

Jak przejąć inicjatywę i sprawić, by wydarzyło się to, czego chcemy

Kto wie, jak przejąć inicjatywę, zmienia swój świat. Warto zebrać się na odwagę i wziąć sprawy w swoje ręce. Tylko od czego zacząć?

Przejąć inicjatywę oznacza zrobić pierwszy krok w stronę osoby, która się nam podoba, ale też łamać schematy i rozpoczynać własne projekty. Być proaktywnym i korzystać z entuzjazmu, intuicji, kreatywności i woli antycypowania wydarzeń, by sprawnie radzić sobie z trudnościami. Przyznajmy się szczerze...Któż z nas nie chciałby mieć takich kompetencji? Któż z nas nie usłyszał nigdy: **“brak ci inicjatywy”**? Słowo to staje się symbolem tęsknoty, impulsem, który każdy chciałby wcielić w swoją osobowość i zachowanie, by kontrolować rzeczywistość. Kompetencje społeczne, zdolności przywódcze...to wszystko wymiary tego samego aspektu. Niektórzy te cechy mają, inni nie.

Gdy brak nam inicjatywy, powodem zwykle jest niepewność siebie lub strach. Boimy się błędów, nie chcemy się odsłaniać i pokazywać innym naszych błędów.

Jednak jedno jest pewne: **między brakiem ruchu a porażką nie ma wielkiej różnicy.** Pozostajemy w tym samym miejscu, nie dzieje się nic, nie idziemy naprzód. Jeśli chcemy lepszego życia i **samorealizacji**, musimy przejąć inicjatywę

Jak przejąć inicjatywę i zrealizować swoje marzenia

W pewnym momencie w życiu każdy z nas doznał tego uczucia – chęci zrobienia czegoś i braku odwagi, by zacząć. Prośba o podwyżkę, zagadanie do nowej osoby, zmiana w życiu, wejście na nowy etap...

Przejęcie inicjatywy wymaga czegoś więcej niż tylko odwagi.

Trzeba przede wszystkim mieć plan działania.

Osoba z inicjatywą nie improwizuje, a postępuje według planu. Konieczne jest bowiem dostrojenie odpowiednich procesów poznawczych, emocjonalnych i zachowania. Poznajmy serię strategii na to zorientowanych.

Zsynchronizuj emocje z celem

Pewne emocje przeszkadzają nam w osiągnięciu celu. **Przejęcie inicjatywy sprawia, że pojawiają się dwie konkretne emocje: strach i wstyd.** Boimy się popełniania błędów i odsłaniania się. To nasz najgorszy wróg – warto nauczyć się wyłączać te uczucia i przekierowywać je.

W jaki sposób? Ustanawiając dialog z sobą samym i przypominając sobie, Planuj, obserwuj, wykorzystuj szanse

Przejęcie inicjatywy nie polega na rzuceniu się do basenu po odliczeniu do trzech. Czasami basen bywa pusty i popełniamy błąd, który był do przewidzenia.

- **Przejawianie inicjatywy wymaga brania pod uwagę kontekstu, przewidywania możliwych konsekwencji,** obserwowania sytuacji z różnych perspektyw i planowania.
- **Nie należy poddawać się działaniu przypadku.** By osiągnąć to, czego chcemy, potrzebujemy nieco szczęścia, które jednak przede wszystkim tworzy się poprzez wysiłek, **pracę i kreatywność.**

na co zasługujemy. Trzeba pamiętać, że strach i wstyd nas paraliżują, odłączają nasz potencjał i zaburzają naszą tożsamość. Natomiast **emocją,** Zwracaj się do sojuszników i mentorów

Jesteśmy odpowiedzialni za kształtowanie naszej rzeczywistości i przyszłości. Nie oznacza to, że nie możemy liczyć na pomoc i radę eksperta. **Na pewno w twoim otoczeniu jest ktoś, kto może ci pomóc.**

Co więcej, możliwe, że znasz kogoś, kto przeszedł już planowany przez ciebie etap i może ci doradzić. **Miej otwarty umysł, słuchaj opinii,** miej na uwadze inne perspektywy, by podejmując decyzje, widzieć szeroki obraz. Przygotuj drogę – wielkie zwycięstwa zaczynają się od wygranych bitew

Osoby z inicjatywą nie improwizują i nie ryzykują wszystkiego jednocześnie. **Jeśli ktoś ci się podoba, nie możesz z dnia na dzień wyznać jej swoich uczuć.** Praca na rzecz zdobycia jej musi być stopniowa. Podobnie jest w innych kontekstach. **Nie można prosić szefa o podwyżkę bez udowodnienia, że się na nią zasługuje.** Nie można radykalnie zmieniać swojego życia i zamykać za sobą drzwi przed otwarciem innych. Kluczem jest stopniowe działanie i **korzystanie z charyzmy** oraz pomysłowości, by w każdych okolicznościach udowodniać, ile jesteśmy wartej.

Czasami konieczne będzie zrobienie kroku w tył.

To nic złego – przekalibrowanie opcji i zyskanie perspektywy pozwala na nabranie rozpędu.

Przejęcie inicjatywy to nie tylko odwaga, to także

planowanie, cierpliwość i rozsądne zarządzanie emocjami oraz koncentracja na chęciach i entuzjazmie. Nie ma sensu kierować się impulsami, a lepiej korzystać z inteligencji i poddawać wszystko refleksji. Każdy z nas może nauczyć się przejmować inicjatywę i realizować swoje plany oraz kreować życie, jakiego chce.

Pozdrawiam A.Pilarska-Maciaszek