

”Släpp alla gamla idéer helt och börja från noll

KRÖNIKA
Tina Persson

När ”boxen” blir problemet

”Think outside, no box needed”

Såg en keps med texten ”Think outside, no box needed” = ”Tänk utanför ramarna, ingen box behövs”.

Det kan också betyda ”Släpp alla gamla idéer helt och börja från noll”

Eller varför inte ”Lösningen kanske inte ens liknar något, du tidigare gjort”

Kort sagt enligt Chatgpt:
- ♥Vanliga lösningar inte räcker
- ♥Man vill uppmuntra till maximal kreativitet
- ♥Regler och ramar ska ignoreras helt

Chatgpt vilket fusk så gick mina tankar för ett drygt halvår sedan, men så insåg jag något. Varför inte bolla mina tankar som ändå är utanför den vanliga boxen, för att utvecklas ytterligare.

Hur skulle jag kunna bli tydligare, men ändå inte tappa bort mig? Hur skulle jag kunna hitta fler sätt att förklara det som för mig är självklart, men som ännu inte landat hos dig som läsare?

Helt plötsligt hade jag ett bollplank, som jag kunde be dra åt pepparn eller be att skruva på det ytterligare eller kom igen det där var så tråkigt. Så det som kändes som fusk, fick mig att kliva utanför den box jag hade suttit i ett bra tag.

Det är så lätt att fastna i en box och en som många sitter fast i, som vi behöver släppa taget om. Det är om ämnet psykisk ohälsa, som många idag sitter riktigt fast i sen lång tid.

Här verkar vi alla tydligt och klart se vad som händer. Vi har också statistik och varningsflaggor som försöker få alla att förstå, men vad händer?

Jo, det är så klart någon annans fel och det är någon annan som ska fixa problemet. Det är inte din uppgift. Lite som ”glödlampan” som jag skrev om i förra krönikan. Där du avstår att lyssna på någon, för tänkt om ”glödlampan” går sönder.

För dig som inte läste krönikan, så tyckte jag att många är så rädda för att säga något fel och att personen kommer må sämre istället. Det vill du inte ha på ditt samvete, eller vad mer skulle kunna hända. Nä, usch.

Men där mitt svar var att allt du behöver göra, det är att lyssna. Det räcker PUNKT!

Så till våra samhällsproblem, som är mitt framför våra näsor idag. Vem har ansvaret? Vart kan vi börja? Vem kan ta ledartröjan? Enligt mig så är det du.
- ♥ Du har ansvaret för ditt liv
- ♥ Du börjar med dig själv
- ♥ Du tar ledartröjan för ditt liv

Det handlar om självledarskap, om att våga börja leda dig själv mer än du gör idag. Många idag är bra på att leda sig själv, men tyvärr så ser jag allt för många som lämnar över ansvaret till NÅGON annan.

Det är chefens fel, det är samhällets fel, det är politikernas osv. Tänker bara på under pandemin där vi fick rekommendationer, men det var ändå bara rekommendationer.

Att flera ville träffas och umgås, för det blev ju så tråkigt. Det hade du rätt till eller hur? Det som sedan hände var att ett flertal blev sjuka och vems var då felet? Nä, hur kunde det bli ditt fel, så orättvist!

Vi har idag så mycket fakta och statistik, men ändå så inser vi inte det egna ansvaret. Det är vad jag ser, så frågan är vad ser du?

Det som också gör mig ledsen det är alla regelverk, som fastnat i trånga boxar. För tänkt om ”glödlampan” skulle gå sönder.

Tänk istället, hur kan vi på fler sätt hjälpa människor som behöver hjälp?

Hur kan vi tillsammans hjälpas åt? Idag finns det så otroligt många duktiga aktörer, som skulle kunna bidrag om dom fick chansen. Det finns så många aktörer som utgår utifrån sina bearbetade erfarenheter och praktiska kortare utbildningar, som skulle kunna komplettera samhället.

Jag använder ordet komplettera för det är något som jag verkligen tror på, men som samhället inte riktigt vågar.

Jo, jag vågar säga våga. För idag finns så många regelverk, som gör att resultatet inte ger dom resultat vi borde få. Så om vi kunde göra om och göra rätt, skapa något bättre.

Vad skulle då kunna ske?

Jag skulle kunna fortsätta vrida ut och in på ämnet, även utan Chatgpt. Då mitt tankesätt ofta hamnar utanför boxen och som gör många förvirrade. Så där kan du inte tänka och göra. Varför inte?

Så tänkt om samhället, du och jag valde att komplettera. För att vända en trend, som allt mer trängs ihop i en krympande box.

DU kan göra skillnad, börja med DIG själv.

Din mentala hälsoinspiratör
Tina Persson, numera Östersund