

Co jest kluczem do sukcesu? Odpowiada Sylwia Koszela

Sylwia Koszela, dyrektor ds. projektów w firmie PREVAC oraz Dyrektor Zarządzający śląskiego Oddziału PMI PC, autorka świetnego bloga pisze o kobiecie w projektach, o pasji, o trudach i problemach, ale także o codziennych radościach w świecie biznesu. Na pytanie co naprawdę jest kluczem do sukcesu - ODPOWIADA

Co jest kluczem do sukcesu? Odpowiada Sylwia Koszela



MOTYWACJA, INSPIRACJA CZY DYSCYPLINA?

Każdy z nas, codziennie, nieustannie spotyka się z jakąś formą motywacji. Gdziekolwiek

nie zajrzemy natykamy się na mające zmusić nas do działania teksty, rysunki, obrazy. Z gazet, telewizji i internetu wręcz wylewają się zdjęcia fit-kobiet, fit-matek, superbohaterek które mają pokazać nam, zwykłym, szarym kobietom, że chcieć to móc. Mają zmotywować nas do tego by nasze postanowienia "od poniedziałku zaczynam" naprawdę nabrały realnego wymiaru. Nawet w mojej ulubionej księgarni zauważyłam ostatnio, że ilość półek poświęcona książkom motywacyjnym diametralnie wzrosła. Ale czy to wystarczy? A jeśli wystarczy by zacząć na jak długo starczy? I co dalej?

Żeby móc odpowiedzieć sobie na pytanie, co tak naprawdę popycha nas do działania i w tym działaniu utrzymuje myślę, że trzeba zacząć od czegoś znacznie bardziej fundamentalnego. Od odpowiedzi na pytanie czym różni się motywacja od inspiracji, oraz ile tak naprawdę naszego sukcesu zależy od tych dwóch elementów a ile od ciężkiej pracy i dyscypliny w działaniu.

MOTYWACJA. KAŻDY JĄ MA, NIE KAŻDY TO WIE

Motywacja to stan gotowości do podjęcia działania. To forma wewnętrznej energii. Tkwi w każdym z nas. Jest to energia do działania. Jedni zużywają ją na konstruktywną pracę, osiąganie swoich celów, dążenie do ciągłego rozwoju, realizację swoich pasji, dbanie o rodzinę. Inni do ..narzekania, ciągłego umartwiania się i użalania nad tym jak to życie niesprawiedliwie mnie potraktowało, jak to mam gorzej...ba najgorzej. Pozostawanie wiecznie w roli ofiary naprawdę wymaga sporej dawki energii, choć często o tym zapominamy. Kłó sprawy polega na tym jaki kierunek nadamy naszej energii, na co ją zużyjemy. Jaki będziemy mieli motyw na życie. Nie da się ukryć, że motywacja jest bardzo potrzebna. Pozwala nam zrozumieć dokąd tak naprawdę zmierzamy, jakie wartości nami kierują i jakie jest nasze spojrzenie na nas samych. Pozwala nam zacząć działać. Niestety tak jak we wszystkim człowiek ma tendencję do przesady. I także w aspekcie motywacji coraz częściej to widzę. Teksty motywacyjne, filmy, które mają zachęcić nas do działania, krzykliwe obrazy, wywiady, audycje, książki.. to wszystko wręcz bombarduje nasz umysł i doprowadza, w moim mniemaniu, do bardzo niebezpiecznej rzeczy. Do uzależnienia.

Uzależniamy się od czynników motywacyjnych. Stają się one w pewnym sensie narkotykiem dla naszego umysłu. Zaczynamy trochę funkcjonować na zasadzie "jestem zmotywowany to mi się chce, nie dostaję motywacji, to mi się nie chce". Problem w tym, że jak z każdym uzależnieniem także i w tym przypadku potrzebujemy więcej i więcej. Doprowadzamy w końcu do stanu, że zamiast skupiać się na działaniu co chwila sprawdzamy samych siebie czy jeszcze się nam chce. Bardzo ważne jednak jest by zrozumieć, że motywacja jest procesem intuicyjnym i naprawdę nie trzeba w niego non stop ingerować i pobudzać. Określmy nasze cele, znajdziemy dla siebie drogę, wyznaczmy kierunek naszej energii i działajmy. Niech realizacja kolejnych kroków naszego wyznaczonego planu będzie naszym motywatorem.

INSPIRACJA. CHWILOWY STAN UNIESIENIA

Inspiracja to chwilowy stan natchnienia. To zewnętrzny czynnik który zapala w nas iskrę. Który powoduje, że pojawia się myśl "Cudownie. Ja też tak chcę". Bardzo często źródłem inspiracji są sukcesy innych ludzi, osób którym się udało. Z jednej strony uważamy je za lepsze od siebie i za takie, które osiągnęły w swoim życiu znaczące, czasami wielkie rzeczy. Są dla nas ważne i budzą nasz podziw. Z drugiej strony w pewnym stopniu utożsamiamy się z osobami, które nas inspirują. Obserwujemy ich i sami nakręcamy się do działania. Zaczyna nam się rysować obraz naszego sukcesu, zaczynamy go widzieć, zaczyna nam się chcieć. Inspiracja buduje w nas przekonanie, że tak naprawdę wszystko jest możliwe, że wszystko można tylko trzeba uwierzyć. Buduje naszą motywację do działania, wskrzesza wewnętrzną energię by rozpocząć pracę. Niestety ma jeden znaczący minus – jest krótkotrwała.

DYSCYPLINA. OD NIEJ WSZYSTKO ZALEŻY

Dyscyplinę, a właściwie jej dojrzałą formę czyli samodyscyplinę musimy wypracować. Jest to praca trudna i żmudna ale daje najtrwalsze efekty. Pozwala osiągnąć zamierzony cel. Z dyscypliną jest trochę jak z trenowaniem mięśni. Tylko regularny wysiłek, praca nad sobą czy się chce, czy się nie chce daje pożądane efekty. Zauważcie, że najwięcej

osiągnęli Ci, którzy ciężko i regularnie na swój sukces pracowali. Którzy codziennie umacniali swoje nawyki, dobre nawyki, by konsekwentnie krok po kroku zmierzać do celu. Samodyscypliny można się nauczyć właśnie przez budowanie dobrych nawyków. Zaczynamy od małych kroków. To jak z trenowaniem biegów. Zaczniemy od przebiegnięcia krótkiego dystansu i konsekwentnie go zwiększamy, aż osiągniemy formę mistrza zamiast zakładać że w miesiąc przygotujemy się do maratonu. Budowanie samodyscypliny to codzienne ćwiczenia. To ciężka praca, nie ukrywam, ale można to zrobić. Lecz w odróżnieniu od motywacji, samodyscyplina daje długofalowe możliwości. To trochę jak z meczem piłki nożnej. Motywacja to strzelanie bramek, samodyscyplina to siła by przez półtorej godziny biegać po boisku. Dyscyplina jest samonakręcającym się mechanizmem i jest stała, podczas gdy motywacja jest tymczasowa, nieregularna.

JAK DROGA NA MOUNT EVEREST

A może przykład? Wyobraźcie sobie, że kochacie wspinaczki wysokogórskie. Spędzacie w górach każdą wolną chwilę, a Waszym marzeniem jest wejście na Mount Everest. Śledzicie na bieżąco w prasie czy internecie sukcesy himalaistów którzy dla swojej pasji ryzykują życie, którzy miesiącami przygotowują się do wspinaczki by osiągnąć swój cel – szczyt. By postawić nogę tam gdzie stawiają nieliczni. Ich sukcesy, wiara we własne siły, opowieści, relacje stają się dla was motorem napędowym, budzą w was chęć spróbowania tego samego, myśli, że jeśli im się udało to mnie też się może udać, że też mogę przeżyć to samo, ten sam stan uniesienia, ekscytacji, spełnienia gdy uda mi się stanąć na szczycie. Ich przygoda staje się dla was niczym innym jak inspiracją. Zaczynacie o tym myśleć coraz więcej, czytać, rozważać, zaczynacie nakręcać samych siebie, pobudzać do działania, wiecie już, że to staje się Waszym celem. Zaczynacie planować kiedy, z kim i jak chcielibyście ten cel osiągnąć, podjąć to wyzwanie. Energia jaką budzą w was te myśli staje się siłą napędową do ćwiczeń, przygotowań. To motywacja. I w końcu podjęliście decyzję. Wiecie już że nic i nikt nie powstrzyma was od działania, że chcecie to zrobić. Doskonale zdajecie sobie także sprawę z tego jakie to będzie trudne, ile będzie kosztowało

pracy nad sobą, przygotowań i poświęceń. Zaczynacie i ciężko pracujecie. Dzień po dniu, miesiąc po miesiącu aż do dnia gdy staniecie na szczycie. To dyscyplina.

Nie osiągnęlibyście nic gdyby te trzy elementy nie zaistniały. Gdyby któregośkolwiek z nich zabrakło. Konglomerat motywacji, inspiracji i samodyscypliny to jedyna droga do osiągnięcia celu.

SUKCES W BIZNESIE - ZMOTYWOWANY, ZAINSPIROWANY I ZDYSCYPLINOWANY ZESPÓŁ

Co w takim razie może zrobić Menadżer? Motywować, inspirować czy narzucać dyscyplinę?

I w jaki sposób to zrobić by zespół nie tracił energii do pracy? Dobry Manager powinien zapewnić te wszystkie aspekty. Przede wszystkim dopasować zadania do poszczególnych członków zespołu. Jednym z większych źródeł frustracji i braku chęci do pracy jest rozdźwięk między tym co ludzie muszą robić a tym co potrafią. Jeśli to co muszą robić przekracza ich umiejętności pojawia niepokój i strach przed porażką. Natomiast jeśli to co muszą robić jest zdecydowanie poniżej możliwości i umiejętności pojawia się nuda. Dlatego kiedy dopasujemy „wyzwanie do umiejętności” wyniki są fantastyczne. Po drugie inspirować do działania. Swoją pracą, podejściem, zasadami, osiągnięciami. Jeśli staniemy się dla naszego zespołu źródłem inspiracji to pociągniemy go do działania w wyznaczonym przez nas kierunku. Po trzecie budować dobre nawyki. Sukces to nic innego, jak kilka prostych zasad dyscypliny, praktykowanych każdego dnia. Codziennie, konsekwentnie przedstawiać wyznaczone zespołowi cele. Ustalać rytm pracy i go przestrzegać. Wymagać od siebie i motywować innych do tego samego. Powodzenia.

Więcej o autorce:

Sylwia jest dyrektorem ds. projektów w firmie PREVAC oraz Dyrektorem Zarządzającym śląskiego Oddziału PMI PC. Od 7 lat czynnie związana z branżą zarządzania projektami głównie w sektorze nowoczesnych technologii, certyfikowany Project Manager (PRINCE2P) oraz Risk Manager (MoR), doktorant na katedrze zarządzania WSB w Dąbrowie

Co jest kluczem do sukcesu? Odpowiada Sylwia Koszela

Górnicej, autorka bloga www.kobietawprojektach.pl Jej pasją jest praca z ludźmi oraz zgłębianie wiedzy w zakresie nowoczesnych metod zarządczych.

Źródło: Sylwia Koszela