

VECKANS COACHTIPS MED



KENTH ÅKERMAN
do CHANGE concrete



Veckans Coachtips #230, 25 september 2015

Låter du andra definiera dig?

Händer det att du själv säger till andra att "du är ju sådan", "du har alltid varit sådan" eller "du har aldrig kunnat...", "du har aldrig tidigare gjort så varför ska du försöka".

Det är din tidigare erfarenhet att andras tankar och idéer om dig definierar dig. Att andras tankar om din identitet pådyvlas dig och helt plötsligt så är du någon eller inte någon som klarar av, eller som inte klarar av.

Du är inte dina rötter.

Du kan alltid vara och bli någonting annat. Att du kommer från en speciell plats, att du är född och har levt ett visst antal år ska inte heller definiera den du är. Att du är man eller kvinna definierar inte heller vem du är, utan det är: Vem du är kompetensmässigt? Hur och vem är du som människa?

Och framförallt,
vem är du när du är den du vill vara?

Individ betyder odelbar enskild varelse.

Vi är alla unika, vi är födda unika. Det beror inte på var vi kommer ifrån utan kanske snarare på vart är vi på väg. Låter du andra definiera dig?

Hur ofta definierar du andra och deras identitet? Vem är du?

Jag är pappa. Jag är också körkortsinnehavare. Jag är inspiratör och talare. Jag är ledarskapsexpert. Jag är yogis. Jag är löpare. Jag är ekonom. Jag är akademiker. Jag är omtänksam. Jag är positiv. Jag kreativ.

Jag är... ja, vem är du?

Om du ställer frågan till dig själv: du är?

Eller rättare sagt: jag är, ja vaddå? Fortsätt gärna meningen...

Vi har många identiteter, men vi är i grund och botten en individ, en enskild varelse, odelbara. Vem tillåter du definiera dig och är det din bakgrund gör att du är den du är? Eller när du är född och hur gammal du är? Är det ditt kön som du tillåter definiera dig?

Så - vem är du, vem vill du vara?

Låt inte andra sätta ett epitet och definiera vem du är.

Du bestämmer själv!