

Intervju med Stefan Sebö

Angående den aktuella boken "Resultat – konsten att bli den du vill"

av Annika Berg Frykholm

Recept på framgång

En gulfisk i en glasskål blir inte stor. Flytta den till ett akvarium så börjar den genast växa. Men bara i proportion till storleken på behållaren den lever i. Tar du sedan tillbaka den till glasskålen igen dör den. Men släpper du ut den i en sjö kan den växa upp till tio kilo.

En av många tankeväckande liknelser i Stefan Sebös nya bok *Resultat – konsten att bli den du vill*.

– Hur ser din glasskål eller ditt akvarium ut? undrar han. Simmar du omkring där det finns utrymme att växa eller har du varit i samma vatten alldeles för länge?

Vad är framgång för dig?

Att leva sitt liv på det sätt man själv vill är den enda verkliga framgången. Och dit kan vem som helst nå. Det är Stefan Sebös budskap.

Men hur ska det gå till? Hur blir man av med sitt dåliga självförtroende? Hur undviker man att begränsa sig själv?

Recepten och svaren har han samlat i denna bok om konsten att göra drömmar till verklighet.

– Men precis som i matlagning räcker det ju inte att ha bästa tänkbara ingredienser. Du måste veta i vilken ordning och på vilket sätt du ska hantera dem.

Stefan Sebös förra bok *Bruksanvisning för ett bättre liv* väckte uppmärksamhet. Nu har han tagit ett steg till, samlat ännu fler tankar kring vad det är som skapar framgång.

– Det handlar om vad som är lycka och framgång för dig, understryker han. I det lilla likaväl som i det stora. För vad betyder det att bli jätterik och berömd om man inte är lycklig?



Stefan Sebö – författare till boken "Resultat – konsten att bli den du vill". Foto: Anders Roth

Ta reda på vem du är

Resultat – konsten att bli den du vill är ett praktiskt arbetsredskap, det skiljer den från andra böcker i personlig utveckling. Med olika övningar får du hjälp att systematiskt bena upp ditt liv.

- ✓ Vem är du, var står du och vart vill du komma?
- ✓ Är du nöjd med ditt arbete, med chefen, medarbetarna, partner, barn, vänner?
- ✓ Vad mår du bra av? När har du som roligast i livet? Vad brinner du för?
- ✓ Hur ser andra på dig? Hur tror du att du kommer att bli ihågkommen? Hur vill du att andra ska uppleva dig?

1

Konkreta frågor som kräver eftertanke och ärliga svar.

Läs gärna med pennan, här finns plats för egna anteckningar, tankar och idéer.

– Och när du formulerat bilden av vem du vill vara är det "bara" att börja agera som den person du har beskrivit, säger Stefan Sebö. Framgång handlar till hundra procent om att *göra*, kunskap måste resultera i aktivitet.

Lär från de som kan

En nödvändig ingrediens är nyfikenhet. På livet. På andra människor. Helt enkelt lära från de som kan. Så har han själv vunnit sina insikter. I 30 års tid har han rest och mött människor, många i det internationella toppskiktet, intervjuat och studerat mönster.

Varför har just den här personen lyckats så mycket bättre än andra? Varför ser en del möjligheter där andra bara ser problem? Varför har några stort självförtroende och andra inget alls? Varför är vissa aktiva och får mycket gjort medan andra är passiva?

Det är frågor han ställt sig och som format boken.

Välj rätt medmänniskor

Stefan Sebö har jobbat som säljare, säljledare, försäljningschef, försäljningsdirektör och VD, både som anställd och i egen regi. Men det som han är mest stolt över är nog att han tolv år gammal blev svensk mästare i lottförsäljning för scouterna.

– Vi hade det rätt tufft ekonomiskt när jag var barn. Den alltför lilla veckopengen var en sporre för mig. Uppväxtmiljön har betydelse men är inte avgörande för hur du utvecklas som individ. Alla kan nå hur långt som helst. Det är du själv som sätter gränserna.

Det sociala perspektivet är också viktigt. Framgång handlar aldrig bara om dig själv utan dig själv i

förhållande till andra. Samarbete och stöd är viktigt.

– Det gäller att välja medmänniskor, inte motmänniskor. En möjlig jordgubbe i en skål smittar andra. Så är det även med människor. Man måste ta sig ifrån destruktiva miljöer. Under åren har jag sett många medarbetare blomma upp och växa. Det är en jättekick varje gång. Med min bok hoppas jag kunna bidra till att fler människor gör det bästa möjliga av sina liv.

Faktaruta



- Titel: Resultat – konsten att bli den du vill
- Författare: Stefan Sebö
- Utkommer den 21 mars 2007
- Antal sidor: 360 sidor, fyrfärg (penna ingår med varje bok)
- Bandtyp: Flexiband, 160x242 mm
- Ca pris: 360 kr
- ISBN: 978-91-7005-317-7

Kontaktuppgifter

Stefan Sebö
Tel: 08-667 07 17, Mobil: 0707-61 61 61, E-post: stefan@sebo.se

Uppsala Publishing House AB
Kontakt: Anders Bergman
Tel: 018-55 50 80, E-post: anders.bergman@uppsala-publishing.se

2