

TidsverkstadsTankar

Föreningen Tidsverkstadens e-nyhetsbrev

- för människor som tror på ett liv före döden -

Nr 1 - 2001

TidsverkstadsTankar

Tiden sedan den första Tidsverkstad-cirkeln hösten 1999 har varit osannolikt givande och spännande för oss. Intresset för medveten utveckling av livskvaliteten är enormt bland människor och framsynta organisationer.

Eftertanke och dialog leder ofta till nya perspektiv och insikter som kan ta sig olika uttryck - ibland som förnöjsamhet, ibland som framväxande beslut om förändring. Men det är svårt att förändra. Mitt i vardagsfloden är det lätt att glömma goda föresatser. Det är ju en sak att bli väckt, en helt annan att faktiskt kliva ur sängen. Vi behöver påminnelse, bekräftelse, stöd och inspiration då vi försöker utveckla våra livsvillkor i vardagen. Vi hoppas att detta e-nyhetsbrev kommer att ge just det. Det innehåller idéer, tankar och exempel som vi samlar in via möten med människor, från svensk och internationell litteratur och forskning. Vi tar mycket gärna emot dina egna synpunkter och tips.



Illustration: Danaxel Lindberg

Nyhetsbrevet ska komma ut minst fyra gånger per år och det finansieras delvis via Studieförbundet Vuxenskolan. Om du vill ge någon en gratisprenumeration så skicka e-postadress till nyhetsbrev@tidsverkstaden.se En förutsättning för att kunna erbjuda det utan kostnad är att det bara distribueras via e-post. De som inte har tillgång till e-post kan istället använda bibliotekets dator eller be en vän att skriva ut det från www.tidsverkstaden.se

Må din vardag utvecklas i den riktning Du vill.

Hälsningar

Fredrik Warberg & Jörgen Larsson

Vanliga familjer utan TV

Är det inte bara kultursnobbar som lever utan TV? Kan man hänga med i samhället utan TV? Reportrarna på GP tog reda på svaren. De fann familjer som inte hade valt bort TV'n av ideologiska skäl utan för att få tid till annat. Och mer tid till annat blir det verkligen. Om man slår ihop all tid som en genomsnittlig svensk tittar på TV så blir det sju år av livet. En av familjerna i GP-artikeln bestod av Ingela Qvirist, marknadschef på HSB och Magnus Qvirist, säljare. Med tre barn lider de inte brist på sysselsättning. Deras förundran över hur andra barnfamiljer hinner med att titta så mycket på TV är nog minst lika stark som omgivningens undran om deras TV-fria liv. De säger att en del tror att de är teknikfientliga och när de kommer till en ny arbetsplats vill de först visa vem de är innan de berättar att de inte har TV. En del reagerar väldigt positivt - "Vad skönt, då kanske ni hinner att prata med varandra". Att äta middag tillsammans varje dag och ofta sitta kvar länge, är en av de saker som de nu ser till att göra. På frågan om hur de hänger med svarar de att de tycker att nyhetsrapporteringen är betydligt bättre på radio än i TV.

Källa: Göteborgs-Posten 01-04-21

Var 3:e mår dåligt

SCB frågar varje år tusentals människor om de besvärats av ångslan, oro eller ångest och om de har besvär med sömnen. Under 80- och 90-talet har det skett en kraftig ökning av antalet som svarar att de mår dåligt. 1981 besvärades ca 18% av kvinnorna av dessa problem, 1999 hade siffran ökat till ca 33%

(avser åldrarna 16 - 44 år). För män var ökningen 13% till ca 23%.

Citatet: "Att åka på weekend-charter till New York fixar väl vilket pucko som helst, men det är en stor utmaning att få en trist tisdag i november att svänga"

Täppas Fogelberg

Utöver detta finns tydliga tecken på kraftiga ökning av de psykiska problemen bland barn. Siffrorna är alarmerande. En statlig utredning (SOU 2000:91) konstaterar också att den psykiska ohälsan är det viktigaste folkhälso-problemet att angripa, dels på grund av dess storlek, men också för att minst insatser har gjorts för att förebygga psykisk ohälsa.

Utredningen finns på:

http://social.regeringen.se/propositionerm/sou/pdf/sou2000_91.pdf

Jag ville stanna upp!

Vi träffar Daniel när 9 av de 10 tidsverkstadsträffarna är genomförda. På frågan om vad som lockade honom så svarar han att hans föräldraledighet skapade ett läge i livet där det kändes naturligt att fundera över saker som hänt under senare år, samtidigt fanns det en lust att skapa nya framtidsbilder. Tidsverkstaden blev ett bra forum för att fundera och samtala med andra.

Allt rullar på så snabbt i vardagen. Tidsverkstaden ger möjlighet att regelbundet stanna upp och reflektera över vad man egentligen håller på med.

Vad har Tidsverkstaden inneburit för dig:

– Både stort och smått. Ett ex. är en nygammal insikt om att om jag gör för många roliga saker så blir ingen av dem roliga. Jag försöker nu bli bättre på att planera in pauser och att inte boka upp all tid. Det har varit väldigt lärorikt att lyssna till de andra deltagarnas erfarenheter.

Vad har då varit mindre bra?

- Träffen om Tidsandan var lite svår. Det blev mest "spaningar" om olika samhällstrender och det är inte lika givande som när man är mer personlig. Men på det stora hela har det varit jättebra. De flesta deltagarna säger att Tidsverkstaden har varit väldigt betydelsefull för dem.

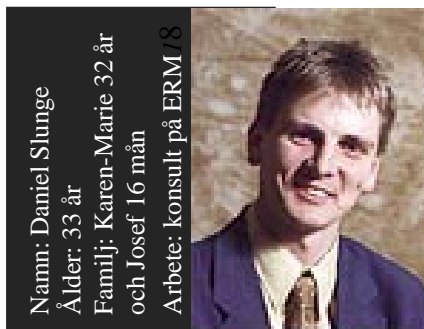
Daniel valde att själv dra igång och leda en Tidsverkstad istället för att anmäla sig till en som någon annan ledde. Varför gjorde du det?

– Jag ville gärna ha med några av mina kompisar för att lära känna dem bättre. Så jag gav en Tidsverkstadsplats till en kompis i 30-årspresent, sen raggade vi deltagare tillsammans.

Daniel tyckte att det var lätt att leda med hjälp av metodhandledningen. Dessutom har han god vana av att leda grupper.

Redan innan Tidsverkstaden kom igång hade en gammal dröm väckts till liv hos Daniel. Han ville ut i världen för

att jobba med bistandsfrågor. Och under våren blev det klart att både han och hans fru har fått jobb i Bolivia för att arbeta med mänskliga rättigheter. Kanske kan det bli en Tidsverkstad i Bolivia i höst?



Do americans shop too much?

Juliette Schor på Harvarduniversitet är en av de forskare som försöker förstå vilka konsekvenser vårt konsumtionssamhälle får.

Hon menar att konsumtion delvis drivs av en jämförande och tävlingsorienterad process där individen försöker att hålla jämna steg med den sociala grupp som man identifierar sig med. Förr var denna grupp i huvudsak de som bodde på samma gata. Idag består referensgruppen i större utsträckning av de man träffar på arbetsplatsen. Skillnaderna i inkomster är betydligt större mellan chefer och anställda på en arbetsplats, jämfört med inkomstskillnaderna mellan de som bor på samma gata. Vi spenderar mycket av tiden efter arbetet framför TV'n. TV-programmen utspelar sig oftast i övre medelklassen vilket påverkar tittarnas uppfattning av vad andra har, vad som är värt att äga, och vad man behöver för att hänga med. Vi lever därmed i en värld där det ter sig normalt att ha höga inkomster och hög konsumtion.

Allt detta gör att människors konsumtionsönskingar har ökat betydligt snabbare än deras inkomster. Detta skapar enligt Juliette Schor en ökad frustration och ett minskat välbefinnande trots att vi får det materiellt bättre.

Källa: "Do americans shop too much", kan beställas på www.bol.se

Föreningen Tidsverkstaden skapar aktiviteter, projekt och verktyg för medveten utveckling av livskvalitet. Tillfälle till reflektion och verkligt goda samtal samt att underlätta handling är centrala inslag i det vi gör. Föreningens syfte är att bidra till en mer mänsklig och hållbar samhällsutveckling. Läs mer på: www.tidsverkstaden.se

Genom vårt samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan kommer samtalscirkeln SV's Tidsverkstad successivt att erbjudas på allt fler orter runt om i Sverige. Intresseanmälan kan göras på www.sv.se eller genom att kontakta SV's lokalkontor.

Föreningen Tidsverkstaden
Södra Larmgatan 12, 411 16 Göteborg
Tel 031-743 75 77, fax 031-7113397

Fredrik Warberg, fredrik@tidsverkstaden.se, telefon: 0708-78 78 06
Jörgen Larsson, jorgen@tidsverkstaden.se, telefon: 0708-83 33 70

På gång:

- 23-26/8 Vandrande Tidsverkstad
- 17-21/9 Föredragsturné i Mälardalen
- 27-29/9 Paddlande Tidsverkstad
- 1-5/10 Föredragsturné i S. Norrland
- 15-17/11 Tidsverkstad framför brasan



“Under construcion”