



” Vad innebär mjuka värden i en verksamhet?

KRÖNIKA
Tina Persson

Mjuka och hållbara värden!

Vad innebär mjuka värden i en verksamhet? Det är allt fler som börjar berätta, att nu satsas det på dom mjuka värdena i deras verksamhet. Ok det låter ju riktigt bra, så berätta vad gör ni? Oj, ja och så blir det lite tyst. För vad innebär dom mjuka värdena i en verksamhet, något jag avslutade min förra krönika med.

Vad innebär det att arbeta med dom mjuka värdena egentligen? Jag läste nyligen en text om hårda och mjuka värden, men jag tänker att vi kan göra ännu mer. För att få ett mer hållbart samhälle, eller hur? Både för våra verksamheter, och för oss själva.

Hållbarhet är också ett ord som oftast landar i klimatet och verksamheter, men hur kan vi människor bli mer hållbara för att hålla livet ut? Jag är nyfiken på om du själv är en hållbar människa eller kör du dig ständigt och jämt, ner i diket som något du helst vill kasta bort?

Ni som följt mig en längre tid, vet om att jag älskar att använda mig av ord som kan få våra fastbrända, vidbrända eller bara lite svedda tankar att komma loss. Jag brukar säga att jag var en gång en massageterapeut, som älskade att trycka triggepunkter i musklerna hos mina kunder. Numera älskar jag att trycka på dom mentala triggepunkterna. För att du ska inse och förstå att livet är ditt, möjligheterna är dina, men även ansvaret.

Jag vet det kan vara smärtsamt att höra och där du vill få mig att sluta, men det jag också vet är att det gör ont till en början och sen släpper det. För det är där och då som du kommer att hitta en insikt i att så kan det också vara, eller så kan du också tänka. För din sanning är inte hela sanningen, precis som min sanning inte är enbart den sanna sanningen.

Det är så lätt och smidigt att sopa livet under mattan, för vi har alla varit med om en rejäl resa. En resa som har gett oss fler skavanker och livet kan fortfarande vara nära dikeskanten, men ändå.

Därför är det så bra att flera verksamheter nu börjar arbeta med dom mjuka värdena, men att bara bjuda in till en grillfest eller en bowlingkväll. Det kallar jag inte för att arbeta med dom mjuka värdena, utan det krävs så mycket mer.

Mjuka värden för mig är att se över hela personalstyrkan, samtliga individer och se vad behöver var och en. Jag förstår att det är svårare i en stor verksamhet så gå då ner på avdelningsnivå, men ändå ha en plan från högsta ort.

Varför inte ta vara på hälsokontrollerna som många arbetsgivare erbjuder, och gör något mer av dessa. Varför inte ta ett medarbetarsamtal där vi fokuserar på dom mjuka värdena, och den hållbara hälsan. Det finns så många möjligheter här, men där många verksamheter gärna sopar allt under mattan. Ok, nu har du fått vara kontroll och så släpper dom bollen där och så även personalen. Jaja, jag borde göra något åt min vad det nu är, men vem bryr sig?

Jag tänker friskvårdsbidraget som är så otroligt bra och som erbjuder möjligheter som många nyttjar, men även utnyttjar. Det finns många som bara köper, men sen händer inget. Vem bryr sig? Jo, vi behöver bry oss mer om oss själva och om varandra.

I en krönika förra året skrev jag om att göra ett projekt, för att stärka både verksamheten och personalen. Ett hälsoprojekt, ett ord som också sätter fart på flera fastbrända tankar om att nu måste jag banta eller börja styrketräna, som du inte har tid med.

Ordet hälsa innebär för många enbart kost och träning, men det innebär så mycket mer. Hälsa innebär både den fysiska och psykiska hälsan, och med det att se till att få en mer hållbar hälsa. En hållbar hälsa, så vi kan hålla livet ut inte bara runt knuten.

Så vad behöver du för att bli mer hållbar, för att hålla livet ut? Vad behöver ni i er verksamhet och förening göra? För att få en hållbar personal, och hållbara medlemmar? Vi kräver så mycket av samhället och andra, men det är hos oss själva förändringen börjar.

Förändringen börjar när vi inser och förstår, istället för att fortsätta mota olle vid grind. Så våga börja prata om mjuka värden, och hållbara människor. Kom igen och satsa på ett projekt tillsammans och eller bara för dig själv!

Din mentala hälsoinspiratör
Tina Persson