

Avslutande sammanfattning

Kvinnodagen 8 mars 2014, Stentorp i Pargas

Jag lovade tala om "att hitta verktyg för att fortsätta leva väl, hållbart och konstruktivt – som människa, kvinna och företagare".

Jag inledde med de sista PowerPoint-bilderna från föreläsningen i Korpo i april 2013 "Jag och mina resurser".

På den sista står "**Hur gör jag det [mitt företagande] hållbart, lönsamt och livskraftigt?**"

MIN DRIVKRAFT

Och då måste vi tillbaka till oss själva igen: **Vad är min drivkraft? Vad är det som triggas mig?** Vad vill jag egentligen? Vad är det jag drömmer om?

För affärsidén ligger som grund för allt jag gör: jag måste veta vad jag håller på med – och varför. Att bygga företag kan även jämföras med andra projekt: "Det kostar alltid mycket mer och det tar alltid mycket längre tid än man först tror" som någon erfaren uttryckte det.

Ett lönsamt företags grundförutsättning är nöjda kunder, återkommande kunder och nya kunder. Utan kunder inget företag. Ibland är det bra att föreställa sig sin "bästa kund", sin drömkund. Vem/vilket företag kunde det vara? Vad behöver/vill den kunden ha av just dig – och hur? På vilket sätt är den kunden annorlunda än dina "vanliga"? Hur kan du nå den här typen av kund?

Och då kom vi snabbt in på kommunikation, kundkontakt och -bemötande, ditt varumärke, olika kommunikationskanaler. En grundprincip här är trovärdighet, att allt du står för (visar/förmedlar) talar samma språk och att du som företagare är trovärdig i vad du lovar dina kunder, att du bygger förtroende i dina relationer.

LÖNSAMHET

När det gäller företagets lönsamhet är en viktig aspekt hur stor del av din totala försörjning som kommer/skall komma från företaget. Är det bara en hobbyverksamhet på deltid, motsvarar det en halvtidsinkomst eller är det genom företaget som din totala försörjning kommer? Det tydliggör HUR viktig lönsamheten är för just dig (inte alls – du klarar dig ändå, eller livsviktig – det är allt du skall leva på).

För att kunna uppskatta och följa upp budget är den första frågan: Vad behöver du få in? Vad vill/måste du förtjäna? När du har ett hum om hur mycket du vill/behöver få in per

månad eller år, så gäller det att titta över intäkter och kostnader. SÅ: Vad har du för kostnader? Vilka kan du minska? Kan du leasa istället för att äga? Kan du dela lokal med någon annan? Här är det också att göra en bedömning av både tid och pengar. Någon tycker att en extern bokförare är dyr, men samtidigt kan den TID du lägger ner på att bokföra själv om du inte är van och inte riktigt orkar hålla reda på alla förordningar och ändringar hellre användas till att få in mera intäkter, dvs att du gör sådant du är BRA på. Det är att prioritera och välja HUR du fördelar dina olika resurser. När får det kosta pengar? När får det ta tid?

A. Lägre kostnader stärker lönsamheten.

Det andra sättet att stärka sin lönsamhet är att se över sin prissättning. Har jag rätt pris/er? Oberoende på vilken nivå du är – höj lite regelbundet. Skillnaden mellan 60 €/h och 63 €/h verkar inte så stor, men om du jobbar 900 konsulttimmar/år så blir det 2700 € till.

Prissättning handlar om att skapa värde, väva in ditt varumärke, din drivkraft, din speciella kompetens i både varor och tjänster, hitta det som människor är beredda att betala (lite mer) för. Vi blir lätt hemmablinda, så du kan lätt kolla upp med dina kunder eller bekanta genom en enkel marknadsundersökning hur de uppfattar ditt företag (ditt "värde"), t ex fråga dem direkt eller via en liten enkät "Vad är det bästa med Sweet Ambitions handledning?", "Hur ofta vill du ha handledning under ett år – en gång i månaden, en gång i kvartalet, en gång i halvåret, annat...?", "Finns det något du tycker du att företaget skall bli bättre på?", "Något annat du vill säga om Sweet Ambitions tjänster?". En marknadsundersökning ger snabbt och direkt svar på viktiga frågor.

B. "Rätt" (= tillräckligt hög) prissättning stärker lönsamheten

Den tredje vägen till god lönsamhet är ökade försäljningsinsatser, dvs få fler kunder eller sälja mer till befintliga. Här är det att bestämma sig för AKTIVITETER: ringa, ordna något event, bjuda in nya grupper, "ta med en vän", utarbeta nya paket, skicka erbjudanden via mail, börja blogga, använda sociala medier mer, osv. Och för din egen disciplin skull, kan det vara bra att reservera en dag (i månaden?) att t ex ringa 10 samtal. Det här är regelrätt arbete. "Trist", hårt, svårt? Ibland. Men få saker kommer gratis. Och det ger tillfredsställelse när du utmanar dig själv och vågar göra sådant du gärna låter bli.

C. Mer försäljning stärker lönsamheten (fler kunder, merförsäljning "på samma gång", jfr Dressmans: "Behöver du nya strumpor? Eller nya kalsonger? (Nu när du har köpt en skjorta)"?)

Kan du göra (små) insatser och förbättringar på alla dessa tre områden kommer det att göra skillnad och märkas vid bokslutet.

UTVECKLING

För att företaget skall vara "hållbart, lönsamt och livskraftigt" behöver det utvecklas. Det kan ske genom att du uppdaterar din kompetens, tar in någon annan som underleverantör,

medarbetare eller partner för att stärka företagets mångsidighet och kunskaper eller genom att anlita en coach/mentor för att få ett bollplank. Har du ett aktiebolag kan du plocka in kompletterande kompetenser i styrelsen, och vi andra kan fråga personer om de vill ingå i en sk Advisory Board, ett sakkunnighetsråd. Ibland kan det räcka med att bjuda på en lunch och på förhand ha delat ut några frågor och bakgrundsfakta som du vill ha upp och diskutera. Att skaffa sig och ingå i olika nätverk är också nödvändigt/önskvärt. Och vi skall vara frimodiga med att använda dessa **professionellt**: "Vad söker jag? Vad behöver jag hjälp med? Vem behöver jag?" Och omsvängt vara öppna och generösa: "Vad kan jag tillföra? Vad kan jag erbjuda?"

Du är ditt varumärke, och därför är ditt välmående av så stor betydelse, och vår personliga utveckling, våra skeden i livet, allt det påverkar vårt företagande på något sätt.

- Det som får mig att utvecklas är...

SWOT-analysen tog vi upp tidigare på Högsåra. Den är ett enkelt redskap för nulägesanalys och omvärldsanalys. När vi ser över vår verksamhet (inklusive allt ovan) så kan vi planera, skapa översikt och visualisera HUR vi vill ha det. Vad vill vi under det här året?

(Jfr Esters månadskalender med små färgade PostIt-lappar – mångfalden av spretiga uppgifter blir hanterlig när jag tydligt ser vad jag skall fokusera på en viss vecka för att det skall vara klart vid deadline. Det hjälper mig att prioritera – och jag undviker den där gnagande oron att jag har missat något. Mina uppgifter blir synliga och tydliga, och det skapar lugn och arbetsro.)

BALANS - VÄLBEFINNANDE

Balans behövs för att vi skall orka fungera konstruktivt och leva väl. Här visade jag kortfattat FLOW-grafen, där ena axeln står för utmaningar, krav, förväntningar och den andra axeln står för min (upplevda) kompetens. När dessa sammanfaller – vare sig det är på en låg eller hög nivå så är jag i balans och kan känna flow, det flyter, det känns bra. När kraven och förväntningarna upplevs större eller högre än min kompetens, så kommer jag in i ett stressande läge, som jag måste hantera på något sätt. Och på motsvarande sätt blir jag frustrerad/stressad av att jag kan och vill mycket mer än jag får utrymme att göra. Och den situationen behöver jag också hantera på ett konstruktivt sätt. "Tänk allt till DIN fördel!"

Traditionell/universell (?) stresshantering känner du redan till: allt sådant som får oss att må bra, samla kraft, varva ner som kärlek, mat, sömn, rörelse, skratt, vänskap, beröring, meningsfullhet, lösningsfokus, avslappning, yoga, osv. Mitt eget sätt är "lite lycka alla dagar", just nu lever jag, och jag vill ta vara på det fina just nu. Morgondagen har nog av sina egna utmaningar, och då får jag ny kraft till dem. Mental träning med bland annat Lars-Eric Uneståhl (via CD-skivor) förändrade mitt liv, i det att jag insåg att på samma sätt som jag kan välja mina kläder kan jag också välja mina tankar. HUR vill jag alltså ha det? HUR vill jag känna mig? Och sedan föreställa mig det. Jag började med följande för mig viktiga ord 2009:

"Jag är lugn och glad, ... jag är frisk och slank". Lite senare omfattade jag mer än bara min yttre och inre människa, jag tog t ex in vad jag ville i mitt jobb: "Jag lyssnar, jag lär, jag samverkar, ... jag förändrar världen". Osv. Dessa ord är viktiga för mig, de dyker upp sporadiskt, men med eftertryck, och så memorerar jag dem i PRESENS (nu-form) t ex när jag springer eller när jag ligger på soffan med slutna ögon. "Jag är...., jag har...".

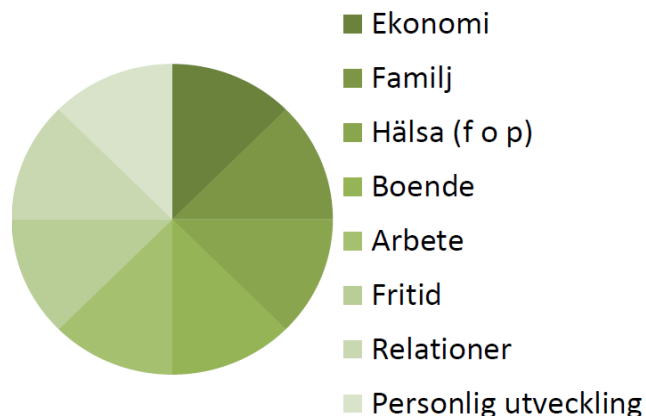
Var och en av oss har våra egna ord. Våra egna önskade tillstånd.

Mental träning och avslappning är precis som allt annat färskvara. Det måste upprätthållas. Konditionen måste tränas för att bevaras på en hälsofrämjande nivå. Det gäller både fysisk och mental hälsa.

INSIKTER

Ett annat sätt att stärka balansen är att känna tillit och respekt för sig själv och sin egen rytm: är du en morgonmänniska? En nattuggla? Att jobba när det fungerar bra och effektivt. Genom att identifiera våra sk tidstjuvar, energitjuvar, kan vi också öka vårt fokus på rätt sak i rätt tid. Testa t ex från det du vaknar: vad känns bra, vad ger energi – vad sänker dig, vad gör dig "trött", frustrerad? Det kan vara saker: kaffekokaren, bilen, - det kan vara människor: barnen, partnern, mamma, en arbetskamrat. Giséla Lindes bok "Lev enklare" innehåller många praktiska övningar. Du kan välja vilka som passar dig. Här kommer några:

- Gör en lista (eller en mindmap) över vart och ett av påståendena JAG MÅSTE, JAG BORDE, JAG VILL. Titta på dem, prioritera: vilka måsten och vill för dig till ditt mål eller åt det håll du vill gå, utvecklas, leva. JAG BORDE är en lista där du skall styrka så många som möjligt. För det är ofta dåligt samvete, andras förväntningar – eller min egen förväntning om att jag borde vara som andra, krav och olust. STRYK DESSA! STRUNTA i så många du kan. Inte måste vi tvätta fönster och delta i saker vi inte trivs med. FRIHET. EGET ANSVAR. INRE STYRNING. DITT VAL. *DITT* val.
- Livshjulet (från Högsåra) – ger dig en översikt över dagsläget i ditt liv vad gäller åtta områden. *Hur nöjd är jag med de olika delarna av mitt liv?* Det ger insikter och kanske en lust till/behov av förändring (handling igen). Men allt har sin tid.



- Att göra en lista på/tankekartan över VILL HA IN I MITT LIV och VILL HA UT UR MITT LIV (vill ha mindre av i mitt liv) är en annan bra övning som synliggör vad som är viktigt och vad som stjälar vår kraft och tid.

Dessa övningar är enkla redskap för självreflektion: vem är jag, hur har jag det, hur vill jag ha det?

- "30 saker jag tycker om att göra"-övningen ger också ledtrådar till vad du tycker om, vad som ger energi, vad som är gratis, vad som är gemenskap och vad som är egen fredag tid. Du synliggör också dina styrkor, specialintressen och talanger - och hur mycket du gör "roliga saker".

Freda tid för ditt eget välmående! Det är en sak vi kan göra för oss själv. Livet drabbar oss ändå, allt kan vi varken styra eller välja. Men mycket kan vi underlätta med det förhållningssätt vi väljer att ha.

Och avslutningsvis två visualiseringsuppgifter (se det framför dig som på ett foto eller i en film några år framåt i tiden):

- Framgång för mig är...
- Ett gott liv för mig är...

Jag önskar dig ALLT GOTT!

Framgång som människa, oberoende om du är företagare, anställd eller frifräsare :).

Lev väl!

"A relaxed mind is a creative mind."

Ester Miiros
12 mars 2014



Här tittar jag på min lilla lyckoelefant, köpt i Estland på Skärgårdskvinnoseminariet 2013. Elefanter har sedan jag var ung varit en av mina goda symboler.

Foto: Rebecka Eriksson