



De sjelelige kostnadene er størst ...om å våge å snakke tro

Vikenkonferansen 2011

Kjersti Børsum – Inspirert AS



Alle har sitt bilde av hvordan livet skal se ut!

- **Så forsøker de desperat å få virkeligheten til bli akkurat slik.**
- **...så viser det seg at livet kommer fra et helt annet hold...**
- **...vi skal leve sammen *her* resten av livet...**



Ingen av oss møter hverandre umiddelbart

som om ingen tings skulle ha skjedd

- Kunnskap om andres bakgrunn gjør at du bedre forstår uttrykkene de bruker og hva som ligger bak dem
- Kunnskap om din egen bakgrunn gjør deg tydeligere i møte med andre
- Har du et bevisst forhold til din egen identitet – dine egne kulturelle og religiøse referanserammer?
- Mao: hvem er du i møte med den andre og hvem lar du den andre være i møte med deg?



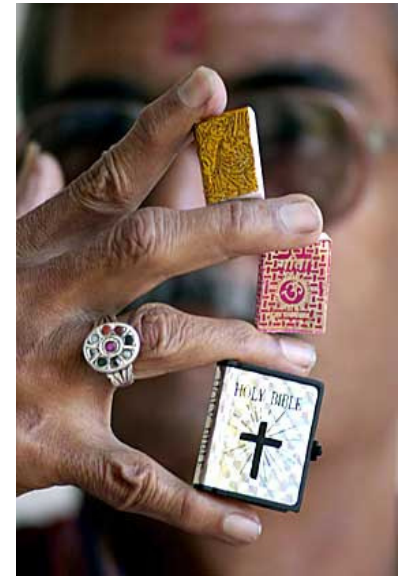
Tolkning av situasjoner

- Hvordan misforståelser kan oppstå:

1. Utelater informasjon
2. Tilpasninger kognitive skjema

Gjennom vår indre modell av verden, gir vi mening til den ytre verden vi lever i.

Samme situasjon kan gi forskjellig opplevelse = forskjellig tolkning





”De andre” er så religiøse...

- Det er så uendelig mange religiøse mennesker i verden, så en høy prosentandel av dem vi jobber med MÅ ha en religiøs identitet – ha tro.



Religiøs identitet

- Gruppeidentitet, individuell identitet eller begge
- På gruppenivå gir religion mennesker et redskap til å håndtere omgivelsene ikke bare i en metafysisk forstand - religion forklarer det uforklarlige - men den er også oppfattet som en praktisk guide for adferd i den materielle verden - den blir en del av et sosialt system



Individuell religiøs identitet

- Forsyner den troende med mønstre for å tolke det som skjer i ens eget liv.
- Forklaringsmodell når lidelse, tap, tragedie og død erfares
- Gud er i samtalen før, under og etterpå
- Ressursbank i sårbare livssituasjoner
- *Selv om du ikke er troende, er du formet av de religiøse kodene som gjelder i samfunnet du er vokst opp i.*
- Finner Gud meg her? www.inspirert.no



Tro som orienteringssystem

- Religiøs tro og praksis gir individer og samfunn metoder for mestring av livets utfordringer.
- Som kulturelt godtatt forklaringsmodell spiller religion en betydelig rolle i menneskers orienteringssystem.
- Orienteringssystemer er konstruert på forhånd – sosialt og individuelt – og er tilgjengelig for å møte livets iboende utfordringer.



Den religiøse dimensjonen av en persons orienteringssystem

gir ikke bare svar på eksplisitte religiøse spørsmål – den former virkelighetsforståelsen og den subjektive opplevelsen av hendelser.

- Når en person står overfor en hendelse som forandrer livet, blir det eksisterende orienteringssystemet aktivert for å *forklare og gi mening* til det som skjer.
- I livskriser fungerer religiøs tro som vedlikehold av mening og den kan levere håp i møte med desillusjon.



Gir mening og da holder jeg ut

- Som en måte å takle tragiske hendelser på, kan religiøs tro og praksis lette prosessen troende mennesker skal gjennom ved savn og smertelig tap, personer som ellers kunne risikere å utvikle depresjon.
- Pleie uhelbredelig sykt familiemedlem: Guds plan eller Guds straff avgjør...



Tro - spiritualitet

- Tro og spiritualitet – i dens kjerne – er intenst personlig og erfaringsbasert og kan ikke vitenskapelig etterprøves eller fanges ved et spørreskjema.
- Vi kan allikevel observere etterlatte spor fra religiøs opplevelse på samme måte som vi registrerer andre komplekse, dynamiske erfaringer som emosjoner, familiedynamikk osv., uten at vi forveksler kartet med terrenget.



Mennesket må ha håp

- uten håp greier vi det ikke

- Vi må identifisere hvor kilden til håp ligger hos den enkelte og forsterke denne
 - slik at de selv kan mobilisere de kreftene de trenger for å komme seg gjennom livskrisen
 - håndtere sin livssituasjon og bære sin egen livs skjebne.
 - Bruk kunnskap fra personens egen religion som ressurs i en endrings- og bedringsprosess.



Tro er privat område

...ergo sårbart både for deg og den du skal hjelpe

1. Hvordan har egne religiøse og åndelige / spirituelle erfaringer påvirket din evne til å behandle denne type tema?
2. Siden tro ofte blir holdt privat og bare snakkes om når man føler seg trygg; på hvilket tidspunkt tar du opp religiøs tro og følelser?
3. Opplever du ubehag ved tema og viser dette seg da gjennom kroppsspråk eller verbal avvisning?
4. Er dette et tabubelagt tema for deg?



Kjersti Børsum

www.inspirert.no

www.inspirert.no