

Majd megszokod?

Tavas van! Olyan változás ez az életünkben, amely megújulást, kivirágzást, az élet új kezdetét jelenti mindenkinek. Ezért szeretjük, ezért sóvárgunk utána a hideg, sivár téli napokon. A tél a változás előtti megdermedt, látszólag élettelen állapot, amikor minden nyugalomban van, erőt gyűjt a nagy robbanáshoz.

Ugyanez az állapot zajlik az emberi lélekben, mielőtt útjára engedi magában a változást. Valami idejét múlttá lesz, elkopik bennünk, majd szép lassan elhal. Időre van szükségünk, amíg erőt gyűjtünk az új megszületéséhez. Ez az időszak látszólag terméketlen, mégis szükségünk van rá, mert belső folyamataink által fogalmazódnak meg a változást követő igényeink. Ebben a lelki állapotban benne van a régi utáni sóvárgás, majd elengedés, aztán az üresség, a NINCS katarzisa, majd – mint amikor a természetben elkezd duzzadni a mag – az emberben is elkezd először csak ködösen, aztán egyre kézzelfoghatóbban megszületni az új iránya.

Természetes változás?

A hajforma- és színváltás, avagy a szokások hatalma

Szokások, sémák

Belátjuk, hogy a változáshoz idő kell, hogy legyenek olyan ágak, magok, amelyek soha többé nem hajtanak ki, személyes életünkben mégis gyakran az állandóság mellett voksolunk, még akkor is, ha számunkra kilátástalan, komfortérzetünket rontó folyamatokról van szó.

Tudatos énünk ellenáll, mert a megszokott sémáink biztonságot adnak, megtanuljuk kezelni vagy elnyomni saját igényeinket. Energiáinkat arra fordítjuk, hogy képesek legyünk elviselni a megdermedt, hideg belső állapotunkat, mert félünk az újtól, félünk elengedni a szokásainkat, félünk a környezetünk visszajelzéseitől. Mégis, a személyes életünk igénye, hogy kitörjünk a szürkeségből, a megszokott, elkopott, megunt létezési formáinkból.

Jó hír, hogy ha a változást magunk irányítjuk, foglalkozunk vele, olyan átalakulást hoz, amelyet szeretnénk. A felismerések, a tűnődés, az örömök, a kétségek, és a benne rejlő kérdések sora elősegíti az átalakulást, és olyan útra terel, amely kedvezően hat ránk.

Elgondolkodtató, hogy részleges változás nincs. Vagy képesek vagyunk felvállalni a teljességét, vagy nem történik semmi.

Kockázat nélkül nincs győzelem

Egy nagyon kedves barátom mondta. „Próbálg majd nem felállni a székről!” Ha csak majd nem állsz fel, ülv maradsz. Vagy felállok, vagy nem.

Igen. Nem. Nincs közte átmenet. Képzeld el, milyen lenne, ha a természetben csak minden második, harmadik fa

hozna tavasszal új levelet,

hajtást, azt is csak félig, mert

úgy gondolja, még csak kicsit

érett a változásra. Fél, hogy

a tavaszi fagyok megcsípi a

rügyeit, és hogy biztonságban

legyen, inkább csak néhány ággal

próbálkozik. Vagy attól retteg, hogy nem lesz

elég illatos, nem tud tökéletes virágokat kihajtani,

és mit fognak szólni a környezetében lévő fák.

Ilyen nincs. Az új élet robbanás, és bizony van

benne kockázat, történjen az a természet erőinek

szintjén, vagy a személyes életünkben. Kockázat

nélkül nincs győzelem. És ezt a kockázatot

felvállalni gondolkodó énünk nehezen meri.



A fodrász szerepe

Nézzük ennek a folyamatnak a szakmai vonatkozásait! Mielőtt a vendég az üzletbe lép azzal a szándékával, hogy megváltoztatja a frizuráját, végbemegy benne az a lelki folyamat, amit felvázoltam. Megtapasztalja a frizurája idejétmúlt állapotát, ki-ki más vonatkozásban. Lehet az egy olyan apróság, mint a lenövés, vagy hossz, de lehet, hogy belső motivációi változtak meg: a lényeg ugyanaz. Megtapasztalta magában az elmúlás folyamatát, megélte a várakozást, felmerültek benne kétségek, kérdések. Hogyan lesz jó nekem? Milyen irányba változzak? Festessem? Melírozassam? Vágassam? Fazonok, formák, hagyomány, kollégákkal való összehasonlítás. Mind-mind végigzakatolt az agyában. Megélte a változással kapcsolatos félelmeit. Tetszeni fogok-e magamnak? Mit fog hozzá szólni a párom, az anyukám, a gyerekeim, a kollégám? Eltőprengett azon, milyen a számára legoptimálisabb kombináció.

Mire beül a fodrász székébe, többnyire világos elképzelései vannak arról, mit szeretne. Ez egy döntés. Igen. Nem. Pontosan tisztában van azzal, hogy olyan nem lehetséges, hogy csak minden második hajszálán történik meg a változás. Készen áll arra, hogy felvállalja.

Persze ekkor is ott van az izgalom, a kockázat, és szeretné, ha a frizurája az általa elképzeltetekhez a legjobban hasonlítana. Figyel, feszült, figyel a szakember minden mozdulatát.

Ebben az esetben akkor teszi a legtöbbet a vendégéért, ha érezteti vele, hogy biztonságban van. Ez lehet odafigyelés az igényeire, kreatív javaslat, munka folyamán visszaigazolás kérése, hogy elégedett-e az eddigi eredménnyel. **Erősítse a vendégében a változás pozitív eredményeit.** Esetleg munka közben meséljen arról, hogy a frizuráján történő változást lehet, hogy valaki rosszallni fogja, de ne törődjön vele, mert ezek az emberek a saját sémáikon nem tudnak túllépni. Séma, a saját megszokotthoz, séma az ön karakteréhez. Tükrözi a saját változás iránti igényének elfojtását, ha valaki a környezetében mer újítani. Tudassa vele, hogy a saját véleménye a legfontosabb, ha önmagának tetszik, ne foglalkozzon azzal a néhány negatív megjegyzéssel, amit az újdonság kivált.

Mint fodrász, jó, ha tudja azt is, hogy a változás a vendég számára is új élmény, gyakran időbe telik, mire hozzászokik az új karakterhez. Lehet, hogy az illető először kétkedéssel fogadja az eredményt. Ennek hátterében az az izgalom van, ami a belső feszültségei kivételével. Azoknál az embereknél jellemző, akik nehezen viselik a változásokat, még abban az esetben is, ha maguk kezdeményezik.

Összességében a változás, a változtatás jó dolog, bármely területét érinti az életünknek. Kezeljük azonban óvatosan! A változásoknak megvan a maguk természetes ritmusa. A túl gyakori, vagy túl drasztikus váltások nem természetesek, a lelki hátterükben szinte minden esetben válság áll.