διασφαλίζουν την επιβίωση. Οι μηχανισμοί αυτοί αδιαφορούν για το αν ο εχθρός είναι τελικά το ίδιο το σώμα, και του επιτίθενται, με καταστροφικές συνέπειες. Αυτοί οι μηχανισμοί, πριν εξελιχθούν, για παράδειγμα, σε ρευματοειδή αρθρίτιδα, είχαν έναν ιερό αρχικό προορισμό: να διατηρούν τον οργανισμό

σμό ασφαλή και ζωντανό. Το γιατί τελικά γίνονται καταστροφικοί είναι ένα άλλο ζήτημα, που άπτεται διαφορετικών ηγετικών δεξιοτήτων. Αυτών δηλαδή που αφορούν την ικανότητά μας να διαχειριζόμαστε αποτελεσματικά και δημιουργικά τα συναισθηματικά μας φορτία. Γιατί χρειάζονται ηγετικές δεξιότητες για να μετατρέπεις τα αρνητικά φορτισμένα συναισθήματα σε θετικά· για να μετατρέπεις τον φόβο σε ελπίδα ή τον θυμό σε ευγνωμοσύνη· για να αποφασίζεις συνειδητά πού θα στρέφεις την προσοχή σου, ώστε να μεταλλάξεις τα συναισθηματικά δηλητήρια σε θεραπευτικά βάλασμα. Δεν ισχυρίζομαι πως είναι εύκολο· μόνο πως είναι πολύτιμο.

Ας προσπαθήσουμε, όμως, να διδαχτούμε από αυτή τη φυσική βιολογική διαδικασία.

Άλλη μια άσκηση φαντασίας

Προσπάθησε να φανταστείς τον εαυτό σου ως ενισχυμένο αντίσωμα απέναντι στις νοσηρές καταστάσεις που αντιμετωπίζεις. Ή ως κύτταρο με υπερδυνάμεις που μπορεί να ξεπεράσει θεωρητικά ανυπέρβλητα εμπόδια ή να επιτύχει θεωρητικά ανέφικτους στόχους. Το σώμα σου αναλαμβάνει δράση κάθε φορά που του επιτίθεται ένα μικρόβιο ή ένας ιός, ενεργοποιώντας τα αντισώματά του. Το σώμα σου αυξάνει αυτόματα τις αντοχές και τις δυνάμεις του για να αντιμετωπίσει έναν επικείμενο κίνδυνο ή για να αντεπεξέλθει σε μια δύσκολη αποστο-

λή. Το σώμα σου έχει εξαιρετικές ηγετικές δεξιότητες. Είναι επομένως βέβαιο πως κι εσύ μπορείς να έχεις τουλάχιστον ισάξιες. Θα ήθελα να κρατήσεις στη μνήμη σου τη λέξη «τουλάχιστον» και αργότερα θα εξηγήσω το γιατί.

Δεν είσαι απλά ακόλουθος· ηγείσαι...

Με άλλα λόγια, η ευτυχία και η ευημερία σου εξαρτώνται από το κατά πόσο θα ενεργοποιήσεις ηγετικές δεξιότητες που έως τώρα πίστευες πως θα έπρεπε να έχουν οι γονείς σου, οι προϊστάμενοί σου, οι κυβερνήσεις σου και γενικά κάθε μορφή θεσμοθετημένης εξουσίας. Ο δυνητικά μεγαλύτερος φορέας εξουσίας στη δική σου σφαίρα δραστηριότητας και εμπειρίας είσαι εσύ ο ίδιος. Και τονίζω τη λέξη «δυνητικά», γιατί για να ισχύσει η προηγούμενη δήλωση υπάρχουν πολύ συγκεκριμένες προϋποθέσεις.

Πρέπει πρώτα απ' όλα να αποφασίσεις πως είναι πράγματι έτσι. Πρέπει να αναλάβεις την ευθύνη για όσα σου συμβαίνουν ή για όσα θα ήθελες να σου συμβούν. Σου θυμίζω πως είναι δικό σου πρόβλημα. Πρέπει τέλος να σηκωθείς από τον νοητικό καναπέ σου και να αναλάβεις δράση.

Το μυστικό για να τα κάνεις όλα αυτά είναι πολύ απλό και έχει να κάνει με την ενσυνείδητη παρουσία σου στη ζωή σου. Κάθε φορά που παραπονιέσαι για τις πρά-

ξεις των άλλων, κάθε φορά που κριτικάρεις τη στάση των άλλων, κάθε φορά που η συμπεριφορά σου είναι μια αυτόματη αντίδραση στις δράσεις των άλλων, μετατρέπεις τον εαυτό σου σε απλό παρατηρητή της ζωής σου. Μετατρέπεις τον εαυτό σου σε ακόλουθο, πράγμα που από μόνο του δεν είναι κακό, αλλά γίνεται τραγικό όταν ακολουθείς αυτούς ακριβώς που δε σου αρέσουν. Πώς αλλιώς θα χαρακτήριζες την ενασχόλησή σου με τα κακώς κείμενα από τη βολική αλλά τόσο αναποτελεσματική θέση του εξώστη, στην οποία άραξες για να κάνεις την κριτική σου;

Πού θέλεις να πας, ξέρεις;

Η ηγεσία ξεκινά με το προσωπικό σου όραμα. Κι αυτό δεν μπορεί να χτιστεί πάνω στην καθημερινή γκρίνια για το περιβάλλον σου. Αν θες να ασχοληθείς με τις κακές συμπεριφορές των άλλων, κάνε το μόνο ως καταγραφή των συμπεριφορών από τις οποίες εσύ συνειδητά θα απέχεις. Υπάρχει, όμως, μια πολύ πιο αποτελεσματική πρακτική προκειμένου να χτίσεις το προσωπικό σου όραμα. Κι αυτή είναι ο εντοπισμός και η παρατήρηση εκείνων των συμπεριφορών που σε εμπνέουν, που σε γοητεύουν, που σου προκαλούν θαυμασμό.

Κοίτα καλά γύρω σου. Αν δεν υπάρχουν άνθρωποι, επιτεύγματα, καταστάσεις που μπορούν να προκαλέσουν τον θαυμασμό σου, τότε σε βεβαιώνω πως κάτι δεν

πάει καλά με το οπτικό σου φίλτρο. Είναι κάτι, όμως, που αλλάζει εύκολα.

Ξεκίνα την κάθε μέρα σου ψάχνοντας να βρεις αυτά που θα σε γεμίσουν με θετικότητα και αισιοδοξία. Να είσαι βέβαιος πως, αν κάνεις συστηματικά αυτή την προσπάθεια, θα εκπλαγείς από το πόσα πράγματα θα εντοπίσεις που θα πληρούν τις παραπάνω προδιαγραφές. Να θυμάσαι πως είναι μάλλον απίθανο να βρεις ό,τι δεν ψάχνεις και πως είναι εξαιρετικά πιθανό να βρεις αυτά που αναζητάς.

Κάνε ένα πολύ απλό πείραμα για να διαπιστώσεις αν αυτό ισχύει. Σταμάτα να διαβάζεις και για τριάντα δευτερόλεπτα κατάγραψε στη μνήμη σου όλα τα κόκκινα αντικείμενα που υπάρχουν στον χώρο σου. Το έκανες; Αν όχι, κάνε το! Έχει σημασία.

Το έκανες; Πολύ ωραία! Τώρα απάντησε στην παρακάτω ερώτηση. Πόσα πράσινα αντικείμενα κατέγραψες; Κατά πάσα πιθανότητα κανένα.

Εν κατακλείδι...

Το να προαποφασίζεις τι είναι αυτό που θέλεις να δεις προκειμένου να ενισχύσεις τη θετικότητα και την αισιοδοξία σου είναι ηγετική δεξιότητα. Το να παρίστασαι στη ζωή σου με θετικότητα και αισιοδοξία είναι ηγετική δεξιότητα. Το να αναλαμβάνεις δράση με θετικότητα και αισιοδοξία είναι ηγετική δεξιότητα. Είδες ποτέ κά-

ποιον καταξιωμένο ηγέτη να μπαίνει στη μάχη δηλώνοντας πως θα χάσει;

Στις παρακάτω σελίδες θα βρεις ακόμα αρκετά αμαρτήματα σχετικά με κακές ηγεσίες και το πώς αυτές επηρεάζουν τις σχέσεις σου, την επαγγελματική σου εξέλιξη, τη ζωή σου. Ως εδώ όμως νομίζω πως πρέπει να έχεις ήδη αντιληφθεί το πρώτο αμάρτημα. Ακόμα και αν δε φέρεις κανέναν τίτλο εξουσίας, η αποχή από την ανάπτυξη και την εκδήλωση ηγετικών δεξιοτήτων θα σε οδηγήσει σε έναν πολύ συγκεκριμένο προορισμό: κάπου άλλου από το σημείο όπου θα ήθελες να πας.

Έχεις υπάρξει θύμα ή θύτης αμαρτωλής ηγεσίας;

Σου έχει τύχει να σου φωνάζουν ή να σε σνομπάρουν; Να διαψεύδουν τις προσδοκίες σου, να αδιαφορούν για σένα ή να σε αντιμετωπίζουν ως αναλώσιμο εξάρτημα; Σου έχει συμβεί να μην αναγνωρίζουν τις προσπάθειές σου, να σου ζητούν περισσότερα από όσα σου δίνουν ή να μη σου εξηγούν τι περιμένουν από σένα; Να σου γκρινιάζουν ή να σε κριτικάρουν ή να σου επιρρίπτουν ευθύνες που δεν είναι δικές σου;

Αν ήλθες στο ανθρώπινο είδος, σίγουρα έχεις εισπράξει κάποια από αυτές τις συμπεριφορές, από τον διευθυντή σου, από τον μπαμπά και τη μαμά σου, από τον μεγαλύτερο αδελφό σου, από τους δασκάλους σου, από τους φίλους σου, τον σύντροφό σου, την πεθερά σου και πάει λέγοντας. Αν ήλθες στο ανθρώπινο είδος, σίγουρα έχεις εκδηλώσει κάποια από αυτές τις συμπεριφορές απέναντι στα παιδιά σου, στα μικρότερα αδέρφια σου, στους φίλους, στους μαθητές σου, στον σύντροφο, στους συναδέλφους ή στους υφισταμένους σου.

Με κατανόηση, χιούμορ αλλά και σταράτα λόγια, η συγγραφέας «καταγγέλλει» αμαρτωλές, παραστρατημένες εκδοχές ηγεσίας και λάθη που κάνουμε όλοι, προσπαθώντας να ηγηθούμε ακόμα και του εαυτού μας. Απευθυνόμενη τόσο στο θύμα όσο και στον θύτη που όλοι κρύβουμε μέσα μας, μας προσκαλεί σε ένα αναγνωστικό ταξίδι εξιλέωσης, αυτογνωσίας και αυτοβελτίωσης.



Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ

www.psychogios.gr



ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 23934

Ε Σ Ε Ι Σ Κ Ι Ε Μ Ε Ι Σ Π Α Ν Τ Α Σ ' Ε Π Α Φ Η