

”I gymnasiet satt jag i publiken under en föreläsning och kände att jag ville göra exakt det som killen på scen gjorde. Jag ville tala inför en stor publik. Men jag hade alltid varit blyg och rädd. Jag fick blackout bara jag ställde mig framför klassen med en pekpinne. Det sorgligaste var att jag trodde att det alltid skulle vara så.”

I dag har Johannes Hansen, 26, hållit drygt 300 betalda föreläsningssupplettor inför allt från gymnasieklasser till ledningsgrupper på miljardbolag, med publiksiffror uppåt närmare tusentalet. Han är även rådgivare i personlig utveckling åt bland annat svenska idrottsstjärnor, chefer i storbolag, prisbelönta entreprenörer och artister.

Fredrik Hagenius, 27, hade även han en blyg framtoning som yngre. Det var först som 18-åring som han vågade sig på att göra något drastiskt:

”I gymnasiet var jag inte alls den som blev bjuden till de populära festerna, så jag tog saken i egna händer. Jag spred ryktet om min 18-årsfest och sålde inträdesbiljetter för 40 kronor styck. 200 personer dök upp. Jag gjorde vinst och fick mersmak. Jag började driva nattklubb under universitetstiden och evenemang kom att bli en röd tråd i mitt entreprenörskap. Tidigare hade jag aldrig varit personen i centrum eftersom jag i grund och botten är väldigt blyg.”

Fredrik hade sedan 2005 även arrangerat evenemang för entreprenörer och därur smög sig tankarna om att starta ett nätverk för unga företagare. Han hade märkt hur mycket det gav honom att träffa likasinnade människor, alla med passionen att starta och driva eget. Därför grundade han 2008 YEoS – Young Entrepreneurs of Sweden – som är ett nätverk för entreprenörer under 30.

**Hur överkom ni er blygsamhet?**

**JOHANNES (J):** ”Jag upptäckte att flera av de människor som inspirerade mig också hade varit blyga, men de ställde sig scenen ändå. De utmanade sina rädslor. Det inspirerade mig och gav mig känslan att jag också kunde göra det.”

**FREDRIK (F):** ”Du tar ett otroligt stort kliv när du gör något du är rädd för. Alla har nog någon gång känt sig osäkra, men många har också gjort något för att ta sig ur detta.”

**J:** ”Jag presenterade nyligen en strategi inför en ledningsgrupp på ett stort företag. Nuförtiden gör jag det ofta så det borde inte vara en stor grej för mig, men jag var nervös som fan innan. När rädslan slår till är den ett faktum, men nyckeln är att inte tillåta tvivlet hålla dig tillbaka. Det spelar ingen roll om jag ska gå upp på scen, hålla i ett viktigt möte eller gå fram till tjejen jag tycker är söt och säga att hon borde ta en fika med mig. Mod är att känna rädsla men göra det ändå.”

**Ni är båda ute och håller föredrag. Hur blir man bekväm i den rollen?**

**F:** ”Det går inte om man förväntar sig att bli världsmästare direkt. Du måste öva. Jämför det med dans. Du kan inte lära dig att dansa genom att enbart läsa böcker om det och se hur andra gör. Du måste ju faktiskt ut och dansa på riktigt.”

”**Identifiera vad det är som driver dig. Har du misslyckats med något är det i långa loppet bara en enorm lärdom.**” – Fredrik Hagenius

**J:** ”Träning är hemligheten till att bli ett proffs oavsett område. Träna många timmar framför en låtsaspublik. Om du inte kan förbereda hela uppträdandet så förbered de första tio minuterna. Gör dem svinbra.”

**Hur tar man sig ur en rädsla?**

**J:** ”Mod är som en muskel du tränar upp. Du blir starkare för varje gång du utmanar dig själv och kliver utanför din trygghetszon. I dag pratar jag dagligen inför hundratals personer i publiken. När jag började blev jag kissnödig och fick blackout inför tio.”

**F:** ”Börja med att göra en liten grej du är rädd för. Kanske får du en aha-upplevelse. Våga ta risker. Behöver jag bli bättre på exempelvis sälj utsätter jag mig medvetet för sådana situationer. Det kan vara sjukt jobbigt i början, men jag utvecklas mycket mer när jag är otrött och utmanar mig själv. Utmanar du inte dig själv regelbundet är du snart tillbaka på ruta ett.”

**Ni ingår båda i ett nätverk av duktiga entreprenörer. Tror ni att många medlemmar känner press på att vara lyckade?**

**F:** ”Fokus, att vi har Sveriges mest framgångsrika unga entreprenörer, har tyvärr tidigare skapat känslan hos flera medlemmar att de måste upprätthålla en fasad av att ständigt vara lyckade. Men framgång är inte linjär, den har både kullar och dalar. På vår senaste årskongress talade vi därför väldigt mycket om motgångar och misslyckanden samt lärdomarna från det. En av nätverkets entreprenörer, som i många ögon lyckats väldigt bra, öppnade kongressen genom att prata om sina misslyckanden. Det bidrog till att fler vågade öppna upp sig, vilket tog evenemanget och nätverket till en helt ny nivå.”

**J:** ”Det har varit enormt jobbigt för mig att misslyckas med mål, jävlar vad jag har slagit på mig själv.”

**Finns det något knep för att våga satsa igen efter ett misslyckande?**

**F:** ”Ha en vision om hur högt du vill nå. Om du har en tuff period måste du andas och försöka hitta tillbaka till dig själv igen. Identifiera vad det är som driver dig. Har du misslyckats med något är det i långa loppet bara en enorm lärdom. Tänk på vad du kan ta med dig ur situationen inför nästa gång.”

**Hur undviker man att bli en i mängden i jakten på en spännande karriär?**

**J:** ”Jag träffar så mycket människor som ’gör karriär’ och är helt avtrubbade i blicken. Fokusera istället på vad du tycker verkar spännande och roligt att göra. Prova dig fram inom olika yrken och arbetsuppgifter och vågra låta någon annan säga till dig vad du kan eller inte kan göra. Min syokonsulent i högstadiet kallade in mig för att berätta att jag måste skärpa mig. Jag skulle älska att se hennes min i dag när jag anlitas för att inspirera gymnasieelever över hela Sverige. Jag tycker inte du ska låta någon annan sätta kriterierna för vad du ska göra med ditt liv.”

**F:** ”Om du ska komma först kan du inte gå i någon annans fotspår.”



**FREDRIK HAGENIUS**

**ÅLDER:** 27 år.  
**BOR:** Vasastan, Stockholm.  
**GÖR:** Vd för Young Entrepreneurs of Sweden. Delägare i Campus-bokhandeln.  
**UTBILDNING:** Läst juridik och företagsekonomi vid Örebro universitet och Handelshögskolan i Göteborg.  
**INTRESSEN:** Entreprenörskap, klimatkrisen, tennis och träning.



**JOHANNES HANSEN**

**ÅLDER:** 26 år.  
**BOR:** Djurmo, Dalarna.  
**GÖR:** Är Johannes Hansen i egna och andras bolag.  
**UTBILDNING:** Akademiskt utbildad. Tränad av världseliten inom personlig utveckling. Köpt mängder av kurser och ledarskapsprogram.  
**INTRESSEN:** Umgås med sköna människor, lära mig mer om psykik och hitta på äventyr.

# KONSTEN ATT UTMANA SIG SJÄLV

Johannes Hansen tvivlade länge på sin egen förmåga att tala inför publik. I dag är han föreläsare och coach inom personlig utveckling. Fredrik Hagenius trotsade sin försiktiga sida och började anordna fester och startade Sveriges största nätverk av unga entreprenörer. Här diskuterar de blygsamhet, mod och att överkomma sina egna rädslor för att våga satsa. *Av Ida Käll Foto: Erik Flyg*