

”Om du har ett problem, sluta acceptera det

KRÖNIKA
Tina Persson

Bli den ledare du själv vill ha!

Jag är redo, hur är det med dig?

Kanske du har haft lata sommardagar, arbetsdagar eller dagar fyllda med vila eller enorm stress. För egen del har det varit en rejält blandad dos av både smått och beskt, men det är så livet kan vara eller hur?

Det är nu dags att dra igång samhället igen, efter en juli månad som jag anser tryckte på pausknappen självt. Det känns alltid som om människor, försvinner till en annan värld som jag inte själv trivs i så bra. Därför är jag så glad att jag än en gång fick ett uppdrag, som började innan sommaren och sträcker sig ett år framåt.

Ett uppdrag som kommer att utmana mig på flera sätt, som ledare. För i maj fick jag frågan om jag var intresserad av att ta ett föräldravick, som utbildningsledare på en Yrkeshögskola här i stan. Ja, varför inte var mitt svar, så spännande.

När jag sedan började fundera över min nya roll, så insåg jag vad rollen egentligen innehöll. Här kommer jag vara ledare för utbildningen, för konsulterna och för deltagarna. Sen inte bara det utan jag behöver så klart leda mig själv, och vara med och leda hela verksamheten tillsammans med mina kollegor.

Det blev liksom väldigt många ledarroller i en och samma roll, som jag nu kommer att få prova. Så vem vill jag vara och hur skulle jag själv vilja bli ledd, av mig?

Så hur är det med dig i ditt liv?

Vem är det som är ledaren i ditt liv? Överlåter du detta till någon annan, eller tar du ett eget ansvar?

Det är så lätt att gnälla över chefer och andra i samhället, sen även i familjen och med vänner. Det är så lätt att säga att du kan inget göra utan, det är någon annan som behöver skärpa sig.

Så tänkt istället om du börjar med att leda dig själv, med att fundera över hur du själv är som ledare över ditt liv? Lever du i en gemenskap, hur är ditt ledarskap i den gemenskapen?

Allt börjar hos dig själv, spela roll vart du befinner dig. Kanske det blir tungt att tänka så, men välj istället en nyfiken känsla. Vad spännande, vad kan det här innebära och vad skulle du kunna göra för att få ett bättre välmående tex?

Det är lätt efter sommarledighet eller enbart sommartid, att vi växlar upp och så kör vi på i gamla hjulspår, men tänkt om du skulle välja att byta hjulspåren? Du behöver inte byta riktning helt och håller, öst mot väst eller ja mot ett nej. Utan börja med något litet och testa, för att sedan fortsätta för att se vad som kan hända.

Kanske det handlar om det mentala, att du inget jobb kan få. Eller ingen hjälp kan få, eller spela roll vad som helst som inte funkat eller är för mycket.

Våga stanna upp istället för att gasa på rakt in i kaklet. Våga göra en mjukstart och känn efter, vad är det som egentligen skaver i livet?

Vad är det som skaver? Är det ett skavsår eller är det en liktå? Om vi ska likna det med något.

Om du har ett problem, sluta acceptera det. Utan istället fundera över vad är det för hjälp du behöver och vad är det som du kan göra själv?

Att våga syna dig själv och ditt liv, gör att du kan förändra ditt ledarskap med dig själv. För tänkt om du enbart med några små förändringar, skulle kunna förändra ditt liv rejält och stort framöver?

Jag tar skavsåret igen först är det enbart lite irritation, men sen ju längre jag ignorerar det så blir det värre. Och till slut kan det bli en rejäl infektion, och kanske tom en operation eller amputation.

Nämen, så långt skulle du väl aldrig gå med ett skavsår?

Nä, så klart, men med ditt självledarskap det kan du köra ända ner i avgrunden utan att du en reagerar.

Så om du det känns för tungt och det är för stort, så titta på dom små sakerna du skulle kunna börja förändra. Ta vara på det där lilla skavet, lägg fokuset här till en början och när du känner att nu känns det bra. Då ska du uppskatta dig och ditt ledarskap, även om det för andra enbart var ett litet skavsår.

Därefter tar du hand om ett annat litet skav och nästa, som kan göra att andra större skav inte blir lika skaviga som innan. Eftersom detta lilla skav, gav det där lilla extra för att förstöra för dig.

Allt börjar med ditt ledarskap för dig själv! Nu kör vi!

Tina Persson,
din mentala hälsoinspiratör