



Grunnlagstenkning i OPPREIST TRO

Metodikken i OPPREIST TRO har som mål å skulle hjelpe den enkelte til livstolkning og livsmestring.

”Kristen livstolkning innebærer å forstå seg selv og tilværelsen i lys av relasjonen til Gud, seg selv, andre mennesker og resten av skaperverket.” (Plan for trosopplæring)

I denne prosessen blir vår egen fortelling og erfaring viktige elementer. Det narrative perspektivet vektlegger at mennesker opplever og erfarer sine liv gjennom de historier som fortelles. Gjennom våre egne og andres historiefortellinger og erfaringsdelinger skjer en livstolkning. Det å bringe Gudsperspektivet inn i våre liv og i vår historie kan være med på å bringe håp og gi oss nye perspektiver på livet.

Livsmestring

OPPREIST TRO handler om å myndiggjøre mennesker. På engelsk bruker man et ord som heter ”empowerment” el. ”empowering”. Det betyr at man styrker og i standsetter mennesker til å ta egne valg, til å handle selv, til å ta ansvar for eget liv og til å reise seg og stå oppreist i møte med ulike utfordringer i livet sitt.

Empowerment handler om mestring. Hilchen Sommerschild presenterer i boken ”Mestring som mulighet i møte med barn, ungdom og foreldre” en modell for mestring (Grøholt, Sommerschild og Gjørum, 1998). I modellen er tilhørighet og kompetanse de to faktorene som i aktivt samspill skaper egenverd og motstandskraft, som er de to viktigste egenskapene hos mestrende individer.

En definisjon av mestring er : *”En målrettet handling eller samhandling som styrker egenverd og motstandskraft.”* (Odd Erik Germundsson)

”All god mestring er gjennomsyret av et ukuelig pågangsmot, problemløsende holdninger og en optimisme som springer ut av et menneskesyn: Mennesket er skapt til et liv i kjærlighet og respekt, medfølelse og medansvar. Alle har et spesifikt ansvar for å ta vare på seg selv og søke å gjenreise seg selv ved kriser og nederlag. Ingen må gjøres til hjelpeløse ofre i sine egne liv, til tross for omsorgssvikt, overgrep eller katastrofer, men må få hjelp til å håndtere påkjenninger på en konstruktiv måte. Det ligger sannsynligvis i den menneskelige natur å ville reise seg opp igjen etter et fall. Dette er en ressurs vi må spille på lag med. Dette er i siste instans et verdivalg. En offerrolle er uverdigg for et menneske.” (Germundsson)

Å oppleve livsmestring i barndom og oppvekst vet vi også er viktig for forebygging av psykiske problemer senere i livet.

Når Gudsperspektivet bringes inn i empowering-begrepet får det en ny og forsterket betydning for oss. Jesus snakker om ”empowering” i Ap.gj.1.8 : *”Men dere skal få kraft når Den Hellige Ånd kommer over dere, og dere skal være mine vitner i Jerusalem og hele Judea, i Samaria og like til jordens ender.”*

Guds empowering er knyttet opp til en hensikt, nemlig det å bringe Guds Rike til en verden som ligger i åndelig mørke. Det samme ser vi i Matt.28.18-20, i misjonsbefalingen. Gud ønsker at vi skal stå oppreiste og være kraftfulle i Ham, slik at vi kan være med å se en forvandlet verden gjennom oss. Denne kraften får vi ikke først og fremst for vår egen del, den er ikke gitt oss for å tilfredsstille vårt eget ego og for at vi skal kjenne oss sterke i oss selv. Den gis oss for at vi skal kunne være med å bringe Guds Rike til andre og i denne prosessen blir vi selv oppreiste.



Midt i vår egen svakhet virker Guds kraft gjennom oss. Derfor skal vi ikke ha fokuset på oss selv, men på Han som er kilden. *"... for kraften fullendes i svakhet."(2.Kor 12.9)*
"Men alt makter jeg i ham som gjør meg sterk."(Fil.4.13)

Denne overnaturlige kraften, forutsetter at vi lever i en nær og kjærlighetsfull relasjon til han som er selve kilden til livet. *"Den som blir i meg og jeg i ham, han bærer mye frukt, men uten meg kan dere intet gjøre." (Joh.15.5. Det sanne vintre.)* Derfor er det å bygge en nær relasjon til Gud så avgjørende for det å kunne leve et oppreist liv som troende. Uten en intim relasjon til Gud vil ikke livene våre bære den frukt vi er ment til å bære, verken når det gjelder kvalitet eller kvantitet. Derfor har OPPREIST TRO fokus både på hvem Gud er og hvordan man kan bygge en intim og overgitt relasjon til Gud.

Kompetanse og tilhørighet.

I en OPPREIST TRO gruppe får man kompetanse på mange livsområder og samtidig får man støtte og tilhørighet i en gruppe hvor man kjenner seg respektert og ivaretatt. I en gruppe, med andre troende, får vi det fellesskapet og støtten vi trenger for å vokse og komme videre i livet både som medmennesker og troende.

OPPREIST TRO er et prosessorientert tiltak for ungdom, hvor voksne veiledere står sammen med dem, over tid og gjennom ulike prosesser. Det å reise seg og stå oppreist på ulike livsområder, er prosesser som kan ta tid. Gjennom undervisning, samtaler, refleksjoner, øvelser og bønn bevisstgjøres man og man får støtte til å komme videre. Fordi vi tror at de fleste endringsprosesser går over tid, er temaene i OPPREIST TRO flettet inn i hverandre og flere temaer blir berørt flere ganger ut i fra ulike perspektiver. Dette tror vi åpner opp for stadig nye innspill i de ulike prosessene deltagerne er i.

OPPREIST TRO har fokus på verdier og holdninger, eget ansvar og valgmuligheter.

Gjennom dette blir det lettere å sette gode grenser, reise seg, ta styring i eget liv og gjøre gode valg. Vi trenger alle å forstå at det bare er én person man kan endre på, og det er oss selv.

OPPREIST er den som går livet i møte med løftet hode, etter å ha fått plassert sin synd og sine nederlag der de hører hjemme, nemlig ved Jesu kors.

OPPREISTE er de som har forstått hvilken identitet og arv de bærer og som har takket ja til å være sønner og døtre av den levende Gud. Og som har forstått at det som betyr noe, er å kjenne Ham.

OPPREIST er den som har oppdaget at "skatten" er Den Hellige Ånd utøst i hjertene våre, med alt det som følger med av glede, fred, kjærlighet, kraft, åpenbaring, legedom, frihet, visdom m.m.m.

Gjennom dåpen og troen knyttes vi nær til en barmhjertig og mektig Gud som har lovet å stå sammen med oss og støtte oss i alle livets kriser og utfordringer. En Gud som har et spesielt hjerte for de som er nedbøyd. En Gud som har gitt livet sitt for at hver og en av oss skal bli satt fri, bli frelst og oppreist.