



Jóla-Blær

Fréttabréf Vináttu desember 2022

Vináttugildin um jólin

Gildi Vináttu eiga alltaf við, líka í kringum aðventuna og jólin. Hér koma tillögur að því hvernig hægt er að vinna með gildin á þessum annasama og viðburðaríka tíma ársins.

Umhyggja

Virðing

Umburðarlyndi

Hugrekki





Jóla-Blær

Fréttabréf Vináttu desember 2022

Umburðarlyndi

Börn, starfsfólk og foreldrar hafa tileinkað sér mismunandi hefðir og siði í kringum jólin. Hefðirnar geta verið ólíkar því sem við höfum sjálf tileinkað okkur. Mikilvægt er að fagna þessum fjölbreytileika og nýta tækifærið til að fræðast um ólíka menningu og venjur. Það á einnig við þegar kemur að jólagjöfum og skógjöfum jólasveina. Tilvalið getur verið að ræða við börnin um mismunandi hefðir og venjur og fá jafnvel hugmyndir í leiðinni af nýjum samverustundum.

Umhyggja

Í hugum margra eru jólin uppfull af gleðistundum og tilhlökkun er í fyrirrúmi hjá fjölmörgum yfir því að njóta þess að eiga samverustundir með ástvinum sínum. Jólin eru þó ekki gleðitími fyrir alla. Sumir eiga um sárt að binda yfir jólin, hafa ef til vill misst ástvin og minnst jafnvel þeirra jólastunda sem áður voru. Sumir finna fyrir miklum kvíða í aðdraganda jólanna af ýmsum ástæðum og því er mikilvægt að gera ekki sjálfkrafa ráð fyrir því að allir njóti þessa árstíma. Þá kemur umhyggjan sér vel. Vera til staðar fyrir þá sem líður illa eða þurfa á stuðningi að halda. Stuðningurinn getur verið á mismunandi máta, stundum fjárhagslegur en oft bara með því að vera til staðar fyrir viðkomandi. Mesta umhyggjan getur verið fólgin í því.

Virðing

Flestir tengja hefðir á sterkan hátt við jólahátíðina og sumum finnst jafnvel jólin ekki koma nema tryggt sé að hlutirnir séu gerðir á einhvern ákveðinn máta. Það er því með ólíkum forsendum sem hver og einn fer inn í þetta tímabil ársins og forsendan fyrir því að hægt sé að skapa góðar samverustundir er að virða mismunandi væntingar og óskir hvers og eins. Það þurfa ekki allir að vera sammála um hvað þeir telja mikilvægast í kringum jólahátíðina en nauðsynlegt er að geta borið virðingu fyrir mismunandi líðan, skoðunum og væntingum.

Hugrekki

Fjöldi auglýsinga berast okkur í aðdraganda jólanna og oftast en ekki birtist mynd af því hvernig hin „fullkomnu jól“ líta út. Börnin verða ekki síður vör við þetta og bera sig jafnvel saman þegar kemur að skógjöfum, jólafatnaði, leikföngum og fleiru. Það getur verið auðvelt að falla í þá gryfju að telja sig þurfa að uppfylla ákveðna fyrirframgefna hluti til að eiga gleðileg jól. Á sama máta getur það krafist hugrekkis að setja sér mörk og taka meðvitaða ákvörðun um að taka ekki þátt í því lífsgæðakapphlaupi sem fer af stað um jólin. Því er mikilvægt að spyrja sig hvað það sé sem skiptir mestu máli í raun og veru, forgangsraða og láta ekki aðra skilgreina fyrir sig hvað felst í því að eiga gleðileg jól.