Beslutet

Varför det inte räcker att bestämma sig



HANS STAVERSJÖ

Beslutet

Varför det inte räcker att bestämma sig

Gymkortet

Alla vet hur det går till. Första veckan i januari bestämmer man sig för att börja träna. Man köper kortet, man köper skor som ser ut att tillhöra någon som tränar, kanske en vattenflaska också. Det känns bra. Det känns som att något har hänt.

Men ingenting har hänt. Man har köpt saker. Beslutet, det riktiga, fattas den dag man går dit, byter om och sätter igång. Fram till dess är det en avsikt med kvitto.

Jag säger inte det för att vara sträng. Jag säger det för att skillnaden är så lätt att missa: att bestämma sig känns precis som att göra något. Den som har bestämt sig är nöjd med sig själv, och just därför händer det inte mer.

Där de flesta stannar

Jag har under många år sett människor försöka förändra något i sitt liv. Mönstret var nästan alltid detsamma. Början gick bra. Den handlar om att se och förstå, och det kan man göra utan att något behöver ändras. Sedan kom punkten där man måste bestämma sig för att gå vidare, och där stannade många. De var inte ovilliga. De visste bara inte om det skulle vara värt det.

Det som fick dem vidare var sällan argument. Det var att de såg någon som redan hade gått samma väg, och som det hade gått bra för. Man lyssnar på den som står där man själv vill stå.

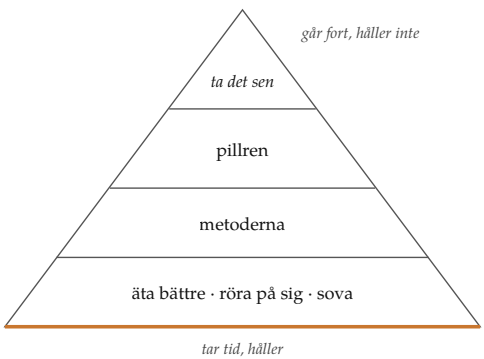
I ett häfte finns ingen sådan att peka på, och jag tänker inte låna någon annans namn för att övertyga dig. Så jag ber om något mindre än förtroende. Jag ber dig pröva, och resten av häftet handlar om hur.

Pyramiden

Det finns en bild jag har burit med mig länge. Tänk dig en pyramid. Längs basen ligger tiden. Ju bredare, desto mer tid går åt. Ju högre upp du kommer, desto mindre tid krävs, och desto mindre ryms.

Säg att du vill må bättre i kroppen. I botten ligger tre saker som alla känner till: äta lite bättre, röra på sig lite mer, sova lite mer. De tar lång tid, de ger ingenting i morgon, och de är de enda som håller. Ovanför ligger metoderna, de som lovar samma sak på halva tiden. Ovanför dem pillren. Och längst upp, på spetsen, ligger den snabbaste vägen av alla: att ta det sen.

Vi börjar nästan alltid i toppen. Inte för att vi är dumma, utan för att det är dit man kommer fortast. Jag har själv sagt ”jag tar det sen” fler gånger än jag vill räkna. Nedåt jobbar vi oss först när genvägarna inte höll.



Samma sak med att läsa

Ledarskap har samma pyramid. En bok du har köpt men inte läst är gymkortet. En kurs du har anmält dig till är skorna. Båda är bra att ha, men ingen av dem förändrar något.

Det som förändrar något ligger i botten och är obekvämt enkelt: att läsa ett kapitel, att sitta ned med dem man arbetar med, att prata om det som faktiskt händer, att skriva ned vad som var ens eget den här veckan. Inget av det går att skynda på, och inget av det ger något i morgon.

Här vill jag vara ärlig med dig. Jag kan inte lova att något händer efter en kväll med boken. Jag kan bara säga att ingenting händer om du inte börjar. Beslutet att läsa är inte läsningen. Det är först när du slår upp sidan som du har bestämt dig.

Det syns inte på en vecka

Den som har tränat i en vecka ser ingen skillnad i spegeln och drar slutsatsen att det inte fungerar. Det är det vanligaste sättet att sluta: man mäter för tidigt. Det du gör i botten av pyramiden syns inte på dagar. Det syns på månader, och ofta ser andra det före dig. Någon säger att du har blivit lättare att prata med. Någon ställer en fråga som hon inte ställde förut.

Sätt därför inte målet vid resultatet. Sätt det vid något som är litet och går att göra om. Ett kapitel i veckan. Tre rader varje fredag om vad som var ditt. Ett samtal varannan vecka med någon du arbetar nära. Det är inte mycket, och det är meningen. Det som är litet går att göra igen, och det som görs igen är det som håller.

En sak i dag

Du behöver inte bestämma dig för hela vägen. Stora beslut är lätta att skjuta på, och det är därför människor stannar.

Gör en sak i dag. Öppna första steget och läs första sidan. Det tar några minuter, och sedan har du gjort mer än de flesta som har bestämt sig.

De tre första stegen i kursen är gratis och finns på **orangize.se**. Böckerna, *Ledarskapsuppvaknandet* för dig som leder och *Den andra stolen* för dig som blir ledd, finns på **orangize.se/boken**.

Du behöver inte lita på mig. Pröva.

Hans Staversjö

© Hans Staversjö 2026 · HSÖ Konsult AB, Jönköping · orangize.se
Häftet hör till böckerna *Ledarskapsuppvaknandet – ledaren du redan är* och *Den andra stolen – din halva av ledarskapet*. Det får delas och skrivas ut fritt.
Version 1.0 · november 2026