

NICULESCU



SOLO

Cum să lucrezi singur
și să nu îți pierzi mințile

Rebecca Seal



REBECCA SEAL

SOLO

**Cum să lucrezi singur
și să nu îți pierzi mințile**

Traducere: Irina-Georgiana Mihai



NICULESCU

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

SEAL, REBECCA

SOLO : cum să lucrezi singur și să nu îți pierzi mințile / Rebecca Seal ;

trad.: Irina-Georgiana Mihai. - București : Editura Niculescu, 2021

Conține bibliografie

ISBN 978-606-38-0623-0

I. Mihai, Irina-Georgiana (trad.)

159.9

© Rebecca Seal, 2020

Titlu original: *SOLO. How to Work Alone (and Not Lose Your Mind)*
by Rebecca Seal

© Editura NICULESCU, 2021

Bd. Regiei 6D, 060204 – București, România

Telefon: 021 312 97 82; Fax: 021 312 97 83

E-mail: editura@niculescu.ro

Internet: www.niculescu.ro

Comenzi online: www.niculescu.ro

Comenzi e-mail: vanzari@niculescu.ro

Comenzi telefonice: 0724 505 385, 021 312 97 82

Redactor: Anca Natalia Florea

Tehnoredactor: Lucian Curteanu

Coperta: Carmen Lucaci



ISBN 978-606-38-0623-0

Toate drepturile rezervate. Nicio parte a acestei cărți nu poate fi reprodusă sau transmisă sub nicio formă și prin niciun mijloc, electronic sau mecanic, inclusiv prin fotocopiere, înregistrare sau prin orice sistem de stocare și accesare a datelor, fără permisiunea Editurii NICULESCU.

Orice nerespectare a acestor prevederi conduce în mod automat la răspunderea penală față de legile naționale și internaționale privind proprietatea intelectuală.

Editura NICULESCU este partener și distribuitor oficial OXFORD UNIVERSITY PRESS în România.

E-mail: oxford@niculescu.ro; Internet: www.oxford-niculescu.ro

Cuprins

Prefață7

Introducere9

Partea I: Cum lucrăm?

1 Părțile bune27

2 Părțile complicate34

3 Singurătatea și izolarea.....42

4 Ce înseamnă munca relevantă?.....69

5 Problema programului de lucru prelungit.....96

6 Curaj, reziliență și muncă grea128

7 Concentrare și flux172

8 Fiți propriul vostru CEO225

9 Alte persoane.....236

Partea a II-a: Unde lucrăm?

10 În interior și în exterior253

11 Mâncarea și băutura282

Partea a III-a: Care este scopul?

12 Ce înseamnă succesul?	297
13 Puterea planificării	308
14 Blestemul comparației (și de ce rețelele sociale de comunicare nu sunt bune)	312
15 Rețelele pentru freelanceri și cum să le construiești	316
16 Problema banilor (din punct de vedere psihologic)	321
17 Problema banilor (din punct de vedere practic)	329
18 Ce să faceți atunci când nu lucrați	343
Note	349
Bibliografie selectivă și lecturi recomandate	363
Mulțumiri	365

Introducere

Este minunat să poți lucra pentru tine însuși. Faptul că am decis să muncesc pe cont propriu a fost una dintre cele mai bune decizii pe care le-am luat vreodată. Atunci când lucrezi pentru tine însuși, ți se oferă atât șansa să faci ceea ce ai visat dintotdeauna, precum și oportunitatea să alegi cum, când și unde să-ți desfășori activitatea. Atunci când muncești pentru propria persoană înseamnă că nu ai niciun șef care să-ți reprime ideile mărețe. Munca pe cont propriu este creativă, orientată către sine și poate avea mai mult sens decât să lucrezi în fiecare zi în aceeași companie, cu aceeași echipă și în același mod învechit.

Însă munca individuală poate fi și înspăimântătoare. Ea îți cere să-ți seci sufletul pentru a găsi fântâni de încredere în sine, bravură, optimism, speranță, răbdare și tărie de caracter. Munca pe cont propriu este și plictisitoare, monotonă, obositoare și stresantă. Aceasta presupune să lucrezi non-stop, să fii prezent la muncă tot timpul și întruna să-ți verifici e-mailurile. Munca pe cont propriu înseamnă că ai zeci de șefi și toți cred că sunt prioritari. De asemenea, implică lucrul în weekend, de sărbători și când ești bolnav. Munca pe cont propriu este singuratică și foarte, foarte dificilă.

Toate aceste lucruri sunt adevărate, de multe ori, chiar toate în același timp. Muncesc pe cont propriu de unsprezece ani, după șase ani în care am lucrat ca jurnalistă pentru cotidianul *Observer*. Am făcut sau am simțit tot ce am enumerat mai sus, la care se adaugă entuziasmul, disperarea, descurajarea, încrederea, confuzia, tăria, anxietatea, extenuarea, mândria... și sută la sută hotărârea de a nu mai lucra vreodată într-un birou.

După zece ani de muncă pe cont propriu (ca freelancer), am ajuns într-un impas teribil. Lucrasem încontinuu, scriind articole și cărți, deseori până la opt-nouă seara sau chiar mai târziu, dacă participam și la un eveniment legat de activitatea mea profesională. În fiecare duminică, adică pe parcursul a 48 de săptămâni pe an, mă trezeam la ora șase dimineața și mă duceam la un studio TV în nordul Londrei, unde apăream într-o emisiune matinală live (motiv pentru care nu mai fusesem într-un concediu de ani de zile). Mă întorceam acasă târziu pentru a lua prânzul, folosind după-amiezile din fiecare duminică ca să îmi revin (și să beau vin în cantități nesănătoase), urmând ca mai spre seară să mă pregătesc pentru săptămâna următoare, când luam totul de la capăt. Anii se scurgeau într-o negură de termene-limită și de prezentări, pregătite (deseori pe fugă) în timp ce mă aflam pe bancheta din spate a unui taxi.

Simțeam o nevoie copleșitoare să spun „da” oricărei fărâme de muncă ce mi se oferea – chiar și acelora pe care le uram, inclusiv celor prost plătite –, deoarece eram disperată să-mi fac o reputație bună și îmi era frică să nu-mi pierd prețioșii mei clienți dacă aș fi spus „nu” sau aș fi cerut să fiu plătită mai bine ori să mi se acorde o prelungire a termenului de predare.

Îmi doream ca toți clienții mei să mă considere drept persoana care le livrează mereu ceea ce își doresc, la timp și la obiect.

Câștigam destul de bine, mai ales ca scriitor freelancer, dar nu eram deloc fericită pe roțița mea de hamster. Neglijam toate lucrurile bune din viața mea: prietenii mei abia mă mai vedeau, familia mea se simțea dată la o parte, iar partenerul meu și cu mine păream că nu prea ne mai simțim bine împreună. Ca și mine, și el lucra pe cont propriu, ca fotograf. De asemenea, muncea tot timpul și în plus, apropiindu-se deseori de punctul-limită pentru a-și face clienții fericiți. Ca și mine, vorbea de muncă la micul dejun și ne continuam împreună discuția pe aceeași temă până ce ne culcam, târziu în noapte.

Într-o seară, pe când ne aflam în barul local, am început în sfârșit să discutăm despre ceea ce se întâmplă.

În timp ce mâncam burgeri și beam vin roșu, ne-am făcut un plan ce consta într-un set de reguli despre când și cum să lucrăm, în speranța că vom mai putea reduce din presiunea pe care o resimțeam amândoi: am hotărât să nu mai lucrăm sau să nu mai vorbim despre munca noastră până ce nu terminăm de luat micul dejun; să nu mai muncim după ora opt seara și nici să nu mai vorbim despre activitățile noastre profesionale tot din acel moment (puteam să încălcăm această regulă o singură dată pe săptămână și doar dacă era absolut necesar). De asemenea, am stabilit să nu mai lucrăm în weekenduri (avem permisiunea să încălcăm această regulă doar o singură dată pe lună și doar pentru urgențe).

Pentru o anumită perioadă, limitarea la timpul în care aveam voie să lucrăm și să vorbim despre muncă chiar ne-a ajutat. Orice persoană care a fost nevoită să-și ia copilul de la grădiniță sau să aibă grijă de o rudă bolnavă ori bătrână

sau care a avut un angajament bătut în cuie știe deja că faci mult mai multe atunci când ai un timp limitat și fix în care să lucrezi. În schimb, după cum a experimentat orice persoană care lucrează singură de acasă, o zi de lucru se poate prelungi foarte ușor până seara târziu, deoarece nu există nimic care să împiedice să se întâmple acest lucru și în astfel de condiții devine din ce în ce mai greu să muncești într-un ritm susținut și să-ți păstrezi concentrarea. (Mai târziu, am descoperit că setarea unui punct de început și de final pentru o zi de muncă, reală sau autoimpusă, este un subiect foarte popular în literatura despre productivitatea muncii, de care pot să spun că acum sunt dependentă.)

Totuși, pe măsură ce timpul trecea, era din ce în ce mai evident că aceste reguli nu vor fi de ajuns – deși ne-au oprit din a mai lucra tot timpul, regulile nu ne-au împiedicat să continuăm să ne gândim la muncă oriunde și oricând, să rumegăm lucrurile în tăcere, singuri sau în mijlocul nopții. În teorie, eu îmi iubeam locul de muncă și din afară părea că trăiesc visul fiecărui freelancer; totuși, reușeam din ce în ce mai greu să descopăr bucuria în ceea ce realizam, iar acest lucru mă făcea să mă simt atât nerecunoscătoare, cât și, sincer vorbind, cumva înșelată. Am muncit din greu atât de mult timp pentru a ajunge aici – prin urmare, de ce mă simțeam atât de nefericită? De ce nu mă extazia faptul că aveam un loc de muncă pe care ar fi trebuit să-l iubesc? De ce nu eram capabilă să iau o pauză? De ce aveam tot timpul telefonul în mână sau în buzunar? De ce simțeam nevoia să-mi verific e-mailurile în fiecare dimineață, înainte să mă dau jos din pat? Ce era în neregulă cu mine? De ce nu puteam să fiu fericită cu ceea ce presupunea că înseamnă o viață cu adevărat împlinită?

Partea I
Cum lucrăm?

1

Părțile bune

Din moment ce o mare parte din cartea de față se referă la aspectele dificile ale muncii pe cont propriu și examinează felul în care putem să le modificăm sau să trecem cu bine de ele, aș vrea, în primul rând, să clarific faptul că această manieră de a lucra este minunată – de aceea există atât de multe persoane care aleg o astfel de activitate; de aceea, atât de puține persoane se reîntorc la formele mai tradiționale de muncă, odată ce au șansa de a lucra independent sau cu un program flexibil.

În momentul în care am scris prezenta carte, lumea resimțea efectele pandemiei de coronavirus, care cu siguranță vor zgudui din temelie felul în care lucrează milioane de persoane de pe întreg mapamondul. Atunci când simt gustul unui mod flexibil de a lucra independent sau de la distanță, este foarte puțin probabil ca angajații ce au fost nevoiți să lucreze de acasă din cauza măsurilor restrictive luate în timpul pandemiei să se mai întoarcă de bunăvoie la birourile lor tradiționale; acum, aceștia au descoperit cât de multe pot realiza făcând o navetă minimă sau nemergând deloc fizic la birou și având un control mult mai mare asupra vieții lor decât oricând. Acea conversație cu managerul – despre posibilitatea de a lucra având un program flexibil sau de la distanță –, în care el vă spune că este

imposibil să faceți acest lucru, deoarece nu există infrastructura tehnică necesară sau fiindcă echipa are nevoie de voi să fiți prezenți la serviciu în persoană, nu mai poate avea loc de acum înainte. După luni de zile de restricții impuse de autorități din cauza pandemiei, s-a demonstrat că munca de la distanță poate fi realizată, este fezabilă și reduce cu mult costurile generale.

Persoanele care lucrează independent au mai multe șanse să facă schimbări, să-și construiască tipul de viață pe care și-l doresc cu adevărat și de care să se bucure, iar pe măsură ce apar probleme, le pot rezolva, fie că acestea sunt unele practice, comportamentale sau circumstanțiale. Așadar, din această postură, cu toții putem să ne descurcăm în moduri ce sunt imposibile pentru angajații din sistemul tradițional și, fie că recunoaștem sau nu, avem resurse inepuizabile de rezistență și de curaj din care să ne extragem forța de care avem nevoie.

De asemenea, muncind independent avem șansa și să fim noi înșine, după cum mi-a spus Dior Bediako, care conduce Pepper Your Talk, o platformă de mentorat pentru tinerii care lucrează în industria modei. „Mă duc în fiecare zi la muncă și sunt eu însămi.” mi-a spus ea. „Fie că scriu ceva, sunt gazda unui eveniment sau a unui podcast, ajut tinerele fete la întocmirea CV-ului lor, sunt tot timpul eu însămi. Nu este nevoie să fiu altcineva; nu trebuie să mă prefac. Pot să vin *eu însămi* la muncă, în fiecare zi. Vocea mea, comportamentul meu; doar eu însămi.”

Toate persoanele care lucrează independent și pe care le-am intervievat pentru cartea de față sunt pur și simplu îndrăgostite de ceea ce fac și de cum o fac. Deoarece este o lucrare despre cum să facem față muncii pe cont propriu, este posibil să mă fi concentrat mai mult pe cele mai provocatoare momente pe

care le-au avut aceste persoane. Dar niciuna dintre ele nu ar schimba ceea ce face. L-am cunoscut pe Alex Hannaford în timp ce eram stagiară la *Evening Standard* și aveam nouăsprezece ani, iar el era un scriitor în devenire. Acum, Alex locuiește în Texas și ține un podcast despre criminalitate, foarte premiat, dar are și o carieră internațională de freelancer, articolele lui apărând în diverse publicații. Entuziasmul lui pentru munca pe care o desfășura părea fără margini (mai multe despre acest lucru voi discuta mai încolo). Chiar și la telefon, puteam simți că încă nu-i vine să creadă că poate să facă acest lucru.

În esență, cartea aceasta este una pozitivă. Fiecare persoană care lucrează independent poate să aibă o viață și o muncă pline de satisfacții și de împliniri și, de ce nu, și de bucurie.

Cele mai bune părți

Persoanele care lucrează independent, chiar și cele cu ocupații plătite mai prost¹, au un procent de 10 ori mai ridicat al nivelului de satisfacție decât cele care muncesc în sistemul tradițional. (Majoritatea informațiilor disponibile se referă la freelanceri, dar cred că putem presupune că ele sunt valabile și pentru majoritatea celor care lucrează independent.)

Deși economia muncii la cerere este caracterizată adeseori ca fiind doar despre curieri Deliveroo pe biciclete și șoferi de Uber, ea este în sine mult mai nuanțată, cuprinzând mulți freelanceri și lucrători independenți; aceștia lucrează într-o economie ce presupune un amestec de muncă la cerere (aceleași sarcini de muncă sau asemănătoare, făcute în mod repetat) și muncă pe proiecte. Dar asta nu ilustrează complet cât de variată și de interesantă este munca desfășurată de cei care

lucrează independent, cât de multe informații sunt produse și nici cât de sus pe scara corporatistă se află uneori lucrătorii pe cont propriu. De exemplu, marile bănci angajează senior manageri, mai ales în proiecte de infrastructură sau de managementul schimbării, fiind foarte bine plătiți. Contractorii IT independenți pot lucra în *blockchain*, dezvoltarea comerțului online sau *cloud computing*.

Alte specializări ale celor care sunt freelanceri includ ingineria mecanică, strategia de brand, pregătirea documentelor și participarea la licitații, arhitectura și chiar programele de nutriție și dietă. Deoarece o mare parte din această muncă se desfășoară la distanță, acum prin intermediul platformelor globale de muncă la cerere, cum ar fi UpWork, lucrătorii independenți mai tineri sau cu mai puțină experiență pot avea șansa de a munci pe proiecte la care nu ar fi avut acces niciodată dacă erau angajați într-o companie. Deseori, prin comparație, acest tip de muncă este relativ bine plătit (iar în unele țări, este mai eficient din punct de vedere fiscal).

Diferența de remunerație între femei și bărbați este mai puțin evidentă în rândul celor ce sunt freelanceri; unele estimări sugerează că ea ar fi scăzut cu până la 3%² – în continuare, nu este o situație ideală, dar e cu mult mai bună decât cea din multe sectoare de activitate tradițională, unde diferența reprezintă 10-20%.

Munca pe cont propriu nu este bună doar pentru cei care o desfășoară, ci și pentru economie în general. Freelancerii supraspecializați din Marea Britanie, de exemplu, contribuie anual la buget cu 140-145 de miliarde de lire sterline. Un studiu desfășurat de UpWork în Statele Unite estimează că

venitul generat de freelanceri reprezintă 5% din PIB-ul țării... aproape un trilion de dolari americani.

Aproximativ trei pătrimi dintre persoanele care lucrează pe cont propriu nu au nicio intenție să se reîntoarcă la munca tradițională. (Acest lucru este valabil chiar și în cazul acelor care nu au ales munca independentă, dar au fost forțate să facă acest lucru de diverse circumstanțe.³)

Este confortabil să știi că nu mai ești legat de ierarhia demodată a carierei profesionale. Dincolo de limitele unei organizații, puteți să faceți orice cu cariera voastră – fie că vă doriți să faceți un salt în afara domeniului vostru de activitate și să vă folosiți pregătirea în altul, fie că intenționați să treceți peste anumite zone ale ierarhiei profesionale din care nu vreți să faceți parte sau să vă schimbați cu totul locul de muncă. Sau puteți, ca mine, să vă păstrați ani în șir același job, dar să faceți nenumărate lucruri diferite datorită lui.

Vă puteți lua mai multe zile de vacanță decât majoritatea angajaților – și, odată ce ați citit această carte, sper că veți fi mai capabili să urmați acest lucru, dacă nu cumva o faceți deja. În jur de 90% dintre cei care lucrează pe cont propriu simt că au un control ce variază de la puțin la mult asupra sarcinilor zilnice și a modului în care le pun în practică, iar 92% cred că pot alege singuri când să înceapă și să termine programul de muncă.

Un studiu realizat de Gallup în Statele Unite a arătat că antreprenorii, în ciuda faptului că sunt cu câteva procente mai îngrijorați sau mai stresați decât persoanele angajate în mod tradițional, sunt mai optimiști și este mult mai probabil să se bucure de munca lor și să conștientizeze necesitatea învățării unor lucruri noi.⁴

De asemenea, 55% dintre persoanele care lucrează pe cont propriu afirmă că munca la distanță le oferă o flexibilitate mult mai mare, 34% spun că aceasta îi face mai productivi, 53% cred că îi ajută să salveze din timp și 41% confirmă că ea le îmbunătățește raportul muncă – viață personală.⁵ (97% din munca la distanță este făcută de acasă.)

Majoritatea persoanelor care lucrează independent nu sunt antreprenori, ci indivizi care preferă pur și simplu să facă ceea ce se pricepe pe cont propriu.⁶ Prin urmare, nu trebuie să inventați o aplicație sau să căutați investitori care să aducă un influx de capital afacerii voastre (doar dacă nu cumva vă doriți exact lucrul acesta).

Multe persoane care muncesc independent își pot alege locul de unde să facă asta. De la cafenele la spațiile de birouri comune, biblioteci sau chiar cele mai mici colțuri din casele noastre, avem capacitatea de a ne amenaja după preferințele personale locul de muncă. (Mai multe despre acest lucru veți afla în **Capitolul 10.**) Gata cu neoanele, spațiile anoste și griul trist din birourile tradiționale.

Este posibil și să puteți opta și cu cine vreți să lucrați – nu doar în privința clienților, ci și a colegilor. Foarte rar am întâlnit persoane care muncesc pe cont propriu și sunt complet singuri; chiar și freelancerii au mai multe opțiuni în legătură cu cine poate sta lângă ei de-a lungul unei zile de lucru (dacă va fi cineva), decât au majoritatea persoanelor angajate în sistem tradițional.

Majoritatea celor care lucrează independent evită naveta zilnică care, în prezent, înseamnă în medie o oră pentru angajații din Marea Britanie (74 de minute pentru cei din Londra) și 54 de minute pentru cei din Statele Unite (68 de minute pentru

angajații din Washington DC). În Marea Britanie, această minunată călătorie îi costă pe angajații cu normă întreagă în medie 1.752 de lire sterline pe an. Persoanele care lucrează pe cont propriu probabil că trebuie să se deplaseze și ele uneori în interes de muncă, dar majoritatea cheltuielilor lor pot fi deducibile fiscal, în comparație cu angajații în sistemul tradițional, la care acest lucru funcționează mai mult ca o reducere din salariu.

În teorie, cel puțin – și deseori în practică –, atunci când lucrați independent, aveți mai multe opțiuni: singuri puteți alege cu ce să vă îmbrăcați, ce să mâncați și când, cu cine să lucrați, ce să lucrați și când și de unde să lucrați. Aceste opțiuni există chiar și atunci când nu sunt evidente. Uneori, toate alegerile pot părea copleșitoare, dar, cu ajutorul acestei cărți, vă veți putea descurca în toate situațiile care se ivesc.

2

Părțile complicate

Dacă acum trebuie să lucrați pe cont propriu și acest lucru vă face să vă simțiți de parcă v-ați autoizolat într-un colț, nu e cazul să credeți că ați făcut o greșală. V-a oferit cineva un ghid la începutul acestui proces? Fiecare persoană care lucrează pe cont propriu băjbâie la început într-un procent mai mic sau mai mare. Și vă asigur că fiecare dintre noi a trecut prin momente în care nimic nu a mers bine.

Când pornim de la zero o afacere pe cont propriu, suntem adeseori îngrijorați, gândindu-ne dacă după aceea vom mai reuși să ne găsim de lucru, dacă vom continua apoi să avem de muncă și că este posibil să uităm să ne planificăm activitatea profesională așa cum ne dorim (și avem nevoie). Când, într-un final, privim în sus și respirăm adânc, după un an sau doi, descoperim că percepem acest stil de viață ca fiind confuz, încurcat, chiar instabil. Poate că suntem oboșiți. Poate că am uitat de ce ne-am decis în primul rând să optăm pentru acest lucru sau poate că ceea ce am ajuns să facem este foarte diferit de planul nostru inițial. Poate că am lucrat prea din greu, prea mult timp și cu pauze foarte mici. Poate că nu avem grijă de corpul nostru așa cum ar trebui. Poate că suntem atât

de ocupați cu munca, încât nici nu ne-am dat seama că sistemele care s-au dezvoltat în activitatea noastră independentă ne limitează mișcarea și nu par a funcționa mai deloc. Am putea descoperi și că avem nevoie de niște abilități la care nu ne-am gândit până acum și nici nu știm unde și cum să le dobândim.

Pentru a vă reasigura că aceste perioade pline provocări și de confuzie sunt atât normale, cât și suportabile, aș vrea să vă spun două povești.

Prima se referă la începuturi dificile, iar cealaltă, la o continuare complicată. Thomas Broughton este fondatorul Cubbitts, un lanț mic de zece magazine ce comercializează ochelari de vedere și de soare foarte frumoși, la modă și accesibili ca preț. Deși fac și consultații oculare, nu este tocmai adecvat să-i numim opticieni, deoarece magazinele și ceea ce vând acestea sunt foarte diferite de experiența clinică tradițională, destul de limitată, de a-ți cumpăra ochelari – ceea ce reprezintă exact ce Broughton și-a dorit să schimbe în acest domeniu. El și-a deschis primul său magazin revoluționar în 2013, în Kings Cross, Londra.

„Aș fi vrut ca tu să fi scris cartea aceasta acum șapte ani.” mi-a spus acesta. I s-a părut dificil începutul afacerii sale? „Incredibil de greu. Incredibil de dificil. Nu știam ce să fac. Dificil sub aspecte pe care nu le prevăzusem și pe care nu le puteam percepe în întregime. Doar pentru a iniția o afacere trebuie să fii extrem de hotărât și de implicat. Începi cu un plan, o misiune și multă pasiune, precum și cu alte lucruri similare. Dar nu ai mai făcut lucrul acesta până atunci; prin urmare, nu ai nici cea mai vagă idee ce funcționează și ce nu. Ești la începutul începutului în privința acestui lucru, ceea ce reprezintă o etapă extrem de stresantă. În plus, te afli și într-un

moment în care știi atât de puține. Și aceste două elemente se îmbină și împreună formează o adevărată uniune de nesiguranță și durere! Câte ore ar trebui să lucrezi? Când ar fi bine să muncești? Când ar fi cazul să-ți iei niște zile libere? Cum ar trebui să lucrezi? Cum arată echilibrul dintre muncă și odihnă? Cum recrutezi oamenii cu care vrei să lucrezi?” Pentru Broughton, s-a dovedit aproape imposibil să se îndepărteze suficient de mult de munca sa pentru a putea reflecta asupra a ceea ce se întâmpla. „Doar ca să pot să-mi dau seama unde am ajuns eu din punct de vedere uman și de unde a început acest lucru a fost foarte, foarte dificil.”, mi-a spus el.

Rezultatul? Zile de muncă din ce în ce mai lungi și fără pauze. „Totul se întâmpla din cauza unei senzații de necesitate. Privind în urmă, la acele momente, îmi dau seama că nu era atât de necesar să fac acest lucru, dar noi, oamenii, avem o trăsătură intrinsecă, să ne concentrăm pe lucrurile pe care le putem controla și cred că orele de muncă au funcționat ca un fel de pârghie asupra căreia aveam control. În schimb, pe alte lucruri nu le puteam stăpâni. Îmi fac griji – cred că speranța mea de viață va fi redusă cu câțiva ani din cauza aceluia prim an de activitate pe cont propriu. Totul a fost într-adevăr, pentru o scurtă perioadă, o adevărată nebunie, fiindcă eu nu mai puteam vedea nimic altceva în afara bulei mele formate din căsuța poștală electronică, niște fișiere pe calculator și colțul mic din apartamentul meu din care făceam totul.” La momentul respectiv, nu avea un partener de viață sau o familie care să-i mai tempereze acest comportament. „Credeam că o modalitate foarte productivă de a lucra ar fi să mă trezesc noaptea din somn, să mă dau jos din pat și să încep să muncesc. Mă trezeam la două dimineața și începeam să lucrez. Aveam spor,

într-adevăr, și făceam multe lucruri, dar întreaga situație era absolut ridicolă, deoarece, bineînțeles, pe la două după-amiaza cădeam lat de oboseală, dormeam buștean și nu mai puteam să mă odihnesc cum trebuie noaptea. Intrasem în cercul vicios al tulburărilor de somn. Mai mult, dacă trimiți e-mailuri la ora două sau trei dimineața, cel mai probabil, destinatarul va crede că ești nebun.”

La un moment dat, Broughton a decis chiar să nu mai meargă în Brazilia, la un meci de la Campionatul Mondial de Fotbal, pentru care economisise bani, deoarece i s-a părut că nu ar avea cine să facă munca pe care trebuia să o finalizeze el.

„Această călătorie urma să fie răsplata mea după doi ani de tras la jug; prin urmare, ceea ce s-a întâmplat m-a pus serios pe gânduri.” Astfel, acesta a fost momentul în care a hotărât că trebuia să schimbe ceva. „Mă gândeam că voi înnebuni cu adevărat dacă nu mă voi putea detașa de ceea ce făceam și, în plus, voi ajunge să-mi urăsc munca.”

Pe lângă toate acestea, mai era și stresul financiar, după ce se despărțise de partenerul său de afaceri înainte ca micul lor business să prindă aripi cu adevărat. „Am petrecut zece ani economisind bani pentru a pune bazele unei companii și acum trebuie să-i dau înapoi banii pe care îi investise partenerul meu. Într-o clipită, din zece ani de economii mi-a rămas doar o sumă mică, pe care am reușit să o cheltuiesc în trei luni. Au urmat două săptămâni în care aproape că pot spune că am dat faliment, perioada aceea, clasică, când apelezi la cardurile de credit și vinzi tot ce se poate. Ajungi să-ți trăiești cele mai mari frici: ce-o să fac de acum încolo? Cum o să mă descurc cu mâncarea? O să fiu aruncat direct în stradă.” Toate aceste lucruri se întâmplau într-un moment în care Broughton nu

avea niciun model de business clar definit și nici clienți. „Era foarte dificil să trec emoțional peste sentimentul acela de pierdere. Cred că a fost benefic pentru mine ca persoană – treci printr-o perioadă de tristețe și panică și prin toate etapele fricii și depresiei, dar după aceea, când depășești această stare, îți dai seama că este vorba doar despre niște bani. Și, în cele din urmă, nici nu prea ai nevoie de cine știe ce finanțe, atât timp cât poți aduna suficienți bani ca să mănânci și să-ți plătești chiria.”

Cum a reușit Broughton să meargă mai departe? „M-am îndoit foarte tare de acest proiect, în diferite etape ale sale. Dar aveam senzația că făcusem deja prea multe ca să mă mai pot opri. Mai era vorba și de niște costuri irecuperabile: mi-am investit economiile de o viață în acest business; prin urmare, cumva, mi-am pus întreaga viață în afacerea mea. Așadar, trebuia să continui. Mi-am zis că nu pot să renunț. Și mai era vorba și despre ceva ce ține de ego: trebuia să încerc în continuare, pentru că le-am tot povestit ani de zile prietenilor mei despre acest lucru. Cum aș fi putut să mă duc la ei și să le spun că am ratat totul și, în acest proces, mi-am investit economiile de o viață? Aveau să râdă toți de mine. Și acest lucru a contat enorm pentru mine.” Deși Broughton spune că au fost momente intense, de adrenalină pură și cu anumite realizări de care astăzi îi este dor, deseori ele „s-au transformat în ceva mult mai ciudat și generator de stres. Cred că aș fi putut avea aceleași rezultate, dar rămânând în același timp și mult mai stabil din punct de vedere mental.”

Iar în ceea ce privește viața în afara programului de lucru, „timp de doi ani, ea nu a existat. Și a fost ceva destul de nesănătos. Vorbesc acum cu prietenii mei despre acest lucru și aceștia îmi spun că, da, am fost un ticălos. Nu era deloc amuzant să fie lângă mine.”

În cele din urmă, Broughton a descoperit o modalitate prin care să poată să depășească astfel de momente, parțial prin angajarea unor persoane care să-l ajute cu cantitatea de muncă ce creștea încontinuu și parțial prin a juca șah online, care nu presupunea niciun cost – și era, după cum el însuși spune, un mijloc excelent de a scăpa de haosul din noua sa afacere. „Nu mai jucasem șah de la doisprezece ani, dar este ceva special să te concentrezi pe ceva atunci când știi toate regulile: te gândești doar la 64 de pătrățele și 32 de piese, și atât. Nu există surprize, în comparație cu încercarea de a porni o afacere în care nu există nicio regulă – nu, de fapt *există* reguli, dar nu le înțelegi!”, râde Broughton. „Și rezultatul poate fi mult mai rău decât să te faci cineva șah mat.” Faptul că a fost foarte bun la ceva a avut o importanță covârșitoare. „Nu știi dacă atunci când începi o afacere faci ceva rău sau bun. Dar când joci un joc în care regulile sunt clare și poți obține o cantitate mică de serotonină datorită faptului că primești o apreciere sau un premiu virtual când câștigi a făcut o mare diferență la momentul respectiv.” De asemenea, Broughton s-a apucat și de alergat. „Aveam senzația euforică dată de efortul fizic pe care îl resimt alergătorii, senzație care credeam că este reală, dar îmi dădeam seama și că este dificil să faci un tabel în Excel sau să răspunzi la e-mailuri în timp ce alergi.”

În timp, Broughton a dezvoltat niște limite mult mai clare – odată, primea în fiecare seară actualizări de la diverse magazine, ceea ce putea să-i strice sau nu întreaga noapte; acum își verifică acele e-mailuri luni dimineața, când este pregătit pentru impactul pe care îl pot avea ele asupra sa. De asemenea, și-a dat seama și că își pusese propria adresa de e-mail drept contact pentru aspecte care țin de plata unor facturi, ceea ce îl deranja, deoarece nu mai putea face nimic în momentul în care

mesajele cu cererile de plată intrau în căsuța sa de poștă electronică. Așa că a înlocuit adresa lui de e-mail cu una oficială, a firmei: finance@cubbitts.co.uk. „Sincer, acum pare ceva stupid, dar acest lucru a avut un impact uriaș asupra sănătății mele mintale – dintr-odată, dețineam controlul asupra tuturor lucrurilor deoarece puteam să verific această nouă căsuță de e-mail o dată pe săptămână, când eram pregătit psihic, și să plătesc toate facturile dintr-odată.” Astăzi, atât compania, cât și Broughton o duc foarte bine.

Pentru prezentatorul TV, exploratorul și scriitorul Levison Wood, situația a stat invers: abia după ce a avut un oarecare succes, lucrurile au devenit mai complicate. „Odată ce am ajuns unde îmi doream să fiu, totul a început să se înrăutățească.”, mi-a spus acesta. După ce au apărut primele episoade ale serialului său TV, s-a trezit dintr-odată prins ca într-o cursă, având mult de lucru și trebuind să participe la evenimente legate de profesia sa. „Spuneam «da» imediat, de fiecare dată, pentru a avea și mai mult succes și a menține ritmul respectiv, agățându-mă de orice, într-o încercare disperată de a face ca totul să funcționeze. Și lucrurile au mers bine din punct de vedere al carierei. Dar nu-mi mai ajungea timpul pentru nimic altceva. Aveam acest succes financiar imens, dar m-am trezit atras în agitația specifică lumii media. Mă gândeam că «Totul merge atât de bine, dar nu am pic de timp pentru mine însumi.»”

Era o situație dureroasă deoarece contrasta puternic cu ceea ce se aștepta Levison să însemne „succesul”. „Mă aflam într-o poziție extrem de norocoasă, în care îmi îndeplineam visul din copilărie, dar era foarte dificil, deoarece mă întrebam la ce îmi folosește tot succesul pe care îl am. Am trecut prin momente foarte grele, care m-au făcut să mă îndoiesc de ceea ce făceam. Totul s-a schimbat abia atunci când am început să

mă concentrez mai mult pe vechiul clișeu: în viață contează mai mult călătoria în sine decât destinația. Mă axasem atât de mult pe destinație, încât uitasem să-mi procur timpul necesar pentru a mă bucura de ea.” În cele din urmă, a început să exercite un mai mare control asupra timpului său, conștient fiind că munca lui se îndrepta spre o zonă care îl făcea să se simtă nefericit. „Ajunsesem în punctul în care am spus: Până aici! Voi spune «nu» la orice! Acum pot să înțeleg de ce unii oameni (care au succes) o iau razna: deoarece aceștia pierd contactul cu realitatea. Am văzut întâmplându-se acest lucru chiar cu unii dintre cunoscuții mei. Eram hotărât să fac un pas înapoi ca să descopăr ce m-a atras inițial la aceste lucruri.” Astăzi, după cum veți descoperi în **Capitolul 7**, Levison Wood este foarte atent cu timpul său: își programează orele destinate muncii și pauzele pe zile, fiind fericit și capabil să se bucure de realizările sale.

Mai târziu în această carte, vom analiza mai atent cum pot funcționa strategiile pe care le-au folosit Broughton și Wood pentru cei care lucrează pe cont propriu. Pentru moment, vă spun aceste povești ca să știți că orice se întâmplă în viața voastră de freelancer nu este atât de ieșit din comun. La televizor, Wood pare a fi un tip fermecător, extrem de capabil, chipeș și de neclintit. Dar în general nu știm care sunt poveștile din culise, prin care trebuie să treacă persoanele ce lucrează pe cont propriu. Chiar și cele care par să dețină un control total asupra vieții lor de lucrători independenți și să ducă o existență împlinită și plină de satisfacții, având cariere captivante, dinamice, pline de aventuri și diverse țeluri, au avut, au sau vor avea momente dificile. Dar reușesc să treacă de acestea, și la fel veți face și voi.