

## Boksammanfattning

### Våga misslyckas – Affärsutveckling utan prestige

av Britta Sjöström

*”Dagens talare är välkänd inom näringslivet här i Göteborg. Hon har under tjugo år framgångsrikt startat och drivit flera företag inom mediebranschen. Vid sidan av sin egen karriär som frilansjournalist öppnade hon en skola för journalister och senare också en nyhetsbyrå. Därefter tog hon klivet över till public relations där hon startade och byggde upp en pr-byrå med internationell verksamhet. Hennes företagarliv är kantat av succéer och jag är mycket stolt över att kunna presentera Britta Sjöström.”*



Så presenteras Britta Sjöström inför ett föredrag om framgångsrikt företagande. Och visst stämmer det.

Britta har varit framgångsrik som egenföretagare, som anställd VD och som konsult. Så otroligt duktig på att få saker gjorda och hela tiden gå vidare till nya, större projekt som hon axlat.

Men det finns också en annan sida av Britta Sjöströms företagarliv. Som handlar om att glömma bort att det finns en gräns för hur mycket man kan uträdda och kräva av sig själv. Har man redan tolv bollar i luften kan man väl lika gärna ta den trettonde. Eller?

Nej, till slut sa Brittans kropp ifrån. Åratal med ont i ryggen och överuttag av henne själv på alla plan resulterade både i ett svårt diskbräck och i en livskris. En februari-morgon slog hela kroppen till i kramp och hon låg i panik på badrumsgolvet.

*Våga misslyckas* är en personlig berättelse om motgångar som vänts till både yrkesmässiga och personliga framgångar. Om hur den framgångsrika affärskvinnan som kör slut på sig själv reser sig för att jobba hårt – igen. Men nu bättre rustad och medveten om behovet av att lyssna inåt för att kunna stoppa i tid.

*”Att våga misslyckas är det första steget mot att lyckas, och här ges några nycklar till framgång på vägen.”*

Britta Sjöström

## Ökad medvetenhet

Det här är en bok om affärsutveckling som vid första anblicken riktar sig till entreprenörer med eget företag. Eller till personer som drömmer om att starta eget. Här ges handfasta råd om hur man utvecklar sin verksamhet och avslutningsvis besvarar Britta Sjöström de tio vanligaste företagsfrågorna som hon får i sitt arbete som affärsrådgivare.

Men ***Våga misslyckas*** kan lika väl läsas som en bok om utveckling inom livets alla områden, såväl professionellt som personligt. Den visar på vikten av medvetenhet i våra val och livsmönster, vikten av balans. Britta Sjöström menar att framgång handlar om ett förhållningssätt till livet och arbetet, till prestationskrav, till synen på sig själv och andra, och att bli medveten om vad man kan ändra för att det ska bli bättre. Medveten självreflektion är en stor tillgång.

Boken består av tre fristående delar som kan läsas i valfri ordning, eller var för sig.

### Del I

Britta Sjöströms egen företagshistoria berättat utifrån åtta olika företagsprojekt, med kommentarer och med frågor till läsaren att reflektera över.

### Del II

Resonerande kapitel om exempelvis lust, tankar, ord och hur de påverkar oss.

### Del III

Frågor och svar: De tio vanligaste frågorna Britta Sjöström får som affärsrådgivare.

## Karriären

I den inledande självbiografiska delen får läsaren följa Brittias professionella yrkesliv i form av åtta företagstrådar; från underbetald frilansande kulturjournalist till bättre avlönad ekonomijournalist, via etableringen och driften av Poppius journalisthögskola och nyhetsbyrån FLT:s lokalredaktion, kommunikationsbyråerna Journalistgruppen och Long Tall Sally till det nya företaget Kommunikologen.

Varje tråd avslutas med ett reflekterande resonemang om beslut och händelser som fört utvecklingen framåt och vilka lärdomar Britta själv drar av sina erfarenheter. Dessutom kommentarer och frågeställningar till läsaren att tänka igenom sin egen situation. Frågorna går lika bra att applicera på jobbet som i det privata och syftar till att få dig som läsare att stanna upp och reflektera över ditt liv. Trivs du med den roll du har?

Om du går emot din magkänsla – undersök varför. Det kan vara rätt, det viktiga är att göra medvetna val. Lever du det liv som du önskar?

## Den bästa arbetsplatsen

Under sin tid som ekonomijournalist intervjuade Britta Sjöström en mängd företagsledare, varav en del gjorde starka intryck på henne. Några ledares tankar och idéer om företagande blev till inspirationsmodeller för hennes egen verksamhet. Redan tidigt tändes en dröm om att skapa branschens bästa arbetsplats, där alla anställda skulle slippa övertid och ha roliga, trygga jobb samt sex veckors semester.

Det var en god tanke och Britta höll stenhårt fast vid sin vision – men det hade sitt pris och som företagsledare och chef var hon naiv. Den frikostiga semestern innebar höga kostnader för företaget, och arbetsuppgifterna behövde utföras även då personalen var ledig. Ofta blev det Britta själv som gjorde extrajobbet. Det är viktigt att förstå att rollen som chef inte är detsamma som kollega eller vän med de anställda, och att kunna dra gränser för respektive parter ansvar.

## **Sammanbrottet**

Hur god intentionen än var, höll Brittans sätt att leva sitt företagarliv inte i längden. Ju mer arbete och ansvar hon tog på sig, desto mer förträngde hon hur hon själv mådde, eller att hon ens hade alldeles egna behov. I sin iver att klara av allting körde hon slut på sig själv. Hon förvandlades till sin egen största fiende, det som var hennes största tillgång – energin och glädjen – blev den stora faran om hon inte vilade emellanåt.

Kollapsen var ett faktum.

## **Att resa sig igen**

Efter den första veckans panik tog Britta tag i sin kropp och smärta. Hennes väg ut blev möjlig genom en kombination av en bra husläkare, massör som kunde allt om sambandet mellan kropp och själ, en sjukgymnast som lärde henne en teknik för att träna mikromuskulatur, och en terapeut som introducerade henne i mindfulness.

Det är inte farligt att arbeta hårt och mycket, men varje människa behöver stanna upp för att vila och bearbeta saker som hänt. Vi är många som likt Britta pressar vårt mest komplexa och värdefulla organ, hjärnan, att fungera på topp varje vaken stund utan tid för lugn och bearbetning.

För att lösa sin ansträngda arbetssituation hittade Britta sitt sätt att hinna ifatt sina tankar och vårda sin hjärna. Hon strök varje torsdag i sin kalender, dagen fanns helt enkelt inte för arbete. På torsdagen gick hon inte till kontoret, hade ingen dator hemma och svarade inte i telefon. Hennes anställda ringde bara om det var akut. Inga möten eller måsten, utan tillåtelse till sovmorgon, långa frukostar, träna, gå i skogen eller meditera.

Det var hennes egen tid. Hjärnan sorterade och hann tänka färdigt, och det var en ovärderlig investering som pågick samtidigt som hon vilade. Britta kom ifatt och samtidigt fick hennes anställda en chans sköta pr-byrån utan henne.

## **Utvecklas vidare**

Efter en tid påbörjade Britta en utbildning i "Tvärvetenskaplig metakompetens i kommunikation och förändring" vilket i dag är disciplinen Kommunikologi.

Här lärde hon sig att arbeta med helhet och balans, sorteringar och strukturer, för

att kunna analysera ämnen, företeelser och beteenden. Hon fick verktyg att medvetandegöra vad som leder till framgång, och vad som kan förbättras. Det arbetar hon med i dag i sitt nya företag Kommunikologen.

*”En äldre företagsledare med stor framgång i affärslivet fick frågan av en yngre chef på företaget hur hon blivit så skicklig på att ta rätt beslut under alla år.*

*– Det är enkelt, svarade företagsledaren, jag fattar bra beslut därför att jag har stor erfarenhet och erfarenhet har jag fått genom att fatta dåliga beslut. ”*

## **Stämngaffeln**

Oavsett vilken drivkraft man har inom ett område är det viktigt att bli medveten om den, för att använda den för avstämning. Drivkraften som entreprenör kan vara allt från att önska sig ett lugnare liv till drömmen om att förändra världen. Försök att formulera drivkraften i termer av ”tillstånd”, till exempel glädje, balans, lugn, energi, utveckling.

Detta blir din egen stämngaffel att hålla mot i ditt företagande: när du sätter mål, letar kunder, anställer, planerar din arbetstid. Sätt stämngaffeln mot det du gör och stäm av: leder detta dig åt rätt håll? Stressar det dig till exempel att arbeta hemma, så välj en annan lösning. Har du en kund som tar din energi, se över om kunden kan ersättas med någon annan. Tillstånden är drivkraften, energin som för dig framåt. Stämmer du av kan du också undvika de värsta felaktiga besluten även om några troligen kommer att slinka igenom. Och det är bara bra att köra i diket ibland. Misstag lär man sig en hel del av.

## **Kliv in i helikoptern**

Det är bra att med jämna mellanrum stanna upp och inta ett helikopterperspektiv för att få distans och se på dig själv och ditt liv utifrån. Gör en kontrollcheck: Hur ser det ut bakåt? Vad för dig dit du vill? Är det förenligt med din stämngaffel? Hur ser det ut just nu? Vilken riktning har du? Oftast behöver en del justeras. Var tjänar du pengar och vilka jobb är tillfredställande att göra? Det är lätt att tro att de uppdrag man ägnat mest tid åt också är de man tjänar mest på, men så behöver det inte vara. Genom att stämma av kan du lättare hålla dig på banan.

## Tänk framåt

Britta Sjöström understryker vilken kraft tankemönster har i våra liv – och att det inte räcker med att tänka utan man behöver handla också. Kopplar man ihop rätt tankar med rätt träning och har hyfsat rätt förutsättningar kan man komma hur långt som helst, till OS till exempel. Detta förstår alla idrottare och deras coacher, ska du springa maraton i New York behöver du besluta dig - och träna.

Men Britta möter ofta nyföretagare som aldrig kommer loss – de förbereder sig i evighet. Då du i stora drag vet vad du har att erbjuda och var du hittar kunder är det bara att sätta i gång. Börja. Det är bra att ha en webbsida, visitkort och olika presentationer, men det är inte nödvändigt för att börja skapa ett företag och en marknad. Sådant kan göras efterhand. Det viktiga är att vara i de sammanhang där du kan möta de kunder du vill ha, lyssna på dem och därefter berätta vem du är och vad du gör, var du går att nå och hur du kan bistå dem.

## Tolkningar

Med tolkningar menar Britta vad man "tror" att man måste eller inte kan, eller vad man tolkar in i andras beteenden. Det gäller från det lilla till det stora, till exempel:

- *När han säger så menar han i själva verket det här.*
- *När kunden inte hör av sig är hon ointresserad.*
- *Jag kan aldrig klara det här.*
- *Det är jättesvårt att driva företag.*

När Britta arbetar med konflikthantering är det ofta vad man tror om andra, och hur man tolkar deras beteenden, som är upphovet till problem. Att få tag i de här tolkningarna – av både sig själv och andra – är början på konfliktlösningen. Att bli medveten om tolkningar är en viktig framgångsfaktor i alla sammanhang.

Som företagare och chef är ju tolkningarna ett gissel om man börjar i fel ände, det vill säga negativt. Man blir stressad, orolig och osäker och förlorar sin tilltro. "Tänk positivt" är ju ett glatt utrop som dessvärre fungerar bäst när man redan är positiv. Det är inte lika enkelt när det känns som man står inför en mur av inre motstånd. Men en riktigt bra början, i alla sammanhang, är att ställa sig frågan: "Har jag rätt, eller går det att tolka på något annat vis?"

## **Framgång – vad är det egentligen?**

Alltför många kopplar ihop ordet framgång med yttre värden, som pengar och karriär. Men framgång är helt beroende av vem som definierar den. Att kunna sova gott om natten kan vara en framgång. Att säga upp sig, eller att sluta som chef, kan vara framgång. Att upptäcka att man är nöjd där man är, med det man gör är också framgång.

Så att hålla dörren öppen för vad som är framgång för just dig, i ditt liv är det viktigaste. Finns det nya beslut att fatta? Lever du efter gamla beslut, som inte längre är bra för dig? Är du lojal med en person, eller en idé på bekostnad av dig själv?

Det är högst relevanta frågor i livet som entreprenör, men också personligt. På samma sätt som Britta Sjöström kan du byta riktning, innehåll och skapa det du själv har lust med. Men gör det innan du tvingas till det därför att din kropp är slutkörd.

Du är den viktigaste personen i företaget – och inte minst i ditt liv.

***Våga misslyckas* är utgiven på Bokförlaget Redaktionen.**