

124. Hur skaffar man vänner i Sverige? Del 2 [Lätt]

Hej och välkomna till avsnitt 124 av Slow Swedish with Katrin.

Jag la upp en reel på Instagram för några veckor sedan. Den fick starka reaktioner. Många människor blev arga. Folk började bråka i kommentarerna. Några skickade aggressiva meddelanden till mig. Så det här är ett känsligt ämne.

Jag har pratat om hur man skaffar vänner i Sverige. Nu vill jag prata om det igen. Jag läste alla kommentarer under min video. Då förstod jag något viktigt. Olika kulturer ser olika på vänskap. Vi ser också olika på vad "ansträngning" betyder.

I videon sa jag såhär: Det är svårt för vuxna att skaffa vänner i Sverige. Inte bara för invandrare. Det gäller också svenskar. Jag är svensk. Jag har också haft svårt att skaffa vänner. Jag jobbar ensam. Jag har inga barndomsvänner. Jag bor i en liten stad. Så ja, det är inte så lätt.

Men man har två val. Man kan klaga. Man kan säga att svenskar borde förändra sig. Eller så kan man försöka göra något åt situationen.

Många människor blev kränkta när jag sa detta. De tyckte att jag sa att de inte har försökt. Men när de skrev vad de hade gjort, då förstod jag något. Vi menar olika saker med "att anstränga sig". Många hade gjort saker jag inte rekommenderar.

Så idag vill jag prata om några do's and don'ts. Alltså saker man ska göra och saker man inte ska göra. Vad betyder egentligen "att anstränga sig"? Och vad betyder det inte?

Det största problemet i kommentarerna var detta: Många tror att ansträngning betyder att man ska försöka umgås med samma personer igen och igen. Man bjuder in dem. Man frågar igen. Man föreslår nya saker. Man gör det många gånger. Även när personen säger nej hela tiden. Det här ska du inte göra.

Du ska inte tjata eller verka desperat. Det skapar inte vänskap. Om någon säger nej ska du släppa det. Gå vidare. Lägg din energi på någon annan.

Att prata mycket med folk på bussen hjälper inte. Att bjuda hem kollegor direkt brukar inte fungera. Att ge bullar till grannar skapar inte vänskap. Jag rekommenderar inte ensidiga vänskaper. Alltså, vänskaper där bara du försöker. Om du inte får något tillbaka ska du gå vidare.

När jag säger "ansträng dig" menar jag något annat. Jag menar att du ska träffa många olika människor. Du ska göra det på platser där det är normalt att prata med andra.

Busshållplatsen är inte en sådan plats. Mataffären är inte heller en sådan plats. För många människor är inte jobbet en sådan plats. Du måste hitta platser där människor vill prata.

När du är där, ska du prata med folk. Se vem som är öppen. Se vem som är stängd. Om någon verkar pratglad kan du prata mer med den personen. Prata igen nästa gång ni ses. Se om ni klickar. Man behöver lite tid först. Man behöver prata några gånger. Sedan kan man börja prata om att träffas mer.

Exempel på sådana platser är sportaktiviteter. Det kan vara gruppträning på gymmet. Det kan vara en bokcirkel. Det kan vara en kurs. Det kan också vara nätverksträffar eller en AW. Men där finns det också människor som inte vill prata. Och det är okej. Alla människor är inte potentiella vänner. Man måste testa många gånger. Om det inte känns öppet och trevligt ska du släppa det. Gå vidare. Lägg inte energi på stängda människor.

Många människor klagar på att svenskar inte är spontana. Och det stämmer ofta. Vi planerar våra sociala aktiviteter långt i förväg. Vi bokar saker flera veckor innan. Vi hade till exempel middag hemma hos oss nyligen. Vi bokade den en månad i förväg. Vi ville att alla skulle kunna komma. Men ett par kunde ändå inte komma. De hade redan andra planer.

Så tänk på det. Om vi bokar middag en månad i förväg med våra vänner, när ska vi boka något med en ny person? Familj och gamla vänner kommer alltid först. Därför är det bättre att träffa människor på aktiviteter. Då är ni redan på samma plats. Ni behöver inte planera en extra träff direkt.

Jag förstår om ni lyssnar på detta och tänker att svenskar är galna. Många skrev i kommentarerna att svenskar är kalla. Några sa att svenskar är monster eller rasister. De sa att det är omöjligt att bli vän med svenskar. Men många andra skrev något annat. De sa att deras svenska vänner är de bästa vännerna de har.

Ja, svenskar kan vara mer introverta. Vi kan också verka lite kalla. Andra kulturer är varmare och mer sociala. Men det är inte fel. Vi tycker inte att det är ett problem. Därför kommer vi inte att förändra oss för andra.

Om man vill ha vänner i Sverige måste man anpassa sig. Man kan försöka hitta mer sociala svenskar. Eller så kan man bli vän med andra invandrare.

En sak vet jag. Om man tänker: "Det är omöjligt. Svenskar är kalla. Jag har testat allt. Jag tänker inte försöka mer..." då kommer man aldrig att få vänner.

Det tog nästan tio år för mig att hitta nära vänner i min stad. Jag har träffat människor på aktiviteter och i olika sammanhang. Ibland är vi vänner många år, ibland en kort stund. Men man kan inte bara ge upp.

Du är huvudperson i ditt eget liv. Men du är inte huvudperson i andra människors liv. Ingen känner ansvar för att du ska ha vänner. Ingen är skyldig dig vänskap.

Vänskap är något fint. Det händer när man klickar med andra människor. Men man klickar inte med alla. Det gäller alla människor. Både svenskar och andra. Man måste hitta sitt folk. De människor man tycker om. Och som tycker om att vara med dig.

När jag säger "ansträng dig" menar jag inte att du ska tjata på en person tills de säger ja. Jag menar inte att du ska försöka muta någon. Jag menar inte att du ska försöka övertala någon. Det blir en ensidig relation. Och det är inte roligt.

När jag säger "ansträng dig" menar jag detta: Träffa många olika människor. Ge dig själv många chanser. Till slut hittar du någon som du klickar med.

Och kom ihåg: Kulturer är olika. En kultur är inte bättre än en annan. Vänskap kan betyda olika saker i olika kulturer.

Många skrev på Instagram om länder där det är väldigt lätt att få vänner. De sa att vänskaperna ibland är mer ytliga. Det kan vara lätt och roligt. Men man kan inte alltid lita på varandra.

I Norden är det ofta tvärtom. Det är svårt att skaffa vänner. Men när man är vänner är vänskapen stark. Den betyder mycket. Man är lojal mot varandra. Det är svårare att komma in i människors liv. Men vänskap är också något viktigt för oss.

Det ena är inte bättre än det andra. Det är bara annorlunda.

Det viktigaste är att inte ha en dålig attityd. Man ska inte se sig själv som ett offer. Man ska inte tänka att alla andra är problemet.

Nu är situationen såhär. Om du vill ha vänner måste du hitta lösningar. Om man gör samma sak i tio år och hoppas på nya resultat, då är något fel. Så testa något nytt.

Det var allt för veckans lilla rant om vänskap. Jag vill gärna höra vad ni tycker. Skriv gärna i kommentarerna på Patreon.

Imorgon kommer veckans vanliga avsnitt på långsam svenska.

Vi hörs. Hejdå!

Hello and welcome to episode 124 of Slow Swedish with Katrin.

I posted a reel on Instagram a few weeks ago. It got strong reactions. Many people became angry. People started arguing in the comments. Some people sent aggressive messages to me. So this is a sensitive topic.

I have talked about how to make friends in Sweden before. Now I want to talk about it again. I read all the comments under my video. Then I understood something important. Different cultures see friendship in different ways. We also think differently about what "effort" means.

In the video I said this: It is difficult for adults to make friends in Sweden. Not only for immigrants. It is also true for Swedes. I am Swedish. I have also had difficulty making friends. I work alone. I do not have childhood friends. I live in a small town. So yes, it is not easy.

But you have two choices. You can complain. You can say that Swedes should change. Or you can try to do something about the situation.

Many people felt offended when I said this. They thought I was saying that they had not tried. But when they wrote what they had done, I understood something. We mean different things when we say "make an effort." Many people had done things that I do not recommend.

So today I want to talk about some do's and don'ts. Things you should do and things you should not do. What does "making an effort" actually mean? And what does it not mean?

The biggest problem in the comments was this: Many people think effort means trying to spend time with the same people again and again. You invite them. You ask again. You suggest new things. You do this many times. Even when the person keeps saying no. You should not do this.

You should not nag or seem desperate. That does not create friendship. If someone says no, you should let it go. Move on. Put your energy on someone else.

Talking a lot to people on the bus does not help. Inviting colleagues to your home right away usually does not work. Giving baked goods to neighbors does not create friendship. I do not recommend one-sided friendships. That means friendships where only you make an effort. If you do not get anything back, you should move on.

When I say "make an effort," I mean something else. I mean that you should meet many different people. You should do this in places where it is normal to talk to others.

The bus stop is not such a place. The grocery store is not such a place either. For many people, work is not such a place. You have to find places where people want to talk.

When you are there, you should talk to people. See who is open. See who is closed. If someone seems talkative, you can talk more with that person. Talk again the next time you see each other. See if you click. You need some time first. You need to talk a few times. After that, you can start talking about spending more time together.

Examples of such places are sports activities. It can be group training at the gym. It can be a book club. It can be a course. It can also be networking events or after-work gatherings. But there are also people there who do not want to talk. And that is okay. Not all people are potential friends. You have to try many times. If it does not feel open and friendly, you should let it go. Move on. Do not spend energy on closed people.

Many people complain that Swedes are not spontaneous. And that is often true. We plan our social activities far in advance. We book things several weeks ahead. For example, we recently had dinner at our home. We scheduled it one month in advance. We wanted to make sure everyone could come. But one couple still could not come. They already had other plans.

So think about that. If we schedule dinner one month in advance with our friends, when should we schedule something with a new person? Family and old friends always come first. That is why it is better to meet people through activities. Then you are already in the same place. You do not need to plan a separate meeting right away.

I understand if you listen to this and think Swedes are crazy. Many people wrote in the comments that Swedes are cold. Some said Swedes are monsters or racists. They said it is impossible to become friends with Swedes. But many other people wrote something different. They said their Swedish friends are the best friends they have.

Yes, Swedes can be more introverted. We can also seem a bit cold. Other cultures can be warmer and more social. But that is not wrong. We do not see it as a problem. That is why we will not change for others.

If you want friends in Sweden, you have to adapt. You can try to find more social Swedes. Or you can become friends with other immigrants.

One thing I know. If you think like this: "It is impossible. Swedes are cold. I have tried everything. I will not try anymore." Then you will never have friends.

It took almost ten years for me to find close friends in my town. I met people through activities and different situations. Sometimes we stay friends for many years. Sometimes only for a short time. But you cannot just give up.

You are the main character in your own life. But you are not the main character in other people's lives. No one feels responsible for making sure that you have friends. No one owes you friendship.

Friendship is something beautiful. It happens when you click with other people. But you do not click with everyone. That is true for all people. Both Swedes and others. You have to find your people. The people you enjoy being with. And who enjoy being with you.

When I say "make an effort," I do not mean that you should nag one person until they say yes. I do not mean that you should try to bribe someone. I do not mean that you should try to convince someone. That becomes a one-sided relationship. And that is not fun.

When I say "make an effort," I mean this: meet many different people. Give yourself many chances. Eventually you will find someone you click with.

And remember: cultures are different. One culture is not better than another. Friendship can also mean different things in different cultures.

Many people wrote on Instagram about countries where it is very easy to make friends. They said friendships there can sometimes be more superficial. It can be easy and fun. But you cannot always rely on each other.

In the Nordic countries it is often the opposite. It is difficult to make friends. But when you are friends, the friendship is strong. It means a lot. People are loyal to each other. It is harder to enter people's lives. But friendship is also something important for us.

One way is not better than the other. It is just different.

The most important thing is not to have a bad attitude. You should not see yourself as a victim. You should not think that everyone else is the problem.

This is the situation. If you want friends, you have to find solutions. If you do the same thing for ten years and expect new results, something is wrong. So try something new.

That was all for this week's little rant about friendship. I would love to hear what you think. Please write in the comments on Patreon.

Tomorrow the regular episode will come out in slow Swedish.

Talk to you soon. Bye!