



Text & foto Per Ölund

## Föredragshållaren Thomas Ravelli: Vår rädsla styr det mesta vi gör

Thomas har ställt ytterdörren på glänt till familjen Ravellis villa. Den ligger där högt upp i slutet på egnahemsgatan med milsvid utsikt i flera väderstreck.

– Stig bara in när du kommer! Jag är nog inne i duschen då.

Det var beskedet när jag ringde och berättade om att ditresan gått snabbare än planerat.

Thomas är öppen och eftertänksam. Han har tänkt igenom vad han vill säga under intervjun.

Utgångspunkten är det han lärt sig som människa av tjugofem år inom elitidrotten.

– De som kommer till SRF-kongressen i september får möta människan Thomas Ravelli - helt ärligt rakt upp och ner.

– Sedan försöker jag se till att folk också har skoj. Att ha roligt i allt jag gör är bland det viktigaste i mitt liv.

### Nödvändig rädsla

Rädslan för att inte räcka till vi bär på inomboards, är en del i Thomas föredrag. Han har själv jobbat mycket med att lära sig hantera den.

Debut i de riktigt stora sammanhangen fick han göra redan som suttonåring. Då spelade Öster en viktig UEFA-cupmatch och Thomas fick hoppa in som reserv i målet.

– Jag var så nervös så jag visste inte vart jag skulle ta vägen. Trots det gick det hur bra

som helst, när matchen kom igång. Idag vet jag att den här pressen behövs för att jag ska göra bra ifrån mig.

– Du står där i målet med ett jätteansvar. Ett misstag märks direkt. När en utspelare gör misstag syns det visserligen, men det innebär inte alltid baklänges mål. Och en utspelare kan också ”gömma sig” under en match.

### ”Pressberoende”

Thomas vill att vi under hans föredrag ska känna igen oss själva när han berättar om

*” Kraven från mig själv har alltid varit större än kraven utifrån.*

sin egen livslånga prestationsångest och rädsla. Om känslan vi får när vi inför andra, som är beroende av oss, ska göra en bra prestation.

– Den nervositeten och prestationsångesten har jag känt i hela mitt liv. Kraven från mig själv har alltid varit större än kraven utifrån.

– Men rädslan man har i sig måste man leva med. Det måste man kunna som egen

företagare - eller som säljare, som jag också har erfarenhet av.

Det var efter mer än tio år i elitkarriären insåg Thomas att han presterade bäst i riktigt pressade situationer. Han kallar sig själv för ”pressberoende”.

– Sedan finns det dom som är trygghetsberoende, som gör sitt bästa när det är lugn och ro omkring dem. Alla är vi olika.

– Man kan lära sig hantera rädslan. Genom att prata om den och acceptera den. Men oftast håller vi den inombords och sopar den under mattan. Vi pratar inte gärna om den sortens känslor.

### Litet EM-intresse

Hösten 1999 blev Thomas sista fotbollssäsong. Han var då back-up för målvaktskollegan Bengt Andersson i IFK Göteborg.

Där någonstans började han på allvar fundera på livet efter tjugofem år som fotbollsmålvakt.

– Jag skrev ihop allt vad jag tänkt på under karriären och försökte hitta den röda tråden att hålla sig till i ett föredrag.

– Till en början var det inga större problem att få jobb som föredragshållare. Idag är det inte lika lätt eftersom jag inte längre är med i TV lika ofta. Det är A och O att vara med i olika TV-program för att vara tillräckligt intressant som föredragshållare.

Lite förvånad är Thomas över att intres-

## *”Det är A och O att vara med i olika TV-program för att vara tillräckligt intressant som föredrags-hållare.*

set för honom inte ökat inför EM-turneringen i Portugal.

– Det kan höra ihop med att jag sagt nej till jobb som kommentator. Jag känner mig fortfarande för nära de som är aktiva och skulle nog inte våga säga vad jag tycker om deras prestationer i matcherna.

### **Spontan kändis**

Kändisskapet Thomas levt med under större delen av sitt liv har varit både på gott och ont.

Under proffsåret i USA 1998 kunde han trots VM-uppmärksamheten några år innan röra sig överallt utan att bli igenkänd.

– Till en början kändes det konstigt. Men man vande sig och tyckte att det var jätteskönt. Barnen och frugan tyckte också det var roligt att vara ute tillsammans med mig. Det har de inte gjort i alla lägen hemma i Sverige.

Rubrikerna, som showman och pajas media kopplat ihop med Thomas, är inte något han själv strävat efter.

– Jag gjorde ju inte saker och ting regisserat eller fullt medvetet på fotbollsplan. Det är spontana uttryck, som hör ihop med känslan av att ha lyckats med något riktigt bra.

– För mig handlar spontanitet mycket om självförtroende. Det måste finnas för att du ska våga visa äkta glädje över att du är bra. När du är osäker på dig själv visar du inga känslor. Då är du bara defensiv i dina tankar och i ditt uttrycksätt.

### **Proffsoro för framtiden**

Fram till 1988 klarade sig familjen Ravelli inte med fotbollslönen Thomas hade från Öster.

För att det hela skulle gå ihop jobbade han därför som säljare från klocka 8 till klockan 15 varje dag.

Sedan var det fotbollsträning fram till 18. Alla dagar utom onsdag, som var den fotbollslediga dagen.

Efter en tid som proffs på heltid i Göteborg, ökade hans lön så pass mycket att fotbollen räckte som inkomstkälla.

– Men jag tror inte proffslösningen är den optimala rent mentalt. Problemet ligger i att du är så beroende av fotbollen. Vad händer om du blir knäskadad och fotbollskarriären tar slut? Du har ingen utbildning i bakgrunden och har inte hunnit tjäna ihop till en tryggad framtid.

– Man fungerar inte lika bra som fotbollsspelare på grund av den här framtidspressen. När jag hade ett jobb vid sidan om mätte jag bättre. Samtidigt var det helproffsträningen, som gjorde att jag kunde behålla min landslagsplats under så många år.

### **Klubbsocialt ansvar**

Idag har Thomas en plats i styrelsen för IFK Göteborg och där är man igång med diskussionen om klubbens sociala ansvar för spelarna.

– Vi måste se till att alla spelare får en inriktning framåt vid sidan av fotbollen. Antingen genom studier under fotbollskarriären eller genom yrkesutbildning direkt i ett företag.

– Kontrakten, som skrivs med spelarna idag, innebär att de är maskiner. Den som är för gammal eller utsliten byts ut.

Anledningen till att Thomas lade skorna på hyllan var hans egna krav på maximal mental skärpa under matcherna.

– Att redan på fredagkvällen gå in i dig själv och fokusera på helgens match blev för jobbigt. Du är då inte med hos familje fast du är hemma. På matchdagen var jag totalt inbunden. Det var det som gjorde att jag slutade.

– Har jag ångrat något? Ja, kanske att jag inte vågade bli proffs utomlands. Jag var för hemkär. Jag skulle kanske ha tagit chansen när anbuden kom från utländska proffsklubbar.

Här undrar du kanske - precis som jag - varför Thomas till slut ändå 1998 valde att bli fotbollsproffs i USA.

Svaret på det fick jag inte den där förmiddagen över en kopp kaffe vid köksbordet hemma hos honom. Men han lovade att berätta det för alla som kommer till SRF-kongressen i Göteborg i september.

Tills dess låter han oss bara glänta på dörren till sig själv så här mycket.

Foto Pressens bild

