

Innováció - vállalkozásfejlesztés az önismeret és a kommunikáció fényében

- *avagy hogyan támogatja a magunkon végzett önreflexió munka vállalkozásunk sikerét?*

Héjjas Emese közgazdász, szervezetfejlesztő coach, tréner előadása, [Free your mind](#)



Az **ÖNISMERET** alapvető fontosságú az élet minden területén. Segítségével

- jobban tudunk másokkal együttműködni,
- emberi kapcsolataink letisztulnak,
- érdekeinket jobban tudjuk érvényesíteni,
- reális célokat tűzünk ki és el is érjük őket,
- boldogabbak, elégedettebbek leszünk,
- adekvát döntéseket hozunk, döntési szabadságunk megnő,
- tudatosan építjük a jellemünket,
- több tere lesz a spontaneitásunknak,
- jobban tudunk hallgatni a megérzéseinkre,
- sokkal rugalmasabbak leszünk, jobban tudunk alkalmazkodni új helyzetekhez.

Az önismeret születésünktől kezdve fejlődik, de ha nem fektetünk hangsúlyt arra, hogy minél jobban megismerjük magunkat, akkor megrekedünk egy szinten és rugalmatlanná válunk. Az önreflexió, ami az önmagunk megismerésére irányuló tudatos törekvést jelent, jó esetben élethosszig tartó folyamat, hiszen mi magunk is élethosszig változunk, az önismeretünket újra és újra felül kell vizsgáljunk.

Az önismeret forrásai a teljesség igénye nélkül:

- személyiség- (pl. az [MBTI teszt](#)) és viselkedéstesztek ([DISC teszt](#))
- önismereti tréningek
- [pszichodráma](#)
- coaching-folyamat
- pszichoanalízis
- mások visszajelzései

- kommunikációs stílusunk, szóhasználatunk megfigyelése
- képességeink számbavétele
- traumák (betegségek, balesetek, kihívások)
- kilépés önként a komfortzónánkból
- mérhető, adatszerű információk magunkról
- játék
- álmok
- viccek
- meditáció
- naplózás stb.

Hogyan dönts afelől, hogy mivel szeretnél pénzt keresni?

[Jim Collins](#) szerint két irány van: a közészerűség vagy a kiválóság útja.



A közészerűség modellje



A kiválóság modellje

A kiválóság előbb utóbb meghozza a gyümölcsét és megteremti a maga piacát, vagyis az emberek fizetni fognak érte - mondja Collins. Van egy valami, amiben egyedi vagy, ezt kell magadban megtalálni az önismeret segítségével.

A kreativitás 3 tényője



[Theresa Amabile](#) szerint a kreativitás nem a zsenialitásról szól, hanem egyrészt kemény munka és tanulás van mögötte, másrészt egy nagyon nagy belső motiváció - a szenvedély, a kíváncsiság, a kihívás bizsergetése -, illetve egyfajta szinergikus gondolkodás, amellyel különböző területeket össze tudunk kötni új megoldások létrehozása érdekében.

Ellis Paul Torrance amerikai pszichológus – a kreativitáskutatás kiemelkedő alakja – összegyűjtötte azokat a gátló tényezőket, amelyek megnehezítik, visszafogják a „kreativitás-magok” kibontakozását, fejlődését. Forrás [itt](#).

Ezek a következők:

1. sikerorientáltság
2. igazodás másokhoz
3. a kérdés tilalma
4. eltérések abnormalitásként kezelése
5. szűk időkorlátok
6. túlzottan nehéz feladatokkal való leterheltség
7. a rombolás megbélyegzése
8. eltúlzott, pedáns rend
9. munka-szórakozás kettősség túlhangsúlyozása

Ha szeretnéd tisztábban látni, hogy a szüleid milyen gátló parancsokat neveltek beléd, azt [itt](#) tudod megnézni.

„Az innovációt a kreativitás mozgatja, látja el energiával.” (John Howkins)

Howard Gardner amerikai pszichológus az innovatív gondolkodást kutatta. Gandhi, Sztravinszkij, Picasso, Freud, Einstein, Eliot és Graham munkásságát [vizsgálva](#) a következő közös tulajdonságokat találta:

- célorientáltak voltak,
- kitartóak voltak mások kétségei és kételkedése ellenére,
- analizálták az erősségeiket és gyengeségeiket - a készségeiket optimalizálták, a hátrányt előnnyé kovácsolták,
- személyközi/interperszonális készségeik erősek voltak - megértettek másokat, kezelték a saját érzelmi hullámzásait,
- kockázatvállalóak voltak.

A sikeres vállalkozás ismérveit sokan sokféleképpen fogalmazzák meg, de az innovatív gondolkodás mindig benne van a képletben.

Egy lista a sok közül:

- elkötelezettség, elszántság
- vezetői készség
- lehetőségek kutatása
- kockázat- és bizonytalanságtűrés
- kreativitás, magabiztosság, adaptációs készség, innovatív gondolkodás
- motiváltság, ambíció
- döntési készség, gyors reakciókészség
- flexibilitás
- kísérletezés útján való tanulás, projektalapú tanulás (nem tanulnak elméleteket)
- erős szociális készségek, empátia, jó kommunikációs készségek