

ER DU INTROVERT?

Tag testen på næste side og få svaret



Kan du lide dette billede, og mærker du en ro ved at kigge på det, så er det måske allerede første tegn på, at du nok er introvert...

Svar Ja eller Nej alt efter om udsagnet passer på dig eller ej:

UDSAGN:	JA	NEJ
Jeg nyder mit eget selskab	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg tænker som regel, før jeg taler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre siger, at jeg er god til at lytte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan bruge lang tid i mit eget selskab uden at kede mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har ofte samtaler med mig selv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg føler mig tit drænet efter socialt samvær, selvom jeg har haft det hyggeligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker en-til-en samtaler frem for stor gruppeaktivitet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker små grupper frem for større grupper	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker dybe samtaler om emner, som interesserer mig frem for smalltalk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre beskriver mig ofte som rolig, stille eller reserveret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg lægger ofte mærke til detaljer, som andre ikke ser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker at udtrykke mig på skrift	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker at skrive mails frem for at tale i telefon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg er kreativ og får mange ideer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan blive mentalt fraværende, hvis der sker for meget omkring mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan lide arbejde, hvor jeg kan fordybe mig uden at blive forstyrret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg bryder mig ikke om at afbryde andre eller om selv at blive afbrudt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvis jeg siger, at jeg vil gøre noget, holder jeg mit ord	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det sker, at jeg ikke ved, hvad jeg skal sige, når jeg møder nye mennesker eller uventet bliver bedt om at sige noget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker få nære relationer frem for mange overfladiske relationer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg foretrækker ikke at tale om eller at vise mit arbejde frem, før det er færdigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg arbejder bedst, når jeg er alene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg lader ofte være med at tage telefonen, når den ringer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan lide at være godt forberedt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har nemt ved at koncentrere mig i lang tid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andre mener ofte, at jeg er klogere, end jeg selv føler, at jeg er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan blive nervøs, hvis jeg er presset i forhold til at færdiggøre en opgave	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kunne du nikke ja til de fleste udsagn?

I så fald du kunne nikke 'Ja' til de fleste udsagn, så er du introvert - og i øvrigt en helt almindelig en af slagsen 😊.

Mange tror, at introverthed handler om at være genert og menneskesky, men sådan forholder det sig ikke.

At være introvert handler om, at man genoplader og henter sin energi ved at være i sit eget selskab.

For i dit eget selskab har du ro til at tænke, reflektere, analysere og få styr på alle de tanker og indre dialoger, som er en del af at være dig som introvert.

Det er i dit eget selskab, at du kan sortere i alle de informationer, du hele tiden udsættes for og få ryddet op i dem, så de finder deres rette plads på de rette mentale hylder i dit hoved.

Din vigtigste opgave som introvert selvstændig er at beskytte dig selv og sikre, at du ikke bliver overstimuleret i for lang tid ad gangen, *uden* mulighed for at være dig selv. Så du kan bevare din energi og undgå at brænde ud.

Sørger du for at holde dit energiniveau i balance, har du rigtig mange styrker, som kan få dig rigtig langt. Så det er en klog prioritering at passe på dig selv og din energi.

Livet som introvert selvstændig

Som introvert selvstændig er den største tjeneste, du kan gøre dig selv at skabe et solidt og stabilt fundament at arbejde ud fra.

Dette fundament skaber du ved at lave et grundigt forarbejde, som betyder, at du altid føler dig sikker i din virksomhed og har en overskuelig plan at arbejde ud fra.

Sørg for at blive skarp på, hvad du tilbyder i din forretning, hvorfor du tilbyder det, hvem du tilbyder det til, og hvordan du tilbyder det.

Så du arbejder ud fra en klar retning frem for at arbejde ud fra tilfældigheder, pludselige indskydelser og ideer i øst og vest. For så bliver du lynhurtigt forvirret og overvældet og mister troen på dig selv og det, du kan.

Vil du blive klogere på din introverthed?

Ønsker du at blive klogere på din introverthed, så vil jeg anbefale dig at starte med at læse disse to e-bøger:

Udfold dit potentiale som introvert – og få øje på dine fordele i livet som selvstændig

I e-bogen får du bl.a. svarene på:

- Hvad der er dine unikke styrker i livet som selvstændig
- Hvorfor din introverthed er en fordel frem for forhindring som selvstændig
- Hvordan du udnytter dit potentiale som introvert og opnår succes med din virksomhed



Du kan downloade den gratis på denne side: [Download e-bog](#)

Få succes med din forretning som introvert & selvstændig

I e-bogen får du konkrete råd om markedsføring og salg som introvert selvstændig

Mange introverte selvstændige oplever at være udfordret omkring markedsføring og salg. De har svært ved at finde energi til at være synlige (nok) og mærker konsekvensen i form af:

- For få kunder til en fornuftig indtjening
- Udbrændthed og manglende motivation
- Dårlig samvittighed over trangen til at gemme sig og undgå synligheden



Men sådan behøver det ikke at være. Hvilket du kan læse meget mere om i e-bogen, som du kan downloade gratis her:

[Download e-bog](#)

Det biologiske aspekt af at være introvert

Som introvert selvstændig er det vigtigt at sætte sig ind i, hvad det vil sige at være introvert.

For mange introverte selvstændige kommer til at arbejde mod det, der falder dem naturligt. Og så brænder de ud. Bliver demotiverede eller kæmper med at skabe de resultater, de drømmer om i deres virksomhed.

At være introvert er ikke blot et "smart" begreb. Det er en måde at gå til verden på og være i verden på, som er medfødt. Så er du introvert, forbliver du introvert hele dit liv. Og derfor er det vigtigt at indrette dit liv efter det, så du får et så godt og tilfredsstillende liv som muligt.

Ønsker du at blive klogere på det biologiske aspekt af din introverthed, så kan du læse mere her:

- [Introverthed](#)
- [Motivation som selvstændig introvert - udfordringen ved ikke at være drevet af sex, drugs and rock'n'roll](#)
- [Som introvert er du mere skildpadde end hare...](#)

Du kan finde masser af forskellige artikler om livet som introvert selvstændig her:

- [Artikler om at være introvert selvstændig](#)

Du finder flere online foredrag målrettet dig, som er introvert selvstændig her:

- [Sådan skaber du en succesfuld virksomhed som introvert](#)
- [Skab en virksomhed med ro, tryghed og frihed - og penge nok på bundlinjen](#)

Om Business by YOU

Business by You er ejet af mig - Jane Hejbøll.

I Business by You hjælper jeg introverte selvstændige med at skabe en enkel og økonomisk ansvarlig forretningsmodel med afsæt i deres introverte natur. Så de får en virksomhed, de trives i, samtidig med at de skaber en solid bundlinje, de kan leve godt af.

Jeg arbejder altid ud fra [Fra Forvirring til Klarhed™-modellen](#), som jeg har udviklet med afsæt i biologien og teorien bag den introverte personlighed og de styrker, som følger med at være introvert. Og som samtidig tager højde for og forebygger de udfordringer, der kan være i livet som introvert selvstændig.

De 3 største udfordringer, introverte selvstændige møder, er at have:

- For få kunder
- For mange bekymringer, tvivl, usikkerhed og frygt for ikke "at være god nok"
- For lille en indtjening

Men det kan der heldigvis ændres på, og det er det, jeg hjælper mine kunder med.

Jeg er universitetsuddannet inden for kommunikation og onlinebaseret markedsføring og har en uddannelse som NLP coach og mindfulness praktitioner. Jeg er desuden tidligere medejer af webshoppen Smikka, som blev solgt i år 2019. Jeg har over 15 års praktisk erfaring med kommunikation, forretningsudvikling, vision, markedsføring og strategi og har bl.a. arbejdet i både privat og offentligt regi som kommunikationskonsulent og rådgiver.

Du er altid velkommen til at sende mig en mail på hello@businessbyyou.dk, hvis du har noget på hjerte, du ønsker at dele med mig. Har du lyst, er du også velkommen til at følge med på min Facebookside, som du finder lige her: [Business by You's facebookside](#).

Der er også mulighed for at booke en gratis afklaringsamtale á 20 minutters varighed, hvor vi sætter fokus på dig og din virksomhed. Den kan du booke her: [Book gratis og uforpligtende afklaringsamtale her](#).

Mange introverte hilsner
Jane, Business by You

