

Personlig handlekraft

Hvorfor får nogen mennesker tingene gjort, mens andre bare bliver ved at tale om det? Den handlekraftige formår at styre den korteste vej fra strategi og intention til eksekvering og resultat. Men hvordan gør man det?

Anmeldelse ■ Af Jane Bækgaard

■ Titlen ”Personlig handlekraft” talte til mig, inspirerede til læsning og gav handlekraft til anmeldelse: Handlekraftig eller handlingslammet, jeg ved godt, hvad jeg vil vælge mere af.

Bogen inspirerer den livsnysgerrige til at gå på opdagelse i sin egen personlige handlekraft eller mangel på samme. Hovedbudskabet er, at det er muligt systematisk at arbejde med sin personlige handlekraft og opnå højnet lykkefølelse. Handlekraft og lykke går hånd i hånd.

Definitionen på handlekraft er dejlig enkel: *evnen til at omsætte intention til handling*. Det er en livsbekræftende bog, hvis optimisme og ægthed tiltaler mig. Den lokker ikke med hurtige og urealistiske svar, hvad angår menneskers udvikling og ændring af mønstre. Det er en proces at opdage sig selv, en modning. Bogen lover ikke mere, end det enkelte menneske formår, ønsker og har vilje til at ”flytte sig” i livet. Vi er selv ansvarlige for at holde øje med vor indre autopilot og udvikle bevidstheden om, at vi hele tiden har valg i livet. Valg i tanke, ord og handling.

De fem egenskaber

Først i bogen fremføres en model for de fem grundlæggende udløser af personlig handlekraft: ambitioner, selvindsigt, individuelle forudsætninger, emotionel kapacitet og relationer. De egenskaber er samtidig afgørende for, om personer udvikler sig livet igennem, rykker ved noget og når deres drømme. Handlekraftens brændstof er *ambitioner*. En vigtig nøgle til handlekraft ligger også i vores relationer til andre mennesker, og i vor vilje til at flytte os.

De fem grundlæggende egenskaber uddybes grundigt i fem kapitler, hvor der også gives konkrete handleanvisnin-

ger til at arbejde med sine ambitioner, selvindsigt, individuelle forudsætninger, emotionelle kapacitet og relationer. Handlekraften tager først for alvor fart, når vi mestrer alle fem egenskaber, har balance mellem disse og står på alle fem ben.

Jeg oplever mig selv som en person med en rimeligt god personlig handlekraft. Gennem læsning af bogen fandt jeg dog ”mit svage ben”, som jeg er blevet inspireret til at gøre stærkere.

Bogen krydres med gode personlige fortællinger fra et antal danskere med stærk personlig handle- og gennemslagskraft, der alle har rykket seriøst og fulgt deres passion. Det er spændende læsning. Livsbekræftende og relevante beretninger, der ikke bare står isoleret, men af forfatteren anvendes fint gennem bogen.

Sidste del af bogen er en grundig, enkel og anvendelig coaching-guide med 15 områder, vi selv kan arbejde med, hvis vi vil øge vores handlekraft. Først identificeres ens type, dernæst arbejdes der med, hvorvidt vi vil højne eller dæmpe de givne personlige egenskaber. Områderne er: engagement, personlige ambitioner, dristighed, målrettethed, handlefokus, værdifokus, selvfokus, ansvarsforvaltning, gennemslagskraft, kommunikation, situationsfornekkelse, empati, tillid, givende, modtagende.

Under læsning af coaching-guiden var det spændende at ”identificere” mig selv samt gøre status over, hvilke egenskaber jeg kunne ønske henholdsvis øget eller dæmpet.

At kende sig selv bedre

Forudsætningen for at opnå øget handlekraft er, at vi tør bevæge os ned i vore egne dybder, både hvad angår vores



talentkerner og svagheder eller skyggesider. *Viljen* til at arbejde med at udvikle sig selv også i vore relationer. Forfatteren tænker og skriver i relationer og opfordrer læseren til at lære af de mest besværlige relationer.

Der er størst mulighed for vækst, hvis vi tør kigge på de "allergier", vi kan have over for nogle personer. Det kræver mod at betragte sig selv med ærlighed, vælge sig selv og stå ved sine holdninger. Det er dog en nødvendighed, hvis vi gerne vil udvikle os til de personer, vi gerne vil være.

Interessant og gennemgående i bogen er et stærkt fokus på følelser og empati, formidlet på en måde, så det ikke bliver for meget. Følelserne fungerer som vores vejviser i verden og vores evne til at mærke, kende og genkende egne og andres følelser, har afgørende betydning for vores selvindsigt og handlinger.

Jo større indsigt vi har i vor livshistorie, jo mere sandfærdigt og dynamisk kan vi arbejde med den og bevidst vælge ikke at gøre os til ofre for den.

En autentisk bog

Der er noget dejligt uselvsk over bogen. Den handler om meningen med livet, at finde ind til vores talenter, vort kald, at finde vores mission og turde leve den. At gøre noget ud over for egen vinding. Stig Kjerulf tør stå ved sig selv bogen igennem. Han er klar, ærlig, ligefrem og tydelig i sine udtalelser, værdier og holdninger. Så ligefrem, at tanken kan strejfe, om han støder nogen. Han er modig og formår dog på bedste vis at udtale sig meget klart om både fremtrædende personer og virksomheder, uden at der synes at ligge "domme" deri – det er en kunst. Bogen synes skrevet i frihed uden frygt, den virker autentisk.

Forfatteren fremfører den eksistentielle ambivalens mellem stagnationsangst og livsangst, det evige dilemma mellem ønsket om forandring og behovet for stabilitet og tryghed. Handlekraften ligger i balancen mellem de to, om end vi næppe undgår, at det ene eller det andet ekstrem tager over.

Gennemgående i bogen er også betydningen af relationer, og hvor vigtige vi mennesker er for hinanden. Alt, hvad vi gør, sker i relation til andre. Selv når vi sidder for os selv, er andre med i vores tanker.

Hvad tænder din handlekraft?

Bogen er levende, let at læse og har samtidig en høj kvalitet. Stig Kjerulf er pioner inden for erhvervspsykologi i Danmark. Det er en fornøjelse at læse en erhvervspsykolog så velbevandret i menneskets udvikling og psyke, såvel på det intrapsyke som på det interpersonelle plan. Læseren får også kendskab til viden og guldgrube fra fremtrædende og anerkendte fag personer i verden inden for mange forskellige grene. Dette er ikke bare fyld og glamour, men anvendes præcist og relevant som hjælp for at forstå og forstærke budskabet.

At udvikle øget personlig handlekraft kræver arbejde, at du tager dig selv i nakken og forsøger at svare på livets store spørgsmål: Hvem er jeg? Hvorfor er jeg her? Hvad kan og bør jeg udrette, som giver mening for mig og min omverden?

Vores egne forventninger til os selv vil oftest være den største hindring for at opnå lykke og handlekraft. Udfordrer vi ikke os selv og fremelsker nye ambitioner, vil den personlige handlekraft ruste. Har du brug for at holde din handlekraft i live eller ruske op i den, kan jeg varmt anbefale bogen. Den gennemsyres af en klar fornemmelse af forfatterens udviklingslyst og handlekraft. Hvad tænder og hæmmer din handlekraft?

Jane Bækgaard

BOGDATA ■

Stig Kjerulf: *Personlig Handlekraft*. Gyldendal Business 2008, 260 sider, 299 kr.