

Mina flera jag

För några år sedan upptäckte jag att jag verkligen levde i olika personligheter. Jag insåg att jag var en personlighet när jag var affärskvinnan, en annan när jag var på mitt jobb och som privat oj, ja den människan hade gömt sig helt klart bra i garderoben längst därinne under en rejält hög av damm.

När jag var yngre så var jag rakt över blyg och tyst, men jag gjorde mitt jobb. Som kamrat var jag med, men sa inte så mycket och krävde inte så mycket uppmärksamhet.

När jag började jobba med mig själv så försökte jag nog rodde hela biten, men insåg att det var nog när jag iklädde mig affärs- eller hockeyTina som jag växte som mest. Det var helt enkelt en spännande roll att få leva i, så även när jag var arbetsTina så var jag en hel del affärs/hockeyTina eftersom den gav mig status och jag fick helt enkelt ta plats.

Så vem var jag då som privatTina? Vad tyckte jag som privatmänniska? Fick jag ta plats som privatperson? Jag var fortfarande väldigt tyst och blyg och obekvämt när jag skulle ta på mig kostymen privat.

Hur var jag som privatTina i ett förhållande? Eftersom jag inte har varit trygg med mig själv, hur kan jag då vara trygg i någon annans närhet om inte personen är stark nog att våga och förstår min bakgrund. Det var därför väldigt lätt att iklä sig en roll som inte skrämmer andra och som kanske gjort dem osäkra. Jag tror att det är lättare att spela de kort som är starkare och som andra är bekanta med, för vem är jag att tro att de ska förstå och eftersom jag inte kunde förmå!

Så att förstå vem privatTina är i sociala sammanhang har tagit tid eftersom många timmar med privatTina inte har haft möjligheten att vara ute i vimlet utan tiden har bestått av många timmar i min ensamhet. Det har också och finns fortfarande en stor rädsla för privata sociala sammanhang där jag vet att andra har mer erfarenhet och jag inte riktigt alltid vet hur jag ska vara och jag känner mig inte bekväm, men jag vet det kommer.

Det jag också vet är att övning ger färdighet och efter flera år har jag börjat närma mig en människa som kan stå för just att vara Tina helt enkelt, men självklart när jag är affärsTina har jag möjligheten att ta för mig mera och vara mera färgstark för att det förväntas och för att jag vill. Det som är oerhört skönt är att jag idag känner mig bekväm med att även visa upp privat-Tina och att hon har tagit sig ut ur garderoben. Jag har insett att även hon är en härlig människa precis som hon är och hon gillar det här och tycker det här och det är en helt otrolig härlig känsla för både kropp, knopp och själ.

Har du samma trygghet i ditt liv när du är på ditt jobb, företagande, skola, hemma och bland vänner? Är du olika jag i ditt liv eller är du ditt samma jag rakt igenom?

Våga växa

För min del insåg jag att det var viktigt att ta en del i taget, låta mig våga växa och verkligen veta om vilken personlighet som jag arbetade med och även var nyfiken på att våga vädra någon av de andra kostymerna när tillfälle gavs. Att våga växa och utvecklas som människa har jag insett är ett äventyr livet har gett oss mitt i vår vardag.

Har du ordentligt funderat på om du är en helhet eller olika personligheter i ditt liv och vilken personlighet som är starkast och i vem som du kanske har svagheter?

Jag tycker inte det är roligt med människor som är affärs/yrkes X när dom är på en privat fest och hela tiden ska prata om sitt företag eller sitt jobb. Det kanske låter knepigt, men jag kan ibland känna i vissa sammanhang att här är det inte mitt jobb och företagande som är intressant utan vem är jag som privatperson istället.

Jag har insett hur skönt det kan vara att finnas i vissa tillställningar där vi bara är människor och det är just mitt intresse för dans som är det viktiga inte vem jag är i mitt yrke och karriär. Det viktiga här och nu är att jag vill dansa och tycket det är roligt. Det kan också vara en skön befrielse att bara vara just den personligheten att njuta och släppa allt annat.

Det är för mig en otroligt skönt känsla att få växa inom min privatTina som tidigare inte har fått så mycket uppmärksamhet. Det är väldigt skönt att kunna tala om vad jag tycker och tänker om det som inte innebär jobb och företagande. Det som också är roligt är att jag har upptäckt att jag har omvärderat väldigt mycket i mitt liv.

Jag har insett att idag kanske jag inte tycker som jag gjorde för 20 år sedan. Mycket kan faktiskt ha förändrats med den erfarenheten jag har idag. För mig är det helt klart spännande och utmanande, men jag ser att många står kvar i sitt tyckande och tänkande. De har inte tagit sig tid att fundera igenom vad de egentligen tycker nuförtiden eller att dom inte vågar släppa taget för att inse att om jag ändrar mig så kan hela jag förändras och vem är jag då?

Fel personlighet vid fel tillfälle

Jag har märkt speciellt hur lätt det är för kvinnor att ta på sig den privata kostymen när dom ska vara affärskvinnan och så händer det inget med företaget eftersom det skinn som vi behöver på vår näsa inte matchar när du kommer in på mötet som privatperson.

Det är viktigt att vi ser skillnaden och betar oss på olika sätt för att utvecklas som människa. Hur ska jag kunna få respekt om jag är blyg och osäker när jag ska träffa nya människor som jag ska göra affärer med eller gå på en anställningsintervju. Visst som privatperson är det lite mer ok att vara blyg och osäker när jag träffar på en ny människa, men när jag ska sälja in min produkt eller tjänst så kan jag inte be om ursäkt för att jag är blyg och osäker. Då måste jag öva och bygga min självkänsla så nästa gång blir bättre för övning ger färdighet.

Vissa människor har inga problem med några av sina personligheter utan de är bara som dom är och så löser de situationen när den kommer. De är helt enkelt så världsvana och lugna eller så kan de sätta på sig rätt kostym och byta utan att vi andra märker det.

Jag har vid vissa tillfällen känt mig otroligt fel och det kan jag fortfarande göra. Det är när det blir ett nytt sammanhang där jag inte varit delaktig tidigare som gör att jag inte vet hur ska jag bete mig här och vad brukar hända här. Vad är det för "regler" som gäller så jag inte ställer till det för mig eller andra. Det är oerhört härligt när någon som har erfarenhet kan ta mig med och introducera mig för upplägget. Jag har lättare som affärsTina i nya situationer, men som privat är det fortfarande lite läskigt och jag uppskattar gärna någon som kan introducera mig. Hur gör du?

Jämvikt

Jag vet att det är viktigt att hitta en jämvikt för att få ut mer av livet och ha en bättre balans och hälsa i livet, men det är också viktigt att lyssna inåt för att förstå vem jag är och hur jag är i livet.

För min del har jag fått min affärs- och yrkeskvinna att fungera bra och det känns som om jag har hittat en personlighet jag kan vara bekväm med. Min privata växer och jag har lagt extra mycket fokus på att hitta sätt som även kan få denna del i mitt liv att växa och utvecklas.

Som privatTina eftersom vänkretsen och aktivitet med vänner har varit skralt så är det helt klart svårt att arbeta vissa stunder. Det jag har gjort att ta tillfällen som kommit och även jobbat med mig själv och verkligen ta den ensamhet som finns i stora lass som en utveckling i att lära känna mig så gott jag kan.

Personligheter

Att våga stå för den man är och inte gömma sig bakom andra är också något som är oerhört skönt att slippa. Att våga stå för den personlighet jag är affärs/yrkes/privat är en enorm trygghet. Att vända kappan efter vinden eller hela tiden invänta någon annans åsikt innan jag tar min egen det är tragiskt. Det som också är viktigt är att också våga lyssna och lära sig förstå andras personligheter där man kan hitta en harmoni i olika gemenskaper och ingen behöver hävda sig eller försöka bevisa att jag är störst.

Jag tror att i skolans värld med dagens brus är för att många försöker spela en roll för att få uppmärksamhet och synas. Jag sa till en elev för ett tag sedan som inte kunde hålla tyst vid en övning. Jag ser dig du behöver inte jobba så hårt med att försöka få uppmärksamhet du kan slappna av och delta i övningen. Hon blev tyst resten av lektionen och om jag sa rätt ord det vet jag inte, men det kändes så just då.

Att idag vara ensam där du inte träffar någon på en hel helg skulle vara så hemskt för många. Det är för mycket rädsla i situationen, men när du vågar ta tid för dig själv och förstå vem du är så hittar du en trygghet i den du är och växer. Tyvärr har många stängt av eller inte förstått att dom har något därinne som är värdefullt. Precis som en präst sa i ett tvprogram våra själar dör idag för vi har ingen kontakt med den.

***Har du kontakt med din själ? Är du en kropp, knopp och själ?
Eller har du även här tappat kontakten?***

Det jag vill är att hitta en helhet och en trygghet i den person jag är, men ändå kunna använda olika kostymer i mitt liv. Det viktiga är att jag kan hitta en trygghet i den jag är och det jag gör med mitt liv. När jag lyssnar inåt och förstår hur jag funkar och vem jag trivs med att vara då sker utveckling för både kropp, knopp och själ.

***Jag vill ju vara mitt bästa jag och när jag har hittat en sund
och trygg harmoni så är jag där jag ska vara mitt i mitt liv.***

Att bara acceptera och vara den jag är när det inte fungerar det är inget för mig. Att bara vara och acceptera det är ingen personlig utveckling. Att bara acceptera och låta livet vara kan göra att jag missar möjligheter av livets goda. Att bara acceptera kan göra att jag helt enkelt väljer bort livet och då finns inget kvar.

Så ta hand om dina kostymer och vårda dem väl, se till att dom har ett likvärdigt värde för ditt är livet, dina är möjligheterna, men också ansvaret!