

Ordförande har ordet...

Tiden närmast inför de stora helgerna – jul, nyår – är för mig en återkommande blandning av varma tankar inombords och lite prestationsångest. Det är ju så mycket som borde vara klart innan årsskiftet känns det som ... Ibland talar förståsigpåare om stress och att helgerna kan bli rentav påfrestande och långt ifrån den avkoppling och eftertanke som det är tänkt att helgerna skall vara. Föreställningen om att alla, inte minst barnen, skall stå där med tindrande ögon och förväntansfullt se fram mot helgerna skapar nästan lite ångest när man i en vanlig familj kanske mer upplever lite stress och hur klara av det hela på ett tillfredsställande sätt.

De råd som finns att hantera situationen är ofta ganska snusförnuftiga men ändå fullt tillämpbara. Det första är att inte ryckas med alltför kraftigt i kravbilden på ”hur det skall vara”. Dessa krav kommer sällan eller aldrig från Din egen familj. Det är oftast den kommersiella kraften som skapat kravbilden, inte de närmaste och kära. Så varför leva upp till en kravbild som inte sätts av Dig själv och framförallt inte av Dina egna. De blir inte glada av en sönderstressad anförvant med önskningsor om att leva upp till något de inte har förväntningar på. Men om Du frekvent ger signaler från Dig som ger anledning att tro att den förväntan man skall ha är just den som kommersen förmedlar, ja då hamnar också Dina närmaste och kära i den förväntan.

Det andra rådet, hur svårt det än kan tyckas vara är; stanna i dig själv, ge av Dig själv, ge med utgångspunkt i Din egen förmåga och inte av hur det ”bör vara”. Denna känsla av att Du finns där med Dig själv är den viktiga, inte minst för barn. Den känslan kan inte gåvor i mängder eller aldrig så stora förberedelser slå, så ta det lugnt i vetskap att den bästa julgåvan och nyårsönskan Du kan förmedla är att vara just Dig själv och ingen annan. För som Du vet, från början till slutet är det ju på det viset att de nära älskar ju Dig som Du är, inte någon som är överpåverkad av droger, alltifrån köpdrog till alkohol eller vad det nu må vara. Tänk att det bästa man kan ge är just sig själv och inget annat, och det kostar inget annat än att just förmågan att vara detta utan att ryckas med alltför häftigt. Så ta det lugnt, Du bär på den största framgångsfaktorn för en trevlig helg inom Dig själv!

En God Jul och Ett Gott Nytt År tillönskar jag alla skridskovänner med familjer och vänner.

Roger Bodin