

Från hemliga drömmar till verklighet

Kom i mål. Så heter seminariet som lockat de tolv deltagarna i gruppen. De har alla samlats för att få lyssna till Anna Canter från Anatomen, som rappt och lyhört lär ut hur man förvandlar drömmar till nåbara mål. Med sig hem får de även ett antal verktyg, att använda även efter att kursen är slut.

- Jag tror att nyfikenhet är den gemensamma nämnaren för de som var här idag. Det är människor som både vill lära sig hur de kan bli effektivare i sin vardag och har en inbyggd vilja att inte stagnera. De vill fortsätta att utvecklas som människor, säger Anna Canter efter att seminariet avslutats.

Anna har många års erfarenhet som hälso- och rehabcoach. I sitt yrke har hon stött på många som av olika anledningar inte befunnit sig där de önskat i livet. Det kan vara sjukskrivningar, arbetslöshet eller personliga kriser, som för kortare eller längre perioder sugit musten ur de människor hon mött.

- Mitt jobb har varit att hitta vägar tillbaka för dem. Att motivera dem, ge dem viljan att komma tillbaka, och energin de behöver för att orka, berättar Anna.

Erfarenheterna från att jobba med just långtidssjukskrivna och rehabfrågor har inte bara gett en insikt i vad som krävs för att folk ska må bra på en arbetsplats. Det har också varit värdefull kunskap som hon kunnat ta med sig högre upp i företagens hierarki, exempelvis vid de ledarskapskurser hon håller i.

- Det händer rätt ofta att jag sitter med chefer eller en ledningsgrupp, och medan vi jobbar upptäcker de att deras egna mål är väldigt otydliga. Och är det otydligt så kommer deras medarbetare inte veta vart de ska springa, säger Anna.

När målen väl är definierade är det dags att rita upp kartan. På samma sätt som målet måste vara tydligt för att nå ett resultat, så måste vägen dit vara det.

- Det som intresserar mig är att drivkrafterna och verktygen som behövs för att uppnå resultat i princip är samma för alla människor i alla sammanhang, säger Anna Canter.

-

Och det är detta som lockat den församlade gruppen i Anatomens lokaler i Upplands Väsby. En brokig skara av egenföretagare, kontorsanställda, folk som befinner sig vid någon form av vändpunkt i livet, eller.... som bara är just nyfikna. De vill veta mer. Om sig själva och om hur man faktiskt lyckas med det där som man i hemlighet går och drömmer om. Den där drömmen som vi som svenskar ofta tränats till att förtränga. Alla känner vi ju Jante...

Under en energifylld heldag lyckas Anna inte bara locka fram de hemliga drömmarna, utan deltagarna får med sig både en vägkarta och en samling verktyg som hjälper dem att verkligen nå sina mål.

anatomen

- Jag trodde jag visste vad jag ville, vad jag hade för mål. Men Anna fick mig att inse att det egentligen är något annat jag strävar mot. Något större, och viktigare. En rätt omtumlande känsla, säger Elisabeth, som efter ett antal år inom vårdsektorn funderat på att starta eget.

En annan av seminariedeltagarna är egenföretagare sedan många år. Målet hade han någorlunda klart för sig. Men vägen dit var desto oklarare.

- Verktygen vi fick lära oss var verkligen guld. Det blev väldigt konkret, både hur jag ska sortera mina tankar för att lyckas definiera mitt mål tydligare, och hur jag ska lägga upp arbetet för att nå dit, säger Anders som driver ett konsultföretag inom IT.

-

Anna lyssnar och nickar igenkännande.

- Jag får en kick av att ge energi till andra och hjälpa dem på vägen. Jag lever faktiskt en del av min egen dröm här och nu, avslutar Anna Canter.

Faktaruta:

Vad: Kom i mål! – Seminarium

Längd: Heldag (finns även som kortare föreläsning, eller flerdagarskurser)

Antal deltagare: 12 (anpassas efter kursens syften och mål)

Var: Anatomens lokaler, Upplands-Väsby

När: Seminariet som beskrivs i texten hölls i maj 2012

Kursansvarig: Anna Canter

Mer info: www.anatomen.se

Kontakt: anna@anatomen.se, tel 0707182076