



ATT LEDA OSS SJÄLVA OCH BARNEN

THE 
**FUTURE
BOOK**



I förra avsnittet började vi utforska föräldraskapskategorin och idag ska vi gå lite djupare in i denna fascinerande kategori och vi hoppas att du kommer att få ut mycket av det du får till dig här idag. Vi tänkte börja med att fråga; Vad är det enskilt viktigaste som du kan lära dina barn? Naturligtvis är föräldraskapet ett högst personligt ämne. Så svaret på den frågan är definitivt varken statistiskt eller kan bedömas i rätt eller fel, eftersom svaret grundar sig på en massa saker. På din totala livsuppfattning, dina värderingar, din moraliska kompass, den filosofi du lever efter och hur du väljer att vara förälder. Men för oss som skapat Futurebook, är det som vi tycker är viktigast att lära dem; - att bli självständiga, självreflekterande, lyckliga, friska och modiga. Det är de fem egenskaper som vi har identifierat som de viktigaste att ha på plats för att kunna styra sitt liv till att bli framgångsrikt: Självständighet, självreflektion, lycka, hälsa och mod. Det är fem av våra kärnvärden. Och precis som de är viktiga att lära barnen, är det lika viktigt att vi själva implementerar dem högt upp i vår medvetenhet eftersom de lägger grund för ett extraordinärt liv.

Om vi var tvungna att välja mellan dessa egenskaper, att välja den viktigaste för oss att lära dem, skulle det vara självständighet. Vi tror att självständighet är den främsta egenskap som vi kan ingjuta i våra barn. Och för att kunna vara självständig krävs det att vi även är självreflekterande. För om att vara en framgångsrik förälder handlar om något, så handlar det om att se till att våra barn kan fungera i vår frånvaro. Att de kan fungera framgångsrikt utan dig. Det är ditt stora uppdrag. Och det uppdraget handlar ju inte bara om oss människor. I djurvärlden fungerar det på samma sätt. Föräldraskap, - oavsett om vi är en människa eller ett djur, är verkligen en kapplöpning för att hinna få sina barn redo för ett liv innan något äter upp dem, eller hur? Innan de lämnar boet för att ge sig ut i världen och skapa sin egen väg. Som föräldrar måste vi hjälpa dem att bli självstyrande. Det är vårt primära arbete för att hjälpa dem till den punkt där de kan fungera självständigt i vår frånvaro och ju förr desto bättre.

Som förälder kan detta faktum ibland vara svårt att möta rent känslomässigt, eftersom vi inte vill släppa taget. Det tror vi inte egentligen någon förälder vill. Vi oroar oss ständigt för våra barn



och det är svårt att behöva ge dem lite mer frihet för varje år som går. Att låta dem göra sina egna val, låta dem göra sina egna misstag och att ständigt stå emot frestelsen att hoppa in och lösa deras problem i deras ställe. Men i slutändan, tänker vi att vår primära roll som föräldrar, är att se till att våra barn har kompetens att hantera utmaningar i livet, även när vi inte finns där för att vägleda dem. Så, därför måste vi hjälpa dem att bli självständiga. Vi måste utrusta dem med de färdigheter och verktyg de behöver för att kunna navigera sitt eget liv på det sätt de anser är rätt för dem. Att utveckla en känsla av inre styrka och att lära sig lita på sig själv och sin färdighet att kunna fatta bra beslut för sig själv i sitt eget liv. Det är vårt viktigaste jobb.

Så tillbaka till den ursprungliga frågan och vår syn på den. Om vårt viktigaste jobb är att hjälpa dem att bli självständiga, vad är då det enskilt viktigaste som vi kan lära våra barn? Jo, svaret är något som varenda människa på den här planeten behöver veta, oavsett om de är en förälder eller inte. Och det är något som de allra flesta människor inte ens förstått vidden av, varken vuxna eller barn. Det är ett enkelt, men oerhört kraftfullt tankekoncept; - Du är författaren av ditt eget liv! Du har friheten i livet att göra dina egna beslut och dina egna val och det liv du kommer att få, kommer att vara ett resultat av dessa beslut och dessa val. Punkt.

Enkelt sagt är ditt liv ett resultat av dina dagliga val och handlingar. Vad du gör med minuterna, timmarna och dagarna i ditt liv avgör vem du är och vilken typ av ett liv du har. Det är egentligen ganska enkelt. Om du gör bra val gällande din kost och motion, kommer du att vara fysiskt frisk. Och om du inte gör bra val – kommer du inte vara det. Om du gör bra val gällande din ekonomi, kommer du ha en ekonomiskt hälsosam situation. Och om du inte gör det, kommer du inte ha det. Om du gör bra val som vän, kommer du ha friska vänskapsband. Om du inte gör det – kommer du inte ha det. Det är helt logiskt när man ser det på pränt, eller hur? Men är det verkligen så att du tänker efter gällande dina dagliga val du gör, som både formar och skapar ditt liv? Ditt liv är ditt. Du äger det. Du väljer vem du ska spendera tid med. Hur du ska tänka. Du väljer vilka böcker du ska läsa. Vilka TV-program du ska titta på. Du väljer hur du behandlar människor. Du väljer hur du vill bli behandlad. Du väljer vad du vill fokusera din tid på. Det är faktiskt du som har kontrollen över din egen existens. Sug på den lite, för det är stort. Det är du som har kontrollen över din egen existens.

Det är ett oerhört stort ansvar vi har fått och många har inte riktigt förstått vidden av det, utan tror att det enda sättet att leva sitt liv är i reaktion på det som är. Men vill man skapa ett extraordinärt liv, behöver man göra aktiva val som leder dit. Inte ha sitt fokus den största delen av tiden ställt på att fånga de bollar som livet kastar på oss. Att vara en förebild för våra barn, gällande att flytta fokus från att leva reaktivt till att leva proaktivt, är inte en lätt uppgift, men en som höjer livskvalitén, både för oss och för dem.

Att hjälpa våra barn att bli självständiga betyder inte att vi inte lägger en stor möda på att vägleda dem, som att ingjuta goda värderingar och lära dem rätt och fel, som vi ser det. Det betyder inte att vi låter dem springa omkring helt galna, leva utan regler och bara göra vad de känner för. De har självklart fått med sig en hel del regler, eftersom på samma sätt som vi vill att de ska förstå att de äger sina liv, äger vi våra. Det här är vårt hus och så länge du bor i vårt hus ska du leva efter våra regler. Punkt. De fattar det. Att hjälpa våra barn att lära sig självständighet, betyder inte heller att vi kommer att köra dem på porten för tidigt, för att tvingas att bli vuxna för tidigt, eller tvinga dem att behöva axla det tunga ansvaret av att vara vuxen för tidigt.



Som förälder vill man ju självklart låta dem vara barn. Och låta dem till fullo njuta av barndomens sötma. För det är en magisk tid. Och den kommer aldrig tillbaka. Det är klart att vi vill att de ska vara sorglösa och lyckliga. Men det som är viktigt att ingjuta i dem, redan i tidig ålder är, - Vi äger inte dig. Du äger dig själv. Vi är bara tillfälligt ansvariga för dig, hjälper dig att lära och växa. Tar hand om dig och vårdar dig. Och vi kommer att göra det, så lång tid det tar att få dig redo att gå ut i världen. Och en dag, när du är redo, kommer du skapa ditt eget extraordinära liv för dig själv, och kommer ta fullt ansvar för dig själv. Och även om vi självklart aldrig kommer att sluta visa vår omsorg om dig eftersom det är en förälders jobb och aldrig kommer att sluta älska dig, så kommer vi komma fram till en punkt, där det är viktigt att du själv tar stafettpinnen och leder dig själv framåt.

Så en viktig sak som vi måste få våra barn att förstå, är att deras liv inte är vårt, utan deras. Att få dem att förstå att det är upp till dem att styra sitt liv självmedvetet och att forma det på det sätt de vill så att de i slutändan kan välja att leva som de vill leva. De kan välja att bo var de vill bo. De kan välja att göra vad de vill göra. De kan välja att vara den person som de bestämmer sig för att vara. De kan forma sitt liv på alla sätt de vill.

De flesta framgångsrika människor förstår djupet av detta koncept, att allt omkring oss skapades av människor som inte var smartare än oss. Och att det är upp till oss att skapa något av värde, både för oss själva och eftervärlden. Andra förstår inte det konceptet alls, utan tror att det är något helt annat än deras eget fokus, deras val och deras beteenden, som ligger bakom framgång. Självklart vill vi att våra barn ska ha förstått att det är helt upp till dem, vad de gör av sitt liv, när vi kommit till slutet av den första etappen av vårt föräldraskap.

Vi har märkt att mycket framgångsrika människor har vad man kan kalla, - ett respektfullt ignorerande, när det kommer till att göra som alla andra. Ett respektfullt ignorerande, ej att förväxlas med att respektlöst sätta sig på höga hästar gällande andras sätt att tänka eller göra saker. Självklart tittar framgångsrika människor både intresserat och uppskattande på vad människor runt dem bidrar med, tar lärdom och sätter stort värde på det som deras föregångare skapat, men när det gäller hur de gör saker, eller hur de närmar sig sin bransch, eller de regler de lever efter, är de människor som skapar det som behöver skapas längs vägen, istället för att bara blint acceptera någon annans modell. De tittar på i stort sett allt i livet vad det än må vara och beslutar sig gällande; Funkar det här för mig, eller funkar det här inte för mig?

Svaret kan ju självklart vara, - Ja, det är superhäftigt. Jag älskar idén, jag älskar den här strategin. Jag älskar det här sättet att göra saker. Det stämmer perfekt in för mig, så jag anammar det i mitt eget liv. Eller så kan svaret vara, - Nej det här håller jag inte med om alls! Det där passar inte mig ett dugg. Jag bryr mig inte om att alla andra gör det på det sättet, jag tänker inte göra det, utan jag tänker komma på ett sätt som funkar bättre, - för mig. Det är ett självständigt tanke sätt. Det är också det mindset vi behöver anamma för att skapa vår egen framgång och det mindset vi även bör inspirera våra barn att ta till sig.

Det är väldigt lätt att falla in i samhällstrycket gällande vad man får eller inte får. Bör och inte bör. Kan och inte kan. Vi är oftast så vana vid att om någon säger att det inte går, så tror vi på dem. Men om vi skulle töja detta med självständigt tänkande lite till, så är det ju faktiskt så, att vill man något, - kan man få det hända, även om någon annan säger att det inte går, och det tänker vi

också är något värdefullt att skicka med våra barn. Något som verkar helt fantastiskt för någon, kan vara helt förkastligt för en annan, eller vice versa. Allt passar inte alla även om det är regler som någon annan bestämt och är det så att man känner att detta inte är för mig, för oss – och det inte skadar något eller någon, skulle vi vinna mycket på att våga gå utanför gängse regler. Vi är väldigt fast i att leva efter våra samhällsregler, gällande en massa saker, - även om det faktiskt inte passar oss. Världen förändras dessutom med vindens hastighet, och hur vi sett på hur man måste göra saker för att det ska vara "rätt" historisk och i nuet, kanske är något som behöver luckras upp för att bättre matcha vår samtid?

Vi låter andra människors regler stoppa oss dagligen, vi accepterar andra människors värderingar utan att ens ifrågasätta dem, vi låter vad alla andra tycker och tänker ta över våra liv och diktera villkoren för den riktning som vårt liv kommer att gå.

Men något mycket intressant händer när någon utstrålar en självklarhet och ett djupt liggande självförtroende, för att de har total kontroll över sin egen existens. Människor är oftast inte så vana vid att möta självständiga personer, med ett självklart och självstyrande beteende, men de kommer naturligtvis att flytta sig ur vägen så att du kan uppnå dina mål. I en värld där de flesta människor går i sömnen genom hela sin existens, helt enkelt går igenom livets olika stadier som om de är i en trance och låter andra människor skriva deras historia, är det så ovanligt att möta någon som vet exakt vem de är, precis vad de vill, - och varför, att de inte bara kommer att kliva åt sidan och låta dig passera för att leva ditt liv på det sätt som du vill. Ibland kan det också vara så att de blir så engagerade i saken och hjälper dig, eftersom det är uppfriskande att möta en så fri och självständig person i denna värld. Det är inspirerande eftersom det är sällsynt. Om man med självsäkerhet och medvetenhet rör sig i riktning mot sina mål och drömmar, och strävar efter att leva det liv som man har föreställt sig, kommer man att möta en oväntad framgång. Så, - Vad är det viktigaste som vi borde lära våra barn? Det är nog det viktigaste som någon av oss kan förstå, ung eller gammal, - Ditt liv är viktigt! Och du är själv författaren till ditt liv. Ingen annan är författaren av ditt liv, inte ens vi, dina föräldrar. Du har kontroll över hur ditt liv utvecklar sig, ingen annan. Och hur du utövar kontrollen är genom dina beteenden, dagliga val och åtgärder. Så bli den bästa beslutsfattaren som du kan möjligen vara, inte för oss, utan för dig. Varför? Så att ditt liv kommer att utvecklas på det sätt du vill att det ska utvecklas. Var din egen person. Skapa ditt eget liv på ditt eget sätt. Tro på dig själv som vi tror på dig. Lita på dig själv. Lär dig att förlita dig på din egen intelligens som din enda guide till sanningen. Om du upptäcker vem du är och vad du vill ha ut av livet, om du ger näring till det bästa av dig och utvecklar dig själv, verkligen arbetar för att utveckla dig själv och sedan har modet att stå upp för ditt sanna jag och vara den du är, rör dig tryggt i riktning mot dina drömmar, strävar efter att leva det liv som du har föreställt dig, - då lovar vi dig att du kommer att skapa en succé som är klart oväntad i de flestas liv.

Nu ska vi gå vidare till vår övning och denna övning är utformad för alla, oavsett om du är en förälder eller inte.

SUMMERING

1. Du är författare till ditt eget liv
2. Ditt liv är ett resultat av dina dagliga val och åtgärder
3. Vårt mål som föräldrar är att uppfostra självständiga, självreflekterande, lyckliga, friska, modiga barn.



Michelle Dandenell & Lili Öst
Team Futurebook