

Energiarabló játszmák

Sárvári György cikksorozata konkrét példákon, hazai menedzserek életéből vett eseteken keresztül ad útmutatást, hogyan érdemes kezelniük a vállalatok vezetőinek – és a beosztottaiknak – az őket érő kihívásokat. Ha van közkinccsé tehető élményük, esetleg kérdésük, küldjék el a figyelo@sanomabp.hu címre, s szerzőnk írásaiban igyekszik majd megválaszolni azokat.

Számos szakmai helyzet – és párkapcsolat is – azért fut zátonyra, mert a két fél között állandósul egy energiarabló magatartásforma, amelyen nem akarnak, vagy nem tudnak változtatni.

Amikor egy vezető krízishelyzetben a helyett, hogy erőt merítene saját magából, vagy akár egy partneri beszélgetésből, a környezetét megterhelve valamilyen energiarabló játszmát kezdeményez, az ilyen fellépés legtöbbször nem tudatos. Mindennapos eset például, hogy valaki sértetten magába zárul, ha vélt vagy valós igazságtalanság éri, ha úgy érzi, hogy sérülnek az érdekei. Márpedig a magába forduló ember legtöbbször nincs tudatában annak, hogy csendes bezárulása mennyi energiát szív el a környezetétől. Nem lehet feltörni a néma és sötét burkot körülötte, ami sokszor büntudatot ébreszt a környezetében: miért történik ez; én vagyok az oka; mit tettem ellened; miért szenvedsz ilyen látványosan; hogyan lehetne megmenteni...? Úgy működik ez a játszma, mint egy fekete lyuk, amely elszívja a környezete energiáit, magába szippant mindet és mindenkit, és egyre nehezebb kitörni a bűvköréből.

Egy másik tipikus játszma, amikor probléma esetén a teljes felelősség-elhárítás esete ismétlődik. Én megtettem mindent, sőt, előre tudtam, hogy ez lesz, a rossz feltételek, a gazdasági környezet a hibás. Még rosszabb esetben mindenki felelős, kivéve a főnököt.

ROSSZ BEIDEGZŐDÉSEK.

Az energia az életünk és létezésünk alapvető forrása, amit mindenki érzékel, keres és használ. Ami viszont nem mindenki számára tudott, hogy az energiáért nem kell harcolni. Hosszú tanulási folyamat, amíg megértjük, hogy az energiaáramlás legintenzívebb módja a pozitív gondolkodásban és nagyon tudatosan felépített együttműködésben rejlik. A nyugati kultúrkörben a hagyományos iskolai tankönyvekből és módszertanból kimaradt az energiával való tudatos bánásmód megismerése. Az energiafelhasználásunkat így legtöbbször tudattalan sémák vezérlik, és csak később jövünk rá, hogy működésünkben mennyi berögzültség, rossz minta, tudattalan energia-elszívó játszma van jelen. A jó hír, hogy a belátás erejével képesek vagyunk változtatni a sorsunkon.

A harc az energiáért sokszor észrevétlen módon alakul ki a családokban, beépül az iskolában, és visszük tovább a vállalati működésbe. Legtöbbször a nem tudatos félelmek, a rossz tapasztalatok miatt alakul ki a manipulatív tér- és energianyerés gyakorlata. Pedig az energia alapvetően nem másoktól megszerezhető kincs, hanem olyan forrás, amellyel mindannyian korlátlanul rendelkezünk, csupán tudatosan kell vele bánnunk. Azt talán mindenki érzékeli, hogy egy találkozás, beszélgetés, netán értekezlet után fáradt lesz, vagy ellenkezőleg, feltöltődött. Mégis kevesen vannak, akik képesek összekötni a pozitív vagy negatív élményt a kapcsolódásban létrejött mintázatokkal, magatartásmódokkal.

Aki túl sok figyelmet igényel magának, de nem tud figyelmet adni, az energiát rabol. A harc a figyelemért tipikus tudattalan berögzültséggé válhat az energiára éhes vezetői értekezletek szereplőiben, a hierarchiába tagozódott pozíciók birtokosaiban, a főnök-beosztott viszony aszimmetrikus helyzeteiben.

KÍNZÓ ÉHSÉG.

Az energiaéhség sokszor erősebb késztetés, mint az élelem utáni vágy. A fizikai éhséget sem könnyű minden esetben csillapítani – lásd korunk tipikus betegség tüneteit a bulémiától az anorexiáig –, viszont az energiaéhséget mindennél nehezebb kielégíteni. Az ugyanis sokszor elnyom minden más finom érzékelést, így uralkodó motiváló erővé válhat.

Sokszor tapasztaljuk, hogy a személyes kapcsolataink egy idő után hatalmi helyzetekké alakulnak át, még akkor is, ha kezdetben egyértelműek voltak a szerepek és a kapcsolódás szimmetrikus volt. Nagyon sok párkapcsolat és szakmai helyzet éppen azért fut zátonyra, mert egy idő után szinte törvényszerűen egy tipikus (általában nem tudatos) energianyerés mintáját ismerik és követik benne a játékosok, és azon nem akarnak, vagy nem tudnak változtatni.

A szerző a Neosys Szervezetfejlesztő és Tanácsadó Kft. ügyvezető igazgatója.